

Wychowanie dziecka

Czy istnieją sprawdzone sposoby
na wychowanie dziecka?



FORUM

Spis treści

5 Bezkarne dzieciństwo

10 Ojcowie, którzy dają córkom siłę

16 Jak nie straszyć dziecka strachem?

22 Jak wychowywać, by nie krzywdzić?

30 Ciasny kokon rodzicielskiej miłości





Bezkarne dzieciństwo

tekst: ALEKSANDRA TELISZEWSKA

Jak wychować dziecko bez kar?

Karane dziecko czuje się niezrozumiane, zaczyna wierzyć, że silniejszy wygrywa i uczy się kombinować, jak zrobić to, na czym mu zależy i jednocześnie uniknąć kary.

Czy tego chcemy jako rodzice? Czy można inaczej?

Choć stosunek do karania dzieci zmienił się w ciągu ostatnich kilkunastu lat, to nadal większość rodziców (61%) uważa, że w pewnych sytuacjach trzeba dziecku dać klapsa, a co czwarty zgadza się z opinią, że „łanie jeszcze nikomu nie zaszkodziło”. Wiele ojców i matek wręcz nie wyobraża sobie wychowania dzieci bez kar. Sądzą, że kary dają im poczucie bezpieczeństwa, bez nich zaś dzieci poczują się zagubione. Nie nauczą się, co jest dobre, a co złe. Staną się ofiarami bezstresowego wychowania.

To mity, które – często bez refleksji – powtarzamy za swoimi rodzicami czy dziadkami, a także innymi autorytetami.

Jak stawiać zdrowe granice w wychowaniu?

W jaki inny sposób, jeśli nie za pomocą kary, nauczyć dziecko, jakie zachowania są przez nas akceptowane i pożądane, a jakich sobie nie życzymy? Jak nauczyć je przestrzegania granic?

POSTAWY DOROSŁYCH WOBEC STOSOWANYCH FORM KARANIA DZIECKA

Z najnowszych badań CBOS przeprowadzonych w kwietniu 2019 r. wynika, że coraz większy odsetek Polaków przestaje aprobować fizyczne karanie dzieci. 61% badanych uważa, że nie powinno się stosować wobec dzieci kar cielesnych. Polacy sprzeciwiają się wymierzaniu lania (70% badanych) i dawaniu klapsów (37%).

Jednakże nadal 34% dorosłych uważa, że „lanie jeszcze nikomu nie zaszkodziło”, a 61% uznaje, że są sytuacje, w których klaps jest niezbędny.

Najczęściej, kiedy mówimy o wyznaczaniu dzieciom granic, mamy na myśli zasady i normy, czyli to, co się powinno, czego nie wolno, co należy. Sądzimy, że jeśli nie wyznaczmy reguł postępowania, dziecko nie będzie się czuło bezpiecznie. Warto jednak wiedzieć, że poczucie bezpieczeństwa dziecko zyskuje dzięki emocjonalnej dostępności rodziców. Czuje się komfortowo i bezpiecznie, jeśli je zauważamy, odpowiadamy na jego potrzeby, widzimy jego emocje, spędzamy z nim czas. Kiedy jesteśmy obok niego zarówno wtedy, gdy odnosi sukces, jak i wtedy, gdy doświadcza porażki.

W psychologii pojęcie granic nie oznacza zasad, lecz odnosi się do kilku ważnych obszarów, między innymi fizycznego, emocjonalnego, materialnego, intelektualnego czy seksualnego. Granice fizyczne dotyczą ciała i przestrzeni, na jaką dopuszczamy w kontakcie innych ludzi. Granice emocjonalne obejmują nasze uczucia i emocje. Granice materialne chronią posiadane przez nas rzeczy, seksualne – cały obszar naszej seksualności, zaś intelektualne stoją na straży naszych pomysłów i opinii. Każdy z nas inaczej ustala swoje granice. Co więcej, mogą się one zmieniać w zależności od tego, gdzie i z kim jesteśmy, a także jak sami się czujemy. Moje granice też nie są sztywne – zmieniają się zależnie od tego, czy jestem zdrowa czy też coś mi dolega, zmęczona czy wypoczęta, zestresowana czy zrelaksowana itp. Dziś nie przeszkadza mi na przykład, że moje dzieci biegają po domu, bawiąc się w Indian i krzycząc tak, że sąsiedzi przypuszczalnie się zasta-

nawiają, czy na pewno mam tylko dwoje dzieci. Ale kiedy boli mnie głowa, ta sama zabawa będzie dla mnie trudna do zniesienia, a krzyki dzieci przekroczą moje granice.

Co wtedy zrobić? Jak zareagować? Łatwiej komuś zmienić swoje zachowanie, jeśli usłyszy, jaki ma ono wpływ na inną osobę. Zamiast oświadczać dziecku: „nie wolno krzyczeć” – lepiej je poinformować: „boli mnie głowa, a gdy krzyczysz, gorzej się czuję”. Małe dzieci zwykle chcą współpracować z rodzicami, zależy im na ich akceptacji i aprobachie. Jeśli zaś moje dzieci nadal hałasują, bawiąc się w Indian, to nie dlatego, że chcą mi zrobić na złość, lecz po prostu zapomniały się w zabawie.

Warto zatem nauczyć dziecko nie tyle zasad postępowania, ile umiejętności rozpoznawania granic innych. Powinno wiedzieć, kiedy narusza przestrzeń innych, ich emocje, rzeczy. W jakich sytuacjach pewne jego zachowania są w porządku, a w jakich już nie. Nauczmy dziecko, co zrobić, by granice obu stron w relacji były szanowane, a także jak powinno zadbać o swoje granice.

Wiemy, że dzieci uczą się przez trening i doświadczenie, a najlepiej jeśli dodamy do tego własny przykład. Jeśli my szanujemy granice dzieci i empatycznie odpowiadamy na ich potrzeby, to rosną szanse, że one też będą szanować nasze granice. Trudno natomiast sobie wyobrazić, że dziecko, którego granice – emocjonalne czy fizyczne – są ciągle przekraczane, będzie respektowało granice innych.

Kiedy wygrywa silniejszy

Wróćmy do przykładu, gdy boli mnie głowa, a dzieci nadal radośnie bawią się w Indian. Załóżmy, że opisałam im już dokładnie, co w efekcie czuję i co mi się nie podoba, a one nadal jednak głośno krzyczą. Warto zaproponować im jakąś alternatywę, czyli co innego mogą robić, zamiast tego, co mi przeszkadza. Jeśli sytuacja się nie zmienia i mimo naszych próśb dziecko powtarza niepożądane zachowanie, może to znaczyć, że w tym momencie nie umie się powstrzymać, bo ma jakąś ważną potrzebę i nie potrafi jej inaczej zaspokoić. Warto wtedy spojrzeć z boku i zastanowić się, o co chodzi moje-