

## Konsekwencje czy kary

(wg podręcznika Joanny Sakowskiej  
Szkoła dla rodziców i wychowawców)

- **Kary są szkodliwe: ranią, uczą przemocy, niszczą samoocenę, wzbudzają gniew, zakłócają proces uczenia i wpływają negatywnie na relację między rodzicem a dzieckiem.**
- Decydując się na ukaranie dziecka, rodzice nie czują potrzeby odkrycia przyczyny niepożądanego zachowania, wykorzystują jedynie fakt, że są więksi i mają nad dzieckiem władzę i przewagę. Dziecko odczuwa w takiej chwili dysonans: osoba, która je kocha i powinna się o nie troszczyć, świadomie decyduje się, by sprawić mu przykrość i ból.

Jeśli dziecko przeżywa silne uczucia, nie jest w stanie racjonalnie myśleć, wyciągać wniosków, analizować. Czy w takim razie możliwe jest osiągnięcie takich efektów, jakie opisane zostały przy omawianiu funkcji wychowawczej kary? (porównać obie listy). Oczywiście najczęściej nie. Kara, choć na pierwszy rzut oka wydaje się skuteczna, na dłuższą metę okazuje się mało przydatna.

Co w takim razie robić? Czy mamy akceptować niewłaściwe zachowanie dziecka?

**ABSOLUTNIE NIE. DZIECKO MUSI ODCZUWAĆ KONSEKWENCJE SWEGO ZŁEGO ZACHOWANIA. KONSEKWENCJE WYCHOWUJĄ - KARY RANIĄ.**

Konsekwencje są naturalnym wynikiem zachowania dziecka.

Jaka kara jest wychowawczo skuteczna?". Liczne eksperymenty pokazują, jak trudno ustalić, jaki skutek osiąga kara. Pozornie im kara dotkliwsza, tym skuteczniejsza. Jednocześnie im dotkliwsza, tym więcej pociąga skutków ubocznych, mocno niepożądanych: strach, nienawiść, bunt, agresja, okrucieństwo, nerwice. Kara to przykrość następująca po złym czynie, ale jak ta przykrość ma wyglądać, kto ma ją zadawać i jaką pełni rolę? Inaczej podchodzi do tego zagadnienia psycholog, inaczej pedagog, a jeszcze inaczej prawnik.

Psycholog najczęściej będzie akceptował taką „karę”, która pojawi się sama, w postaci konsekwencji po niewłaściwym czynie. Co najwyżej będzie chciał owe konsekwencje wyeksponować, wzmocnić i uświadomić karanemu. Jest to więc kara „naturalna” lub, jak obecnie często się mówi - sygnał informacyjny, bo informuje o popełnionym błędzie. Informuje o nim: ból po dotknięciu gorącego żelazka; rozlana kasza, gdy się przy jedzeniu „błaznowało”; stracone możliwości zabawy, gdy lekcje nie odrobione; smutek matki itd. W ten sposób dziecko uczy się co złe, a co dobre, co szkodliwe, a co pożyteczne, co bezpieczne, a co zagrażające.

Kara (w tradycyjnym rozumieniu) najwyżej ostrzeże przed tym, czego nie należy robić, lecz nie nauczy. tego co czynić się powinno. Tę naukę dziecko otrzyma nie wtedy, gdy się je skarci, gdy mu się zakaże pewnych działań, ale wtedy, gdy się jego właściwe postępowanie odpowiednio nagrodzi - i to nie materialnie, ale wyrażając akceptację. Dostarczamy wówczas wzoru odpowiedniego postępowania. Dla człowieka bowiem ważne jest to, żeby wiedział, co jest dobre, szlachetne, słuszne i czynił dobrze z własnej woli i przekonania, a nie pod przymusem i ze strachu. Tylko takie postępowanie ma wartość moralną i szansę na trwałość.

Pedagog, zwłaszcza taki, który jest nastawiony bardziej na realizowanie założonych przez siebie celów wychowawczych, bez specjalnego liczenia się z mechanizmami psychicznymi dziecka (jak również tego pokroju rodzice), sam zabiega o dostarczenie dziecku dowolnie wybranej przykrości po popełnieniu wykroczenia. Tego typu pedagog nie będzie się zastanawiać, czy stosować kary, ale jakie - takie żeby były pedagogiczne - to znaczy, żeby odstraszyły od złego zachowania i stworzyły pozytywne nawyki.

Czasami jest to skuteczne, nie można tego jednak nazwać wychowaniem, lecz tresurą, a człowieka wytresować się nie da. Karami i strachem można go najwyżej zmusić do chwilowej uległości, po której bardzo często następuje bunt przeciwko narzuconym siłą formom postępowania, co objawia się w bardziej lub mniej maskowanej agresji w stosunku do rodziców, a także do otoczenia. Agresywna młodzież zwykle była w domu bita i karana.

Prawnik widzi cel kary w chronieniu społeczeństwa przed działalnością przestępczą, a również w odstraszeniu od wykroczeń. Zależy mu także, aby miała miejsce w jego pojęciu sprawiedliwość, która kieruje się

### **W relacjach między ludźmi jeśli występuje niewłaściwe zachowanie, takie którego nie oczekujemy możemy zastosować działania:**

#### **A. Wskaż pomocną metodę.**

„Widzę, że masz kłopot ze zrobieniem, wykonaniem mojego polecenia, zrealizowaniem mojej prośby. Mogę podpowiedzieć Ci jak masz to zrobić”

#### **B. Wyraź ostry sprzeciw (nie atakując dziecka).**

jestem bardzo niezadowolony, nie podoba mi się.... to co robisz utrudnia mi dalsze działania.”

#### **C. Wyraź swoje oczekiwania.**

„Oczekuję, że najdalej ..... za .....minut, godzinę, jutro po zrobisz to”

#### **D. Pokaż, jak można naprawić zło.**

„Chcę, abyś to wykonał . Jeśli będziesz miał kłopot i potrzebował pomocy, powiedz mi o tym wcześniej. Na przyszłość uprzedź mnie, że masz trudności.”

#### **E. Zaproponuj wybór.**

„Możesz to zrobić dzisiaj albo jutro ale później już poproszę o to kogoś innego a Ty nie otrzymasz ”

#### **F. Daj odczuć konsekwencje.**

„Kiedy nie dotrzymujesz tego na co się umówiliśmy, obawiam się współpracy z Tobą. Nie mam ochoty się z tobą kontaktować bo jest mi przykro.”

### **WIĘCEJ NA TEMAT DYSCYPLINY I KONSEKWENCJI**

#### **A. Wdrażanie do dyscypliny dzieci łamiących zakazy nastęrczać może wielu trudności.**

( Kiedy stanowisko rodziców w sprawie zakazów jest zdecydowane, a sam nakaz został sformułowany nienapastliwym językiem, dziecko zwykle się dostosowuje (Ginott 1998).

Przypomnę raz jeszcze to, o czym była mowa przy okazji zajęć dotyczących granic. Dzieciom są potrzebne jasne, przejrzyste reguły. Chcą wiedzieć, jakie zachowania akceptujemy, a jakie nam się nie podobają. Ta jasność buduje ich poczucie bezpieczeństwa. Dezaprobata, gniew rodziców są wystarczającym hamulcem, pod warunkiem, że odnoszą się do konkretnego czynu , a nie do dziecka jako takiego („jestem zła, że stłukłeś moją filiżankę”, zamiast „jesteś niedorajdą”).

### **Co jednak robić, gdy dziecko nie przestrzega ustanowionej zasady?**

Uczenie dyscypliny wewnętrznej zaczyna się bardzo wcześnie, polega na tym, że w sposób jasny i klarowny pokazujemy dziecku, jakie są granice naszej tolerancji. Ustalenie, jakie zachowania są dopuszczalne, należy do dorosłych. Nie można palić ani pić. Nie można używać wulgarnych słów. Nie można bić. Trzeba szanować własność i prywatność innych ludzi itd.

Dorosły powinien być stanowczy (co nie znaczy napastliwy). W reakcji na łamanie przez dziecko ograniczeń nie należy wdawać się w sprzeczkę czy rozwlekłą argumentację. Nie można dać się wciągnąć w dyskusję na temat uczciwości czy nieuczciwości zakazu ani w długi wywód uzasadniający jego istnienie – dlaczego nie wolno bić siostry, wybijać okien, wracać zbyt późno do domu, kłamać itd.

Złamanie danego ustalenia w naturalny sposób pociąga za sobą konsekwencję regulaminową (w psychologii adlerowskiej używa się terminu konsekwencje logiczne), np. jeżeli nie przyszedłeś do domu zgodnie z umową, zostaniesz „uziemiony” na następny weekend; jeżeli zamalowałeś głupimi rysunkami ścianę w szkole, to odnowisz ją itd.

Konsekwencje regulaminowe powinny być sformułowane jako reguły zachowania się. Nie jest konieczne, aby dziecko się na nie zgadzało. To rodzic je wyznacza. Np. jeżeli nie będziesz karmił i wyprowadzał psa, będziemy musieli znaleźć dla niego troskliwszych opiekunów” lub „Od przyszłego poniedziałku będę pracować tylko w ubraniach, które będą w koszu na brudną bieliznę”.

Kiedy rodzic chce stworzyć nową konsekwencję regulaminową (zmienić sposób postępowania), powinien:

- Uprzedzić dziecko o zmianie, np. „Od jutra nie będę czekać na Ciebie z obiadem. Jeżeli się spóźnisz, będziesz sam odgrzewał i sam jadł”.
- Utrzymywać stanowczo nową politykę, ponieważ dziecko będzie próbowało sprawdzić, na ile rodzic jest konsekwentny i zdecydowany wprowadzić w czyn swoje postanowienie, np. dziecko spóźniło się i mama nie biegnie do kuchni, aby podgrzać i podać obiad.

**W stosowaniu konsekwencji należy ograniczyć słowa do minimum**, a robić to, co jest przewidziane. Minimum słów, maksimum czynów, np. dziecko samotnie je obiad, rodzic jednak nie prawi mu „kazania” z powodu spóźnienia (Ginott 1998).

Powyższe zasady, choć wydają się proste, wielu rodzicom nastroczają w praktyce sporo trudności. Przyczyny ich to, np.:

- lęk przed narażeniem dziecka na konsekwencje (płacz, żal, gdy pies faktycznie zostanie oddany, obawa, że dziecko będzie głodne itp.);
- nieumiejętność jasnego określania swoich oczekiwań i wymaganych reguł zachowania (patrz również zajęcia o granicach i o zachęcaniu dziecka do współpracy);
- niejako „niepoważne” traktowanie przez rodzica stawianych dziecku wymagań (dziecko wyczuwa, że może znaleźć sposób, aby osiągnąć swoje). Trzeba tu jednak unikać nieporozumień - brak konsekwencji jest błędem, ale błędem jest również konsekwencja bezwzględna. Dziecko musi wiedzieć, że jego prośba ma znaczenie, może być wysłuchana i jeśli istnieją ku temu uzasadnione powody, decyzja rodziców może być zmieniona;
- stawianie zbyt wygórowanych i zbyt wielu wymagań. Jeżeli nie uwzględniają one

możliwości dziecka, wywołują jego zniechęcenie.

**Warto też uświadomić sobie, że rodzice odpowiedzialni są za modyfikowanie zachowań dziecka** - nie za to, aby w każdym momencie było ono szczęśliwe (Ginott 1998).

Czy pozwalając dzieciom na wszystko w imię ich dobrego samopoczucia (np. tolerowanie okrucieństwa wobec zwierząt, wulgarne słowa, wyśmiewanie słabszych) można przekazać im pewne wartości? Nie - może być odpowiedzią kochających rodziców. Jeśli podejmujemy działanie, które ma na celu położenie kresu niewłaściwemu zachowaniu dziecka, to wyświadczamy mu przysługę.

Czyli:

**NIE KARA - a właściwe DZIAŁANIE,**

**NIE KARA - a właściwe KONSEKWENCJE.**

To daje dziecku możliwość zastanowienia się nad sobą, daje szansę na zmianę i rozwój.

**B.** Kara w tradycyjnym rozumieniu (w tym kara cielesna, krzyk, odebranie przywilejów itd.) oprócz tego, że prowadzi donikąd, pociąga za sobą niepożądany skutek uboczny, gdyż przeszkadza w rozwoju sumienia dziecka. Kiedy karzymy dziecko, odbieramy mu szansę przyjrzenia się sobie samemu. Tak zastosowana kara zbyt łatwo uwalnia od poczucia winy - dziecko czuje, że „zapłaciło” już za swój występki, wyrok został wykonany. Selma Fraiberg (Ginott 1998, s. 102) nazywa to „podejściem księgowym” - niewłaściwe postępkami mogą mieć miejsce, zostają zaksięgowane po stronie „winien” i są spłacane w postaci różnych kar. Rachunek zostaje wyrównany i można od początku rozpocząć „księgowanie”. Ilustruje to wyraźnie wypowiedź 14-letniego chłopca. Pół żartem, pół serio oświadczył mamie, że wspólnie z kolegą doszli do wniosku, że „najgorzej jest mieć matkę psychologa, bo »normalna« matka, jak człowiek coś zbroi, to spuści manto, postawi szlaban albo nawrzeszczy i ma się sprawę z głowy. A wy (tzn. matki »nienormalne«) to jakoś tak robicie, że człowiek musi przemyśleć, zastanowić się i sam coś z tym zrobić”. No cóż. Zgadza się, że jest to dla „człowieka” dużo trudniejsze.

**C.** Niektórzy rodzice uważają, że słusznym skutecznym sposobem wyegzekwowania posłuszeństwa dzieci jest odmawianie im miłości, np. „nie będę Cię kochał, jeśli nie postąpisz tak, jak mówię”. Takie traktowanie dzieci w pełni zasługuje na miano nieludzkiego. Miłość nie obwarowana żadnymi warunkami jest nad rzędnym prawem dziecka. Każde dziecko ma prawo czuć ze stuprocentową pewnością, że jest kochane. Nie oznacza to, że jego zachowanie spotyka się zawsze z aprobatą. Należy dokonać wyraźnego rozgraniczenia. Przesłanie będzie wówczas wyglądało np. tak:

„Kocham Cię i nie zgadzam się na to, co robisz”.

„Kocham Cię i nie pozwalam na pewne zachowania”.

„Akceptuję bez zastrzeżeń Ciebie i nie zamierzam akceptować nieodpowiedniego zachowania”.

**D.** Jeszcze inni rodzice sądzą, że bardzo dobrze jest, jeśli dziecko długo i mocno będzie czuło się winne z powodu swego wykroczenia. Poczucie winy – jak najbardziej prawidłowe i pożądane po złym zachowaniu –w momencie gdy staje się narzędziem manipulacji w rękach rodziców („pocierp jeszcze, to lepiej zapamiętasz, bardziej skruszejesz”), może prowadzić do niepożądanych skutków. Dziecko „przywalone” poczuciem winy nie jest w stanie myśleć o zmianie swego zachowania. Czasami też próbuje pozbyć się „ciężaru” uruchamiając psychiczne mechanizmy obronne (racjonalizacji, projekcji i in.).

**Dziecko potrzebuje pomocy we wskazaniu mu, jak może naprawić zło (zadośćuczynić), i przebaczenia.**

Rodzice pytają wielokrotnie – „to co, za każdym razem mam mu przebaczyć? A jutro czy pojutrze zrobi to samo!”.

Fundamentalne pytanie: „Ile razy mam przebaczyć, Panie? Czy aż siedem razy?” (Mt. 18, 21-22). A ile razy chcesz, Rodzicu, aby Tobie przebaczone?

„Niech słońce nie zachodzi nad waszym gniewem” (Ef. 4, 26). Nadal są takie domy, takie rodziny, gdzie nie idzie się spać bez pojednania, jeżeli coś „niemiłego” w ciągu minionego dnia się wydarzyło. Jednak pojednanie, przebaczenie to nie to samo co „wyartykułowanie” słowa „przepraszam”, aby — mówiąc językiem młodzieżowym — mieć „problem z głową”. PRZEPRASZAM musi oznaczać: „wiem, co zrobiłam źle, żałuję tego i chcę zmienić swoje zachowanie”. Niestety, to my, dorośli, często dewaluujemy znaczenie tego słowa:

„No już, chłopcy, podajcie sobie ręce, powiedzcie przepraszam” (przerywając bójkę albo kłótnię).

„Idź, przeproś natychmiast siostrę” (a dziecko czuje się skrzywdzone i nawet nie bardzo wie, za co ma przeprosić). W ten sposób dzieci zamiast szczerzej skruchy i chęci poprawy czują złość, bunt, niezrozumienie, skrzywdzenie itd. Uczą się też, że wystarczy wyartykułować to słowo i sprawa przestaje istnieć, „księgowy” dokonał rozliczenia między stroną „winien” i „ma” („no, przecież przeprosiłem, o co chodzi”). Nie chodzi tu o słowo, ale o zmianę. Zmianę, która dokonać się musi w sercu i zachowaniu dziecka.

7. Zadanie. Zapisz sytuacje, w których zamiast tradycyjnej kary zastosowałeś/łaś **konsekwencję**.

Przygotowała psycholog Joanna Anforowicz