

Dyscyplina – pojęcie znane przede wszystkim rodzicom. Kształtowanie charakteru dziecka wymaga czasu, poświęcenia i umiejętności, a dyscyplina z pewnością należy do tych czynników, dzięki którym dziecko uczy się odpowiedzialności, odróżniania czynów godnych pochwały i nagany, ale też szacunku do rodziców i ich decyzji. Nie każdy rodzic potrafi, wprowadzając dyscyplinę, zachować żelazną konsekwencję, a jak wiadomo, od tego zależy, czy jego działania zakończą się powodzeniem.

Dlaczego wprowadzenie dyscypliny jest konieczne? Każde dziecko sprawia mniejsze lub większe trudności, dlatego też od początku należy uczyć je, jak postępować według wyznaczonych reguł. Jedno jest pewne – współczesna pedagogika i psychologia nie uznają stosowania kar jako środka zaradczego. Lepiej skupić się na wspieraniu zachowań pozytywnych, które motywują do poprawy, a także nagradzać dziecko i chwalić je, zamiast karcić i strofować. A już na pewno nie wolno dziecka bić.

O czym każdy rodzic wiedzieć powinien

Dzieci początkowo nie zdają sobie sprawy, mówiąc prosto - co jest dobre, a co złe. Rolą rodzica jest więc wskazać dziecku odpowiednią drogę, jednak z odpowiednią dawką wyrozumiałości i cierpliwości. Po pierwsze należy **stanowczo reagować na złe postępowanie i być dla dziecka wzorem**, jako że pociechy nas naśladują. Skoro więc oczekujemy, że dziecko będzie się zachowywało zgodnie z wymaganymi przez nas zasadami, sami powinniśmy ich przestrzegać.

Po drugie, jeśli już coś tłumaczymy, to starajmy się **mówić do dziecka zrozumiale**, uwzględniając jego wiek. Wiadomo, że pouczenia szybciej trafią do kilkulatek niż trzyletniego malca. Starsze dzieci łatwiej przyswoją sobie nasze rady, zwłaszcza gdy odwołujemy się do emocji i pokazujemy, że zachowanie dziecka ma wpływ również na najbliższych. W przypadku młodszych dzieci lepiej jest odwrócić uwagę od problemu.

Starajmy się **unikać kar**, raczej **nagradzajmy**. Nagany i zbyt wysokie wymagania mogą obniżyć samoocenę dziecka. Pamiętajmy także, aby nagrody nie zamieniły się w przekupstwo. Stosujmy kary, jednak wtedy, gdy nie poskutkują ostrzeżenia. **Bądźmy** jednak przy tym **konsekwentni** i nie zgadzajmy się na kompromisy.

Należy przy tym pamiętać, że **dzieci** często nie **provokują** nas, by złośliwie sprawić nam przykrość. One po prostu **chcą poznać nasze reakcje**. Tak jest w przypadku wszelkich krzyków i hysterii, wywoływanych po to, by zwrócić na siebie uwagę i dać wyraz emocjom. Dodajmy, że przypadku takich wybuchów złości, nie starajmy się dziecka przekrzyczeć, lepiej wytłumaczyć mu, że podwyższony ton głosu nie jest stosowny.

Co robić, gdy sytuacja wymyka się spod kontroli

Największe bólączki rodziców, mimo że dzieci wypracowały sobie szeroki wachlarz zachowań niesfornych, można przedstawić niemal w punktach. Poniżej kilka słów o tym, jak poradzić sobie w trudnych, konfliktowych sytuacjach, które dla rodziców są niemal chlebem powszednim. Dzieci bowiem często...

- **ignorują nasze polecenia**: nie denerwujmy się więc, zwłaszcza gdy wydaliśmy takowe polecenie w chwili, gdy nasze dziecko czymś się zajęło. Bo przecież nikt nie lubi być odrywany od zajęć. Szanujmy zajęcia dziecka, wtedy ono tak samo uszanuje nasze.

- **przeklinają**: dzieci początkowo nie wiedzą, co oznaczają brzydkie słowa i że w ogóle za takie są uważane. Po pierwsze nie używajmy przy nich słów niecenzuralnych, bo na pewno je powtórzą (i to w najmniej spodziewanej i odpowiedniej sytuacji), po drugie pod żadnym pozorem nie reagujmy w takich wypadkach z rozbawieniem, ponieważ sprawkuje to tylko naszą pociechę do kolejnego słownego wybryku.

- **pyskują**: starajmy się poznać powód niestosownego zachowania dziecka i wspólnie z nim znaleźć rozwiązanie. Pokażmy dziecku, że dostrzegamy jego niezadowolenie czy też urazę, jeśli jednak nie będzie ono uznawać naszych racji, powiedzmy, że jego zachowanie jest niedopuszczalne i ustalmy zasady postępowania z nim. Pomóżmy mu samodzielnie rozwiązać problem – im więcej samodzielności, tym większa szansa na to, że dziecko nie będzie się kłócić lub pyskować.

– **kłamią**: dzieci, szczególnie te młodsze, nie rozróżniają faktów od fikcji. Mając bujną wyobraźnię, nie wiedzą, że mijają się z prawdą. Niekiedy zapominają, co nią jest, niekiedy podążają za swoją wyobraźnią. Gdy podejrzewamy, że dziecko kłamie, nie reagujmy ostro, ale poprośmy, by pomogło naprawić szkodę. Nauczmy je odróżniać kłamstwo od fantazjowania, wytłumaczmy, dlaczego warto mówić prawdę. Gdy dziecko przyzna się do kłamstwa, podziękujmy mu i pochwalmy je za to. Co ważne, pamiętajmy, że dziecko uczy się przez naśladowanie, dlatego spełniajmy obietnice.

– **są agresywne**: dzieci są agresywne m.in. wtedy, gdy czują się odrzucone, niesprawiedliwie traktowane przez grupę czy rodziców, niekochane, niedoceniane lub gdy stawiane są im zbyt wygórowane wymagania. Częstym powodem jest zmuszenie do rezygnacji z czegoś bez uprzedniego wytłumaczenia dlaczego. Agresywne zachowania ujawniają się, gdy dziecko jest świadkiem przemocy lub jej na sobie doświadcza. Rodzi się w nim przekonanie, że przemoc jest środkiem rozwiązania konfliktów.

Lekiem na agresywne zachowania dziecka jest zastosowanie metody wyciszenia. Ustalmy wcześniej znak ostrzegawczy przed „karą”, a jeśli dziecko nie zareaguje, zabierzmy je do osobnego pomieszczenia lub miejsca, w którym spędzi jakiś czas. Nie rozmawiajmy z nim, unikajmy kontaktu wzrokowego i nie pozwalajmy mu opuścić wyznaczonego obszaru. W ten sposób nauczymy je samokontroli i szanowania pewnych zasad. Gdy skończy się czas wyciszenia, porozmawiajmy z dzieckiem i nie wracajmy do przeszłości.

Na koniec niezwykle istotna rzecz i jednocześnie przypomnienie – jakkolwiekby dziecko nas nie zdenerwowało, **nie karzmy go biciem**. Nawet klapssem. Nie jest to skuteczną metodą wychowawczą, przyniesie raczej odwrotny skutek. Bicie dzieci upokarza je i uczy, że takie metody są na porządku dziennym, że są akceptowane w kontaktach międzyludzkich. Pamiętajmy też, że agresja rodzi agresję i co najważniejsze – że dziecko jest istotą słabszą i niezdolną do obrony.

Źródło:

D. Zawadzka, I ty możesz mieć super dziecko, WAB 2006.