

## METÓDA PRIRODZENÝCH A LOGICKÝCH DÔSLEDKOV VO VÝCHOVE DETÍ

### Metodický materiál pre rodičov



Ako sa máme vyrovnat' s nárokmi výchovy dnešných detí? Všimli sme si, že docielenie poslušnosti pomocou odmien a trestov už nie je také účinné, ako bývalo v minulosti? Kde stanoviť hranicu, čo dieťa ešte môže a naopak, čo už nesmie?

Tieto otázky trápia väčšinu rodičov, no v prvom rade je dôležité si uvedomiť, že žiadna spoločnosť nemôže prežiť, pokiaľ si nestanoví isté obmedzenia a hranice pre správanie sa svojich členov.

Pretože odmena a trest už nie sú také účinné ako bývali, je treba vytvárať nové vzťahy medzi rodičmi a deťmi a to *demokratickým štýlom výchovy*. Ten je založený na princípoch rovnosti a vzájomného rešpektu. Rovnosť v tomto prípade znamená, že dieťa sa rovná dospelému v zmysle ľudskej ceny a dôstojnosti. V demokracii má každý právo na rešpekt a možnosť voľby. Demokratický rodič teda dáva dieťaťu možnosť, aby sa rozhodovalo v určitých stanovených hraniciach a nieslo dôsledky svojich rozhodnutí. Túto alternatívu k systému odmien a trestov nazývame *prirodzené a logické dôsledky*.

Metóda prirodzených a logických dôsledkov má isté *výhody* oproti metóde odmien a trestov, a tými sú:

- za vlastné správanie zodpovedá dieťa, nie jeho rodič,
- ponecháva rozhodnutie na dieťati, pre ktoré správanie sa rozhodne (možnosť voľby),
- necháva dieťa, aby sa poučilo z predchádzajúcich rozhodnutí.

**Prirodzené dôsledky** sú tie, ktoré umožňujú dieťaťu poučiť sa z prirodzeného fungovania, pravidiel okolitého sveta. „Zásah“ rodiča či iného dospelého v tomto prípade nie je potrebný.

Príklad: Čo sa stane dieťaťu, ktoré si nabalí školskú tašku množstvom vecí? Bude musieť nosiť celý deň so sebou ťažký náklad. Je to prirodzený dôsledok toho, že si neskontrolovalo, či tam má len potrebné veci. S najväčšou pravdepodobnosťou si nabudúce dá veľký pozor, aby si zobralo len to potrebné. Ide o situáciu, kde rodič nemusí spraviť nič pre to, aby si dieťa uvedomilo nesprávne rozhodnutie.

V situáciách, kedy neexistujú žiadne prirodzené dôsledky, alebo v prípadoch, kedy by bolo ich uplatnenie pre dieťa nebezpečné, môžu byť prirodzené dôsledky nahradené dôsledkami logickými.

**Logické dôsledky** umožňujú dieťaťu, aby sa poučilo zo spoločenskej skutočnosti, uznávajú totiž vzájomný rešpekt. Aby bolo uplatnenie dôsledkov účinné, dieťa ich musí vidieť v logickej súvislosti so svojim nevhodným správaním.

Príklad: Dieťa, ktoré sa nevie ráno zobudiť a dostať z postele „von“, omešká autobus, príde neskoro do školy a tak bude musieť doháňať učivo.

Tento spôsob výchovy pomocou prirodzených a logických dôsledkov umožňuje dieťaťu voľbu, a následne učí aj to, aby zodpovedalo za svoje správne či nesprávne rozhodnutia. Väčšina detí sa z dôsledkov poučí, pokiaľ má možnosť vyskúšať si aj zlé rozhodnutia.

### **Predstavme si problémovú situáciu:**

Dieťa si požičia od rodiča náradie a nedá ho naspäť na určené miesto, dostane trest v podobe moralizovania, kritizovania, zákazu televízie či inej obľúbenej činnosti na pár dní. Rodič: „*Koľkokrát som ti opakoval, kde to náradie patrí?! Máš zákaz pozeráť TV a to celý týždeň, a na výlet môžeš rovno zabudnúť!*“.

No existuje aj iný spôsob ako ukázať dieťaťu, že treba byť poriadkumilovný či zodpovedný a to cestou logických dôsledkov. Ako to môže inak vyzeráť? Nabudúce, keď si dieťa bude chcieť požičať náradie, nájde škatuľu zamknutú. Keď sa príde spýtať otca, prečo je zamknutá, ten mu povie, že samo vie prečo. Dieťa to skontroluje otázkou: „*Preto, že som minule kladivo nevrátil späť?*“ Otec odpovie: „*Áno, potrebujem mať istotu, že keď chcem veci použiť, nájdem ich na určenom mieste. Zajtra môžeš skúsiť znova, či si pamätáš, kde náradie po práci patrí.*“

## Čím sa tieto dva spôsoby odlišujú?

### V prípade použitia **logických dôsledkov**:

- dieťa zakúsi od rodiča rešpekt (nie je ponížené vynadaním),
- dôsledok priamo súvisí so situáciou, je logický a spravodlivý (jedenkrát zamedzí použiť dieťaťu nástroje),
- sústreďí sa na problém nie na dieťa (chýbajúce nástroje),
- necháva ho rozmýšľať samostatne (ty vieš prečo) a tým sa zameriava na budúce správanie,
- rodič plní funkciu sprievodcu či akéhosi učiteľa.



### Naproti tomu **trest**:

- zdôrazňuje autoritu dospelého a potrebu podriaďiť sa,
- súdi a hodnotí dieťa (moralizovanie, kritika),
- často nesúvisí so situáciou, je bez logického vzťahu k situácií (zákaz televízie),
- vytvára u dieťaťa pocit viny „som zlý“ a u rodičov pocit „zle vychovávam“,
- obvykle sa uplatňuje v hneve a tým je často prehnaný a nezodpovedajúci vážnosti správania dieťaťa,
- rodič je v úlohe vládca, kontrolóra, sudcu a trestajúceho,
- trest vedie dieťa k myšlienkam o pomste a odplate.

### **Dôležité kroky k uplatneniu dôsledkov vo výchove:**

1. Ponúknite možnosť voľby a akceptujte rozhodnutie vášho dieťaťa v rámci hraníc, ktoré máte v rodine vymedzené. Používajte priateľský tón hlasu, ktorý dáva najavo dobrú vôľu. („Klára, radi by sme pozerali TV. Môžeš sa usadiť a pozerať sa s nami, alebo odísť z izby“.)
2. Keď uplatňujete logický dôsledok, je vhodné uistiť dieťa, že neskôr bude mať príležitosť svoje rozhodnutie zmeniť. Dávate tým dieťaťu vieru, že jeho správanie bude pozitívne,

žiaduce. („Vidím, že si sa rozhodla odísť z izby. Samozrejme sa môžeš vrátiť, keď sa upokojíš“.)

3. Ak sa zlé správanie opakuje, je potrebné predĺžiť dobu, ktorá musí uplynúť, než sa dieťa opäť pokúsi o zlepšenie. Keď sa dieťa opakovane zle správa, dáva tým najavo, že nie je pripravené správať sa zodpovedne. („Vidím, že si sa stále neupokojila a si rozhodnutá odísť z izby. Môžeš znovu skúsiť prísť medzi nás zajtra večer“.)

### **Na čo netreba pri používaní dôsledkov zabudnúť?**

- ❖ Hnev, vyhrážanie a napomínanie môžu ľahko zmeniť dôsledok na trest, preto je veľmi dôležité zachovať priateľský prístup a vľúdny tón hlasu. „Keď nebudeš jesť, budeš hladný“ vyznieva pre dieťa ako hrozba, no výrok „Nemusíš jesť“ ponúka dieťaťu voľbu.
- ❖ Budte láskaví, ale pevní. Väčšina rodičov je len láskavá, alebo len pevná. Váš tón hlasu dáva najavo, že chcete byť láskaví, a dôsledné uskutočňovanie riešení dáva najavo vašu pevnosť.
- ❖ Menej hovorte, viac konajte! Logické argumenty prestávajú byť účinné, keď ich dieťa počúva tucetkrát denne, stáva sa voči nim „hluché“. Snažte sa hovoriť s deťmi vtedy, keď sú vaše vzťahy priateľské a deti sú ochotné vás počúvať.
- ❖ Odmietajte dohadovanie a povoľovanie. Stanovte hranice a nechajte dieťa, aby sa rozhodlo, či ich dodrží alebo nie. Budte ochotní prijať rozhodnutie vášho dieťaťa.
- ❖ Povzbudzujte samostatnosť. Čím viac svojim deťom pomôžete, aby sa spoliehali sami na seba, tým schopnejšie sa budú cítiť. Keď robíte pre svoje deti veci, ktoré dokážu zvládnuť aj samé, oberáte ich o zodpovednosť a nezávislosť.

Dôležité je uvedomiť si, že logické dôsledky potrebujú čas, aby boli účinné. Používaním logických dôsledkov sa odchyľujete od svojich obvyklých reakcií, čo môže dieťa prekvapiť a preto vás skúša ďalej, či vo svojom novom prístupe vytrváte.

**Milí rodičia pamätajte, že trpezlivosť plus prax rovná sa úspech!**

#### **Spracovala:**

Mgr. Anna Moravová, psychologička CPPPaP Námestovo

#### **Použitá literatúra:**

DINKMEYER, D., MCKAY G.D.: *Efektívni rodičovstvi krok za krokom*. Praha, Portál 2008.

DREIKURS, R., GREY, L.: *Logické dôsledky. Praktická príručka ako naučiť deti a dospelujúcu mládež zodpovednému správaniu*. Nové Zámky, Psychoprof 1997.

VAGAČOVÁ, M.: *Prirodzené a logické dôsledky - nástroj k zodpovednosti*. In: DIEŤA, č. 12, ročník 2010.