

Co zamiast klapsa?



Kara to najczęściej wybierana metoda wychowawcza, po którą sięgają rodzice, gdy dziecko nie zachowuje się zgodnie z ich oczekiwaniami. Choć na pierwszy rzut oka wydaje się skuteczna, na dłuższą metę jest mało przydatna. Dzieci przestają się zachowywać w niewłaściwy sposób z powodu lęku, a nie dlatego, że rozumiały, dlaczego nie wolno czegoś robić. Często dzieci uczą się, że ważna jest nie zmiana zachowania, ale to, aby nie dać się przyłapać rodzicom. Te dzieci, które nie otrzymują od rodziców pozytywnej uwagi, będą wręcz powtarzały niewłaściwe zachowania, w myśl zasady: „Lepiej być skrzydzanym i zbitym, niż ignorowanym”.

Co w takim razie robić?

Czy mamy akceptować niewłaściwe zachowania dziecka?

Nie.

Dziecko musi odczuć konsekwencje złego zachowania.

Konsekwencje wychowują. Kary ranią.

Racjonalne konsekwencje łamania reguł pomagają dzieciom w coraz lepszym ich rozumieniu i przestrzeganiu.

Oto kilka pomocnych sposobów, które warto zastosować zamiast kar:

1. Wyraź swoje uczucia, nie oceniając charakteru dziecka.

„Złoszczę się, kiedy widzę porzucane zabawki w Twoim pokoju.”

2. Określ swoje oczekiwania.

„Oczekuję, że zabawki będą posprzątane.”

3. Wskaż dziecku, jak może poprawić swoje zachowanie.

„Misie poukładaj na półce, a samochodziki i klocki włoż do pudełek.”

4. Zaproponuj wybór.

„Możesz bawić się wszystkimi zabawkami, ale musisz je posprzątać, zanim pójdziesz oglądać bajkę. Jeśli nie posprzątasz zabawek, nie będziesz mógł oglądać bajki. Decyduj sam.”

5. Przejmij inicjatywę.

DZIECKO: „Dlaczego telewizor jest wyłączony i nie mogę oglądać bajki?”

OJCIEC: „Ty mi powiedz dlaczego?”

Pozwól dziecku samodzielnie znaleźć odpowiedź na dręczące je pytanie, dzięki temu dostrzeże konsekwencje swojego postępowania.

6. Wspólnie rozwiąż problem.

„Możemy ustalić, że jeśli będziesz potrzebował pomocy przy sprzątanii – poprosisz mnie o pomoc, a potem wspólnie pogłębimy bajkę.”

