

# Pozytywna dyscyplina

Wszechstronne kształtowanie osobowości wychowanka, uczenie zachowań zgodnych z obowiązującymi normami, rozwijanie odpowiedzialności za swoje czyny oraz kształtowanie prawidłowych relacji międzyludzkich - to główne cele wychowania. W realizacji tych celów niezwykle ważna jest tzw. pozytywna dyscyplina oraz wychowanie emocjonalne dzieci.

Dzieci trzeba nauczyć samodyscypliny, odpowiedzialnego zachowania; potrzebna jest im pomoc w nauczaniu się, jak dawać sobie radę z obowiązkami i wyzwaniem stawianymi przez życie. **Dzieci powinny zostać wyposażone w siłę, która pozwoli im sprostać wymaganiom** stawianym przez szkołę, grupę rówieśniczą, a później przez dorosłe życie. Pozytywna dyscyplina i wychowanie emocjonalne pozwalają uniknąć zarówno nadmiernej kontroli, jak i nadmiernej pobłażliwości, a jednocześnie skutecznie wpajają dzieciom zasady samodyscypliny, odpowiedzialności i współpracy w rozwiązywaniu problemów.

Wiele osób żywi przekonanie, że system surowości i kar jest skuteczny. Jednakże reakcje dzieci na długotrwałe stosowanie systemu kar może przybrać formę jednego lub kilku z tzw. „czterech kar”:

- 1) rozżalenie („dorosłym nie można ufać”),
- 2) rewanż („ja jeszcze im pokażę”),
- 3) rebelia („zrobię im na złość, żeby udowodnić, że nie muszę postępować tak, jak chcą”),
- 4) rejterada („wycofanie się”), mogąca przybrać dwie formy:
  - a) chytrość („następnym razem nie dam się złapać”),
  - b) zaniziona samoocena („jestem złym człowiekiem”).

Ponadto, **kiedy stosowana jest nadmierna kontrola, odpowiedzialność zostaje przesunięta z dziecka na dorosłego.**

Z kolei dzieci wychowane pobłażliwie rosną w przekonaniu, że świat jest im coś winien. Uczą się wykorzystywać całą swoją energię i inteligencję na to, żeby manipulować dorosłymi, zmuszając ich do spełniania swych życzeń. Spędzają więcej czasu próbując uchylić się od odpowiedzialności niż rozwijając swoje zdolności i niezależność. **Pobłażliwość sprzyja powstawaniu niezdrowej współzależności, zamiast samodzielności i współpracy.**

Pozytywna dyscyplina, czyli uprzejma stanowczość, opiera się na uporządkowaniu wolności, ograniczonym wyborze, tj. „możesz wybierać w granicach oznaczonych szacunkiem dla innych”. Nie wolno bać się stosowania dyscypliny w klimacie prawdziwego zaufania, miłości, choć wymaga to wysiłku, konsekwencji, a nawet odwagi.

**Dyscyplina nie może być skierowana przeciwko osobie, ale przeciw jej niewłaściwemu zachowaniu:**

- należy zachować delikatność w stosunku do zewnętrznego „ja” dziecka, nigdy nie traktując je lekceważąco, wyśmiewając czy zawstydzając;
- należy zachować równowagę pomiędzy miłością a dyscypliną, wzajemna, właściwa współzależność tych dwóch czynników wpływa na sukces wychowawczy.

Przy stosowaniu pozytywnej dyscypliny należy pamiętać o następujących zasadach:

- dzieci to istoty społeczne, ich decyzje uzależniane są od tego, jak postrzegają swoje relacje z ludźmi, oraz uczuć, które ludzie do nich żywią,
- zachowanie jest determinowane przez cel,
- podstawowy cel dzieci to przynależność i być ważnym oraz mieć poczucie wspólnoty i równego traktowania,
- dzieci niegrzeczne to dzieci zniechęcone,

- **błąd to znakomita okazja, żeby się czegoś nauczyć.**

Bardzo ważne jest psychiczne wspieranie dziecka. Jest to umiejętność, którą dorosły powinien nabyć, aby pomóc dziecku, zwłaszcza temu, które ma problemy. **Należy rozwijać w dziecku przekonanie, że potrafi wnieść coś wartościowego w życie rodziny, grupy i wpływać na swoje reakcje.** Kiedy dzieci są przekonane, że rozumiemy ich punkt widzenia, bardziej liczą się ze zdaniem dorosłego, chętniej współpracują przy rozwiązywaniu problemu. Dzieci aktywnie zaangażowane w realizację modelu wzajemnego szacunku i współpracy sprawniej podejmują decyzje, mają zdrowy stosunek do siebie samych oraz chętniej przestrzegają reguł, które pomogą ustalić.

Należy zmotywować dziecko do poprawy, nie wywierając przy tym negatywnego wpływu na jego samoocenę. Istotne jest wypracowanie „odwagi bycia niedoskonałym”: **należy dążyć do poprawy, nie do perfekcji.** Oczekiwanie perfekcji jest nierealistyczne i bardzo zniechęcające dla tych, którzy próbują ją osiągnąć. Dziecko będzie wolało wcale się nie starać, niż nieustannie doświadczać porażek, nie będąc w stanie sprostać wymaganiom dorosłych. Pozytywny stosunek do błędu łączy się bardzo ściśle ze sposobem tzw. „3-P pomyłek”:

1. przyznanie się - „zrobiłem błąd”,
2. pogodzenie - „przepraszam”,
3. poszukanie rozwiązania - „spróbujmy razem zastanowić się, jak naprawić sytuację”.

Traktując błędy jak coś złego, czujemy się bezwartościowi, próbujemy się bronić, osądzać i krytykować. Pozytywny stosunek do błędu w naturalny sposób prowadzi do atmosfery, która sprzyja rozwiązywaniu problemu. Nie ma sensu szukać rozwiązań w atmosferze wrogości.

**W pozytywnej dyscyplinie ogromną rolę odgrywa motywowanie dziecka do poprawy.** Należy zwrócić tu uwagę na wykształcenie u dziecka tzw. motywacji wewnętrznej, dzięki której podejmujemy jakieś działania, aby poczuć zadowolenie i satysfakcję z własnych dokonań. **Jeżeli dzieci zaczną coś robić po to, by mogły czuć się dumne ze swoich osiągnięć, nic ich przed tym nie powstrzyma.** Będą tak postępować nie tylko z własnej woli, ale też z wielką ochotą. Gdy ponadto dorośli będą reagować pozytywnie na działania dziecka motywacja wewnętrzna będzie umacniana. W rozwijaniu i wzmacnianiu motywacji dziecka, szczególną rolę odgrywają: stosowanie pochwał i zachęt, opieranie się na mocnych stronach dziecka, zadawanie pytań, angażowanie i zachęcanie do współpracy.

### **Zadanie dla rodziców!**

Przydzielając dziecku stałe obowiązki (np. na obrazkowej tablicy zadań dla Dziecka) przestrzegamy, aby były wykonane. Niepowodzenia omawiamy, sukcesy nagradzamy pochwałą.

Kształtujemy przy tej okazji **cnotę posłuszeństwa.**

(źródło: <http://profesor.pl/publikacja,14162,Artykuly,Dyscyplina-a-wychowanie>)