

No borders, no limits, czyli wychowawczy świat bez granic – współczesne wychowanie bezstresowe

Agnieszka Wentrych

Wychowanie dzieci to bardzo ważne i odpowiedzialne, a zarazem trudne zadanie. Dla jednych misja, powołanie, dla innych przedsięwzięcie życiowe czy zawodowe. Wychowywanie dzieci wymaga wiele wysiłku, zaangażowania, dojrzałości, doświadczenia, ale i pokory, ciągłego samorozwoju i gotowości do uczenia się. Jak w tym kontekście jest rozumiane współcześnie wychowanie bezstresowe?

Dzieciom nie powinno się odmawiać.

Dzieciom nie wolno kazać czekać.

Dzieciom nie powinno niczego brakować.

Potrzeby dziecka powinny być natychmiast zaspokajane.

Dziecko samo powinno decydować o sobie.

Dzieci nie wolno karać.

Fakty czy mity? Prawda czy fałsz? Jest nad czym dyskutować, wszak wśród rodziców i wychowawców zdania w tym temacie są mocno podzielone.

By dobrze wychowywać...

Dobremu wychowywaniu dzieci sprzyja z jednej strony otwartość na współpracę, korzystanie z doświadczenia i wsparcia innych rodziców czy wychowawców. Z drugiej także zdolność do krytycznego samodzielnego myślenia, podejmowania przemyślanych decyzji, opartych na własnych doświadczeniach, przekonaniach. Wielu rodziców i wychowawców podejmuje swoiste samokształcenie, sięgając po książki traktujące o wychowaniu,

śluchając tematycznych audycji, programów lub biorąc udział w warsztatach umiejętności wychowawczych. Wydaje się jednak, że część opiekunów działa przede wszystkim metodą prób i błędów, opiera się głównie na własnej intuicji oraz przypadkowo znalezionych na forach czy portalach internetowych informacjach. Stąd też różnimy się podejściami do wychowywania dzieci oraz opiniami na temat popularnych strategii czy metod wychowawczych. Nośnym przykładem jednej z nich jest bezstresowe wychowanie.

Pojęcie „bezstresowe wychowanie” w klasycznym ujęciu prawdopodobnie budzi dzisiaj częściej pejoratywne niż pozytywne skojarzenia. W potocznym pojęciu dzieci wychowywane bezstresowo to dzieci nieokiełznane, żeby nie powiedzieć niegrzeczne. Wychowawcy, opiekunowie, trenerzy zauważają, że obecnie dzieci stają się coraz bardziej wymagającymi „klientami”, coraz trudniej z nimi pracować, wiele z nich przejawia zachowania nadaktywne, impulsywne, bardzo wiele ma kłopoty ze skupieniem uwagi, z wykonywaniem poleceń, ze współpracą. Dzieci bardzo szybko się męczą i nudzą, natomiast łatwo się rozpraszają i przejmują nieodpowiednie zachowania od innych. Rzadziej kojarzymy bezstresowe wychowanie po prostu z beztroskim i szczęśliwym dzieciństwem, wolnym od kar, nakazów, braków i frustracji, dzięki czemu dzieci są radosne, pogodne, zawsze chętne do zabawy i współpracy.

Jednak wydaje się, że pojęcie bezstresowego wychowania, podobnie jak wiele innych terminów z dziedziny nauk społecznych, przechodzi modyfikacje, ewoluuje. Być może dzisiaj bezstresowe wychowanie rozumiane jest inaczej niż dawniej? A może ustąpiło miejsca inaczej nazywanemu, nowemu podejściu wychowawczemu?

Jak rozumiemy bezstresowe wychowanie dzisiaj?

Profilaktyka przemocy wobec dzieci w rodzinach i placówkach edukacyjnych jest obecnie znacznie mocniej akcentowana. Prawa dzieci traktowane są poważniej. Postępująca przemiana społeczna i gospodarcza zmieniają oblicza i strukturę typowej współczesnej rodziny. Zmienia się podejście do wychowywania dzieci. Wśród młodych rodziców



jest coraz więcej świadomych osób, dla których wychowywanie dzieci stanowi wielką wartość i życiowy priorytet. Poszukują oni wiedzy o rozwoju dziecka, korzystają z konsultacji u specjalistów, rozwijają swoje umiejętności rodzicielskie, uczestnicząc w warsztatach i seminariach. Są też i tacy, którzy dziecko w rodzinie traktują po partnersku, pozostawiając mu szeroką swobodę, której maluch nie jest w stanie udźwignąć. Ci zdaje się podążają nurtem „wyzwolonej pedagogiki” (nierzadko opatrzenie rozumianej lub wręcz karykaturalnie nowomodnej, z odniesieniami do polityki korporacyjnej, równościowej czy genderowej).

A więc jak to jest? Czy bezstresowe wychowanie w rozumieniu współczesnym jest zjawiskiem korzystnym dla rozwoju dzieci czy przeciwnie – nie sprzyja ich prawidłowemu funkcjonowaniu?

Jak zaznaczyliśmy wcześniej, bezstresowe wychowanie może być przez rodziców różnie rozumiane i rozmaicie realizowane. To od poziomu dojrzałości emocjonalnej, refleksyjności oraz wiedzy i doświadczenia rodziców zależy, czy bezstresowe wychowanie przyniesie dzieciom więcej pożytku, czy raczej szkodę.

Co jeśli bezstresowe wychowanie ma oznaczać brak granic, zasad i konsekwencji? Dzisiejszy świat jest tak stresujący, niebezpieczny i obciążający, że dzieciom należy oszczędzić jakiegokolwiek stresu. Tak może myśleć i argumentować swoje decyzje wychowawcze opiekun. Można zatem rozumieć bezstresowe wychowanie jako aktywne chronienie dzieci przed jakąkolwiek frustracją, rezygnacją ze stawiania granic, zupełny brak oczekiwań wobec zachowań dziecka. Dalej – jako brak obowiązków, daleko posuniętą swobodę maluchów, także w kwestii wolności wyboru. Takie bezstresowe wychowanie oznacza brak kar,

brak konsekwencji. Czasami negowanie zasadności rozpatrywania zachowania dziecka w kategoriach dobre-złe, właściwe-nieodpowiednie. Nie ograniczamy dziecka. Nie korygujemy. A już na pewno nie karzemy. Jeśli nie chce czegoś zrobić, to znaczy, że mu to nie odpowiada. Nie wolno go do niczego zmuszać. Wymagania to przemoc. Dziecko powinno rozwijać się swoim rytmem.

Wyrosnie z tego. Jak będzie starszy, to się nauczy... Takie podejście może bazować na przekonaniu, że dziecko, podobnie jak człowiek dorosły, z reguły najlepiej wie, czego chce i czego potrzebuje w danej sytuacji oraz że ma absolutne prawo, aby swoje chcenia i potrzeby w nieskrępowany sposób zaspokajać. Być może znajdzie się w nim pewna słuszność. Jednak należy zważyć, iż poziom rozwoju poznawczego, intelektualnego oraz samoświadomości dzieci różni się od poziomu prezentowanego przeciętnie przez osoby dorosłe (to samo przecież dotyczy także rozwoju fizycznego czy fizjologicznego). Z tego też wynika inny zakres odpowiedzialności maluchów w stosunku do dorosłych oraz potrzeba chronienia dzieci, opiekowania się nimi i przejmowania odpowiedzialności za nie przez dorosłych. Jeśli więc dzieci mają mniej odpowiedzialności, mogą potrzebować pewnych ram i granic w kwestii dysponowania swoimi potrzebami.

Czy da się uchronić dzieci przed stresem?

Stres to stan, którego doświadczamy w rozmaitych sytuacjach, a jego źródła i przyczyny często bywają zaskakujące i nieoczywiste. Stres pojawia się wówczas, gdy zachwiana jest równowaga organizmu – jakkolwiek rozumiana, kiedy możliwości organizmu, jego zasoby okazują się

niewystarczające do poradzenia sobie z wyzwaniem, z bodźcami. Stres odczuwamy nie tylko, gdy coś nam bezpośrednio zagraża, kiedy dzieje nam się fizyczna krzywda. Także wtedy, gdy doświadczamy pozytywnych rzeczy. Ale stres czujemy też, gdy jesteśmy przeciążeni, np. zatłoczeniem, hałasem. Stres czujemy, gdy znajdujemy się w nowej sytuacji, w sytuacji niepewności, niewiadomej, kiedy tracimy poczucie kontroli. A więc i wówczas, gdy w naszym życiu na co dzień lub w konkretnej sytuacji brakuje ram, granic, zasad. Dzieci w sposób naturalny z racji poziomu rozwoju nie dysponują niestety odpowiednim zasobem kompetencji do sprawowania pełnej kontroli nad swoim życiem. Dopiero stopniowo się tego uczą. Potrzebują natomiast troskliwej i uważnej opieki, prowadzenia i kierowania w procesie wychowawczym. Jego celem jest wdrażanie do osiągnięcia kolejnych poziomów dojrzałości, samodzielności i odpowiedzialności, aż po autonomię i niezależność w dorosłym życiu.

Nie oznacza to narażania dzieci na doświadczenie przemocy wychowawczej, nie oznacza nawet bazowania na karach w wychowywaniu. Chodzi o konsekwencje, umowy, zasady. Są one niezbędne dla kształtowania woli i emocjonalnej inteligencji maluchów, dla wspierania kompetencji społecznych, w tym umiejętności współdziałania i współpracy z innymi. Chodzi o rozwijanie u dzieci myślenia w kategoriach przyczyna-skutek w odniesieniu do swojego postępowania, o rozwijanie umiejętności koordynowania swojego działania. Chodzi o pracę ukierunkowaną na budowanie u młodego człowieka wewnętrznego porządku w opozycji do chaosu panującego w świecie zewnętrznym. Jeśli dziecko, któremu stawiamy granice i wymagania i pozawalamy ponosić rozsądne konsekwencje jego zachowania, doświadcza na skutek tych działań swoistego stresu, to jest to dobry stres – rozwojowy, budujący. Stres potrzebny dla efektywnego funkcjonowania w dymensji: świat wewnętrzny (życie osobiste) – świat zewnętrzny (życie społeczne).

Dziecko, im mniejsze (młodsze), tym bardziej zależne i tym więcej opieki potrzebuje. Gdy jest uczone, instruowane przez opiekunów, czym są różne zjawiska, do czego służą określone rzeczy, jak wykonać rozmaite czynności, opanowuje wiedzę i umiejętności szybciej, sprawniej, efektywniej niż wówczas, gdy miałyby się tego nauczyć wyłącznie poprzez własne doświadczenie. Tak, dziecko na etapie rozwoju bardzo mocno korzysta z doświadczenia, wsparcia, kierowania i kontrolowania przez opiekunów. To są truizmy, które wszyscy znamy. Ale wyliczam je dlatego, że stanowią one przesłanki do wyciągnięcia logicznego wniosku: dziecko potrzebuje i korzysta na tym, że jest uczone, kierowane, mądrze kontrolowane, także w obszarze funkcjonowania emocjonalno-społecznego. Dlatego należy ukazywać mu, co w zachowaniu jest właściwe, a co nie, jakie zachowanie jest akceptowane, a jakie nie i dlaczego. Dziecko powinno wiedzieć, jakie konsekwencje nas spotykają, gdy

zachowamy się w sposób przekraczający ustalone zasady i normy. Powinno mieć pojęcie, że istnieją jego własne granice, ale także granice innych ludzi. Powinno rozpoznawać, że ważne są nie tylko jego własne potrzeby, ale i potrzeby innych dzieci oraz dorosłych. Dobrze jest, gdy dziecko potrafi pojąć, jaki wpływ na innych ludzi może mieć jego zachowanie. Powinno być uczone, dlaczego czasami trzeba i dlaczego warto czekać na coś, odmawiać sobie czegoś, robić coś, na co nie ma się ochoty. W świecie pozbawionym granic, umów, zasad i konsekwencji, naturalnej frustracji osiągnięcie tego rozumienia oraz nabycie określonych umiejętności społecznych przez dziecko wydaje się bardzo trudne, o ile w ogóle jest możliwe.

Zdrowe „bezsresowe”?

Czy bezstresowe wychowanie przynosi korzyści dla rozwoju dziecka?

Jeśli bezstresowe wychowanie rozumiane jest przede wszystkim jako wychowanie bez przemocy i krzywdzenia dzieci – to w tym ujęciu można mówić o korzyściach, o tym, że może być wspierające i budujące dla dziecka. Ale bez przemocy i bez kar nie oznacza, że zupełnie bez stresu i bez frustracji. Chodziłoby tutaj przede wszystkim o rozsądne dawkowanie, regulowanie stresu emocjonalnego, którego dziecko w naturalny sposób będzie doświadczając. I doświadczając powinno. Ale równocześnie konieczne jest uznawanie i szanowanie dziecięcych emocji, wrażliwości i potrzeb. Dziecko ma być traktowane podmiotowo, nie przedmiotowo. Nie może być umniejszane, lekceważone, przezywane, ośmieszane, zawstydzane czy zastraszone. Nie wolno stosować przewagi, jaką ma dorosły nad dzieckiem, by zdominować, stłamsić, zanegować dziecięce potrzeby, by zmusić dziecko do robienia rzeczy poniżających. To także są truizmy – wyliczenie zachowań noszących miano przemocy psychicznej i emocjonalnej, czyli emocjonalnego krzywdzenia dzieci.

Dziecięce emocje mają być uznawane i szanowane, ale to nie jest jednoznaczne z ignorowaniem, akceptacją czy chwalemiem niewłaściwych zachowań dziecka. Nie jest to też tożsame z rezygnacją z wyznaczania dziecku granic, w jakich może się poruszać, dążąc do zaspokajania własnych potrzeb. Nie oznacza rezygnacji z wymagań wobec dziecka, konsekwencji, obowiązków i umów. Dziecko, któremu są stawiane granice, któremu czasami się odmawia, któremu pozwala się czekać, które słyszy „nie wolno”, „nie zgadzam się”, będzie doświadczając frustracji i stresu. Ale może to być stres konstruktywny, bo rozwojowy i niekrzywdzący.

Takie podejście do wychowania byłoby bliższe pojęciu pozytywnej dyscypliny niż bezstresowego wychowania. Zatem możemy zakończyć nasze rozważania stwierdzeniem: zdrową odpowiedzią na bezstresowe wychowanie jest pozytywna dyscyplina. ■

Konsekwencje zamiast kar Jakie powinny być konsekwencje?

Naturalne, np. *Zjadłeś swój deser, więc dziś już więcej słodyczy nie ma; Kolejny deser będzie jutro.*

Logiczne, np. *Po raz kolejny zrobiłeś wielką awanturę po wyłączeniu bajek (np. rozrzuciłeś zabawki). W takim razie jutro bajek nie będzie, a zabawki pozbierasz ty.*

Odpowiednie dla wieku, np. trzylatek nie jest wysyłany na godzinę do swojego pokoju, żeby przemyślał swoje zachowanie. Zamiast tego maluch, który rzuca zabawkami, może przez krótką chwilę posiedzieć na pufie, lub na poduszce w obecności opiekuna, aby wyciszyć emocje.

Zrozumiałe – wyjaśnione dziecku w prosty sposób, sprecyzowane, np. *Nie możemy zjeść dziś więcej lodów, bo rozboli nas brzuch. Poza tym uczyliśmy się zachowywać umiar; Nie będzie oglądania bajek, dopóki będziesz krzyczał i rozrzucił zabawki, gdy wyłączamy telewizor/ komputer (zamiast: Nie będzie bajek, dopóki będziesz robić awanturę / będziesz niegrzeczna / niegrzeczny).*

Konsekwentne – jeśli zapowiadamy, że nie będzie jutro bajek, to po prostu nie włączamy ich dziecku.

Dyktowane rozsądkiem, nie emocjami – przemyślane, po ochłonięciu, opadnięciu emocji tak, by były rozsądne i możliwe do wykonania.

Z okazaniem autentycznych emocji przez opiekuna, nazwaniem ich i wyjaśnieniem ich przyczyn, np. *Jestem zezłoszona, ponieważ nie chcesz wyjść z basenu, choć proszę cię, bo jest już chłodno i czas na powrót do domu na kolację.*

Z zapewnieniem, że więź nie zostaje zerwana, np. *Jestem zezłoszona, ale to nie znaczy, że już cię nie kocham. Zabraniam ci jeść więcej cukierków, dlatego, że troszczę się o twoje zdrowie, bo jest ono dla mnie ważne.*



Agnieszka Wentrych – psycholog, ukończyła szkolenie z zakresu psychoterapii systemowo-psychodynamicznej oraz szkolenie dla terapeutów EEG Biofeedback I i II stopnia. Na co dzień pracuje w poradni psychologiczno-pedagogicznej z dziećmi, młodzieżą i ich rodzicami. Prowadzi diagnozę psychologiczną rozwoju psychoruchowego oraz diagnozę trudności szkolnych dzieci i młodzieży, zajęcia terapeutyczne i ogólnorozwojowe, konsultacje dla rodziców dot. rozwoju i wychowania dziecka. Współpracuje z miesięcznikiem „BLIŻEJ PRZEDSZKOLA” od 2010 roku. Zawodowo interesuje się zagadnieniami z zakresu psychosomatyki, profilaktyki i promocji zdrowia, rozwoju i wychowania małego dziecka oraz rozwoju osobistego.

Czy masz wszystkie nasze poradniki? **Nie?!**



Kup!



Praktyczne wskazówki dotyczące trudnych sytuacji z określonymi zachowaniami dzieci w przedszkolu



Zanim wkroczy specjalista... część 2
JAK POMOĆ PRZEDSZKOLAKOM W TRUDNYCH SYTUACJACH. PRZEWODNIK DLA NAUCZYCIELI I RODZICÓW



Gdy rodzice pytają o...

pomocne odpowiedzi specjalistów na pytania dotyczące dzieci w wieku przedszkolnym



Listy do Ewy Z.

PORADNIK DLA NAUCZYCIELI PRZEDSZKOLA

Odpowiedzi specjalistów na pytania zadawane nauczycielom przedszkola



dostępne na
blizejprzedszkola.pl