

RÉCSEI NOÉMI

HATÁROK ÉS SZABÁLYOK A GYERMEKNEVELÉSBEN: A SZÜLŐI FELELŐSSÉG VITATHATATLAN

2024 elején Récsei Noémi televíziós műsorvezető, újságíró a farkasdi Életke Református Óvodában folytatott szakmai párbeszédet Eliaš Bosák Tünde gyermekpszichológussal, akivel a szülői határszabás témakörét járták körül. A pódiumbeszélgetés írott kivonatát az alábbiakban a Katedra hasábjain olvashatják.

■ Van-e érdembeli különbség a „határ” és a „szabály” között?

■ Annyi a különbség, hogy a határ biztonságot is jelenthet, a szabály pedig viselkedést megszabott rend, amely korlátozhat vagy épp segíthet eligazodni a káoszban. A gyermekkor a legértékesebb időszak az ember életében, hiszen ez az az időszak, amikor felfedezzük és megismerjük a körülöttünk lévő világot, amikor a személyiségünk, a jellemünk és a képességeink formálódnak.

Életünknek ebben az időszakában számos kihívással találkozunk. Sok nehézséggel és problémával, valamint sikerekkel és örömmel kell szembenéznünk. A szülők felelőssége tehát óriási.

■ Kíváncsi vagyok, miképp működik a gyakorlatban, legfőképp a pedagógiában a két fogalom.

■ Amennyiben azt szeretnénk, hogy a gyermekünk megértse, mit is szeretnénk tőle, akkor érthető szabályokra van szükség, mint például, hogy evés közben nem nézünk mesét a mobiltelefonon vagy táblagépen, a kakaót nem a kanapén fogyasztjuk el, esetleg alvás előtt már nem eszünk édességet. Ami a határokat vagy korlátozatokat illeti, azok olyan szabályok, amelyekből a gyerek leszűri, hogy hol van az a pont, amin túl már nem mehet, például nem üti meg a másikat, még akkor sem, ha nagyon mérges rá valamilyen okból kifolyólag.

■ Korunk egyik legaktuálisabb kérdése a határszabás. Ki szabhatja meg a szabályokat bizonyos kéréseknél, hol húzható meg a határ, valamint kinek a szerepkörébe tartozik leszögezni, hogy eddig és ne tovább?

■ Nagyon fontos, hogy a szülők megegyezzenek a fontos szabályokban. Közösen döntsenek, és amikor próbálkozik a gyerek megkerülni azokat, akkor mindkét szülő tudatosan tudjon kiállni a szabályai és a szülőtársa mellett is. A gyermek valamilyen temperamentummal, öröklött tulajdonságokkal, hajlamokkal születik, melyeket a későbbi életesemények befolyásolnak. Fokozatosan a gyermeket is be lehet vonni a szabályok kialakításába és abba, hogy mi történjen, ha azt megszegi.

■ S ha már itt tartunk, a gyerekek mennyire érzékelik a szülők – neveléssel kapcsolatos – bizonytalanságát?

■ A gyerekek úgy működnek, mint egy szkanner, szinte kiérzik, nagyon korán felmérik, hogy kinél hol a határ. Már a dackorszakban megjelenik a határok feszegetése, amikor az apróságok az akaratukat próbálgatják, és tudják, érzik, hogy a szülők részéről még nem kristályosodtak ki a biztonságos keretek, vagy ha mégis megvannak, a szülők következetlenségét tanúsítanak azok betartásában. Vagy egy másik példával élve, ha éppen az eltérő reakciók zűrzavara árnyalja a helyzeteket, a gyermek mindennek tanúja lesz, és ezek alapján fog majd később (be)próbálkozni.

■ Vannak-e kategorikus, avagy tipikus gyermeknevelési hibák?

■ Bőven és hosszan lehetne sorolni azokat a példákat, amelyeket némi utánaolvasással könnyen lehetne korrigálni, ki lehetne iktatni a szülő részéről. Az egyik tipikus jelenség a vádaskodás és ítélkezés kérdése, amely alááshatja a gyermek szülő iránti bizalmát. Kétoldalú kommunikációs zsákutcát jelentenek a szülők kétértelmű megfogalmazásai – amelyek némi pontosítással, az ok-okozati összefüggések elmagyarázásával, megértésével és betartásával kikerülhetők volnának. Emellett fontos, hogy a szülő inkább a magatartást, és ne magát a gyereket bírálja, kritizálja. Szintén gyakori jelenség és tévhit, miszerint a szülő azt hiszi, hogy mindig neki van igaza, és soha nem hibázhat. És talán kevesen gondolnak bele, hogy a napi rutin betartásának hiánya a gyerek biztonságától való megfosztást is jelenti. Hasonló, szintén a gyakorlatból vett példa: a pozitív visszajelzés hiánya is hibának minősíthető, amely rendszeresen megrendítheti a gyermek bizalmát.

■ Mivel egy intézmény, az Életke Óvoda égisze alatt beszélgetünk, óhahatlanul adja magát a következő kérdés: miért fontos szerinted, hogy nevelési kérdésekben együttműködjünk a gyermek által látogatott – vagy látogatni kívánt – intézménnyel? Fontos-e egyáltalán a feltétel nélküli bizalom?

■ Fontos a kölcsönös, őszinte, nyitott, támogató és együttműködő kapcsolat és kommunikáció a szülő és intézmény között. Ez elengedhetetlen, hiszen csak így lehet zökkenőmentes az óvodás, majd később az iskolás időszak gyermekünk számára. Sokban segíthet, ha hitelesen informálódunk a jövőben látogatni kívánt intézményről. Beszélgethetünk szülőkkel, illetve az óvoda vezetőjével és pedagógusaival az alapkoncepcióról, a különböző programokról, az osztályokról, a beszoktatásról. Érdemes feltérképeznünk a lehetőségek tárházát, valamint megismernünk a szülők felé támasztott intézményi elvárásokat.



| Eliaš Bosák Tünde (Forrás: HorenPhoto)

■ **Szintén szorosan a témához kapcsolódva: milyen következménye lehet a koncepció nélküli gyermeknevelésnek?**

■ Több szakember egyöntetűen úgy véli, hogy hosszú távon ez a fajta nevelési megközelítés konfliktusokhoz, elvesztettséghez és lelki nehézségekhez vezethet mind a gyerekek, mind a szülők részéről. Ennek elkerülése érdekében fontos a strukturált és tudatos nevelési módszerek alkalmazása, melyek segítségével a gyerekek képesek lehetnek fejlődni és prosperálni.

■ **A legjobb, ha példa segítségével mutatjuk be a jelenséget.**

■ Hogy milyen beláthatatlan következményei lehetnek a koncepció nélküli gyermeknevelésnek? Amikor a szülők hagyják, hogy a gyermek teljesen szabadon döntsön minden téren, és nem állítanak fel szabályokat vagy határokat, egyértelműen káoszhoz vezet. Ebben az esetben a gyermek bizonytalanságot tapasztalhat, mivel nem kap megfelelő irányítást és struktúrát az életében. Ez vezethet frusztrációhoz és nehézségekhez az önkontroll és az érzelmi stabilitás terén is, valamint nehezen boldogulhat az élet további kihívásaival szemben. A stabilitás kialakításaért folytatott küzdelemben pedig kevés idő jut a fejlődésre, tanulásra, a másokkal való együttlétre. Káoszban sokkal nehezebb gyerekeknek és felnőtteknek is lenni. Egy idő után a szülő teljesen elveszhet, a gyerekek pedig – sajnos értelemszerűen – visszaélhetnek a helyzettel.



■ **S ha már a visszaéléseknél és a normáknál tartunk, kíváncsi vagyok, hogy más normarendszer lép-e életbe a digitális világnak köszönhetően.**

■ Ahogy egyre jobban átszövi mindennapjainkat a digitális világ, egyértelműen látszik, hogy az online térben más normák és viselkedési minták alakulnak ki. Én magam is tapasztalom, hogy az interneten gyakran másfajta kommunikációs stílus és viselkedési normák érvényesülnek, mint a hagyományos életben. Az anonimitás és a távolság lehetővé teszik az emberek számára, hogy másképp viselkedjenek, mint a való életben, és ez néha egészen szélsőséges következményekkel járhat. Közhely, de a túlzásba vitt internetezés elszigetelhet, beszűkítheti a gyermek érdeklődését. Ilyenkor egyre inkább a világháló és a digitális világban zajló események kerülnek előtérbe, minden más háttérbe szorul, mintha nem is létezne más, ami ezen kívül van. Személyes megítélésem szerint azonban nem minden veszéllyel való találkozás okoz ártalmat a gyerekeknek, ez függ a veszély mértékétől, az egyéni érzékenységtől, és attól, ahogy a gyermek a veszélyekkel megküzd.

■ **A gyermekek önálló eszközhasználatának elfogadható mértékéről és az internetes önállóság ideális kezdőkoráról is szívesen kérném ki a véleményed: mennyi számít elfogadható mértéknek a gyermek számítógép-, tévé- vagy telefonhasználatában, és mikor lenne ideális, hogy önállóan használja az internetet?**

■ A gyermek internetes tevékenységének kezdési ideje sok családban vitatott. Különösen akkor merül fel a kérdés, ha a szülőknek más – akár szakmai jellegű – elfoglaltsága akad, ennek okán a gyerek egyedül van otthon, vagy este a saját szobájában használja a számítógépet vagy a telefont. Nincs egyértelmű válasz erre a kérdésre, mivel a döntés függ a család nevelési elveitől, valamint a gyermek felelősségétől. Minden családnak joga – és felelőssége – eldönteni, hogy milyen szabályokat állítanak fel az internethasználatot illetően, ugyanakkor bátorítom a szülőket a tájékozódásra. Mindannyiunk célja, hogy a gyermek felelősen és biztonságosan használja az internetet, és felkészüljön az online önállóságra. Fontos, hogy mielőtt engedélyeznénk a digitális világba való belépést, beszéljünk a gyermekünkkel a virtuális világ kockázatairól.

■ **Azt hiszem, a reális világ körvonalainak elmosódása is nagy kihívás elé állítja a szülőket. Ennek okán teszem fel a következő kérdést: hogyan segíthetnek a szülők a gyerekeknek az online információk megbízhatóságának felismerésében, miközben az internetes tartalmak általában reálisnak tűnnek?**

■ Való igaz, hogy a digitális korban a gyerekek számára kihívást jelenthet a valós és virtuális világ határainak megkülönböztetése. Az internet tele van információkkal, de – értelemszerűen – nem minden tartalom megbízható. A szülőknek fontos szerepük van abban is, hogy segítsék gyermekeiket abban, hogy kritikusan értékeljék az online tartalmakat. Először is, beszéljenek velük a megbízható forrásokról és az álhírekről, és tanítsák meg őket arra, hogy kérdezzenek és gondolkodjanak kritikusan az interneten talált információkról. Emellett fontos, hogy a szülők modellezzék a helyes viselkedést, és példát mutassanak a megbízható források keresésére és az információk ellenőrzésére. Azt is javasoljuk, hogy a szülők időt szánjanak arra, hogy együtt böngésszenek az interneten gyermekeikkel, és beszéljessenek az online tapasztalataikról, így segítve az online és offline világ közötti különbségek megértését.

■ **Mi a legmegfelelőbb módszer a gyerekekuralom kialakulásának elkerülésére és a szülő-gyermek kapcsolat egészséges fenntartására?**

■ Amikor a gyermek átveszi az irányítást, az bizony kihívást jelenthet a szülőknek. Azonban mindez elkerülhető a biztonságos szülő-gyermek kapcsolat, a következetesség, valamint a határszabás kialakításával és fenntartásával. Fontos, hogy a szülők határo-

kat és struktúrát teremtsenek a gyermek számára, s ahogy már korábban is részleteztem – egyértelműen kommunikáljanak az elvárásokról és az irányításról.

■ **Hogyan segíthet a Wipfler–Schore által jegyzett szelíd határszabás a gyermeknevelésben, és hogyan kapcsolódik témánkhoz ez a szakirodalomban ismertetett módszer?**

■ A szelíd határszabás (*irodalom: Wipfler–Schore: Hallgasd meg, HVG Könyvek, 2021, 392 o. – a szerk. megjegyzése*) kiemelkedő fontossággal bír a gyermeknevelésben. Ez a módszer lehetővé teszi, hogy meleg és gyengéd megközelítéssel határozzuk meg a gyermek viselkedési határait. Ez a gyakorlat nemcsak a viselkedés megváltoztatására szolgál, hanem az érzelmi kapcsolatok megerősítésére is. Amikor a szülő gyengéden és megértéssel állítja fel a határokat, lehetőséget teremt arra, hogy közelebb kerüljön a gyermekéhez és erősítse a köztük lévő kapcsolatot. A Wipfler–Schore által ismertetett módszer a gyermek érzelmi fejlődését és a biztonságos kötődést is elősegíti, amelyek kulcsfontosságúak az egészséges fejlődés szempontjából. Ezáltal az irodalomban ismertetett módszer segíthet az érzelmi kapcsolatok megerősítésében és a gyermek optimális fejlődésének elősegítésében.

■ **Lehetséges-e korrigálni a nevelés során elkövetett hibákat?**

■ Igen, a nevelés folyamata során elkövetett hibákat – ugyan nem maradéktalanul, de – lehet korrigálni és javítani. Azt azonban fontos tudni, hogy minél később ismerjük fel ezeket a hibákat, annál nehezebb lehet változtatni a már kialakult szokásokon. Több szakember a prevenció fontosságát hangsúlyozza, s itt is érvényes, hogy kiemelten fontos a szülők nyitottsága, amely elkövetettséggel párosulva igazán jó, új irányt vehet.

■ **Meddig lehet formálni és alakítani a gyermek személyiségét?**

■ Bár minden gyerek más, általánosságban elmondható, hogy minél korábban kezdünk el foglalkozni egy adott problémával vagy viselkedéssel, annál könnyebb lehet a megoldás. Azonban még a tizenévesek esetében is van lehetőség a fejlődésre és a változásra, bár ez mind a szülőktől, mind a gyerekektől sok türelmet és kitartást igényelhet. A tudomány jelenlegi állása szerint életünk végéig képesek vagyunk a fejlődésre, a változásra, valamint a változtatásra.

■ **Milyen hatást gyakorolnak a büntetés és jutalmazás különböző formái a gyermek viselkedésére, és hogyan járulnak hozzá az érzelmi kapcsolatok kialakításához?**

■ A büntetés és jutalmazás módszerei között markáns különbségek mutatkoznak, melyeknek eltérő hatásai vannak a gyermek viselkedésére és az érzelmi kapcsolatokra. A direkt büntetés és a megerősítés visszavonása által kiváltott frusztráció gyakran nem segíti elő a kívánt viselkedés kialakítását hosszú távon. Ennek az a következménye, hogy – konkrét példával élve – a gyermek inkább az elkerülésre törekszik a büntető személytől, mintsem hogy a helyes viselkedésre koncentráljon. Amennyiben direkt erőszakot alkalmazunk, megpofozzuk a gyermeket azért, mert nem tartotta be a szabályt és határidőn túl tovább mobilizott, akkor az nem azt jelenti, hogy többet nem fogja csinálni, hanem hogyha én otthon vagyok, akkor megpróbál elkerülni. Ezen kívül leutánozhatja a viselkedésünket és az agresszív viselkedés rögzülhet nála, feladhatja az erőfeszítéseit és a kapcsolatunk a gyermekkel teljesen megromolhat.

■ **Belefér-e a pofon a szülői nevelési eszköztárba?**

■ Nem, nem fér bele.

■ **Hogyan lehetne helyettesíteni a büntetést olyan módszerekkel, amelyek inkább elősegítik a pozitív viselkedést és az érzelmi kapcsolatokat?**

■ A jutalmazásnál kiemelten fontos, hogy a jutalom valóban motiváló legyen a gyermek számára. Ha a jutalom túl kicsi vagy túl nagy, nem fogja megfelelően ösztönözni a kívánt viselkedést. Ezért fontos, hogy a jutalom értéke és előrejelezhetősége megfelelő legyen.

■ **Mind a büntetés, mind a jutalmazás hatással van a gyermekünkkel való kapcsolatunkra. Fontos, hogy ezek a módszerek segítsék az érzelmi kötelék kialakítását és fenntartását a szülő és utódja között. Hogyan lehet összekapcsolni a pozitív viselkedést támogató módszereket a gyermeknevelésben?**

■ Túl komplex a kérdés, hogy röviden válaszoljak. Azt látjuk, tapasztaljuk, hogy a pozitív viselkedést támogató módszerek összekapcsolása kulcsfontosságú a gyermeknevelésben. Például amikor a gyermek pozitív viselkedést mutat, fontos, hogy a szülő azonnal elismerje és dicsérje tettét. Ez nemcsak megerősíti a kívánatos viselkedést, hanem erősíti a köztük lévő emberi kapcsolatot is. Ahogy egy szülő jelezte nekem: „amikor láttam, hogy gyermekem önként segített a testvérének, azonnal dicsértem a cselekedetét. Úgy éreztem, hogy ez a pillanat közelebb hozott minket egymáshoz, és erősítette az egész család dinamikáját, s nem utolsósorban önbizalommal is felruházta a kislányt”. Számomra az ilyen visszacsatolás azt jelzi, hogy van értelme és értéke a pozitív megerősítésnek.

■ **Köszönöm a beszélgetést!**

