

KONTRAKT

Zachowanie w klasach 1

Pozytywna Dyscyplina

Wzajemny szacunek to podstawy skutecznej dyscypliny, która zakłada uprzejmość i stanowczość jednocześnie. Interakcje dorosły-dziecko opiera z kolei na prawie wolności i porządku, przyjmując ograniczony wybór.

Najważniejszymi zadaniami pozytywnej dyscypliny jest zauważanie i podkreślanie zdolności oraz kompetencji dzieci. Stoi w opozycji do założenia, że by dzieci zachowywały się lepiej najpierw muszą poczuć się gorzej (zostają skrytykowane, mają poczucie winy, boją się naszych reakcji). Taka koncepcja zachęca do kreatywnego tworzenia zasad wspólnie z dorosłymi, a nie postępowania według ich określonego (nieznanego dziecku) planu. Realizując taki model, dzieci mają poczucie współtworzenia, współuczestnictwa i przynależności do grupy. To w taki sposób między innymi dowiadują się, że ich postrzeganie jest ważne i dlatego.

4 kryteria pozytywnej dyscypliny:

Kształtowanie poczucia przynależności i znaczenia Jeśli na bieżąco będziemy zaspokajać te dwie podstawowe potrzeby dziecka, okaże się, że wiele zachowań uznawanych przez dorosłych za nieodpowiednie, po prostu zniknie.

Uprzejmość i stanowczość Uprzejmość to wyraz szacunku do dziecka, a stanowczość do nas samych. To także umiejętność dostosowania się do panującej sytuacji. Uprzejmość bez stanowczości prowadzi do nadmiernej pobłażliwości, natomiast bycie stanowczym pozbawione uprzejmości wyraża potrzebę kontrolowania sytuacji i jest pozbawione szacunku dla dziecka. Uprzejmość w dużej mierze polega po prostu na wyrażeniu zrozumienia dla uczuć dziecka i byciu empatycznym.

Nauka życiowych i społecznych umiejętności Nauka umiejętności społecznych czy życiowych to nie cel, który możemy odłożyć „na kiedyś”. Jako że od małości funkcjonujemy w grupach, wpajanie wartości od najmłodszych lat, uczyni to funkcjonowanie przyjemniejszym i użyteczniejszym. Pozytywna dyscyplina pomaga dzieciom dojrzewać w poczuciu wzajemnego szacunku, pokazuje jak rozwiązywać problemy, jak współpracować z innymi czy komunikować swoje potrzeby. To również nauka bycia pożytecznym w szkole i w domu, a więc budowanie poczucia bycia potrzebnym.

Okrywanie własnej wartości Pozytywna Dyscyplina zachęca dzieci do budowania swojej siły i autonomii i do ich konstruktywnego wykorzystania, do wymyślania własnych rozwiązań i do twórczego wykorzystania wszystkich posiadanych przez siebie zasobów i umiejętności.

Podsumowując Pozytywna Dyscyplina zakłada:

- **Wzajemny szacunek.** Dorośli modelują szacunek do swoich potrzeb i wymagań sytuacji, będąc wymagającymi wobec dziecka, pozostając jednocześnie życzliwymi i pełnymi szacunku dla potrzeb dziecka.

- **Identyfikacja przekonań stojących za zachowaniami.** Za każdym zachowaniem dziecka kryje się pewne przekonanie, często błędne. Skuteczna reakcja na nieodpowiednie zachowanie dziecka możliwa jest właśnie dzięki zrozumieniu, powodów, dla których dzieci robią to, co robią. Próba zmiany samego zachowania bez zmiany przekonań skazana jest na niepowodzenie.
- **Efektywna komunikacja i umiejętności rozwiązywania problemów**
- **Dyscyplina**, która uczy (i nie jest ani zbyt pobłażliwa, ani zbyt każąca).
- **Koncentracja na poszukiwaniu rozwiązań**, a nie na karaniu.
- **Stosowanie zachęcania** (zamiast pochwały). Zachęcanie zauważa wysiłek włożony w działanie i osiągnięcie postępów, a nie wyłącznie sukcesy. Zachęta buduje trwałe poczucie własnej wartości i sprawczości.

Sygnalizator i klamerki z imionami:

Światło zielone – cel

Światło żółte – oddalam się od celu

Światło czerwone – kącik relaksu