

Sunt foarte multi factori importanti in educarea unui copil. Atentia si afectiunea pe care i-o acorda parintii sunt elemente esentiale pentru o buna dezvoltare emotionala a micutilor. Ar fi bine sa mai mentionam si existenta explicatiilor pe care le dam copiilor, cat si modalitatea prin care dam aceste explicatii.

Probabil ca foarte multi dintre noi am vazut cel putin un copil cu probleme de comportament. Unii i-am vazut in emisiunea "Supernanny", altii in propriile familii sau la cunostinte. Sigur v-ati intrebat care sunt cauzele pentru care copiii ajung sa fie atat de neascultatori, furiosi, violenti, nepoliticosi. Unii, cel mai des parintii acestora, dau vina pe temperamentul copiilor, pe felul lor, insa adevarul este ca parintii cauzeaza acest comportament in proportie de 95%. Un rol foarte important in modelarea morala si comportamentala a copiilor este detinut de folosirea rasplatei si a pedepsei.

Rasplata are rolul de a oferi placere copilului in urma efectuarii unui comportament acceptat si dorit de catre parinti. Oferind placere copilului, comportamentul este incurajat si exista sanse mari ca acesta sa fie repetat. Rasplata reprezinta "motivatie pozitiva" si este foarte eficienta in educarea copilului.

Pedeapsa este un instrument la fel de important in procesul educatiei. Aceasta produce copilului o stare negativa care ii va determina un comportament de evitare a ceea ce a facut gresit. Pedeapsa reprezinta "motivatie negativa" si, statistic, este mai putin eficienta decat rasplata. Adica frica de pedeapsa, de ex. in cazul in care copilul ia o nota mica, este mai putin eficienta decat promisiunea unei rasplate pentru obtinerea unei note bune.

Foarte important pentru parinti este ca pedeapsa fizica sau agresiva este mai putin eficienta decat alte pedepse, cum ar fi privarea de televizor, jocuri si jucarii, iesit afara si dulciuri, deoarece aceste pedepse non-agresive nu determina frustrari si conflicte puternice in echilibrul emotional al copilului. Imi aduc aminte de un parinte care a venit la cabinet cu baiatul, in varsta de 13 ani, si s-a plans ca, chiar daca isi bate copilul zilnic, acesta nu-l asculta deloc.

O sugestie importanta pentru parinti este aceea de a modela pedeapsa dupa gravitatea faptei facute de catre copil. Important este ca pedeapsa sa fie data de cele mai multe ori cand copilul greseste, pentru crearea unui reflex in mintea copilului, si nu este atat de importanta marimea pedepsei. In cazul in care parintii isi pierd cumpatul, este de preferat sa amane anuntarea pedepsei pana se calmeaza, astfel incat pedeapsa sa nu fie exagerat de mare. De exemplu, o mamica mi-a spus ca ii da fetitei ei pedepse foarte mari, iar dupa ce se calmeaza realizeaza ca a exagerat si intrerupe pedeapsa, lucru care poate bulversa copilul.

Este foarte important ca pedeapsa sa fie clara si delimitata in timp. Totodata,



incercati sa duceti pedeapsa pana la capat, chiar in cazul in care ati exagerat.

In cazul in care copilul a facut ceva rau, insa nu i s-a spus niciodata clar ca acel lucru este rau, copilul nu trebuie pedepsit, ci este necesar sa i se spuna ca acel lucru este rau si de ce. Totodata, este important sa i se aduca la cunostinta ca daca mai face acel lucru, va primi o pedeapsa.

In ce priveste rasplata, incercati sa va aratati bucuria cand copilul a facut ceva bun, sa-l laudati, sa-l rasplatiti cu ceva palpabil (macar din cand in cand cu cate o jucarie, ceva ce isi doreste) si sa-i amintiti ca va mai fi rasplatit si data viitoare cand va face ceva bun.

Recompensele

- Este foarte important pentru copil sa simta ca parintii lui sunt justii cu el
- Recompensele cresc frecventa comportamentului
- Este foarte important ca aceste recompense sa aiba un caracter personal – adica sa recompensam cu ceea ce iubeste copilul.

Ce inseamna caracter personal?

- Lucruri materiale (masinute, haine)
- Ajutorul parintilor (de ex. in cazul lectiilor, activitatilor zilnice)
- Timpul petrecut cu copilul
- Vorbe bune, incurajatoare
- Atingeri, mangaieri
- Bani (ATENTIE! Trebuie sa existe in acest caz drepturi si obligatii reciproce. De exemplu, daca copilul primeste o nota peste 8, atunci ii dam 1 RON, dar daca primeste o nota sub 8, el trebuie sa ne dea cate 1 RON pentru fiecare nota proasta. Dar sa avem grija! – intotdeauna sa luam in considerare capacitatile, aptitudinile copilului. De exemplu daca nu este capabil sa primeasca o nota de 8 la o anumita materie, sa nu recompensam numai notele peste 8, ci nota pe care copilul poate sa atinga cu putin efort. Daca a adunat banii de buzunar pentru ceva, sa discutam impreuna ce o sa ia cu banii respectivi, sa-i spunem parerea noastra, dar sa-l lasam sa se decida singur. Sa avem grija sa nu cumpere ceva care sa-i distruga sanatatea (alcool, tigari, droguri))

Beneficii

- Pe termen lung este mai eficienta recompensa decat pedeapsa
- Are efect mai bun asupra dezvoltarii personalitatii copilului

Cum sa recompensam eficient?

- Sa utilizam recompensa imediat dupa comportamentul adecvat
- Sa-i spunem copilului de ce a fost recompensat
- Sa utilizam recompensele consecvent
- Recompensa sa aiba caracter personal (vezi partea de mai sus)



- Dacă copilul recurge sistematic la comportamentul adecvat, să nu-l mai recompensăm sau să utilizăm numai rar recompensarea
- Volumul și valoarea recompensei să nu fie prea mare (de ex. să nu-i dăm 100 RON pentru o medie școlară bună, ci copilul să simtă că trebuie să se lupte pentru recompensa primită)
- Să nu recompensăm o activitate la care copilul participă cu plăcere.

Pedepsele

- Pedepsele scad frecvența unui comportament
- Dezavantajul este că nu conduce la apariția unui comportament alternativ; adică copilul află numai ce nu trebuie făcut; de aceea concomitent cu pedeapsa trebuie să-i spunem care este comportamentul adecvat.

Cerinte legate de pedepse

- Să nu fie prea severă
- Să fie o formă acceptată social
- Să nu pedepsim cu privarea sportului sau cu interzicerea activității favorite

Cum să folosim eficient pedepsele?

- S-o aplicăm imediat după comportament
- Să aibă caracter personal (vezi mai sus)
- Să fim liniștiți și temperați când o utilizăm (și nu agresivi)
- Să nu criticăm sau să atacăm copilul, personalitatea lui ("tu ești atât de rău, n-o să devii niciodată un om bun"), ci să ne concentrăm asupra comportamentului lui ("când ai bătut copilul te-ai comportat urât, nu-mi place deloc dacă te porți așa")
- Întotdeauna să avertizăm copilul înainte de aplicarea pedepsei – să nu-l pedepsim într-un mod neașteptat, copilul să știe la ce trebuie să se aștepte dacă se comportă inadecvat.

De ce nu este bine să folosim pedeapsa fizică la copii?

- Atacă întreaga personalitate a copilului, nu numai comportamentul
- Nu conduce la explorarea cauzei comportamentului
- Scade autoaprecierea, respectul de sine al copilului, și prin acesta crește frecvența comportamentului
- Are consecințe emoționale la copil (ex. frică, izolare, excitabilitate)
- Conduce la agresivitate, probleme comportamentale sau la izolare completă, indiferență.

În încheiere, vă doresc să vă educați cât mai bine copiii și să nu uitați că pentru acest lucru este nevoie de multă răbdare, atenție, dragoste și încredere. Oferiți-le toată încrederea dumneavoastră, chiar dacă va vor dezamăgi din când în când.



Text preluat : www.sfatulmedicului.ro

Sursa foto : www.copilul.ro