**Tak się nie robi… – o bezstresowym wychowaniu**

|  |
| --- |
| Wielu mło­dych ro­dzi­ców nie do końca ro­zu­mie za­sa­dy bez­stre­so­we­go wy­cho­wa­nia i po­zwa­la swoim dzie­ciom w za­sa­dzie na wszyst­ko. Do­ro­śli sta­ra­ją się być dla dziec­ka part­ne­ra­mi, „kum­pla­mi”, a gdy dziec­ko źle się za­cho­wu­je, naj­czę­ściej nie re­agu­ją. Swoje sta­no­wi­sko tłu­ma­czą tym, że dziec­ko jest jesz­cze małe i z wielu rze­czy wy­ro­śnie. Są rów­nież prze­ko­na­ni, że dzię­ki ta­kie­mu po­stę­po­wa­niu ich dzie­ci będą miały po­czu­cie wła­snej war­to­ści i bez pro­ble­mów, tak jak ame­ry­kań­skie ma­lu­chy, będą ra­dzić sobie w życiu. Czy tak się sta­nie?W la­tach 70. i 80. ubie­głe­go stu­le­cia w kra­jach skan­dy­naw­skich (sztan­da­ro­wy przy­kład – Szwe­cja) po­ja­wi­ła się bar­dzo po­pu­lar­na idea bez­stre­so­we­go wy­cho­wa­nia. Do Pol­ski tra­fi­ła ona pod ko­niec lat 90. i mimo że od tego mo­men­tu upły­nę­ło już ponad dwa­dzie­ścia lat, po dzień dzi­siej­szy ro­dzi­ce ma­łych dzie­ci w roz­mo­wach z na­uczy­ciel­ka­mi od­wo­łu­ją się do jej za­ło­żeń. Idea ta cha­rak­te­ry­zu­je się cał­ko­wi­tym za­ka­zem ka­ra­nia dzie­ci, nawet klap­sem, a wy­ma­ga­nia co do po­praw­ne­go za­cho­wa­nia się dzie­ci są mi­ni­mal­ne. We­dług spe­cja­li­stów z kra­jów skan­dy­naw­skich brak usta­lo­nych zasad po­stę­po­wa­nia, kon­se­kwent­ne­go ich prze­strze­ga­nia, nie­sta­wia­nie gra­nic mię­dzy tym, co wolno, a czego nie, do­pro­wa­dzi­ły do po­ja­wie­nia się po­ko­le­nia ego­istycz­nych, nie­za­rad­nych i kon­sump­cyj­nie na­sta­wio­nych do życia mło­dych ludzi.W ostat­nich la­tach in­te­re­so­wa­łam się tym za­gad­nie­niem i prze­pro­wa­dzi­łam wśród ro­dzi­ców dzie­ci przed­szkol­nych ro­ze­zna­nie na temat ro­zu­mie­nia przez nich zasad bez­stre­so­we­go wy­cho­wa­nia. Wy­ni­ki tych mi­ni­ba­dań wska­zu­ją na to, że wielu mło­dych ro­dzi­ców nie do końca ro­zu­mie za­sa­dy bez­stre­so­we­go wy­cho­wa­nia i po­zwa­la swoim dzie­ciom w za­sa­dzie na wszyst­ko. Do­świad­cze­nia państw skan­dy­naw­skich wska­zu­ją na to, że dzie­ci, które nie mają wła­ści­wych i kon­kret­nych wzor­ców, wy­mo­de­lo­wa­nych za­cho­wań, usta­lo­nych gra­nic, nie znają za­ka­zów i na­ka­zów, tracą orien­ta­cję w tym, co jest dobre, a co złe i nie po­tra­fią wy­brać dobra. Po la­tach po­zwa­la­nia dzie­ciom na wszyst­ko skan­dy­naw­scy ro­dzi­ce wra­ca­ją do tra­dy­cyj­nych spo­so­bów wy­cho­wy­wa­nia dzie­ci.Wszyst­kie dzie­ci, bez wzglę­du na to, ile mają lat, muszą być trak­to­wa­ne z sza­cun­kiem i god­no­ścią. Po­win­ny mieć wpa­ja­ne za­sa­dy po­stę­po­wa­nia po­zwa­la­ją­ce na roz­wój sa­mo­oce­ny, sa­mo­kon­tro­li i bu­do­wa­nie pra­wi­dło­wych re­la­cji po­mię­dzy dzieć­mi i do­ro­sły­mi. Prze­strze­ga­nie przez dzie­ci za­sa­dy po­słu­szeń­stwa oraz za­cho­wa­nie przez ro­dzi­ców rów­no­wa­gi po­mię­dzy mi­ło­ścią ro­dzi­ciel­ską a dys­cy­pli­ną daje dzie­ciom po­czu­cie bez­pie­czeń­stwa. Za­chwia­nie tej rów­no­wa­gi ozna­cza kło­po­ty wy­cho­waw­cze naj­pierw dla ro­dzi­ców, a potem dla na­uczy­cie­li, któ­rzy nie będą po­tra­fi­li za­pa­no­wać nad „roz­pusz­czo­ny­mi” dzieć­mi.W re­la­cjach do­ro­słe­go z dziec­kiem muszą być wy­zna­cza­ne gra­ni­ce i sta­wia­ne wy­ma­ga­nia. Dzię­ki ich eg­ze­kwo­wa­niu dzie­ci uczą się od­po­wie­dzial­no­ści za to, co robią i jak się za­cho­wu­ją, a także re­la­cji i zasad współ­ży­cia z in­ny­mi. Dys­cy­pli­na nie jest skie­ro­wa­na prze­ciw­ko dzie­ciom, ale prze­ciw­ko ich nie­wła­ści­we­mu za­cho­wa­niu. Je­że­li małe dziec­ko źle się za­cho­wu­je, to do­ro­sły po­wi­nien sta­rać się zro­zu­mieć, dla­cze­go tak po­stą­pi­ło. Na­le­ży też pa­mię­tać, że im młod­sze dziec­ko, tym czę­ściej trze­ba mu wszyst­ko tłu­ma­czyć, nawet po kilka razy. Gdy dziec­ko uszczy­pa­ło ko­le­gę, to nie trze­ba mówić: nie wolno, tak się nie robi, źle się za­cho­wa­łeś, tylko na­le­ży wy­tłu­ma­czyć, że ko­le­gę to bar­dzo bo­la­ło. Do­brze jest też przy­po­mnieć dziec­ku sy­tu­ację, w któ­rej z tego sa­me­go po­wo­du ono cier­pia­ło i pła­ka­ło. Nie wolno być po­błaż­li­wym ani obo­jęt­nym wobec złego za­cho­wa­nia, bo to daje dziec­ku prze­wa­gę nad do­ro­słym i pewne jest, że przy naj­bliż­szej oka­zji po­now­nie źle się za­cho­wa.Prze­strze­gam rów­nież przed sto­so­wa­niem wobec dzie­ci kary cie­le­snej (fi­zycz­nej), gdyż nie jest to sku­tecz­na me­to­da wy­cho­waw­cza. Ro­dzi­ce, któ­rzy ją sto­su­ją, roz­ła­do­wu­ją wła­sne stre­sy i emo­cje, oka­zu­ją swoją bez­rad­ność wobec dziec­ka oraz pre­zen­tu­ją ni­skie po­czu­cie kom­pe­ten­cji wy­cho­waw­czych. Kary cie­le­sne wy­wie­ra­ją ne­ga­tyw­ny i bez­po­śred­ni wpływ na roz­wój psy­chicz­ny dziec­ka. Skut­ki sto­so­wa­nia tych kar to niska sa­mo­oce­na, po­czu­cie wsty­du i winy, pod­wyż­szo­ny sto­pień agre­sji (w tym au­to­agre­sja), po­czu­cie od­rzu­ce­nia, pod­wyż­szo­ny po­ziom lęku oraz nad­po­bu­dli­wość.Po­słu­szeń­stwo dziec­ka nie ozna­cza ule­gło­ści wobec do­ro­słe­go, ale gdy tak już się sta­nie, to utra­ci ono po­czu­cie wła­snej war­to­ści. Za­cznie bun­to­wać się prze­ciw­ko ro­dzi­com, gło­śno pro­te­sto­wać: nie będę – bo nie…, nie chcę – bo nie… W ta­kiej sy­tu­acji na­le­ży po­roz­ma­wiać z dziec­kiem, aby uświa­do­mi­ło sobie zna­cze­nie słów, które wy­po­wie­dzia­ło. Na przy­kład: mama prosi dziec­ko o sprząt­nię­cie za­ba­wek, a ono z całą sta­now­czo­ścią od­po­wia­da: nie… Na py­ta­nie: dla­cze­go nie chcesz? naj­czę­ściej wzru­sza ra­mio­na­mi lub mówi: bo nie… W ta­kiej lub po­dob­nej sy­tu­acji pro­po­nu­ję od­cze­kać do chwi­li, gdy dziec­ko na przy­kład bę­dzie chcia­ło obej­rzeć w te­le­wi­zji swoją ulu­bio­ną bajkę. Wów­czas sta­now­czym gło­sem na­le­ży po­wie­dzieć dziec­ku: nie, bo nie… i kon­se­kwent­nie od­ma­wiać przez cały dzień, nawet wtedy gdy za­cznie pła­kać. Za­pew­niam, że przy naj­bliż­szej oka­zji, gdy do­ro­sły po­pro­si o po­sprzą­ta­nie za­ba­wek, dziec­ko zrobi to chęt­nie, mając w pa­mię­ci sta­now­cze za­cho­wa­nie matki. Zro­zu­mie rów­nież, że bun­to­wa­nie się nie ma sensu. Gro­że­nie w stylu: nie po­sprzą­tasz za­ba­wek, to za karę jutro nie obej­rzysz te­le­wi­zji nie ma sensu. Ist­nie­je duże praw­do­po­do­bień­stwo, że z po­wo­du po­śpie­chu, na­tło­ku obo­wiąz­ków do­ro­sły za­po­mni o wy­zna­czo­nej karze. Złe za­cho­wa­nie za­wsze musi się wią­zać z kon­se­kwen­cja­mi, nawet gdy dziec­ko bę­dzie mu­sia­ło tro­chę po­cier­pieć i o tym na­le­ży pa­mię­tać.Rola do­ro­słe­go po­le­ga na po­dej­mo­wa­niu dzia­łań zmie­rza­ją­cych do zmia­ny za­cho­wa­nia po­przez wer­ba­li­zo­wa­nie swo­ich ocze­ki­wań, sta­wia­nie gra­nic, po­no­sze­nie przez dziec­ko kon­se­kwen­cji w przy­pad­ku ich prze­kro­cze­nia, a także udzie­la­nie po­mo­cy w wy­cią­gnię­ciu wnio­sków i na­pra­wie­niu szko­dy.We­dług psy­cho­lo­gów drogą do od­no­sze­nia suk­ce­sów jest dys­cy­pli­na, a więc umowy, na­ka­zy i za­ka­zy. Po­ma­ga­ją one dziec­ku w osią­gnię­ciu sa­mo­dy­scy­pli­ny, uczą wy­trwa­ło­ści oraz cier­pli­wo­ści w dą­że­niu do osią­gnię­cia celu. Ak­cep­to­wa­nie po­trzeb (uczuć) dziec­ka, wiara w jego moż­li­wo­ści (zdol­no­ści), do­strze­ga­nie i wzmac­nia­nie jego sta­rań i mó­wie­nie mu o tym uczy po­czu­cia wła­snej war­to­ści, a także roz­wią­zy­wa­nia pro­ble­mów.**Lista zasad, o któ­rych na­le­ży pa­mię­tać w po­stę­po­wa­niu z dziec­kiem*** **Wiek dziec­ka nie może być uspra­wie­dli­wie­niem jego złego za­cho­wa­nia. Małe dzie­ci uczą się wła­ści­we­go za­cho­wa­nia po­przez do­świad­cze­nie, a nie tylko po­przez to, co sły­szą. Dla­te­go bez wzglę­du na wiek te­stu­ją usta­lo­ne przez do­ro­słych gra­ni­ce, pró­bu­jąc w ten spo­sób do­wie­dzieć się, ja­ki­mi pra­wa­mi rzą­dzi się ota­cza­ją­ca je rze­czy­wi­stość.**
* **Wszyst­kie dzie­ci pró­bu­ją wy­mu­szać na do­ro­słych różne rze­czy pła­czem i krzy­kiem. Zwra­ca­jąc im uwagę na nie­wła­ści­we za­cho­wa­nie, za­wsze na­le­ży mówić spo­koj­nym, opa­no­wa­nym gło­sem. Nie trze­ba krzy­czeć, bo dziec­ko w na­tu­ral­ny spo­sób bę­dzie sta­ra­ło się do­ro­słe­go prze­krzy­czeć. Tylko spo­koj­ne mó­wie­nie po­zwo­li mu sku­pić się na tym, co do­ro­sły mówi.**
* **Zwra­ca­jąc uwagę dziec­ku, na­le­ży się po­słu­gi­wać pro­stym słow­nic­twem i mówić krót­ki­mi zda­nia­mi. Do­pie­ro wtedy to, o czym mówi do­ro­sły, bę­dzie dla dziec­ka zro­zu­mia­łe.**
* **Jak naj­wcze­śniej, bo już ok. dru­gie­go roku życia do­ro­sły może usta­lić dziec­ku gra­ni­ce, któ­rych nie wolno prze­kra­czać. Nie na­le­ży pytać dziec­ka: czy to zro­bisz?, lecz sta­now­czym gło­sem po­wie­dzieć: masz to zro­bić.**
* **Gdy do­ro­sły po­peł­ni błąd, po­wi­nien się do niego przy­znać i uznać rację dziec­ka. Wów­czas na­bie­rze ono prze­ko­na­nia, że do­ro­sły jest spra­wie­dli­wy.**
* **Do­ro­sły musi być kon­se­kwent­ny w po­stę­po­wa­niu z dziec­kiem wtedy, gdy:**
* **- na­kła­da na dziec­ko karę (nie na­le­ży jej za­po­wia­dać ani od­ra­czać, lecz wy­ko­nać);**
* **- skła­da obiet­ni­cę (za­wsze na­le­ży do­trzy­my­wać słowa). Kon­se­kwent­ne po­stę­po­wa­nie do­ro­słe­go daje dziec­ku po­czu­cie bez­pie­czeń­stwa i przy­czy­nia się do bu­do­wa­nia jego au­to­ry­te­tu.**
* **Dys­cy­pli­nę sto­su­je się głów­nie po to, aby na­uczyć dziec­ko po­praw­ne­go za­cho­wa­nia, a nie po to, aby je uka­rać. Je­że­li kara jest ko­niecz­na, to naj­le­piej, gdyby spo­śród za­pro­po­no­wa­nych przez do­ro­słe­go kar dziec­ko wy­bra­ło ją sobie samo.**

Autor: Bliżej Przedszkola nr.4/ kwiecień 2013/Ewa Zielińska |