Czy karać dziecko?

Dyscyplinowanie dzieci, uczenie ich życia i zasad, jakie nim rządzą to dla każdego rodzica spore wyzwanie. Dzisiaj, bardziej niż kiedykolwiek wcześniej, opiekunowie stoją przed dylematem, czy i jak karać pociechę. Zdecydowanie odrzucamy kary cielesne, ale co z zakazami i nagrodami? Czy są akceptowalne? Jeśli nie, to dlaczego? I czym ewentualnie można je zastąpić?

**Dzisiaj nikt już nie zastanawia się, jak karać, ale czy w ogóle karać dziecko.** Rodzice szukają najlepszych sposobów na to, by nauczyć swoją pociechę przestrzegania zasad i funkcjonowania w społeczeństwie. Na szczęście okazuje się, że jest wiele innych skutecznych metod, które nie noszą znamion przemocy fizycznej czy psychicznej. Wszystko jednak zaczyna się od rozmowy.

**Rozmowa, rozmowa i jeszcze raz rozmowa**

Rozmowa, która nie oznacza, że Ty mówisz, a dziecko ma słuchać. Dialog, jaki nawiązujesz ze swoja pociechą da Ci wiele informacji na temat pobudek, które kierowały nią, kiedy uderzyła brata lub z premedytacją wylała wodę na obrus. Co doprowadziło do wybuchu złości? Dlaczego zareagowała w ten, a nie w inny sposób? Jak mogła inaczej okazać swoje niezadowolenie, lęk, złość? Rozmowa buduje więzi, uczy sztuki komunikacji werbalnej, daje dziecku sygnał: „Jestem tu, wysłucham Cię i pomogę”. Buduje zaufanie, co jest szczególnie istotne kiedy Twój figlarny przedszkolak nie wiedzieć kiedy stanie się zbuntowanym nastolatkiem.

Rozmowa sprawdzi się zawsze, również wtedy, gdy jednak uznasz, że dziecko zasłużyło na karę. Nie wystarczy po prostu zakazać czegoś, trzeba jeszcze wytłumaczyć, jaki jest powód Twojej decyzji. Racjonalne argumenty pokazują, że działasz świadomie, dobrze wiesz co robisz, i że nie zmienisz swojej postawy.

**Konsekwencja i zasady**

Kiedy zrozumiesz, że wiele sytuacji (ich przebieg i finał) zależą w dużej mierze od Twojej postawy, nie będziesz już musiał zastanawiać się, **czy karać dziecko.** Opracuj zasady, które obowiązują w Waszym domu i w środowisku ogólnie (w szkole, w restauracji, gdy idziecie do przyjaciół). Oczywiście powinny to być podstawowe i krótkie hasła typu „nie krzyczymy”, „nie bijemy” itd. Dobrze, gdy co pewien czas je sobie przypominacie i utrwalacie. Kiedy zabronisz dziecku zabawy zapałkami to uargumentuj, dlaczego. Nie zmieniaj zdania pod wpływem jego usilnych próśb. Jeżeli wiesz, że dane zachowanie jest dla niego złe lub niebezpieczne **Twoim obowiązkiem jest ochrona i konsekwencja.** Dzieci – starsze i młodsze pomimo tego, że się buntują to tak naprawdę bardzo potrzebują zasad. Dają im one poczucie bezpieczeństwa i pewność, że obok nich jest ktoś, komu bardzo zależy, żeby były szczęśliwe.

**Czy karać dziecko?**

Choć kary zazwyczaj nie są konieczne żeby zdyscyplinować malucha lub nastolatka, to czasami są bronią, którą warto mieć w zanadrzu. Dotyczy to szczególnie sytuacji, która wymaga natychmiastowej reakcji i po kilku próbach załagodzenia nadal nie udało się jej rozwiązać. Gdy coś zagraża dziecku (np. wbiega ono na ulicę, po której jeżdżą auta) musisz po pierwsze zapewnić mu bezpieczeństwo. Kiedy rozmowa, tłumaczenie i prośby nie działają możesz sięgnąć po karę. Ale pamiętaj, że powinna być ona bezpośrednio związana z daną sytuacją, a nie oderwana od niej. Czyli na powyższym przykładzie, jeżeli dziecko z premedytacją ucieka z chodnika najlepszym rozwiązaniem będzie przerwanie spaceru i powrót do domu lub zmiana trasy i tym samym rezygnacja z wizyty na placu zabaw.

**Nie działaj schematycznie!**

Pamiętaj, że każde dziecko jest inne i podobnie jak każda sytuacja, w której się znajdzie wymaga indywidualnego potraktowania. Zdarza się, że maluch bije, bo starsze rodzeństwo prowokuje go lub dokucza mu w sposób werbalny. Nie znając innej metody broni się, używając siły. Karanie w takiej sytuacji nie jest najlepszym rozwiązaniem – nie uczy i nie dostarcza narzędzi do radzenia sobie w konfliktach, które wybuchną w przyszłości.

Zatem jak działać?

* Obserwuj i analizuj sytuację, która doprowadziła do konfliktu lub zdenerwowania dziecka.
* Nazywaj emocje dziecka: Wiem, że się zdenerwowałeś…, rozumiem, że to Cię zmartwiło…. .
* Daj dziecku czas, żeby ochłonęło.
* Proponuj rozwiązania problemów.
* Wspieraj i zachowaj spokój – to trudne w napiętych sytuacjach, ale pamiętaj, że dziecko uczy się przez naśladowanie. Twoje nerwy udzielają się jemu i nakręcają spiralę złości.

Zawsze miej na uwadze, że Twoje dziecko czy nastolatek to człowiek z całą gamą uczuć i emocji, których jeszcze się uczy. Gdy zastanawiasz się, **czy karać dziecko**, zadaj sobie pytanie, czy jego zachowanie, aby na pewno jest wynikiem robienia na złość lub działania z premedytacją. **Zazwyczaj nie!** I choć trudno w to uwierzyć, młodzi ludzie nie zawsze zdają sobie sprawę z tego, że ich postępowanie, czyny czy słowa są złe, ranią lub krzywdzą. Jako rodzic musisz pomóc im w odróżnianiu dobra od zła, a do tego nie zawsze potrzebne są kary i nagrody. Bardzo często wystarczy rozmowa, przytulenie i wspólna próba rozwiązania problemu. Wtedy jest spora szansa, że z takiego zdarzenia obydwoje wyjdziecie silniejsi.

Źródło internetowe