

Neki roditelji vole nagrađivati djecu različitim stvarima kao dodatak pohvali i dodiru. Te stvari mogu biti raznolike: od naljepnice do igračke. Stvari koje se koriste kao nagradu nikada ne smiju zamijeniti roditeljske emocije ili roditeljsko prepoznavanje roditeljskih potreba.

Kad djeca postanu veća davanje džeparca je dobar način da ih se nagradi. Džeparac uči djecu kako biti odgovoran i postupati s novcem. S djetetom se treba dogovoriti o iznosu džeparca i planu postupanja s novcima.

Kažnjavanje također može biti dio discipline, no to nikako ne smije biti fizičko kažnjavanje koje potiče djecu da misle loše o sebi i drugima. Gubitak privilegija ako je osnovan, ima puno bolji efekt.

No, nikad ne treba kažnjavati malu djecu (djecu ispod dvije i pol do tri godine). Zašto?

- * mala djeca na razliku uzrok i posljedicu
- * oni ne rade štetu namjerno, oni samo istražuju okolinu
- * još nemaju kognitivne sposobnosti da razlikuju dobro od lošeg

Djeca između 2 i pol i 11 godina se mogu kazniti gubitkom privilegija. Privilegija je pravo koje daju roditelji, npr. TV, igranje određenom lutkom u kući i sl. Ako dijete zloupotrijebi objekt ili privilegiju, gubi je na neko vrijeme.

Ograničavanje je pogodno za djecu stariju od 3 i pol godine. Ako dijete napusti dvorište bez dozvole, treba ga kazniti ograničavanjem kretanja samo na dvorište. No, dijete mora razumjeti da napuštanje dvorišta nije u redu. Ako dijete ne razumije da njegovo ponašanje nije ispravno ne treba koristiti ograničavanje kao način kažnjavanja.

Roditeljsko razočarenje je pogodno kao kazna za djecu stariju od 2 i pol godine. To je tvrdnja koja izražava razočarenje djetetovim izborom ponašanja. ("Razočarana sam jer si istukao sestrut!"). Treba paziti da se razočarenje odnosi na izbor ponašanja, a ne na dijete kao osobu.

PREPORUKE RODITELJIMA

Objasnite djetetu što od njega očekujete.

Jasnim glasom dajte djetetu do znanja što je neprihvatljivo. Takav glas pokazuje da se ne radi o igri.

NE znači odmah prestati s određenim ponašanjem.

Štedite NE za velike stvari.

Budite dosljedni. NE uvijek mora ostati NE za nepoželjno ponašanje. Ako niste dosljedni ne očekujte da to bude vaše dijete.

Dajte djetetu realistične izbore i posljedice. Prijetnje nisu realistične ako ih roditelj ne može održati.

Nagovorite djecu na kooperativnost. Ako dijete shvati koje ponašanje zadovoljava roditelje, ono to ponašanje ponavlja jer voli ugoditi roditeljima.

Umjesto da kažnjavate ono što nećete, nagradite ono što hoćete.

Komunicirajte s djetetom. Djeca vrlo brzo nauče da su roditelji ljudi s kojima mogu razgovarati ili ljudi koje treba izbjegavati, lagati im ili poricati stavove ili osjećaje, jer oni zapravo i ne slušaju.

Budite modeli za poželjno ponašanje. Roditelji su inače primarni modeli za djecu. Kad su to roditeljske akcije sukladno njegovim riječima, djeca uče poželjno ponašanje kroz gledanje, slušanje i imitiranje roditelja.

SAVJETI O DISCIPLINI

POSTAVLJANJE GRANICA

Roditelji trebaju djeci postaviti granice kako bi djeca znala što će mu roditelji tolerirati, a što neće, odnosno uvjete pod kojima mogu sudjelovati u nekoj aktivnosti, te koje privilegije i pod kojim uvjetima mogu dobiti.

Granice moraju biti jasne, konkretnе i dobro definirane. Djetetu treba jasno reći što od njega želite, koje opcije su mu na raspolaganju, te što je pozitivan ishod njegove kooperativnosti. Npr. "Pročitat ću ti sljedeće poglavije priče ako budeš u pidžami, s opranim zubima u krevetu do 8 h". Dobro postavljene granice moraju uvažavati potrebe i roditelja i djeteta, te omogućiti i Vama i djetetu da dobijete što želite. Npr. «Sa zadovoljstvom ću te odvesti u Šibenik čim završiš zadaću». Ili koristeći se prošlim iskustvom možete predvidjeti što će željeti Vaše dijete, a znate što želite Vi. Npr. da li će Vas pitati da mu kupite slatkiše čim uđete u samoposlužu. Što obično želi iz dućana? Što mu Vi želite kupiti, odnosno koliko novaca ste spremni potrošiti. Dakle, pri postavljanju granica treba uzeti u obzir i potrebe roditelja i potrebe djeteta.

Postavljanjem granica izbjegavamo nastanak problema jer ih postavljamo prije nego što problem nastane ili barem prije nego što se produbi i zakomplicira odnose s djetetom. Npr. "Danas u dućanu nećemo kupovati slatkiše.", ili "Kad dođemo u dućan možeš izabrati jednu vrstu cornflakes-a."

Dobro postavljene granice su usmjerene na pozitivan ishod djetetove suradnje. Postavite ih kao obećanje, a ne kao prijetnje, npr. "Možeš gledati film ako napišeš zadaču i pospremiš svoj stol do 7.", a ne "Nećeš gledati film ako ne napišeš zadaču do 7." Mogu biti i u obliku informacije: "Kuhinja se zatvara u 8 navečer".

Budite dosljedni! Ako niste spremni izdržati i ne nagraditi dijete privilegijom ako ne obavi svoj zadatak nemojte ni postavljati granice. Ne popuštajte djetetovim pritiscima: "Još samo ovaj put", jer ćete inače pokazati djetetu da ne mislite ono što govorite i ne govorite ono što mislite, te da je u redu ako dijete ne poštuje granice koje ste postavili. Ako želite biti fleksibilni učinite to prije nego što vaše dijete zahtjeva da popustite.

Ako dijete ne uspije ispoštovati granice, izvršiti svoj zadatak jer ste mu dali premalo vremena, ili su vaše upute bile nejasne, nerazumljive, ili dijete još nije dostiglo razvojni stupanj kako bi učinilo ono što ste željeli, to znači da ste loše postavili granice.

U tom slučaju smanjite zahtjeve, odnosno postavite djetetu nove granice, dajte jasnije upute ili više vremena.

U čemu se granice razlikuju od naredbi ili pravila? Pravila i naredbe se najčešće baziraju na kazni i negativnim posljedicama za neposlušnost, dok je postavljanje granica izbjegavanje konflikata i igre moći između roditelja i djeteta, jer djetetu ostavlja otvorena vrata da promjeni svoje ponašanje kako bi zadovoljilo svoje potrebe.

Granice se ne baziraju na djetetovom strahu od emocionalne reakcije roditelja (ljutnji, neodobravanju), već dozvoljavaju pozitivne i negativne konzekvence u sigurnom okružju (negativne konzekvence su jednostavno izostanak pozitivnih). Sve dok dijete doživljava pozitivne konzekvence za svoje ponašanje granice nam pomažu da ono, a ne roditelj, bude odgovorno za svoje ponašanje.

Granice ne smiju biti prijetnje emocionalnoj sigurnosti djeteta. Granice su posebno djelotvorne ako se postavljaju u atmosferi ljubavi, prihvatanja i međusobnog poštivanja.

U čemu se postavljanje granica razlikuje od očekivanja roditelja. Granice nude pozitivan ishod povezujući ono što vi želite s onim što dijete želi.

Očekivanja su usmjerena isključivo na ono što Vi želite.

Očekivanja mogu biti prijetnja emocionalnoj sigurnosti djeteta. "Ja od tebe očekujem to i to" sugerira razočaranje, ljutnju ili kaznu ako dijete ne ispuni vaše očekivanje. Granice povezuju djetetovo ponašanje s ishodom koji nije u vezi s reakcijom roditelja te stoga ne dovodi do stresa u odnosima.

Svakom djetetu je potrebno poštovanje, fizička dobrobit, pohvala, pažnja, povjerenje, ljubav. Nježno roditeljstvo zahtjeva vještine, znanja i stav da djecu ne treba tući nego ih tretirati s poštovanjem, ljubavlju i osjećajima da su vrijedni. Ponekad roditelji ne žele povrijediti djecu, ali se nađu u situacijama kada njihove želje za kontroliranjem su jače od želja da ne povrijede. Koriste udaranje djece kao način da pokažu svoju ljutnju i neodobravanje djetetovog ponašanja. No, batine uče djecu strahu, lošoj slici o sebi, osveti i ideji da je u redu tući nekoga koga voliš. Batine ne uče djecu da poštuju pravila, donose mudre odluke, niti da imaju unutarnju kontrolu. Mnogi roditelji osjećaju da su batine akt pokazivanja ljubavi, jer smatraju da to rade za njihovo dobro. Takvi roditelji govore djeci kako ih puno vole istovremeno dok ih tuku. "Da te ne volim ne bih ti to radio. Mene boli više nego tebe. Jednog dana ćeš mi biti zahvalan za to. To je za tvoje dobro." Tako djeca uče da su ljudi koji ih vole također i ljudi koji ih povrjeđuju.

Uobičajeni rezultat je da mnoge žene izabiru muževe i partnere koji im pokazuju ljubav na isti način na koji je to činio roditelj. Zlostavljanje dijete se također identificira s roditeljem te uči i razvija stav da je fizičko kažnjavanje normalna tehniku discipliniranja, što u odrasloj dobi vodi u zlostavljačko roditeljstvo.

Što umjesto batina?

Postoje mnoge tehnike i načini koji se mogu upotrijebiti u odgoju kako bi djeca naučila razlikovati ispravno od pogrešnog i donositi pametne i mudre odlike. Najmoćniji, najsnažniji način kojim učimo djecu da se primjereni ponašaju su nagrade. Nagrade kao pohvala, nježan dodir, privilegiji kazuju djeci da uvažavamo njihov napor i pokušaje, pomažu u razvijanju djetetovog samopouzdanja, dobre slike o sebi, pokazuju da su oni i to što rade važni. Djeca će učiniti više zbog nagrade nego što će nešto izbjegavati zbog straha od kazne. Najveća nagrada djetetu je pohvala. Upotrebljavajte pohvale za njih kao osobe (volim te, divna si kćer) i pohvale za ono što rade (divno si oprala auto, dobro si zakopčao gumbe).

Nježan zagrljaj, lagano lupkanje po leđima uz nježno ljuljanje su pozitivni nježni dodiri. Upotrebljavajte nježne dodire s pohvalom. Zajedno čine snažnu kombinaciju. Privilegije su izvrsne nagrade za djecu. Privilegije mogu biti ekstra vrijeme za gledanje TV, kasnije odlaženje u krevet, dobivanje još jedne priče za laku noć ili nešto drugo u čemu djeca uživaju. Privilegije nikad ne smiju uključivati bazične djetetove potrebe, kao što su hrana, vrijeme provedeno s roditeljima, sigurnost, ljubav ili povjerenje.