

Czy da się wychować dziecko bez kar i nagród?

Małgorzata Prus

Metody wychowawcze bazujące na systemie nagród i kar mają coraz mniej zwolenników. Psycholodzy dziecięcy rekomendują koncepcje odrzucające zarówno kary, jak i nagrody jako niewłaściwe środki oddziaływania na dzieci w wieku przedszkolnym. Stare, sprawdzone sposoby dyscyplinowania „niegrzecznych” dzieci budzą zdecydowany sprzeciw wielu osób.

„No cóż, wychowanie dzieci to nie zajęcie dla mięczaków. (...) Fizyka kwantowa? Neurochirurgia? Kiedy ktoś mówi, że są łatwe, możemy pokiwać głową: no tak, w końcu to nie wychowywanie dziecka...”¹.

Alfie Kohn

Wielu nauczycieli i wychowawców, rozwiązując trudne sytuacje w relacji z przedszkolakami, stosuje system nagród i kar ustalony i obowiązujący w przedszkolu. Jednak coraz częściej można spotkać osoby, które takie rozwiązania uznają za niewłaściwe. Dlatego zastanawiają się nad tym, jak zachęcić dzieci do współpracy, a nie zmuszać je do posłuszeństwa. Poszukują skutecznych metod działania.

Kary wydawane przedszkolakowi w związku z jego wymagającym zachowaniem wzbudzają w nim negatywne emocje, silny stres oraz blokują refleksję. Natomiast nagrody bazują na kategorii zysku, dziecko robi to, co mu się w danym momencie opłaca. Jeśli coś z jego punktu widzenia nie przynosi mu zewnętrznych korzyści w formie nagrody lub pochwały,

wówczas tego nie robi. W tak kształtowanym systemie przedszkolak rozumie relacje warunkowo: wychowawcy i nauczyciele doceniają go za coś, a tymczasem powinni szanować i lubić go bezwarunkowo, pomimo wszystko oraz w taki sam sposób mu to okazywać.

Już będę grzeczny!

Zwolennik progresywnej edukacji Alfie Kohn w swojej książce „Wychowanie bez nagród i kar” pokazuje, jaki wpływ na młodych ludzi ma wychowanie w systemie nagród i kar. Wybitny amerykański psycholog stoi na stanowisku, że wychowanie to nie tresura. Mimo że publikacja zdobyła najważniejszą amerykańską nagrodę dla książek parentingowych, złotą nagrodę NAPPA (*National Parenting Publications Awards*) w 2006 roku, to jej autor wzbudza wiele kontrowersji, zwłaszcza wśród zwolenników starych, sprawdzonych praktyk wychowawczych uczących bezwzględного posłuszeństwa. Kohn wypowiada się w ten sposób: „Niektórzy eksperci, podobnie jak niektórzy rodzice, wydają się zainteresowani wyłącznie tą ostatnią kwestią. Według nich, skuteczna strategia to taka, która sprowadza się do podporządkowania dziecka osobom dorosłym. Ale to strategia, która nie uwzględnia uczuć dziecka ani tego, jak postrzeżga ono osoby łamszące jego wolę. Czy o to chodzi w całym procesie wychowawczym? Istnieją dowody, że wystarczy przyjąć subtelniejsze kryteria, a wszelkie techniki dyscyplinujące okażą się skuteczne tylko z pozoru. Powinno się też wiedzieć, że dziecięce obietnice typu >>Już będę grzeczny<<, choć składane ochoczo i w dobrej wierze, są płytkie, a wymuszona uległość nie trwa długo”².

Zamiast oceniać dzieci przedszkolne jako „niegrzeczne” i karać je za niezgodne z oczekiwaniami osób dorosłych zachowania albo nagradzać za działania spełniające ich wymagania, warto reagować na trudne sytuacje i zachowania przedszkolaków w sposób niedyrektywny oraz na bieżąco omawiać naturalne konsekwencje ich postępowania. Oto kilka kluczowych zasad komunikacji z dzieckiem, opartych na

¹ A. Kohn, *Wychowanie bez nagród i kar. Rodzicielstwo bezwarunkowe*, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna 2013, s. 5.

² A. Kohn, *Wychowanie bez nagród i kar. Rodzicielstwo bezwarunkowe*, op. cit., s. 11.

jego bezwarunkowej akceptacji oraz bliskiej pozytywnej relacji, które mogą być pomocne w pracy z dzieckiem bez kar i nagród w przedszkolu.

Co ZAMIĄST NAGRODY I KARY? – wspierające wskazówki dla nauczycieli:

Pomagam dziecku nazwać i opisać sytuację bez oceniania

- Dobry komunikat: *Wylałeś Jasiowi soczek i ubrudziłeś mu koszulkę. Teraz Jaś płacze, ma mokrą bluzkę i nie ma już soku do wypicia. Pewnie jest mu przykro i chce mu się pić.*
- Zły komunikat: *Przestańcie się kłócić. Jesteście niezdolni. Nic nie dostaniecie do picia. A ty, Sławku, siadaj na krześku i zastanów się nad swoim zachowaniem.*

Szukam przyczyny wymagającego zachowania

- Dobry komunikat: *Jesteś spragniony i chciałeś napić się soczku Jasia?*
- Zły komunikat: *Dlaczego znowu dokuczysz Jasiowi?*

Podaję inne możliwe sposoby rozwiązania trudnej sytuacji

- Dobry komunikat: *Możesz poprosić Jasia, żeby poczęstował cię sokiem, zamiast wylewać napój na kolegę.*
- Zły komunikat: *Teraz nikt nie będzie pić soku, ani Sławek, ani Jaś. Dostaniecie napój, jak obydwaj będziecie grzeczni.*

Pomagam wypracować akceptowalne przez wszystkich porozumienie

- Dobry komunikat: *Teraz Jaś może nie chce się z tobą bawić. Jak można naprawić tę trudną sytuację?*
- Zły komunikat: *Sławku, natychmiast przeproś Jasia!*

Identyfikuję, jakich umiejętności brakuje dziecku w konkretnej sytuacji

- Dobry komunikat: *Zapewne bardzo chciało ci się pić, ale nie wiedziałeś, w jaki sposób poprosić Jasia o sok.*
- Zły komunikat: *Mylisz, że wszystko jest twoje.*

Wspieram w rozwijaniu kompetencji potrzebnych dziecku

- Dobry komunikat: *Zapytajmy Jasia, czy poczęstuje cię sokiem.*
- Zły komunikat: *Przeprós, Sławku, kolegę i oddaj mu sok.*

Byle tylko być w zgodzie z własnymi potrzebami

Rozpoznawanie i nazywanie emocji oraz potrzeb dzieci przez bliskie i znaczące osoby wspiera przedszkolaków w nabywaniu i rozwijaniu umiejętności samodzielnego komunikowania siebie, czyli swoich odczuć, potrzeb, oczekiwań, myśli. Jeśli zamiast autentycznego wsparcia, bliskiej relacji, rozmowy i wyjaśnienia naturalnych konsekwencji swojego wymagającego zachowania otrzymują karę lub nagrodę, a do tego przypina się im krzywdzącą etykietę, wówczas tak naprawdę tracą szansę na prawidłowy rozwój.

Co robi dziecku kara? Karanie fizyczne, słowne, emocjonalne wywołuje lęk, frustrację, wstyd, poczucie niesprawiedliwości, bezradność, poniżenie, złość, poczucie odrzucenia, chęć odwetu, agresję, wycofanie. Dziecko karane słyszy stale, że jest złe, dlatego też myśli źle o sobie, nie uczy się, nie rozwija umiejętności, traci wiarę w siebie, spada jego poczucie wartości, neguje osoby bliskie i znaczące, odczuwa zniechęcenie. Co robi dziecku nagroda? Nagradzanie rzeczowe, słowne, emocjonalne kształtuje motywację zewnętrzną, uczy interesowności, pokazuje, że na miłość, troskę, zainteresowanie, wsparcie trzeba sobie zasłużyć. Z kolei brak nagrody, który dziecko interpretuje jako karę, powoduje żal, rozczarowanie, wstyd, bezradność, złość, poczucie krzywdy, rezygnację, spadek samooceny.

Dziecko karane lub nagradzane nie podejmuje decyzji w zgodzie z własnymi potrzebami, tylko kieruje się potrzebami innych osób. Przedszkolak, sterowany z zewnątrz, najczęściej nie akceptuje siebie oraz uzależnia swoją wartość od oceny innych osób. Dorośli etykietują go jako „niegrzeczne” lub „grzeczne” dziecko. W efekcie wszystko to może sprzyjać kryzysowi zdrowia psychicznego, prowadzić do zaburzeń zachowania, obniżonego nastroju, a nawet do depresji. Zarówno nagrody, jak i kary w podobnym stopniu mogą stać się źródłem wielu traum. Warto zatem się zastanowić, czy system nagradzania i karania to odpowiedni środek wychowawczy w przedszkolu. Może trzeba zrezygnować ze starych, sprawdzonych metod i skupić się na budowaniu zdrowej – bezpiecznej i życzliwej – relacji?

Gdy dziecko odczuwa przyjemność z tego, co robi

Bardzo dobrą alternatywę dla kar i nagród w przedszkolu, na których opiera się motywacja zewnętrzna, może stanowić rozwijanie u dziecka motywacji wewnętrznej. To na przykład wspieranie rozwoju oraz doskonalenie cech osobowościowych lub szczególnych zainteresowań dzieci, aby angażowały się w określone działania ze względu na same działania, a nie z powodu związanych z nimi nagród lub kar. Chodzi o to, aby przedszkolaki czerpały wewnętrzną przyjemność, a nie liczyły na nagrodę lub unikały kary³.

„Jeżeli twoje dziecko nie lubi ćwiczyć na fortepianie, zmywać naczyń czy odrabiać lekcji, to żadna nagroda nie

³ P.G. Zimbardo, R.L. Johnson, V. McCann, *Psychologia. Motywacja i uczenie się*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013, s. 62.



będzie w stanie zmienić tego nastawienia. Zarazem, jeśli gra na fortepianie sprawia dziecku radość, nie szczędź pochwał i nagród za dobrze wykonane zadanie. Takie nagrody mogą jeszcze bardziej podnieść motywację osoby już zmotywowanej⁴. Philip G. Zimbardo wyraża zdanie, że aby nagroda była skuteczna i odpowiednio motywowała do działania, musi być odpowiedzią na dobrze wykonane zadanie. Dziecko musi otrzymać konkretną informację, co zrobiło dobrze.

Zewnętrzne nagrody mogą słumić działającą wcześniej motywację wewnętrzną. Efekt ten nazywany jest naduzasadnieniem. Mark Lepper przeprowadził wraz ze współpracownikami eksperyment, którego wyniki okazały się zastanawiające. Grupa dzieci, które nie otrzymały zewnętrznego wzmocnienia za wykonanie rysunku, była zainteresowana rysowaniem jeszcze bardziej za drugim razem niż dzieci, które otrzymały nagrodę za pierwszą pracę. Klasykny eksperyment Leppera z 1973 roku pokazuje, że motywacja wewnętrzna dzieci nagrodzonych za to, co lubią robić, uległa przekształceniu w motywację zewnętrzną⁵.

Innym przykładem efektu naduzasadnienia może być sytuacja, w której przedszkolak czyta jakąś książkę, ogląda bajkę, śpiewa piosenkę, koloruje ilustrację, ponieważ jest to dla niego interesujące zajęcie, lubi to robić i autentycznie angażuje się w wykonywane zadania. Jednak gdy ta czynność

zostanie powiązana z nagrodą, karą lub konsekwencjami, wówczas dziecko jest mniej skłonne do jej wykonania oraz będzie odczuwało mniejszą przyjemność z działania. Najprawdopodobniej to perspektywa nagrody odciąga uwagę od wykonania zadania i czerpania z tego wewnętrznej satysfakcji⁶. Dziecko, zamiast koncentrować się na czynności rysowania, myśli o pochodzącym z zewnątrz pozytywnym lub negatywnym wzmocnieniu.

Byłe tylko wychować do sukcesu

Kolejne badanie, o którym warto wspomnieć w tym miejscu, dotyczy groźby otrzymania dużej albo małej kary w wyniku złamania zakazu bawienia się atrakcyjną zabawką. Badacze (Aronson, Carlsmith, 1963) przynieśli zabawkę i zabronili przedszkolakom bawienia się nią. Była to druga z kolei zabawka pod względem atrakcyjności. Wyznaczono dwie kary: małą – „osoba pogniewa się” oraz dużą – „osoba pozabiera swoje zabawki i nigdy już nie przyjdzie się pobawić”. Wyniki badania pokazały prawidłowość, że duże wzmocnienia w formie kary (lub nagrody) wywierają słabszy wpływ na postawę dzieci niż wzmocnienia małe.

„Wszystkie dzieci usłuchały zakazu bezpośrednio po jego wydaniu, ale kiedy w jakiś czas potem poproszono je

⁴ Ibidem, s. 71.

⁵ Ibidem.

⁶ „Gdy coś lubimy robić, ale pojawia się także silna zewnętrzna przyczyna zachowania, przestajemy to lubić – np. czytamy książkę, gdyż wydaje nam się ciekawa, jeżeli jednak czytamy ją ponownie jako lekturę obowiązkową na egzaminie, lubimy ją już znacznie mniej” (B. Wojciszke, *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAE, Warszawa 2004, s. 134).

raz jeszcze o uporządkowanie zabawek od najbardziej do najmniej lubianej, okazało się, iż dla żadnego z dzieci ociekających dużej kary zakazana zabawka nie stała się mniej atrakcyjna. Wręcz przeciwnie, większości zaczęła się ona bardziej podobać niż przed zakazem – a więc mamy tu do czynienia z urokiem owocu zakazanego, a nie z zamierzoną zmianą upodobań (postaw) pod wpływem kary. Jedynie w warunkach kary małej u wielu dzieci nastąpił spadek atrakcyjności zabawki pod wpływem zakazu i niebawienia się nią (czyli własnego zachowania)⁷.

Narracją, z którą warto się zapoznać w kontekście rozważań na temat karania i nagradzania, jest opowieść Amy Chua. Matka dwóch córek, która z całych sił próbuje zapewnić swoim dzieciom udany start w dorosłe życie, pokazuje na własnym przykładzie w książce „Bojowa pieśń tygrysy” zderzenie kultur wschodu i zachodu oraz dwóch systemów wychowania. Postawa autorki, będącej „chińską matką”, mogąca wzbudzić wiele emocji oraz kontrowersji, inspirowane do głębszej refleksji oraz zweryfikowania starych, sprawdzonych metod wychowawczych, niejednokrotnie osadzonych w „tradycji i kulturze”.

„Chińska matka” trzyletniej Lulu wspomina mroźne popołudnie, kiedy miało miejsce znaczące wydarzenie w jej życiu oraz w życiu córki. Chcąc wymusić na niej bycie „grzeczną” dziewczynką, oznajmiła stanowczo, że nie

zostanie w domu, jeśli nie będzie słuchać mamusi. Oznaczało to, że córka musi wyjść na ganek, gdzie hulał zimny wiatr. Jakie było zdziwienie kobiety, kiedy Lulu wolała zamrznąć na mrozie, niż okazać posłuszeństwo mamusi i wykonywać jej polecenia. Dziewczynka nie miała najmniejszej ochoty uczyć się gry na fortepianie, wolała zamrznąć, niż dać za wygraną. Mimo że miała na sobie tylko sweter, plisowaną spódnicę i rajstopy, wyszła na zewnątrz. Matka, zdziwiona spokojem dziecka, spanikowała. Przeżrana determinacją, wizją choroby córki oraz konsekwencjami ze strony opieki społecznej bardzo szybko zmieniła taktykę. Musiała odłożyć na później realizowany przez siebie cel wychowania posłusznego chińskiego dziecka. W efekcie, będąc na straconej pozycji, błagała Lulu o wejście do domu. Co prawda kara okazała się całkowicie nieskuteczna, ale i nagroda w formie gorącej kąpieli, ciasteczek, czekolady z piankami również nie przekonała dziewczynki do uczenia się gry na fortepianie. Opisane przez Amy Chua starcie stało się początkiem wielkiej rozgrywki między matką i córką, co niosło ze sobą pewne napięcia i konsekwencje⁸.

Autorka książki, profesor prawa na Uniwersytecie Yale, pokazuje z perspektywy czasu praktykowany przez siebie chiński model wychowawczy, który w jej przekonaniu przynosi zaskakujące wyniki, mimo że bazuje na przymusie, posłuszeństwie, stosowaniu systemu kar i nagród. Żelazna

⁷ Ibidem, s. 191–192. Jedno z wyjaśnień tej prawidłowości oferuje teoria dysonansu poznawczego. Inne wyjaśnienie zmian opinii zachodzących w sytuacji niewystarczającego uzasadnienia zachowania przedstawia teoria atrybucji.

⁸ A. Chua, *Bojowa pieśń tygrysy*, Wydawnictwo Prószyński i S-ka, Warszawa 2011, s. 21–22.



dyscyplina, zimny wychów, wojskowy dryl, bezwzględne posłuszeństwo, ćwiczenia w pocie czoła – tak można byłoby w wielkim skrócie i uproszczeniu nazwać styl wychowywania dzieci przez „chińską matkę” widziany oczami „zachodniej matki” wychowującej dzieci w stylu liberalnym.

W świecie pozytywnej dyscypliny

Przeciwwagą autorytarnego wychowania i żelaznej dyscypliny stanowią pozytywna dyscyplina oraz wychowanie w świecie porozumienia bez przemocy. Pierwsza koncepcja to oparta na szacunku i empatii metoda wychowawcza, która wspiera rozwój samodyscypliny, odpowiedzialności i samodzielności u dzieci. Jej źródła należy szukać w filozofii i naukach Alfreda Adlera oraz Rudolfa Dreikursa. Z kolei porozumienie bez przemocy (NVC, *Nonviolent Communication*) to metoda komunikacji Marshalla B. Rosenberga, której zasadniczym celem jest dotarcie do sedna konfliktu i odnalezienie strategii działania zaspokajającej potrzeby wszystkich stron bez stosowania przemocowych metod działania.

Jane Nelsen, autorka serii książek poświęconych pozytywnej dyscyplinie, które rozeszły się na całym świecie w ponad dwóch i pół miliona egzemplarzy, podkreśla: „(...) brak kar nie oznacza pozwalania dzieciom na wszystko. Stwarzane im okazje do brania odpowiedzialności powinny pozostawać w bezpośrednim związku z przyznawanymi im przywilejami. Inaczej wyrosną na ludzi przekonanych, że jedynym sposobem osiągnięcia przynależności i znaczenia jest manipulowanie innymi tak, by im usługiwali. (...) Jeśli dzieci całą energię i inteligencję wykorzystują, by manipulować innymi, buntować się lub unikać tego, co nieprzyjemne, nie rozwijają niezbędnych umiejętności życiowych”⁹.

Alternatywa dla tradycyjnie pojmowanej dyscypliny daje przestrzeń w wychowaniu na wzajemną miłość i szacunek. Jeśli surowość, rozumiana jako nadmierna kontrola, oznacza dla dziecka brak wyboru oraz utrzymywanie porządku pozbawionego miłości w interakcjach ze znaczącymi dorosłymi, a z kolei pobłażliwość cechuje brak granic, porządku oraz nieograniczony wybór, to pozytywna dyscyplina znajduje się pośrodku tych dwóch sposobów działania i budowania relacji. Pozytywna dyscyplina bazuje na ograniczonym wyborze dziecka, dlatego daje wybór, ale dba też o porządek. Dzięki temu pozwala na porozumienie się z dzieckiem w duchu życzliwości oraz stanowczości.

Dzieci wcale nie muszą najpierw poczuć się gorzej w wyniku otrzymanej kary, zabranej nagrody lub poczucia konsekwencji swojego „niegrzecznego” zachowania, żeby potem poczuć się lepiej i zachowywać „grzecznie”. Dzieci potrzebują tylko, aby ich niezaspokojone, ignorowane lub tłumione potrzeby zostały rozpoznane, zrozumiane, zaakceptowane oraz zaspokojone. Marshall B. Rosenberg w krótkim wprowadzeniu do swojej książki „W świecie porozumienia bez przemocy” podkreśla: „(...) porozumienie bez przemocy

skupia się na tym, czy ludzkie potrzeby zostają zaspokojone, a jeżeli nie, to co można zrobić, żeby tak się stało. Sugeruje, w jaki sposób wyrażać siebie, aby zwiększyć prawdopodobieństwo, że inni z chęcią przyczynią się do naszego dobra. Wskazuje, w jaki sposób przyjmować komunikaty innych, byśmy sami chcieli przyczynić się do ich dobra”¹⁰.

Dobłą alternatywą dla kar i nagród w przedszkolu i nie tylko mogą być praktyczne narzędzia do budowania więzi i komunikacji rekomendowane przez Marshalla B. Rosenberga w koncepcji porozumienia bez przemocy czy sposoby działania w ramach pozytywnej dyscypliny, której prekursorką w Polsce jest Joanna Baranowska. Istnieje również wiele innych rozwiązań, które mogą się sprawdzić w wychowaniu dzieci w wieku przedszkolnym. Warto otworzyć się na nowe możliwości i zrewidować przekonanie, że nie zawsze to, co stare i sprawdzone, jest dobre i warte naśladowania. ■

Bibliografia

Chua A., *Bojowa pieśń tygrysy*, Wydawnictwo Prószyński i S-ka, Warszawa 2011.

Johnson R.L., McCann V., Zimbardo P.G., *Psychologia. Motywacja i uczenie się*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013.

Kohn A., *Wychowanie bez nagród i kar. Rodzicielstwo bezwarunkowe*, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna 2013.

Nelsen J., *Pozytywna dyscyplina*, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2020.

Rosenberg M.B., *W świecie porozumienia bez przemocy*, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna 2013.

Wojciszke B., *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAE, Warszawa 2004.



Małgorzata Prus – pedagożka, psychotraumatolożka, terapeutka pedagogiczna, trenerka umiejętności społecznych, filolożka polska (Uniwersytet Jagielloński), absolwentka studiów podyplomowych z mediacji i negocjacji na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Rzeszowskiego, autorka artykułów z zakresu edukacji i pedagogiki, dobrych praktyk dla Ośrodka Rozwoju Edukacji (ORE) oraz pakietów dydaktycznych na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej (ZPE). Posiada duże doświadczenie w prowadzeniu zajęć dla dzieci w wieku szkolnym oraz szkoleń dla kadr oświaty. Pracuje jako psycholog szkolny i prowadzi zajęcia jako specjalistka terapii pedagogicznej.

⁹ J. Nelsen, *Pozytywna dyscyplina*, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2020, s. 37–38.

¹⁰ M.B. Rosenberg, *W świecie porozumienia bez przemocy*, Wydawnictwo MiND, Podkowa Leśna 2013, s. 7.