

Pozytywna dyscyplina u starszych dzieci

Dyscyplina w stosunku do dzieci starszych

- Celem dyscypliny jest to, aby nauczyć dzieci zasad i wartości w naszym społeczeństwie, oraz pomóc im w zachowaniu samokontroli, aby mogły wyrosnąć na szczęśliwych i odpowiedzialnych ludzi.
- Peel Children's Aid (Organizacja Pomocy Dzieciom w Peel) uważa, że należy używać pozytywnych metod wychowawczych zamiast bicia lub innych form dyscypliny fizycznej, które mogą spowodować fizyczne lub emocjonalne szkody w rozwoju dziecka.
- Nawet karcenie słowne może zranić dziecko emocjonalnie. Komentarze takie jak na przykład: „jesteś niedobry”, mogą obniżyć poczucie własnej wartości u dziecka.

Nawiązanie wzajemnych stosunków

- Zanim zastosuje się jakąkolwiek dyscyplinę w stosunku do dziecka, należy nawiązać z nim stosunki oparte na miłości i zaufaniu.
- Okres niemowlęcy jest najlepszym okresem na budowanie kontaktu z dzieckiem, ale w żadnym wieku nie jest za późno na jego rozpoczęcie.
- W nawiązywaniu stosunków między rodzicami i dzieckiem pomocne są łagodne i pełne miłości gesty, spędzanie razem czasu, szanowanie uczuć dziecka, dotrzymanie obietnic, przeproszenie kiedy jest to konieczne oraz wspólna zabawa.
- Dzieci starsze też potrzebują pieczy, mimo iż często wstydzą się je okazywać. Dostosuj okazywanie uczuć do wieku dziecka. Zamiast przytulać je publicznie, możesz poklepać starsze dziecko po ramieniu.

Planowanie codziennych zajęć

- Codzienna rutyna pomaga dzieciom w każdym wieku czuć się bezpiecznie.
- Planuj posiłki, zajęcia przed snem, czy cotygodniowe zajęcia o tej samej porze, aby zachować porządek w życiu dziecka.

Wskazówki

- Rozwiązywanie problemów oraz podejmowanie decyzji przygotowuje dziecko do bycia nastolatkiem.
- Dokonywanie wyboru pomaga dzieciom w nauce podejmowania decyzji. Wybór powinien być prosty. Na przykład: „Możesz pościelić łóżko teraz lub po śniadaniu, wybieraj.”

Ucz rozwiązywania problemów

- Pomóż dziecku zrozumieć problem. Zadawaj pytania, jak na przykład: „Co by się stało, gdybyś spróbował ...?”
- Wspólnie szukajcie rozwiązania.
- Wybierzcie najlepsze.
- Sprawdźcie je.
- Na końcu przedyskutujcie, jakie rozwiązanie było dobre a co można spróbować następnym razem.

Rozwiążuj problemy razem z dzieckiem

- Kiedy dzieci wyrastają na nastolatki, w dalszym ciągu muszą znać granice swojego postępowania, ale rodzice powinni nieco chętniej negocjować warunki.
- Kiedy dzieci zaczynają myśleć samodzielnie, ich odpowiedzi mogą rodziców złościć. Aby nie stracić kontaktu z dzieckiem, rodzice muszą więcej słuchać i więcej tłumaczyć starszym dzieciom.



- Porozmawiaj z rodzicami kolegów twojego dziecka na temat rozsądnych ograniczeń, jeśli chodzi o sposób ubierania się albo późne wracanie do domu.
- Pracuj nad wspólnym rozwiązywaniem problemów.

Rozmowy o zachowaniu

- W większości wypadków, starsze dzieci mogą wystarczająco dokładnie opisać co czują.
- Zamiast stosowania metody “time-out”, rodzice mogą porozmawiać ze starszymi dziećmi o ich zachowaniu. Robiąc to, rodzice powinni skoncentrować się na zachowaniu dziecka, a nie na jego osobie.
- Złośliwe uwagi nie pomogą dziecku wyciągnąć żadnych wniosków z popełnionych błędów. Dzieci szybciej nauczą się czegoś, jeśli skoncentrujemy się na faktach takich jak:
 - co złego dziecko zrobiło
 - zachowanie, którego oczekujesz, lub które wolisz
 - co czujesz
- Na przykład: “Nie powiedziałeś mi gdzie jesteś i martwiłam się. Musisz zadzwonić do domu, zanim pójdziesz do kolegi po szkole.”

Od wyboru do negocjacji

Kiedy dzieci dorastają, podejmują coraz więcej decyzji. Negocjowanie jest umiejętnością pomocną w rozwiązywaniu problemów, która to umiejętność będzie dziecku przydatna w wieku dorosłym. Najprostszą formą negocjacji jest pozwolenie dziecku na wybór, kiedy ma coś zrobić (jeżeli jest to możliwe).

Wybór powinien być:

- Odpowiedni do możliwości dziecka
- W odpowiednich granicach akceptacji
- Zdrowy i bezpieczny
- Realny jeżeli nie możesz czegoś zaakceptować, nie dawaj mu tego wyboru

Co przynosi rezultaty

Pamiętaj o tym że, aby pokierować i ukształtować dziecka zachowanie, można:

- Chwalić dobre sprawowanie
- Dać przykład zachowania, którego oczekujesz
- Pozwolić dziecku uczyć się na własnych błędach (kiedy jest to bezpieczne)
- Postępować logicznie
- Stosować metodę “time-out”
- Wstrzymać przywilej, dopóki wymagania nie są spełnione
- Dać wybór
- Wynegocjować umowę

Informacja dla rodziców

Najważniejszym zadaniem w życiu każdego człowieka jest być matką lub ojcem. Niektórzy rodzice lubią spotykać się z innymi rodzicami, zdobywać nowe umiejętności i zaznajamiać się z najnowszymi poradami w zakresie wychowania. Niektórzy z nich też potrzebują pomocy.

Jeżeli potrzebujesz więcej informacji, skontaktuj się z najbliższą przychodnią lekarską albo zapytaj swojego lekarza co jest dostępne w twoim miejscu zamieszkania. Zadzwoń do Parents Help Line (Telefon Pomocy dla Rodziców) pod numer 1-888-603-9100 lub do najbliższego biura Children's Aid Society (Organizacji Pomocy Dzieciom).

Ulotka ta została opublikowana przy pomocy informacji zawartych w Child Welfare League of Canada (Liga Opieki Społecznej nad Dziećmi w Kanadzie) i „Parenting for Life” (Wychowanie Dzieci Przez Całe życie), przy poparciu The Psychology Foundation of Canada (Psychologiczna Fundacja Kanady) i Kodak Canada.

