

PENKIOS PRIEŽASTYS NUSTOTI SAKYTI: „ŠAUNUOLIS!“

Tereikia nueiti į vaikų žaidimų aikštelę, apsilankyti mokykloje ar nuvykti į vaikų gimtadienio šventę ir būtinai išgirsite nuolat pasikartojantį šūksnį: „Šaunuolis!“ Net kūdikėliai susilaukia pagyrimo, kai sugeba suploti delniukais. („Šaunuolis, kaip tu moki ploti!“) Dažnas iš mūsų esame taip įpratę lieti tokius vertinimus savo vaikams, kad mūsų šūksniai tampa panašūs į žodinį tiką.

Daugelis knygų ir straipsnių nepataria imtis bausmių, kad ir kokios jos būtų – nuo „lupimo“ iki prievartinio atskyrimo (vadinamosios „pertraukėlės“). Vienas kitas autorius net siūlo susimąstyti, ar verta vaikus papirkinėti apdovanojant žvaigždute ar skanėstu. Bet norėdami rasti kritišką nuomonę apie tai, kas eufemistiškai vadinama „teigiamu pastiprinimu“, turėsite gerokai padirbėti.

Kad išvengtume nesusipratimų, pabrėžiu: šiuo straipsniu neketinu kelti jokių abejonių dėl to, kaip svarbu palaikyti ir padrąsinti vaikus, juos mylėti, apkabinti ir padėti jiems gerai jaustis. Tačiau apie pagyrimus visai kita kalba. Ir štai kodėl.

Manipuliuojame vaikų elgesiu. Tarkime, pagyrimu apdovanojate dvimetį, kuris sugebėjo pavalgyti neišsiterliodamas, ar penkiametį už tai, kad susirinko ir į vietą sudėjo piešimo priemones. Kam tai naudinga? Ar gali būti taip, kad vaikus giriame ne todėl, kad norime patenkinti jų emocinius poreikius, o todėl, kad mums taip patogiau?

Rheta DeVries (Rita Devryz), Šiaurės Ajovos universiteto edukologijos profesorė, pagyrimus vadina „pasaldinta kontrole“. Kaip ir paskatinimas materialiomis dovanomis (ar baudimas!), gyrimas yra būdas padaryti su vaikais taip, kad jie tenkintų mūsų norus. Šis metodas gali veiksmingai padėti pasiekti mūsų tikslą (bent jau laikinai), bet jis labai skiriasi nuo bendradarbiavimo su vaiku: pvz., pakvietimo pasikalbėti, kas padeda sklandžiai dirbuotis klasėje (ar šeimoje), ar pamąstyti, kokį poveikį tai, ką padarėme (ar ko nepadarėme), turėjo kitiems. Pastaroji strategija ne tik gerokai pagarbesnė, bet ir gali padėti vaikams tapti mažiau pasyviais ir jautresniais žmonėmis.

Pagyrimai gali būti veiksmingi – bent trumpą laiką, – nes maži vaikai trokšta mūsų pritarimo. Bet mes turime būti atsakingi ir šia vaikų priklausomybe nesinaudoti savo patogumui. „Šaunuolis!“ už ką nors, kas palengvina mūsų gyvenimą, yra naudojimas vaiko priklausomybe. Mažylis net gali pajusti, kad pagyrimais manipuliuojama, nors ir nesugebėtų paaiškinti, kodėl jis taip jaučiasi.

Darome vaikus priklausomus nuo pagyrimų. Žinoma, ne kiekvienas pagyrimas yra apskaičiuota vaikų elgesio kontroliavimo priemonė. Kartais giriame vaikus tiesiog todėl, kad nuoširdžiai džiaugiamės tuo, ką jie padarė. Bet ir tada verta atidžiau paanalizuoti, kas vyksta. Užuo padidinę vaiko savivertę, pagyrimai gali padidinti vaiko priklausomybę nuo mūsų. Kuo dažniau kartojame vaikui: „Man patinka, kai tu...“ ar „Šaunuolis! Puikiai!“, tuo labiau vaikai ima pasitikėti ir remtis mūsų vertinimais, mūsų sprendimais, kas gera ar bloga, o ne mokosi galvoti patys. Galiausiai, jie ima savo vertę matuoti pagal tai, kas priverčia mus nusišypsoti ir parodyti pritarimą.

Mary Budd Rowe (Meri Bad Rou), Floridos universitete dirbanti mokslininkė, nustatė, kad tie moksleiviai, kuriuos mokytojai nuolat gyrė, labiau abejojo savo atsakymais, buvo linkę atsakyti klausiamą intonacija („Hm... Septyni?“). Tokie moksleiviai dažnai iš karto atsisakydavo savo pasiūlytos minties, jei

suaugusieji jai nepritaro. Be to, jie rečiau užbaigėdavo sunkias užduotis bei vengė dalytis savo mintimis su kitais moksleiviais.

Trumpai tariant, „Šaunuolis!“ neprideda vaikams pasitikėjimo savimi, atvirkščiai, galiausiai priverčia juos jaustis ne taip saugiai. Pagyrimai net gali sukurti užburto ratą: kuo daugiau mes giriname, tuo daugiau pagyrimų reikia vaikui, todėl pagiriame dar truputį. Liūdna, bet dalis šių vaikų taps suaugusiais, kurie ir toliau jaus poreikį, kad kas nors paglostytų galvą ir patvirtintų, kad jiems gerai sekasi. O juk to nelinkime savo sūnums ir dukterims!

Atimame iš vaikų malonumą. Jau nekalbant apie priklausomybę, vaikas turi teisę džiaugtis savo pasiekimais, didžiuotis tuo, ką išmoko. Be to, vaikas turi teisę pats nuspręsti, kada taip jaustis. Tačiau kaskart sušukdami „Šaunuolis!“ iš tiesų sakome vaikui, kaip jis turėtų jaustis.

Žinoma, kartais mūsų įvertinimai laiku, o vadovavimas reikalingas – ypač mažiems vaikams ir ikimokyklinukams. Bet nuolatinis vertinimų srautas vaikų raidai nėra nei būtinas, nei naudingas. Deja, tikriausiai net nepagalvojome, kad šūksnis „Šaunuolis!“ yra toks pat įvertinimas, kaip ir „Nevykėlis!“. Ryškiausia teigiamo įvertinimo ypatybė yra ne ta, jog jis teigiamas, o ta, kad tai įvertinimas. O vaikai, kaip ir dauguma žmonių, nemėgsta būti vertinami.

Aš tikrai nuoširdžiai džiaugiuosi, kai mano dukrai pavyksta ką nors padaryti pirmą kartą ar kai ji sugeba tai padaryti geriau nei anksčiau. Bet stengiuosi susilaikyti nuo nervinį tiką primenančio poreikio tarti „Šaunuolė!“, nes nenoriu išsklaidyti jos džiaugsmo. Noriu, kad ji savo džiaugsmu dalytųsi su manimi, o ne lauktų mano sprendimo. Noriu, kad ji sušuktų: „Man pavyko!“ (ji dažnai tai daro), o ne abejodama klaustų manęs „Ar man gerai sekėsi?“

Mažiname susidomėjimą. Pasakymas „Gražiai nupiešei!“ gali paskatinti vaiką piešti tol, kol mes žiūrime ir giriname. Tačiau, įspėja Lilian Katz (Liliana Kac), viena iš didžiausių autoritetų šalyje mažų vaikų ugdymo klausimais, „kai tik nustosime rodyti dėmesį, daugelis vaikų nebesiims veiklos“, už kurią buvo giriami. Kaip rodo įspūdingas mokslinių tyrimų skaičius, kuo daugiau už ką nors apdovanojame žmones, tuo labiau jie linkę prarasti susidomėjimą veikla, už kurią gavo apdovanojimą. Svarbiausia tampa ne piešti, skaityti, mąstyti ar kurti, o siekti apdovanojimo, kad ir koks jis būtų: porcija ledu, lipdukas ar „Šaunuolis!“.

Nerimą keliantis Joan Grusec (Džoanos Gruzeč) iš Toronto universiteto tyrimas parodė, kad maži vaikai, kurie buvo dažnai giriami už dosnumą, kasdienybėje buvo linkę būti šiek tiek mažiau dosnūs už kitus vaikus. Kiekvieną kartą išgirdus „Šauniai pasidalijai!“ ar „Aš didžiuojuosi tavo pagalba!“ jų noras dalytis ar padėti mažėjo. Dalijimasis ir pagalba vaikams tapo ne vertybėmis savaime, o būdu sulaukti suaugusiųjų pritarimo. Taigi dosnumas tapo priemone tikslui pasiekti.

Ar pagyrimai motyvuoja vaikus? Žinoma. Motyvuoja siekti pagyrimų. Deja, dažniausiai susidomėjimo ta veikla, už kurią buvo pagirti, sąskaita.

Menkiname pasiekimus. Lyg nepakaktų to, kad „Šaunuolis!“ gali sumažinti savarankiškumą, atimti pasitenkinimą ir susidomėjimą, dėl pagyrimų gali suprastėti vaikų veiklos rezultatai. Kaskart mokslininkai nustato, kad vaikai, kuriuos suaugusieji pagyrė už gerai atliktą kūrybinę užduotį, dažniau patiria nesėkmę atlikdami kitą užduotį – o ir apskritai jiems ima sektis prasčiau negu vaikams, kurie

nesusilaukė pagyrimų.

Kodėl taip nutinka? Iš dalies todėl, kad pagyrimai sukuria įtampą ir verčia stengtis ir kitą kartą pasirodyti taip pat gerai, ir ši įtampa trukdo. Iš dalies todėl, kad giriami vaikai mažiau linkę rizikuoti – o juk rizika yra kūrybiškumo pagrindas! – kai jie ima svarstyti, kaip vėl susilaukti teigiamų pastabų.

Kalbant apskritai, „Šaunuolis!“ yra dalis psichologijos teorijos, kuri visą žmogaus gyvenimą laiko tik išmatuojamo ir įvertinamo elgesio suma. Deja, toks požiūris ignoruoja mintis, jausmus ir vertybes, slypinčias už pasireiškiančio elgesio. Pavyzdžiui, vaikas gali pasidalyti užkandžiu su draugu tikėdamasis pagyrimo arba norėdamas, kad jo draugas galėtų pasisotinti. Giriant už dalijimąsi šie skirtingi elgesio motyvai yra ignoruojami. O kas dar blogiau – skatina mažiau pageidaujamą motyvaciją bei gali priversti vaikus ir ateityje siekti pagyrimų.

Kai suvokiate, kas iš tiesų yra pagyrimai ir kaip jie veikia, – šie nuolat suaugusiųjų kartojami vertinamieji šūksniai ima erzinti ne mažiau kaip garsas, atsirandantis brėžiant nagais per mokyklinę lentą. Kyla noras paskatinti vaiką duoti mokytojams ar tėvams paragauti jų pačių nuolat liejamo sirupo ir pasaldintu balseliu pareikšti: „Šaunuoliai! Puikiai pagyrėt!“

Ir vis dėlto atsikratyti šio įpročio nėra lengva. Nustoti girti gali būti keista, bent iš pradžių – galite jaustis, tarsi elgtumėtės šaltai ar stengtumėtės kažką nutylėti. Bet greitai tampa aišku, kad mūsų jausmai reiškia, jog giriame labiau todėl, kad mums norisi girti, o ne todėl, kad vaikai norėtų girdėti pagyrimus. Jei tai tiesa, metas pagalvoti, ką darome.

Iš tiesų vaikams reikia besąlygiško palaikymo, meilės be jokių išlygų. Besąlygiška meilė ne šiaip sau skiriasi nuo pagyrimų – ji yra tiesiog priešingas dalykas. „Šaunuolis!“ reiškia sąlygą, tai yra, rodome dėmesį, pripažinimą ir pritarimą, nes vaikas daro tai, kas mums patinka.

Šis pastebėjimas, kaip suprantate, gerokai skiriasi nuo kai kurių autorių kritikos, esą mes per dažnai ar per lengvai rodome vaikams pritarimą ir dėmesį. Jie siūlo girti santūriau ir tik tuomet, kai vaikai „nusipelno“. Bet tikroji bėda nėra ta, kad šiuolaikiniai vaikai tikisi pagyrimų už kiekvieną veiksmą. Iš tiesų tai mes pasiduodame pagundai palengvinti savo kelią, naudodami paskatinimus manipuluojame vaikų elgesiu, užuot aiškinę ir mokę, padėtume jiems įgyti reikalingų įgūdžių ir tinkamų vertybių.

Taigi, ką galime daryti kitaip? Tai priklauso nuo konkrečios situacijos. Tačiau svarbu, kad viską, ką sakome vaikams, sakytume nuoširdžiai ir iš meilės vaikui kaip žmogui, o ne už ką nors, ką vaikas padarė. Kai vaiką besąlygiškai palaikome, šūktelėjimo „Šaunuolis!“ nereikia, kai palaikymo nėra – pagyrimai nepadės.

Jei pagyrimais sieksime paskatinti pageidaujamą elgesį ir išgyvendinti netinkamą, mūsų pasiekti rezultatai nebus ilgalaikiai. Net kai šis metodas veikia, negalime tvirtai pasakyti, kad vaikas „gerai elgiasi“, nes tiksliau būtų teigti, jog pagyrimai valdo jo elgesį. Alternatyva pagyrimams yra bendradarbiauti su vaiku, ieškoti jo elgesio priežasčių. Mums gali tekti pakeisti savo reikalavimus, o ne tiesiog ieškoti kito būdo priversti vaiką paklusti. Užuot šaukę „Šaunuolis!“ bandytume priversti keturmetį ramiai išsėdėti per ilgą klasės susirinkimą ar iškilmingus šeimos pietus, turėtume užduoti sau klausimą: ar protinga iš vaiko tikėtis tokio elgesio?

Be to, turime vaikus įtraukti į sprendimo priėmimo procesą. Jei vaikas padaro ką nors, kas trikdo kitus, daug veiksmingiau už grasinimus ar „kyšius“ būtų tiesiog prisėsti kartu ir paklausti: „Kaip manai, ką

galėtume padaryti, kad išspręstume šią problemą?" Taip ne tik padėsime vaikui išmokti spręsti problemas, bet ir parodysime, kad mums rūpi, kaip jis jaučiasi. Žinoma, ieškant bendro sprendimo reikia laiko ir kūrybiškumo, rūpesčio ir drąsos. Daug lengviau mestelėti „Šaunuolis!“, kai vaikas elgiasi, kaip mums atrodo tinkama. Būtent todėl „darymo vaikui“ („doing-to“) strategijos gerokai populiareesnės už „darymo su vaiku“ („working-with“) strategijas.

Ir vis dėlto, ką gi sakyti, kai vaikas nuveikia ką nors įspūdingo? Štai trys galimi atsakymo variantai:

* Nieko nesakyti. Kai kurie autoriai primygtinai tvirtina, kad į kiekvieną pageidaujamą veiksmą reikia atsiliiepti „pastiprinimu“, nes slapta ar net nesąmoningai jie tiki, jog tai buvo atsitiktinė sėkmė. Jei manome, kad vaikai iš prigimties blogi, reikia dirbtinai sukurti priežastį būti geriems (konkrečiau – paskatinti pagyrimu). O kas, jei ši ciniška prielaida nepagrįsta (o tyrimai būtent tai ir patvirtina)? Tuomet pagyrimai nereikalingi.

* Aprašyti, ką matote. Paprastas teiginys be jokių įvertinimų („Tu pats apsiavei batus“ ar tiesiog „Tau pavyko“) parodo vaikui, kad jūs pastebėjote. Be to, toks pasakymas leidžia vaikui didžiuliu tuo, ką jis padarė. Kartais gali prireikti ir išsamesnio aprašymo. Tarkime, vaikas nupiešė piešinį, ir jūs galite pakomentuoti (nevertindami!), ką matote: „Šis kalnas didžiulis!“ ar „Taip, tu šiandien panaudojai daug violetinės spalvos!“

Jei vaikas pasielgia rūpestingai ar dosniai, galite švelniai atkreipti jo dėmesį į tai, kokį poveikį jo veiksmai turėjo kitiems: „Pažiūrėk į Ramunę! Ji atrodo patenkinta, kad pasidalijai su ja savo užkandžiu.“ Tokia strategija visiškai skiriasi nuo pagyrimų, nes girdami pabrėžiame, kaip mes jaučiamės dėl to, kad vaikas sugebėjo pasidalyti.

* Mažiau kalbėti, daugiau klausti. Klausti dar geriau, negu tiesiog aprašyti, ką matote. Kodėl turėtumėme pasakyti vaikui, kuri jo piešinio dalis mums paliko didžiausią įspūdį, jei galime paklausti, kas jam labiausiai patinka? Tikėtina, kad klausimai, pvz., „Ką buvo sunkiausia nupiešti?“ ar „Kaip tu sugalvojai, kaip nupiešti tinkamo dydžio pėdas?“, pagilins susidomėjimą piešimu. Tiesiog šūktelėjimas „Šaunuolis!“ ar „Gražiai nupiešėi!“, kaip jau kalbėjome, gali turėti atvirkštinį poveikį.

Aš nenoriu pasakyti, kad kiekvienas komplimentas, kiekviena padėka ir susižavėjimo šūksnis yra žalingas. Pirmiausia turime pagalvoti, kokie motyvai mus skatina sakyti tai, ką sakome (nuoširdaus susižavėjimo reiškimas, be abejo, yra geriau negu troškimas paveikti vaiko elgesį ateityje), ir kokį poveikį vaikui daro mūsų žodžiai. Ar tai, kaip reaguojame, padeda vaikui patirti jausmą, kad jis valdo savo gyvenimą, – ar verčia jį nuolat laukti mūsų pritarimo? Ar mūsų žodžiai padeda vaikui labiau džiaugtis tuo, ką jis daro, – ar paverčia veiklą tik priemone sulaukti mūsų pritariamo paglostymo?

Svarbiausia ne išmokti naują „scenarijų“, o susimąstyti apie tai, kokių ilgalaikių tikslų keliame augindami vaikus ir kokį poveikį turi mūsų žodžiai. Blogoji žinia – teigiamo pastiprinimo naudojimas nėra toks teigiamas. Geroji žinia – norėdami padraštinti neprivaldome vertinti.