

SKUTECZNE I NIESKUTECZNE METODY WYCHOWAWCZE

To tylko „niewinny” klaps?

Z tego artykułu dowiesz się:

- Czy klaps jest skuteczny?
- Czy klaps zmniejsza agresję dzieci?
- Czy klaps uczy zasad i norm zachowania?
- Czy "wychowawczy" klaps nie szkodzi?

Chociaż od 2010 r. **kary fizyczne są w Polsce prawnie zakazane**, to nadal ponad ¼ rodziców przyznaje się do ich stosowania (Włodarczyk, 2017). Najczęściej wybieraną przez opiekunów formą fizycznego karania dzieci jest dawanie klapsów. Istnieje wiele przekonań o klapsach – że są skuteczne, uczą norm i zasad właściwego zachowania, zapobiegają agresji i są nieszkodliwe dla dziecka. Wygłaszający takie stwierdzenia bazują na obiegowych opiniach i stereotypach, nie odwołując się zazwyczaj do wyników badań. Tymczasem od lat 70. XX w. badacze zajmujący się rozwojem dziecka pochylają się nad wpływem kar fizycznych na funkcjonowanie dziecka. Dostarczają coraz liczniejszych argumentów, że powyższe stwierdzenia nie są zgodne z prawdą.

Klaps jest skuteczny?

Chociaż większość rodziców stosujących kary fizyczne twierdzi, że czyni to z powodu utraty panowania nad sobą (56%) lub bezradności i bezsilności (36%), to blisko ¼ rodziców sięga po kary fizyczne, w tym klapsy, wierząc w ich skuteczność (Włodarczyk, 2017).

Niektóre badania nad natychmiastowym skutkiem klapsów rzeczywiście potwierdzają, że pod wpływem kary dzieci zaprzestają danego zachowania w konkretnej sytuacji. Jednocześnie wiele badań wskazuje również, że inne, nieprzemocowe metody przynoszą podobne efekty (Gershoff, 2013). Obserwując zachowania dzieci w dłuższej perspektywie, okazuje się, że jeśli nauka o niewłaściwości

jakiegoś zachowania była przekazywana za pomocą kar fizycznych, to dziecko unikało tego zachowania wtedy, kiedy istniało zagrożenie karą (np. w obecności rodzica). Jednak **gdy ryzyko kary mała, dzieci nadal miały skłonność do podejmowania tych samych zachowań**, które spotykały się z dezaprobatą rodziców (Gershoff i Grogan-Kaylor, 2016). Żadne z przeprowadzonych naukowych badań nie potwierdziły, że kary fizyczne są skuteczne w dłuższej perspektywie (Fergusson, 2013).

Klaps zmniejsza agresję dzieci?

Część rodziców stosujących kary fizyczne twierdzi, że robi to w sytuacji, gdy dziecko zachowało się agresywnie, np. w stosunku do innego dziecka. Abstrahując już od ironicznej wymowy faktu, że **uderzając dziecko, czyli stosując agresję, chcemy je agresji oduczyć**, znowu badania pokazują, że skutek może być odwrotny od zamierzonego. Dzieci, które są bite (dla ścisłości – mówimy o karach fizycznych, a nie o znęcaniu się), przejawiają wyższy poziom agresji. Co więcej, **dzieci, które od najbliższych doświadczają bolesnych i upokarzających kar, mają tendencję do postrzegania intencji innych ludzi jako wrogich, a co za tym idzie, częściej uciekają się do agresji w kontaktach z innymi** (Durrant, 2012).

Klaps uczy zasad i norm zachowania?

Zwolennicy klapsów twierdzą, że odbierając rodzicom prawo do stosowania kar fizycznych, pozbawiamy ich wpływu na wychowanie dziecka, a co za tym idzie – możliwości wpojenia dzieciom norm moralnych i zasad, jakich należy w życiu przestrzegać. Jednak i tu badania wskazują, że dzieci, wobec których stosowano klapsy, nie uwewnętrzniają norm, nie wykształca się u nich wewnętrzne przekonanie, co jest dobre, a co złe (Gershoff, 2013). Dzieci od rodziców powinny doznawać miłości, troski i opieki. Te, które są bite, odczuwają lęk, smutek i złość, kiedy rodzice wymierzają im klapsy czy inne kary fizyczne. Uczucia te utrudniają im przyswojenie nauki, jaką być może chcieli im przekazać rodzice. **Dzieci mogą się wystrzegać pewnych zachowań ze strachu przed karą, ale nie dlatego, że rozumiały, dlaczego dane zachowanie jest złe**. Możemy więc co najwyżej zwiększyć posłuszeństwo dziecka (mając na uwadze ograniczenia opisane powyżej), ale raczej nie doprowadzimy do jego rozwoju moralnego.

Wychowawczy klaps nie szkodzi?

Zwolennicy stosowania kar fizycznych podważają tezę, że klapsy mogą mieć długotrwałe negatywne konsekwencje dla rozwoju, zdrowia i zachowania dziecka. Utrzymują, że jeśli są wymierzone przez rodziców z właściwą intencją i bez emocji, pełnią rolę wychowawczą i mają dobroczynne skutki. O tym, że jednak większość polskich rodziców wymierza kary fizyczne pod wpływem silnych emocji i że rola wychowawcza klapsów jest wątpliwa, pisaliśmy już wyżej. A co z brakiem szkodliwości?

Najnowsze badania nad konsekwencjami stosowania kar fizycznych, w tym klapsów, wskazują, że kary fizyczne wobec dzieci mogą mieć związek z negatywnymi konsekwencjami, a stopień ich nasilenia zależy od częstotliwości i dotkliwości stosowanych przez rodziców kar (Gershoff, 2002; Paolucci i Violato, 2004; Durrant 2012, Gershoff, Grogan-Kaylor, 2016, Gershoff i in., 2018).

Wśród najczęstszych negatywnych konsekwencji wymienia się:

- obniżenie poczucia własnej wartości,
- pogorszenie relacji z rodzicami,
- spowolnienie rozwoju poznawczego,
- zwiększenie poziomu agresji w relacjach interpersonalnych,
- problemy ze zdrowiem psychicznym.

Pojawiają się też głosy, które ostrożniej formułują hipotezy w sprawie negatywnego wpływu kar fizycznych (m.in. Baumrind, Larzelere i Cowan, 2002; Holden, 2002; Larzelere, Kuhn, 2005; Fergusson, 2013). Badacze ci twierdzą, że o ile wyniki badań potwierdzają, że częste stosowanie klapsów lub stosowanie klapsów i innych kar fizycznych o większej sile rzeczywiście może wiązać się z negatywnymi konsekwencjami u dzieci, o tyle negatywnego wpływu okazjonalnego stosowania klapsów o mniejszej sile nie można jednoznacznie potwierdzić. Jednocześnie jednak przyznają, że badania nie dostarczają podstaw, by twierdzić, że klapsy mają jakiegokolwiek pozytywne długotrwałe konsekwencje (Fergusson, 2013).

Powyższe wyniki badań prowadzą więc do wniosku, że **klaps w najlepszym razie jest zwyczajnie nieskuteczny, w najgorszym zaś – jest szkodliwy.**

Jednocześnie różne badania skuteczności programów edukacyjnych skierowanych do rodziców wskazują, że jeśli rodzice rezygnują ze stosowania kar fizycznych i sięgają po bardziej konstruktywne metody wychowawcze, są w stanie zachęcić dziecko do właściwego zachowania i współpracy. Co ważne, takie nastawienie daje rodzicowi możliwość nawiązania wartościowej i bliskiej relacji z dzieckiem, która nie będzie oparta na strachu i braku poczucia stabilności. Warto zatem się zatrzymać i przemyśleć swoje podejście do wychowania dziecka!

Pamiętaj:

1. Kary fizyczne nie są skuteczne w dłuższej perspektywie.
2. Dzieci, które są bite przejawiają wyższy poziom agresji oraz mają tendencję do postrzegania intencji innych ludzi jako wrogich.
3. Dzieci mogą się wystrzegać pewnych zachowań ze strachu przed karą, ale nie dlatego, że zrozumiały, dlaczego dane zachowanie jest złe.
4. Konstruktywne metody wychowawcze są w stanie zachęcić dziecko do właściwego zachowania i współpracy oraz dają możliwość nawiązania z nim wartościowej relacji.

Stop dla klapsa

Z tego artykułu dowiesz się:

- Dlaczego panowanie nad sobą w napiętej sytuacji bywa trudne dla rodzica?
- Jakie konsekwencje powoduje dawanie dzieciom klapsów?

Wielu rodziców czasem traci cierpliwość, mimo że na ogół odnoszą się do swoich dzieci z miłością i wyrozumiałością. Starają się unikać klapsów i krzyków. Większość matek i ojców uważa bicie dzieci za złe i niepotrzebne.

Spora ich część przeżywa jednak **wstrząs**, kiedy odkrywa, że jest zdolna uderzyć dziecko. Wielu czuje **wstyd** po wymierzeniu dziecku klapsa. Nawet rodzice, którzy uważają, że „bez klapsów się po prostu nie da” lub

mówią „ja też dostawałem w skórę i nic mi się nie stało”, często **woleliby nie stosować kar fizycznych.**

Dlaczego panowanie nad sobą w napiętych sytuacjach, których nie brak w relacjach z dziećmi, bywa trudne?

Bliskość – brak dystansu

Być może właśnie dlatego, że dzieci są rodzicom bardzo bliskie. Nikt inny nie może nam sprawić **równie wielkiej radości**, jak i **równie dotkliwej przykrości** swoim zachowaniem. To zrozumiałe i normalne, że czasami, wychowując dzieci, doświadczamy bardzo **silnych i trudnych uczuć**. Jest jednak możliwe – i niezwykle ważne – abyśmy **nie pozwolili**, by takie emocje brały nad nami górę.

Spójrz na to tak – nawet najsilniejsze emocje między dorosłymi **nie usprawiedliwiają** uderzenia drugiej osoby.

Nigdy nie zaakceptowalibyśmy sytuacji, w której rozdrażniony pracodawca wymierzyłby swojemu pracownikowi „lekkiego klapsa”.

Zadajemy sobie niemało trudu, żeby **szanować** swoich współpracowników nawet w sytuacjach konfliktowych. To bywa niełatwe, ale wiemy, że inni mają prawo do **właściwego traktowania**, pewnego **szacunku**.

Klasy zostawiają ślady na dłużej

Klasy **powstrzymują** dzieci przed robieniem czegoś, czego nie wolno im robić, ale **nie skłaniają** ich do **właściwych zachowań**. Uderzone dziecko poddaje się, a przynajmniej **przestaje zachowywać się „niegrzecznie”** w danej chwili, lecz nie uczy się, jak powinno postępować. Doświadcza i **uczy się** tego, że ludzie osiągają swoje cele **siłą**.

Co więcej, czuje się **upokorzone**, klaps **rani** jego dumę. Te uczucia tkwią w nim jeszcze długo po tym, jak policzek przestaje piec, znikają czerwone ślady po uderzeniu lub ustaje ból pośladków.

Dziecko, które często jest bite, doznaje krzywdy od osób najbliższych, na których polega bardziej niż na kimkolwiek innym na świecie.

Czuje się **odrzucone**, złe i **bezwartościowe**. Po jakimś czasie dziecko **obojętnie** na klapsy i uderzenia, ponieważ w przeciwnym razie poczucie zranienia stałoby się dla niego nie do zniesienia. Klapsy, ciągnięcie za ucho i policzkowanie, a także upokarzające komentarze i wyzwiska często **towarzyszą dziecku przez całe życie**. W jego oczach przemoc może z łatwością stać się normalną formą zachowania wobec innych ludzi, a w przyszłości także wobec własnych dzieci.

Dzieci mają prawo do tego, by traktowano je z szacunkiem i bez przemocy. Żadne dziecko nie powinno być bite.

10 powodów, by nie bić dziecka

1. Bicie dzieci może doprowadzać do **fizycznych urazów**, takich jak zasinienia, obrzęki, krwiaki podtwardówkowe, uszkodzenia nerwów i złamania kości.
2. Bicie dziecka niszczy jego ufność i **burzy poczucie własnej wartości**. Dzieci znacznie chętniej podejmują zachowania nastawione na współpracę, jeśli łączy je z rodzicami silna więź miłości.
3. Bicie dzieci kształtuje postawę **akceptacji przemocy** i przekazywania jej z **pokolenia na pokolenie**. Dzieci, które są często bite, uczą się stosowania przemocy.
4. **Bicie dzieci uczy je, że „silniejszy ma zawsze rację”**.
5. Bijąc dziecko za złe zachowanie, **opiekun traci cenną szansę** nauczenia go właściwego sposobu postępowania.
6. **Strach nie jest** skuteczną metodą uczenia dzieci pożądanych zachowań. Bite dzieci zwykle zachowują się dobrze tylko wtedy, kiedy stosujący przemoc dorosły znajduje się w pobliżu.
7. **Wspomnienia z dzieciństwa** osób, które jako dzieci były często bite, są zwykle **pełne gniewu i urazy**.
8. Pismo Święte, z którego cytatami **uzasadnia się stosowanie kar fizycznych** wobec dzieci, można równie dobrze wykorzystać do usprawiedliwienia niewolnictwa, dyskryminacji kobiet, kazirodztwa i dzieciobójstwa. Powoływanie się na Biblię, aby uzasadnić bicie dzieci, jest przykładem **wybiórczego wykorzystywania religijnych ksiąg** do usprawiedliwienia świeckiego sposobu myślenia.

9. Dzieci są często bite za zachowania, które **nie są „złe” czy „niewłaściwe”**, ale wynikają z ich **naturalnej potrzeby** badania świata, a także z potrzeb związanych z odżywianiem, snem, ruchem czy **chęci zwrócenia na siebie uwagi**.
10. Dzieci najłatwiej uczą się **pożądanych zachowań**, kiedy dorośli wyjaśniają im, jak powinny postępować, rozmawiają z nimi oraz własnym zachowaniem dają przykład odpowiedzialności, troski i samodyscypliny.

Pamiętaj:

1. Klaps rani dumę dziecka.
2. Ślady po klapsach zostają na dłużej.
3. Dzieci mają prawo do bycia traktowanym z miłością i szacunkiem.

Co zamiast klapsa?

Z tego artykułu dowiesz się:

- Dlaczego kary są nieskuteczne?
- Czym są konsekwencje?
- Jak je wprowadzać?

Kara to najczęstsza metoda wychowawcza, po którą sięgają rodzice, gdy dziecko nie zachowuje się zgodnie z ich oczekiwaniami. Kara ma nauczyć dziecko właściwego postępowania i może przybierać formy nakazów, zakazów, rozkazów, bicia, klapsów, manipulacji, krzyków, porównań, dawania szlabanów, prawienia kazań, straszenia i przekupywania. Tymczasem - czego uczy naprawdę?

Rodzice niemal wszystko robią dla dobra swoich dzieci – po to, aby były dobre, umiały przestrzegać reguł i praw, potrafiły kochać, szanowały siebie i innych, były otwarte, samodzielne, ciekawe świata, szczęśliwe, przyjacielskie.

Czy dzięki karom fizycznym człowiek staje się otwarty, samodzielny i przyjacielski?

Na pewno NIE.

Kara, choć na pierwszy rzut oka wydaje się skuteczna (dziecko zaprzestaje danego zachowania), na dłuższą metę jest mało przydatna, gdyż pociąga za sobą wiele skutków ubocznych, zostawiających ślady nie tylko na ciele dziecka (siniaki, zranienia), ale także na jego psychice. **Kary wywołują u dzieci różne przykre emocje, z którymi trudno im sobie poradzić.** Dzieci przestają się zachowywać w niewłaściwy sposób z powodu lęku, a nie dlatego, że zrozumiały, dlaczego nie wolno czegoś robić. Dlatego zazwyczaj raz wymierzona kara nie wystarcza – dzieci nie rozumieją, co zrobiły źle, więc zachowanie, które wywołało karę, będzie się powtarzać. Często dzieci uczą się, że ważna jest nie zmiana zachowania, ale to, aby nie dać się przyłapać rodzicom. Te z dzieci, które nie otrzymują od rodziców pozytywnej uwagi, będą wręcz powtarzały niewłaściwe zachowania, a rodzic, który skupia się wyłącznie na nich, tylko je wzmacnia.

Co w takim razie robić?

Czy mamy akceptować niewłaściwe zachowania dziecka? **Nie – jeżeli są dla nas trudne i przeszkadzają nam lub otoczeniu – powinniśmy to dziecku zakomunikować.**

Dziecko powinno także uczyć się i rozumieć konsekwencje swoich zachowań.

Konsekwencje wychowują. Kary ranią.

Konsekwencje są naturalnym wynikiem zachowania dziecka. Bywają pozytywne i negatywne. **Pokazują dziecku, jak należy postępować i czego więcej nie robić.** Aby taka sytuacja mogła zaistnieć, dziecko musi znać reguły panujące w domu. Jest to dla niego bardzo ważne, gdyż wiedza o tym, jakie zachowania akceptujemy, a jakie nam się nie podobają, buduje jego poczucie bezpieczeństwa. Gdy dajemy dziecku odczuć konsekwencje jego zachowania, dajemy mu szansę na zastanowienie się, jak to zachowanie zmienić, jak np. naprawić wyrządzoną komuś krzywdę.

Konsekwencje powinny być sformułowane jako **reguły zachowania**. Nie jest konieczne, aby dziecko (szczególnie małe, ze starszym można je ustalać wspólnie) się na nie zgadzało – to rodzic je wyznacza. Jeśli je

ustalimy, powinniśmy stanowczo i konsekwentnie ich przestrzegać, a jeśli coś w nich zmieniamy, dziecko powinno być o tym uprzedzone.

Jeśli wskazujemy na konsekwencje, powinniśmy je odnosić do konkretnego czynu, zachowania, a nie do dziecka, jako takiego, np. „jestem zła, że stłukłeś mój kubek”, zamiast „jesteś niedorajdą”.

Warto pamiętać, aby konsekwencje były **dostosowane do wieku i możliwości dziecka** oraz aby **doświadczenie konsekwencji było możliwe**. Na przykład nie jest możliwe, żebyśmy rano, spiesząc się do pracy, zostawili dziecko w domu jako konsekwencję tego, że zbyt wolno się ubiera. Stwierdzenie „Jak się zaraz nie ubierzesz, to zostaniesz sam w domu” byłoby straszaniem, a nie wyciąganiem konsekwencji z zachowania dziecka.

Dzieci najskuteczniej uczą się przyjmowania odpowiedzialności za swoje działania na podstawie konsekwencji własnych zachowań, np. „jeśli tylko bawisz się jedzeniem, to najwyraźniej już się najadłeś i możesz odejść od stołu” czy „jeżeli dokuczysz młodszemu bratu, on nie będzie się z tobą bawić”.

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

Oto kilka pomocnych sposobów, które warto zastosować wobec młodszych dzieci, zamiast karania:

1. Wyraź swoje uczucia, nie atakując charakteru dziecka.

„Złoszczę się, kiedy widzę porzrzucone zabawki w twoim pokoju.”

2. Określ swoje oczekiwania.

„Oczekuję, że zabawki będą posprzątane.”

3. Wskaż dziecku, jak może naprawić sytuację.

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

4. Zaproponuj wybór.

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

5. Oddaj 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 rozwiążcie problem.

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

Filmik: <https://youtu.be/B5DhGuWRJeY>

10 kroków antyklapsowych

1. **Okazuj swojemu dziecku miłość i ciepło tak często, jak tylko to możliwe.** Bez obawy – nie rozpieścisz go takim postępowaniem. Pokażesz mu, jak bardzo jest dla Ciebie ważne.
2. **Bądź przy dziecku, gdy przeżywa silne emocje, z którymi nie potrafi sobie poradzić.** Wtedy najbardziej Cię potrzebuje.
3. **Stosuj pochwały.** One wzmacniają pozytywne zachowania i sprawiają, że dziecko będzie je z chęcią powtarzało.
4. **Ustal jasne, proste zasady i granice.** Bądź konsekwentna/-y w ich egzekwowaniu.
5. **Dawaj dziecku przykład swoim zachowaniem.** To, jak będzie zachowywało się dziecko, w dużej mierze zależy od tego, jak Ty się zachowujesz, bo jesteś dla niego pierwszym wzorem do naśladowania.
6. Zauważaj każdą pozytywną zmianę w zachowaniu dziecka. Doceniaj jego wysiłki.
7. **Zaciekawiaj się powodami, dla których dziecko podjęło daną decyzję, zachowało się w konkretny sposób.** To będą ważne potrzeby dziecka, których nie potrafi często wyrazić w konstruktywny sposób.

8. Mów, co czujesz w związku z konkretnym, negatywnym zachowaniem dziecka i jakie to zachowanie ma dla Ciebie konsekwencje. Dzięki temu Twoje dziecko będzie wiedziało, dlaczego nie chcesz, aby je powtarzało.

9. Używaj humoru, żeby opanować trudne sytuacje. Śmiech to najlepszy sposób na rozładowanie napięcia.

10. Pozwól dziecku na doświadczenie konsekwencji swojego zachowania. Zachęcaj do wspólnego podejmowania decyzji, dokonywania wyborów. Dziecko, tak jak Ty, potrzebuje doświadczać, że ma na coś wpływ, a Ty liczysz się z jego zdaniem.

Pamiętaj:

1. Konsekwencje pokazują dziecku, jak należy postępować i czego więcej nie robić.
2. Konsekwencje powinny być dostosowane do wieku i możliwości dziecka.
3. Konsekwencje powinny odnosić się do zachowania dziecka.

Opr. Agnieszka Cisek

na podstawie artykułu, który powstał w ramach projektu "From policy to reality – shifting attitudes and practices from corporal punishment to safeguarding children" nr. JUST /2015/RDAP/AG/CORP/9175 przy wsparciu finansowym z programu Rights, Equality and Citizenship (REC) (2014-2020) Unii Europejskiej. Wyłącznie odpowiedzialność za treść tego artykułu ponosi Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, treść w żaden sposób nie może zostać uznana za wyraz poglądów Komisji Europejskiej- str. <https://rodzice.fdds.pl/>