

# Zašto i kako bez batina?

## Razlozi za nenasilno odgajanje djece

Tjelesno kažnjavanje krši ljudska prava djeteta jer predstavlja napad na djetetovo dostojanstvo i fizički integritet. Prema Konvenciji o zaštiti ljudskih prava i temeljnih sloboda, tjelesno kažnjavanje u Europi nije dopušteno. U Hrvatskoj je Obiteljskim zakonom zabranjeno tjelesno i drugo ponižavajuće kažnjavanje djece.

No ipak neki roditelji vjeruju kako je tjelesno kažnjavanje (odnosno udaranje djeteta rukom ili predmetom poput štapa ili remena) učinkovit način postizanja toga da djeca učine ono što im je rečeno. Iako djeca u tom trenutku mogu napraviti što želite, negativni učinci ovakvoga kažnjavanja mogu potrajati cijeli život.

Poznato je da djeca koja su doživjela tjelesno kažnjavanje mogu imati:

- slabije mentalno zdravlje (npr. manje samopouzdanja, češće depresije);
- lošiji odnos s roditeljima (nasilje ih ne uči da poštuju roditelje, već da ih se boje te ih potiče na otpor i osvećivanje roditeljima, i/ili na udaljavanje od njih);
- slabije razvijenu samoregulaciju i niže moralne standarde (nasilje ih ne uči razlozima i načinima ispravnog ponašanja);
- pojačanu agresivnost i društveno neprihvatljivo ponašanje (tjelesno kažnjavanje djeci daje dojam da je nasilje normalno, prihvatljivo i učinkovito).

Također, poznato je da odrasle osobe, koje su kao djeca iskusile tjelesno kažnjavanje, češće imaju problema s mentalnim zdravljem te pokazuju više kriminalnoga i društveno neprihvatljivog ponašanja, uključujući i nasilje u obitelji, od odraslih koji nisu bili tjelesno kažnjavani u djetinjstvu.

Međutim, tjelesno kažnjavanje nije jedino ponašanje koje ostavlja trag na zdravlju djece. Važno je izbjegavati i ostale oblike ponašanja kojima se djeca ponižavaju i degradiraju, uključujući ismijavanje, izazivanje u djeteta osjećaja bezvrijednosti, nevoljenosti, nesposobnosti ili straha.

## Praktične smjernice za nenasilno odgajanje djece

Nenasilno odgajanje djeteta ni približno ne znači poticanje popustljivog roditeljstva. Roditelji koji su uvjereni da je tjelesno kažnjavanje djece neučinkovito i ponižavajuće za dijete pronalaze druge načine rješavanja sukoba i postizanja usklađenosti s njihovim standardima ponašanja.

**Nenasilni načini reagiranja na djetetovo pogrešno, štetno, opasno ili društveno neprihvatljivo ponašanje donekle se razlikuju u odnosu na dob djeteta.**

- Kada je riječ o mlađoj djeci – odvlačenje pozornosti prije negoli se problem razvije; smirivanje djeteta pronalaženjem druge zajedničke aktivnosti; pridobivanje djeteta da vas sasluša i ukazivanje na ono što je bilo pogrešno i kako se može drugačije; odmak od situacije i raspravljanje o njoj kasnije, kada se emocije smire; korištenje prekida aktivnosti; korištenje prirodnih i logičnih posljedica.
- Kada je riječ o starijoj djeci – razgovaranje o nepoželjnim oblicima ponašanja, korištenje prirodnih i logičnih posljedica, upućivanje djeteta da, po mogućnosti s roditeljem, nadoknadi "štetu" koju je svojim ponašanjem izazvalo i ispravi loš postupak ili pak uskraćivanje povlastica (npr. gledanja televizije ili susreta s prijateljima).

U ovim je situacijama vrlo važno izbjeći vrijeđanje djeteta te ugrožavanje njegove samosvijesti i dostojanstva; naime, ono što treba osuditi jest neželjeno ponašanje, a ne dijete. Roditelj bi također trebao razmisliti o djetetovoj sposobnosti da razumije i slijedi pravila te o okolnostima i ozbiljnosti ponašanja. Prilikom postavljanja granica roditelj treba voditi računa o tome što je dobro za dijete – sukladno njegovu uzrastu i stupnju razvoja – te razmisliti o razlozima zbog kojih ih određuje.



Mnogi roditelji ustanovili su da mogu izbjeći prisilu u odnosu sa svojom djecom ako su već od njihova rođenja s njima uspostavili odnos pun osjećaja, poštivanja i zadovoljstva. Ključ uspješnog poučavanja djece da sama reguliraju svoje ponašanje leži u uspostavljanju obostranog poštovanja i u očekivanju suradnje s djecom od njihove najranije dobi. Djeca dobro reaguju na poštovanje i pozitivna očekivanja. To znači da roditelji trebaju očekivati dobro ponašanje i usredotočiti se na nj, umjesto na loše ponašanje, pobrinuti da dijete razumije što se od njega očekuje te da je to sposobno i ispuniti.

#### Da bi djeci pomogli naučiti pozitivne oblike ponašanja, roditelji mogu:

- djetetu redovno pružati pozitivnu pozornost bez obzira na djetetovu dob (kako dijete raste, ovakvo postupanje uključuje i zanimanje za njegove vršnjake i školske uspjehe);
- pozorno slušati svoju djecu i pomoći im da izraze osjećaje;
- pomoći im da shvate moguće posljedice svojih izbora;
- poticati pojavu poželjnih ponašanja pridajući im pozornost i hvaleći ih, a ignorirati manje manifestacije neželjenog ponašanja;
- ponašati se kao što bi željeli da im se dijete ponaša, komunicirati s djetetom s poštovanjem i svojim primjerom pokazati kako se rješavaju sukobi (konstruktivno).

Podržavanje poželjnih oblika ponašanja i smanjivanje onih neželjenih najbolje uspijeva roditeljima koje njihova djeca poštuju. To od roditelja iziskuje priznavanje i prihvaćanje činjenice da i sami griješe te preuzimanje odgovornosti za svoje roditeljsko ponašanje i kvalitetu odnosa s djetetom (a ne da za sve krive dijete).

Novija istraživanja potvrđuju kako djetetova samoregulacija i suradnja nisu posljedica roditeljskih disciplinskih postupaka, već izvire iz pozitivnog odnosa roditelja i djeteta. Dakle, **nije dijete pristojno jer smo ga tako istrenirali, nego zato jer se mi s njime i ostalima pristojno ophodimo.** Upravo roditeljsko ponašanje koje pridonosi stvaranju i održavanju pozitivnog odnosa s djetetom jest ono što pruža rane temelje djetetovoj suradnji s roditeljevim zahtjevima. Djeca spremnost na suradnju razvijaju iz ranih iskustava recipročne suradnje s roditeljima tijekom povijesti njihova odnosa.

