

Nagradzanie dziecka, czy robisz to dobrze?

Czy jednak rzeczywiście za wszystko warto nagradzać? Jakie skutki może przynieść nadmierne nagradzanie?

W psychologii od dawna mówi się, że nagradzanie ma o wiele bardziej korzystny wpływ na psychikę dziecka, niż karanie i jest zwyczajnie skuteczniejsze. Świadomi tego faktu rodzice często sięgają zatem po tę właśnie metodę wychowawczą. Czy jednak rzeczywiście za wszystko warto nagradzać? Jakie skutki może przynieść nadmierne nagradzanie? I jakie właściwie nagrody powinniśmy wybierać, aby rzeczywiście zdopingować dziecko do dobrego zachowania? Pytań jest mnóstwo, ale sprawa nie jest aż tak skomplikowana, jak się wydaje.

Dlaczego nagradzanie dziecka jest ważne?

Zanim jednak przejdziemy do „regulowania” spraw nagradzania dzieci, przypomnijmy, dlaczego ogólnie rzecz biorąc – warto to robić. Zbyt wielu rodziców nadal bowiem sądzi, że to kara jest zdecydowanie lepszą motywacją do poprawnego zachowania dziecka. Nagradzanie dziecka uznawane jest za działanie o dużej mocy motywacyjnej, jest to jedyna tak skuteczna metoda wzmocnienia zachowań pozytywnych. Dziecko, które zostało pochwalone albo nagrodzone, odczuwa szereg przyjemnych emocji – czyje się docenione, wyróżnione, przekonane o własnych możliwościach. Często nagradzane maluchy mają większą wiarę we własne siły i chętniej podejmują różnego typu wyzwania. Warto zatem regularnie stosować tę właśnie metodę wychowawczą.

Za co nie nagradzać dziecka?

Wobec powyższego łatwo o wpadnięcie w pewną pułapkę. Część rodziców uważa bowiem, że skoro nagradzanie jest takie fenomenalne, to sprawdzi się w wielu sytuacjach. A dokładniej – we wszystkich. I tutaj mamy pewne nieporozumienie. Nagradzanie dziecka za każdą jego aktywność może doprowadzić do tego, że zacznie ono przybierać postawy roszczeniowe i oczekiwać docenienia każdej podjętej czynności. Dodatkowo, ważne jest także to, czym nagradzamy - wybór właściwej gratyfikacji ma nie mniejsze znaczenie, niż częstotliwość jej stosowania. Nie dziwnym jest zatem, gdy ktoś powie „za to nie powinno się nagradzać” – być może ma rację. Nawet, jeśli wszędzie czytamy, że nagradzanie jest super.

Za co nagradzać nie powinniśmy?

- **za jedzenie**

W dobie „niejadków” nietrudno dziwić się rodzicom, którzy chętnie sięgają po różnego rodzaju metody na przekonanie smyka do zjedzenia kolacji czy obiadu. Ale tutaj akurat nagradzanie nie jest dobrym pomysłem. Przede wszystkim dlatego, że dziecko bardzo łatwo może zauważyć, że odmowa jedzenia jest świetnym sposobem na manipulowanie rodzicami. Po drugie – jedzenie ma służyć dobru i zdrowiu malca. Gdy nie je – szkodzi sobie. A zgodnie z zasadą poprawnego nagradzania, nie dajemy nagród za to, że dziecko nie zrobiło czegoś złego. Warto przy okazji wyjaśnić kwestie deseru po obiedzie. W wielu domach możemy usłyszeć: „Jeśli zjesz, to dostaniesz budyń”. Czy jest to nieprawidłowe nagradzanie? Niekoniecznie. Warto jednak dokładnie wyjaśnić domagającemu się słodyczy dziecku, dlaczego słodycze są w drugiej kolejności. Może brzmieć to tak: „Jeśli zjesz obiad, to czeka cię deser. Ale jeśli nie zjesz, to niestety nie będziesz mógł go dostać. W zupie jest dużo

witamin i żelaza, które są zdrowe i które trzeba jeść. Żebyś był zdrowy, musisz najpierw dostać te witaminy, a dopiero potem cieszyć się słodyczami”.

- **za pomoc i sprzątanie**

Dziecko posprzątało swój pokój, w którym wcześniej zrobiło ogromny bałagan? Tutaj warto powstrzymać się od nagrody. Co więcej – podejść raczej do sprawy z nastawieniem, że jeśli dziecko nie posprząta, to czeka go kara. Dlaczego? Nagroda powinna być docenieniem czegoś wyjątkowego. Wspaniałego zachowania, odwagi, zmiany. Nie może być używana po to, aby wymuszać na dziecku zachowanie się wobec ogólnie przyjętych norm! A taką jest właśnie sprzątanie po sobie. Nasza pociecha ma pewne obowiązki i tu warto zwrócić uwagę właśnie na to słowo – to „obowiązek”, a nie „łaska czyniona rodzicom”. Ponownie, często zdarza się, że rodzic mówi: „Jeśli pokój będzie posprzątny, będziesz mógł obejrzeć bajkę”. Czy to błąd? Niekoniecznie, ale i tutaj warto dodać wyjaśnienie: „Mama ogląda film wtedy, kiedy wszystko zrobi i może odpocząć. Twoim obowiązkiem jest posprzątanie pokoju i też nie będziesz mógł odpocząć przy bajce, jeśli tego nie zrobisz. Najpierw pracujemy, potem odpoczywamy”.

- **za unikanie złego zachowania**

Nigdy nie pozwalaj sobie na nagradzanie dziecka za to, że powstrzymało się od uderzenia kogoś, przekleństwa czy bycie grzecznym w przedszkolu po raz pierwszy od kilku tygodni. Dlaczego jest to błędem? Nagradzając dziecko za to, że powstrzymało się od złego zachowania, tworzymy w jego głowie trochę nierealistyczną wizję funkcjonowania w świecie. Późniejsze doświadczenia będą dla niego niemiłym rozczarowaniem. Patrząc na to z perspektywy dorosłości – w pracy też nikt nas nie nagradza za to, że się nie spóźniliśmy. Tak powinno być... i już. Nie oznacza to jednak, że nie powinniśmy zauważać pewnych zmian. Jeśli zatem w końcu usłyszałaś w przedszkolu „Dzisiaj Tomek nie wdał się w żadną bójkę, w końcu!” to warto powiedzieć: „Spójrz, jak jest miło, kiedy powstrzymasz się od nieładnych zachowań. Mama się nie denerwuje, pani w przedszkolu też nie, a dodatkowo koledzy na pewno będą cię bardziej lubić”. To bardziej nagrody społeczne, których istnienie warto dziecku uświadomić.

Pamiętajmy także, że nie należy umniejszać znaczenia nagród w postaci naszej uwagi, czy miłego słowa. Na pewno nie popełnimy żadnego błędu, jeśli powiemy po prostu „Ty pięknie posprzątałaś, ja też, to w nagrodę dla nas obojga idziemy sobie na długi spacer!”