

Co zamiast karania



Badania wykazały, że najbardziej skuteczne w sterowaniu zachowaniem człowieka są **wzmocnienia pozytywne**, natomiast mniejszą skuteczność mają wzmocnienia negatywne.

Według Kozieleckiego **wzmocnienie negatywne**, czyli szeroko rozumiana kara nie eliminuje zachowań społecznych, tylko je tłumi i zahamowuje na pewien okres.



*„Nikt też nie nauczy dziecka
prawidłowych form zachowania, jeśli
najbliższe otoczenie tego nie
zapoczątkuje. Dziecko ufa im najbardziej
i od nich czerpie pierwsze wzorce
właściwych postaw.”*



Dzieci uczą się tego, co dobre, poprawne w trakcie procesu wychowawczego...

Nie rodzą się ze świadomością zasad życia społecznego, - tego, co wolno,
a co nie, jak należy postępować, a jak nie.

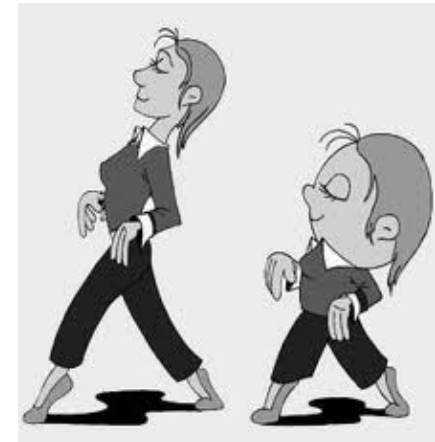
Dopiero odkrywają świat, chłoną wiedzę.

To rodzice, nauczyciele, otoczenie dają im instrukcję postępowania, którą one
same później w różnym zakresie modyfikują (ale która mimo wszystko odciska się
na ich psychice).



MODELOWANIE

Twoja postawa uczy



Metoda modelowania, czyli metoda dawania przykładu jest jedną z najskuteczniejszych, jeżeli nie najskuteczniejszą metodą wychowania, jej niewątpliwą skuteczność potwierdza stwierdzenie, że "słowa uczą, a przykłady pociągają".

Metoda modelowania zwana jest również często metodą działania własnym autorytetem, jak i metodą dawania dobrego przykładu. Można także nazwać ją metodą edukowania się poprzez naśladownictwo lub też poprzez uczenie się alternatywne jak i przez tzw. "zarażanie się", czyli udzielanie się danego zachowania prezentowanego przez inną jednostkę.

MODELOWANIE

Jeśli w domowym zaciszu narzekasz na teściową, szefa, koleżankę, przeklinasz, palisz papierosy itp. - dziecko to słyszy i widzi. Patrzy, co robi rodzic i bierze przykład. Czemu się później dziwić, że nazwie babcię, nauczyciela „idiotką”, pobawi się w palenie papierosów

Nieważne, że powiesz, że palenie jest niezdrowe, że nieładnie jest przeklinać. Twój przykład oddziałuje na dziecko bardziej, niż twoje słowa. „Mama tak robi, tata tak robi, to ja też chcę i mogę. To musi być fajne, oni tak robią”. W efekcie, dziecko robi to, do czego go inspirujesz własnym zachowaniem (i oczywiście otrzymuje karę, której nie rozumie i która wydaje mu się niesprawiedliwa).

MODELOWANIE

Dzieci przez cały czas obserwują, jak reagujesz, kiedy jesteś
sfrustrowany,
jak radzisz sobie z trudnymi sytuacjami czy rozwiązujesz
konflikty z innymi ludźmi.

Uczą się tego od NAS!

W każdej grupie przedszkolnej, klasie, rodzinie powinny istnieć zasady, których trzeba przestrzegać. Ich złamanie oznacza pewne konsekwencje.

Zanim jednak je wyegzekwujemy należy:

- ❑ uprzedzić dziecko o istnieniu zasady (umowy),
- ❑ być stanowczym w jej utrzymaniu i egzekwowaniu,
- ❑ pamiętać o regule: minimum słów, maksimum czynów.



**Dziecko zawsze musi odczuwać
konsekwencje swego złego
zachowania.**

**KONSEKWENCJE WYCHOWUJĄ –
KARY RANIA**



Nie kara – a właściwe DZIAŁANIE

Nie kara – a właściwe KONSEKWENCJE

Konsekwencje dają dziecku możliwość
zastanowienia się nad sobą, dają szansę
na zmianę i rozwój.

Konsekwencje



- ❑ nie są formą zemsty, czy odreagowania
- ❑ to, że się pojawiają nie zależy od naszego humoru, a od zachowania dziecka
- ❑ są stałym elementem porządkującym życie, jeśli przekroczy się pewne zasady trzeba być przygotowanym, że wiąże się to z pewną ceną
- ❑ mogą nie podobać się dzieciom, ale z czasem nie wywołują silnego gniewu czy buntu

PREWENCJA

W sytuacjach przewidywalnych,
trudnych dla dziecka, możemy
wcześniej przygotować plan,
który pomoże dziecku
zapanować nad sytuacją.



PREWENCJA



Zamiast karania

1. Wskaż jak powinno się zachować, zanim zdąży zrobić coś nie tak.
2. Wyraź ostry sprzeciw bez oskarżania.
3. Wyraź swoje uczucia i oczekiwania. Oceniaj zachowanie dziecka, a nie dziecko.
4. Pokaż, jak naprawić zło. Także to wyrządzone przypadkiem.
5. Daj dziecku możliwość wyboru.
6. Jeśli jest to potrzebne - działaj. I to zdecydowanie.
7. Pozwól ponieść konsekwencje złego zachowania.
8. Nie słuchaj protestów, udawaj, że nie słyszysz krzyków niegrzecznych słów.
9. Spokojnie powtórz polecenie kilkakrotnie.
10. Odeślij go do bezpiecznego, cichego nudnego miejsca np. na 4 minuty, aż przestanie płakać.

Jak to wygląda w praktyce:

1. Wyraż swoje uczucia, nie atakując charakteru dziecka.

„Złoszczę się, kiedy widzę porzucane zabawki w sali”.

2. Określ swoje oczekiwania.

„Oczekuję, że zabawki będą posprzątane”.

3. Wskaż dziecku, jak może naprawić zło.

„Misie poukładaj na półce, a samochodziki i klocki do pudełek”.

4. Zaproponuj wybór.

„Możesz bawić się wszystkimi zabawkami, ale musisz je sprzątać, zanim pójdziesz oglądać bajkę. Jeśli nie posprzątasz zabawek, nie będziesz mógł oglądać bajki. Decyduj sam”.

5. Przejmij inicjatywę.

DZIECKO: „Dlaczego telewizor jest wyłączony i nie mogę oglądać bajki?”

PANI W PRZEDSZKOLU: „Ty mi powiedz, dlaczego?”

Pozwól dziecku samodzielnie znaleźć odpowiedź na dręczące je pytanie, dzięki temu dostrzeże konsekwencje swojego postępowania.

6. Wspólnie rozwiąż problem.

„Możemy ustalić, że jeśli będziesz potrzebował pomocy przy sprzątaniu poprosisz mnie o pomoc, a potem wspólnie pooglądamy bajkę”.



Jeszcze kilka uniwersalnych wskazówek, jak dyscyplinować przez konsekwencje, by osiągnąć te efekty:



1. Gdy tylko możesz zapobiegaj problemom. Zabierając np. zmęczone i głodne dziecko na zakupy, sam prowokujesz złe zachowanie.
2. Ustal i wyjaśnij dzieciom zasady obowiązujące w grupie, klasie, rodzinie, a także ograniczenia. Upewnij się, że dziecko je rozumie.

c.d.



3. Formułuj zasady w sposób pozytywny, tzn. mów dzieciom, jakich zachowań oczekujesz, zamiast jakich mają unikać.
4. Gdy dziecko dyscyplinujesz, wyjaśnij dlaczego.
5. Gdy zdarzy się problem, zachowaj spokój. Wysłuchaj wyjaśnień dziecka, porozmawiaj o sposobach rozwiązania problemu, takich by naprawić szkodę.

c.d.



6. Jeśli nie da się szkody naprawić, pozwól dziecku doświadczyć naturalnych konsekwencji.
7. Jeśli naturalne konsekwencje byłyby szkodliwe, znajdź zastępczy sposób zadośćuczynienia za wyrządzoną szkodę. Jeśli dziecko jest wystarczająco dojrzałe, niech samo wymyśli, jak może zadośćuczynić.
8. Jasno wytłumacz dziecku, co ma zrobić. Mów tonem jednoznacznie przekazującym, że wiesz, co mówisz i że nie zmienisz zdania.

c.d.



- 9 Buduj poczucie własnej wartości dziecka. Oznacza to krytykowanie zachowania („Nie podoba mi się, że uderzyłeś Jasia”), a nie osoby („Ty chuliganie”).
- 10 Gdy dziecko ochłonie, porozmawiajcie o sytuacji. Upewnij się, że dziecko rozumie, dlaczego zachował się w określony sposób i jakich zachowań od niego oczekujesz na przyszłość.

Metoda nagradzania



NAGRADZANE ZACHOWANIE BĘDZIE SIĘ POWTARZAĆ CZĘŚCIEJ

Metoda nagradzania (wzmacniania pozytywnego) jest drugą pod względem częstotliwości i skuteczności wykorzystywaną metodą wychowawczą. Metoda owa polega w głównej mierze na promowaniu zachowań pożądanых przy pomocy udzielania pochwał oraz gratyfikacji. Zastosowanie owej metody wykazuje tym wyższą skuteczność, im częściej jako nagrody motywacyjne stosowane są upragnione przez wychowanków wzmocnienia pozytywne.

Metoda nagradzania

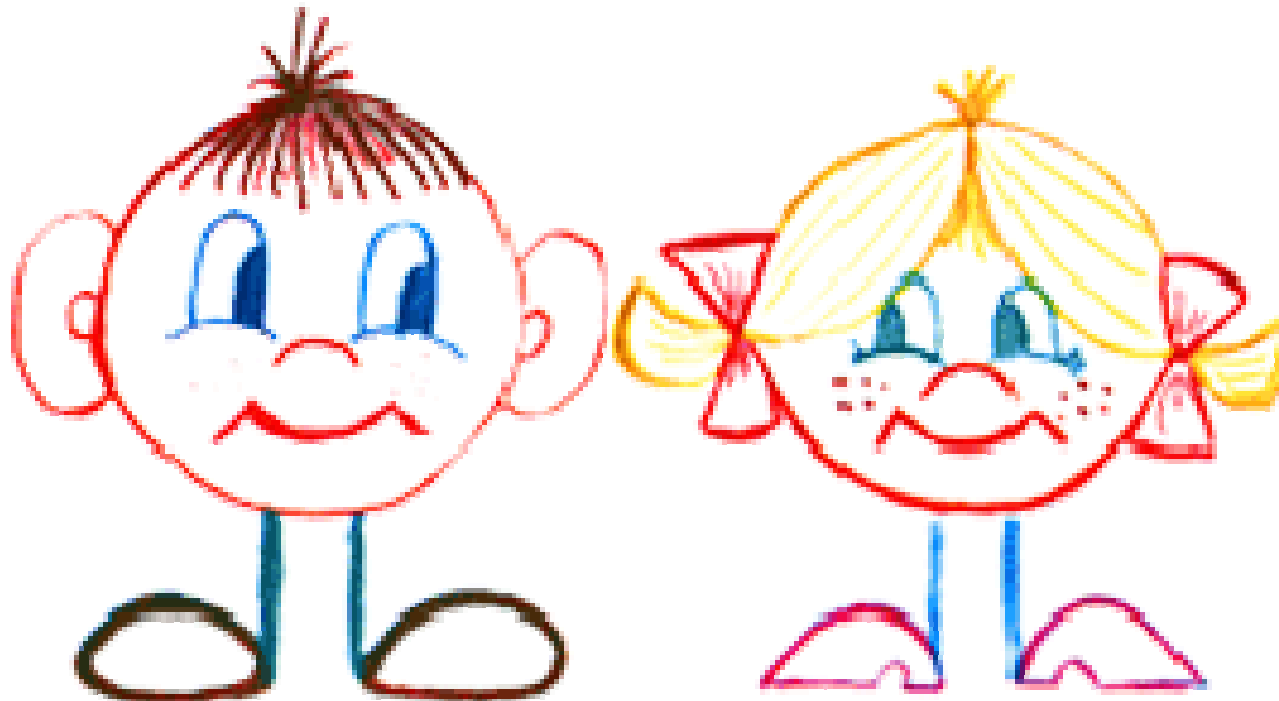


NAGRADZANIE, tj. **wzmocnienie właściwego zachowania**, przyjemne wydarzenie będące jego konsekwencją, np.:

- ☐ Pochwała. Dobra pochwała to **opis tego, co widzimy + nazwa cechy**: „*Pamiętałaś o mojej prośbie i pozmywałaś. To się nazywa sumienność.*”
- ☐ Czas spędzony z ważnym dorosłym np. atrakcyjna zabawa.
- ☐ Uzyskanie przywileju, np.: dziecko wybiera deser na niedzielny obiad; zwolnienie z obowiązku; dodatkowy czas na przyjemność;
- ☐ Pozwolenie na robienie czegoś, co można zaakceptować raz na jakiś czas.

Metoda nagradzania

Starajmy się chwalić dziecko zawsze
wtedy, gdy na to zasługuje !!!!!!!



Metoda nagradzania



Metoda nagradzania pełni dwa istotne zadania:

- ❑ na skutek jej zastosowania podopieczni dostają informację o zgodnym z oczekiwaniami opiekunów wykonaniu poszczególnych zadań.
- ❑ udzielenie nagrody lub też pochwały jest czynnikiem zachęcającym do zachowań społecznie oraz moralnie poprawnych.

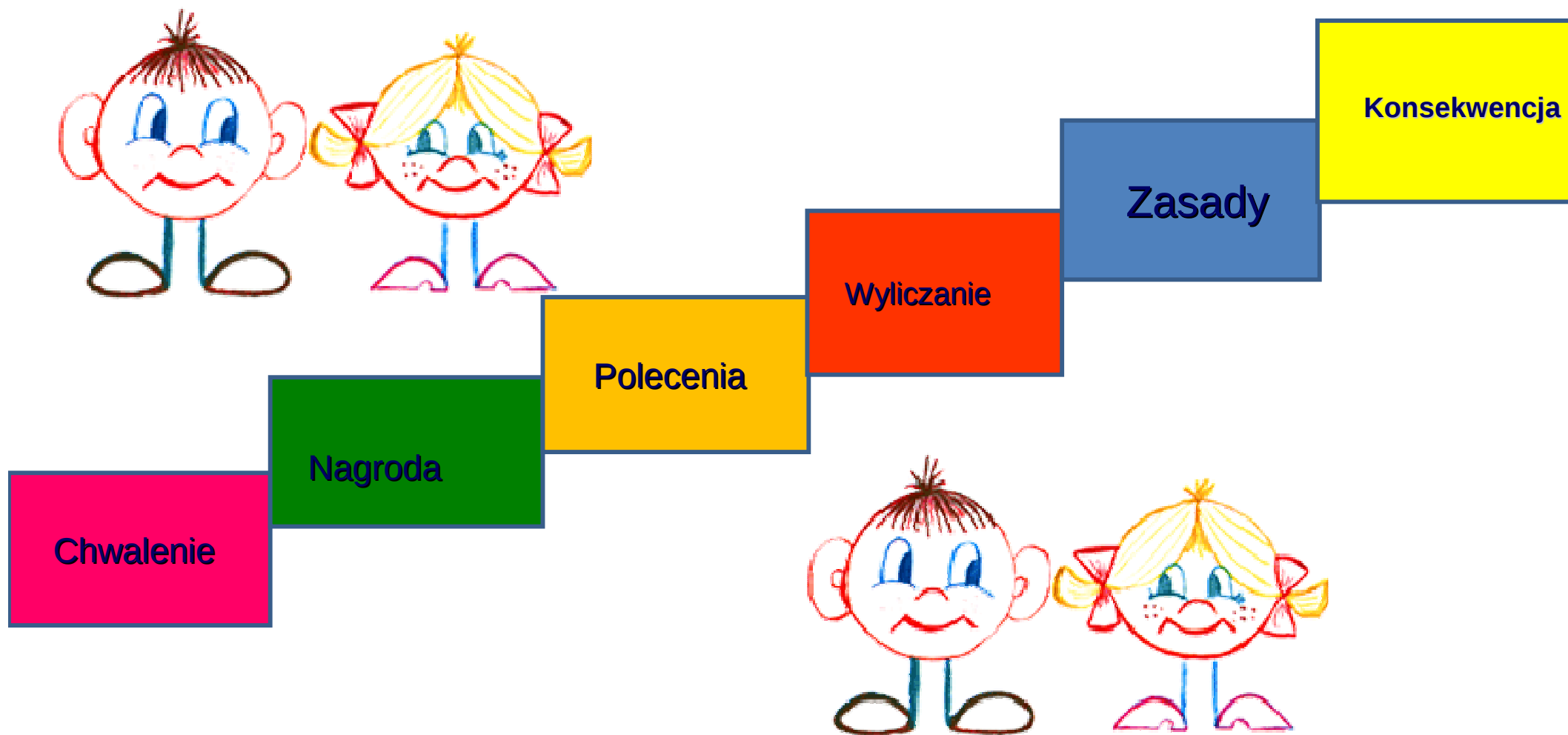
Metoda nagradzania



Dlaczego nagroda jest lepsza niż kara?

- ☐ Buduje w dziecku poczucie własnej wartości, wiarę we własne siły i możliwości
- ☐ Uczy pozytywnej motywacji, dążenia do celu, zamiast motywacji "unikającej,,
- ☐ Buduje poczucie bezpieczeństwa i zachęca dziecko, aby bez lęku uczyło się nowych zachowań
- ☐ Zachęca do podejmowania nowych wyzwań
- ☐ Dziecko uczy się kierować własnym rozsądkiem a nie lękiem
- ☐ Wzmacnia więź emocjonalną z rodzicami
- ☐ Jest źródłem satysfakcji, radości, pozytywnych uczuć

TECHNIKI BEHAWIORALNE – Skrzynka z narzędziami



Co powinniśmy robić, gdy dzieci zachowują się dobrze?



Istnieją cztery strategie, które należy wykorzystywać, gdy dziecko zachowuje się poprawnie. Aby odnosiły one skutek, każda z nich musi być częścią całości. Oznacza to, że musimy systematycznie, poprawnie i w odpowiednim czasie stosować: wszystkie cztery strategie. Każda z tych technik, jeśli zostanie użyta jednostkowo, nie będzie efektywna.

Strategia 1:

**Daj dziecku znać (werbalnie),
że zauważyłeś jego poprawne zachowanie**



Jest bardziej prawdopodobne (pięć, a nawet sześciokrotnie), że zwrócimy uwagę na niepożądane zachowanie dziecka niż na pożądane.

Taką sytuację należy zmienić! Powinniśmy nauczyć się zauważać poprawne zachowanie dziecka i pokazywać mu, że to zachowania doceniamy. Jeśli będziemy zwracać uwagę na pożądane zachowania, to ta grupa zachowań zostanie wzmocniona, czyli dziecko będzie się częściej zachowywało poprawnie, a rzadziej niepoprawnie. Przykłady werbalnego doceniania: „Podoba mi się, jak...”; „Cieszę się, że... ”; „Lubię, jak Ty...”; „Jestem z Ciebie dumny, bo...”.

Strategia 2:

Doceniaj poprawne zachowanie sporadycznie, czyli raz na jakiś czas



Siła rozkładu wzmacniania sporadycznego (zachowanie jest wzmacniane raz na jakiś czas) jest bardzo duża. Jest to najbardziej efektywny rozkład wzmacniania, ponieważ otrzymanie nagrody od czasu do czasu, gdy osoba nie wie, czy wzmocnienie się pojawi właśnie w tym momencie, motywuje bardzo silnie do powtórzenia danego zachowania. Podczas codziennych interakcji z dzieckiem powinniśmy często dostarczać mu wzmocnień społecznych w postaci swojej uwagi, pochwał, zachęt czy innych oznak doceniania i zainteresowania dzieckiem. Dobrze, by wzmocnienia te pojawiały się w nieprzewidywalnych dla niego momentach.

Zaleca się, by rodzice małych dzieci (4-5 lat) udzielali im około dwudziestu pozytywnych wzmocnień społecznych w ciągu godziny: w formie uśmiechu, uścisku, pochwały lub pieszczot.

Strategia 3:

Doceniaj poprawne zachowanie w sposób naturalny i krótki



Jeżeli zauważymy odpowiednie zachowanie dziecka, powinien w sposób naturalny (bez wyolbrzymień i teatralności) pochwalić dziecko. Najlepiej być stosunkowo zwięzłym (tj. używać nie więcej niż 8-12 słów) w chwaleniu dziecka. Po pochwie kontynuujemy wykonywaną przed pochwałą aktywność. Przykład zwięzłej pochwały to: „Dzieci, podoba mi się, jak bawicie się w sklep” lub: „Dzieci, podoba mi się, jak dzielicie się zabawkami”. Taka pochwała nie zabierze więcej niż trzy sekundy. Możemy stosować podpowiedzi („przypominacze”) dla siebie samych, aby pamiętać o pochwałach, na przykład w postaci karteczek „Pochwała” poprzyklejanych na ścianach w różnych częściach sali czy mieszkania.



Strategia 4:

Doceniaj poprawne zachowanie w różny sposób

W czasie chwalenia dziecka powinniśmy nazwać zachowanie, które jest docenione. Na przykład zamiast mówić: „Bardzo ładnie”, mówimy: „Ślicznie nakryłeś do stołu. Dziękuję”. Pochwałę należy przyznać tylko wtedy, gdy dziecko rzeczywiście zachowuje się poprawnie.

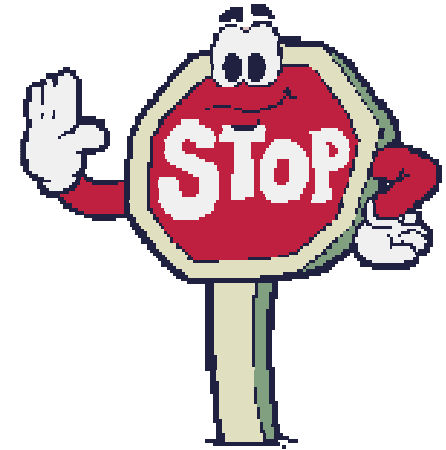
Chwalenie dziecka niezależnie od jego zachowania nie wpłynie na jego poprawę.

Pochwała musi być także szczera.

Spraw, aby dziecko odczuwało, że **naprawdę** jesteś zadowolony z jego postępowania. Pamiętajmy o uśmiechu i mimice twarzy, gdy chwalimy. Wyobraźmy sobie, że ono nie słyszy słów i tylko widzi naszą twarz. Czy będzie wiedziało, że jest chwalone? W końcu powinniśmy, obok pochwały konkretnego zachowania, wzmocnić prezentowanie określonych postaw i wartości.

Na przykład: „Cieszę się, że sam odrobiłeś pracę domową. Dobrze jest być odpowiedzialnym”.

Co powinniśmy robić, gdy dzieci zachowują się niepoprawnie?



Nawet w najbardziej proaktywnym środowisku może się zdarzyć sytuacja, w której dziecko zachowa się niepoprawnie. Istnieją cztery strategie, które może my wtedy wykorzystać. Podobnie jak w przypadku technik stosowanych do promowania pożądanych zachowań, powinniśmy systematycznie stosować wszystkie techniki, a nie od czasu do czasu niektóre z nich.

Strategia 1:

Ignoruj zachowanie niepożądane



Jeśli zachowanie niepożądane nie zagraża osobie lub mieniu, to prostu je ignoruj. Nie zwracaj na nie uwagi. Małe dziecko zazwyczaj szybko się uspokoja, widząc, że rodzic kompletnie nie poświęca mu uwagi. Karcenie dziecka, dyskutowanie na temat niepożądanego zachowania czy omawianie powodów tego zachowania tylko nasili problem.

Strategia 2:

Wzmacniaj pożądane zachowania u innych dzieci



Gdy uwaga osób dorosłych jest ukierunkowana na dzieci, które się poprawnie zachowują, prawdopodobieństwo, że dzieci zachowujące się niepoprawnie zmienią swoje postępowanie, jest duże. Mamy wtedy do czynienia z uczeniem się przez obserwację.

Strategia 3:

Przerwij, przekieruj i wzmocnij



Czasami nie można ignorować zachowania dziecka, ponieważ jest ono ryzykowne dla samego dziecka (autoagresja), innych osób (agresja) lub mienia (destrukcja). W tym wypadku powinniśmy przerwać niepoprawne zachowanie, poświęcając dziecku stosunkowo mało uwagi, a następnie zachęcić i nakłonić je do podjęcia innej, akceptowanej aktywności i wzmocnić jego poprawne zachowanie.

Strategia 4:

Unikaj pułapek wychowawczych

W procesie dydaktyczno - wychowawczym możemy napotkać wiele pułapek, które utrudniają nam zadanie stworzenia proaktywnego środowiska i uzyskanie Ogólnego Poziomu Wzmacniania Pozytywnego.

Osiem najczęstszych pułapek zostało omówionych w prezentacji „Pułapki stosowania kar”.



KRYTYKA

SARKAZM

GROŹBY

LOGIKA

KŁÓCENIE SIĘ

**ZADAWANIE
PYTAŃ**

PRZEMOC

DESPERACJA

Zapamiętaj trzy zasady związane z tymi strategiami:

- ❑ zasady regularności (działaj systematycznie),
- ❑ zasady konsekwencji działania
(wykonaj to, co powiedziałaś, że zrobisz)
- ❑ zasady stosowania wzmocnień pozytywnych
(pamiętaj o docenianiu poprawnego zachowania dziecka).



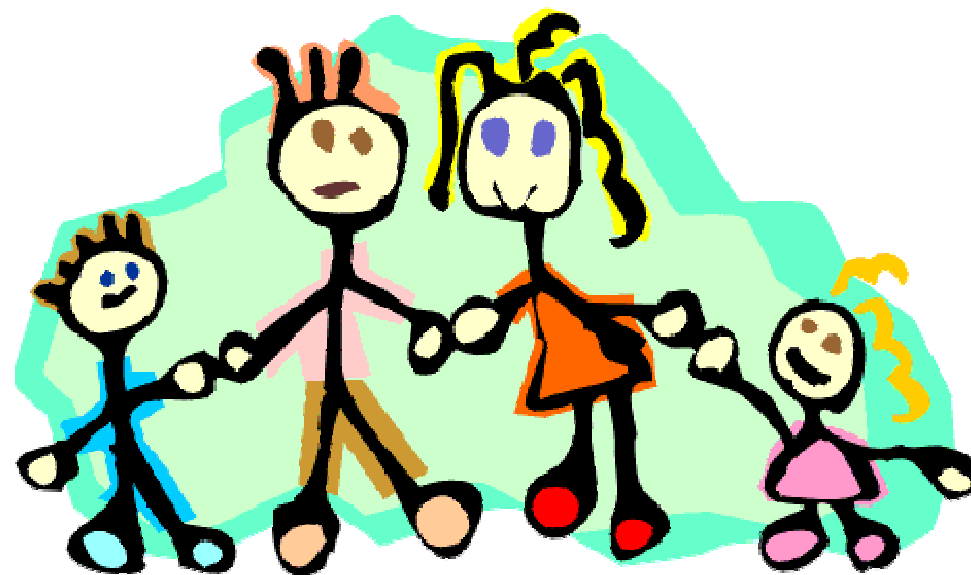
Warto uświadomić sobie, że

rodzice i nauczyciele
odpowiedzialni są za
modyfikowanie zachowań
dziecka – nie za to, aby w
każdym momencie było ono
szczęśliwe.



Warto uświadomić sobie, że

gdy pozwalamy dzieciom na
wszystko w imię ich dobrego
samopoczucia, nie
przekazujemy im żadnych
wartości.



„Wychowanie - to rzecz poważna: musi się w nim mieszać przykrość z przyjemnością.”

Arystoteles



Zob. Myślę, więc jestem..... Aforyzmy, maksymy, sentencje. Zebrali i opracowali Cz. J. Henskowie. Opole 1986, s.25.

Opracowała:
Miłena Zaluska

BIBLIOGRAFIA

- ❑ Kołakowski A., Pisula A. (2013). *Sposób na trudne dziecko. Przyjazna terapia behawioralna*. Sopot: GWP
- ❑ Suchowierska M., Ostaszewski P., Bąbel P. (2012). *Terapia behawioralna dzieci z autyzmem. Teoria, badania i praktyka stosowanej analizy zachowania*. Sopot: GWP
- ❑ Sakowska J. (2008). *Szkoła dla Rodziców i Wychowawców*. Warszawa: CMPPP
- ❑ Faber A., Mazlish E. (2001). *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały - jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły*. Poznań: Media Rodzina
- ❑ Faber A., Mazlish E. (2002). *Jak mówić, żeby dzieci się uczyły w domu i w szkole*. Poznań: Media Rodzina

Zdjęcia pochodzą ze stron:

<http://www.pp2lodygowice.szkolnastrona.pl/index.php?p=m&idg=mg,24,186>

<http://www.mamawopolu.pl/2013/02/14/mamo-kim-ja-jestem-filozofia-czlowieka/>

http://chomikuj.pl/DZIEN_NAUCZYCIELA/Wiersze/WIERSZE+Z+OKAZJI+DNIA+NAUCZYCIELA,159394635.7z.archive

http://www.cda.pl/obrazek/show/dziecko_smiech_p%C5%82acz

<http://mp63katowice.szkolnastrona.pl/index.php?p=m&idg=mg,24,52>

<http://www.przedszkole151.blizej.info/?m=galeria>

<http://mamanelki.blogspot.com/2015/01/wychowac-nie-swoje-dziecko.html>

<http://potoccy.waw.pl/zasady/>

<http://uslyszecswiat.org.pl/cwiczenia-rehabilitacyjne/wychowanie-sluchowe/>

<http://kliker.rancho-stokrotka.pl/teoria/zachowania-i-konsekwencje/>

<http://forum.ox.pl/archive/index.php/t-1464-p-104.html>

<http://przedszkole3mogilno.edupage.org/text6/>

<http://www.powiat-piaseczynski.info/konstancin-jeziorna/34-kultura/4485->

<http://www.przedszkole151.blizej.info/?m=galeria>

<http://www.zsgarczegorze.szkolnastrona.pl/index.php?p=m&idg=pr,55>

<http://www.przedszkole4.staszow.com/aktualnosci.htm>

<http://www.ps25.neostrada.pl/artykuly/adhd.html>

<http://pm4bedzin.edupage.org/about/?subpage=8>

<http://przedszkolewbaniach.blogspot.com/p/aktualnosci.html>

http://www.humorage.pl/dzial/obrazki/pokaz/411/mysz_kaskader_pulapka_na_myszy/?PHPSESSID=55dfef60cb2d7fe05d5ddd215775aaf5

<http://www.mamdaisy.pl/krymska/edukacja.php>

<http://www.spslupia.cal24.pl/pedagoginfo.html>

**Dziękuję
za uwagę**