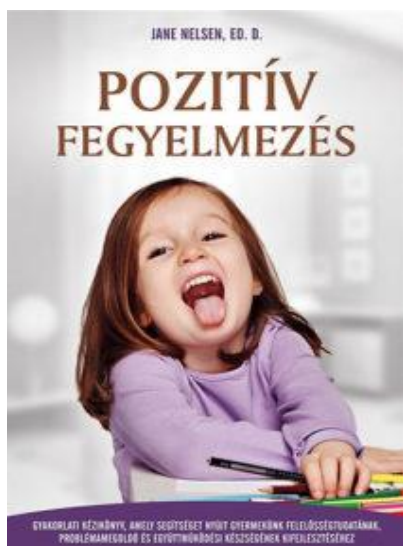


„A gyermek úgy igényli az ösztönzést, mint a növények a vizet.” (Rudolf Dreikurs)

Több nemzetközi kutatás is már kimutatta, hogy a hagyományos fegyelmező/büntető eszközökre a **tanulók ellenállással vagy önfeladással reagálnak**, mely csökkenti motivációjukat és így a tanulmányi eredményeiket is.



Jane Nelsen: Pozitív fegyelmezés (**nevelés**) könyve számomra a drámapedagógia, az együttműködő kommunikáció, és az ún. társas és érzelmi készségeket fejlesztő programok (SEL) esszenciája.

Célja olyan fegyelmezési eszközök bemutatása, amelyek hosszú távon alkalmasak a felelősségtudat kialakítására, valamint a kommunikáció, a viselkedés és a személyiség összefüggéseinek bemutatása, amelyek ismeretében a gyerekek, tanulók hosszú távon is motiválhatók.

A Pozitív fegyelmezés Alfred Adler (1870-1937) és Rudolf Dreikurs (1897-1972) individuál pszichológusok tanaira épül.

Adler szerint az ember két legfontosabb szükségele:

1. Tartozni valakihez, egy közösséghez, és ott elfogadva, szeretve lenni.
2. Hasznosnak lenni egy közösségben. Nem a közösség van értem, hanem egymásért vagyunk.

A közösségi érzés és a kisebbségi érzés összefügg. Az egészséges önbizalomhoz szükséges a közösség elfogadása, a közösség életében való aktív részvétel.

Egy pozitív szemléletű pedagógus/szülő célja a gyerek támogatása abban, hogy képessé váljon saját viselkedésének önszabályozására.

A HÉT legfontosabb megélés és készség:

1. A személyes képességek határozott észlelése: „**Képes vagyok rá.**”
2. Fontosságtudat az elsődleges kapcsolatokban: „Jelentősen hozzájárulok a dolgokhoz, és **valóban szükség van rám.**”
3. Határozott érzés, hogy hatalma és befolyása van a saját életére: „**Befolyásolni tudom**, hogy mi történik velem.”
4. Kiváló **intrapersonális** készségek: a saját érzések megértésének képessége, és ennek alkalmazásával az önfegyelem és az önuralom fejlesztése.
5. Kiváló **interperszonális** készségek: képesség arra, hogy másokkal együtt dolgozzunk, és barátságokat alakítsunk ki, kommunikáció, együttműködés, tárgyalás, megosztás, empátia és meghallgatás révén.
6. Kiváló **rendszerző készség**: képesség arra, hogy a mindennapi élettel járó korlátokat és következményeket felelősséggel, alkalmazkodóképességgel, rugalmasan és becsületesen kezelje.
7. Kiváló **ítélőképesség** arra, hogy bölcsen, helyes értékrenddel ítélje meg a helyzeteket.

Hogyan?

Erre Dreikurs adta meg a választ: **büntetés és jutalmazás helyett** elismerés/reflexió/jóvátételi lehetőség.

Ha a gyermek nem elégítheti ki pozitív szükségleteit, téves célokat dolgoz ki, ez a rossz cselekedeteinek az oka.

A büntetés és a jutalmazás nem oldja meg a viselkedésproblémákat, sőt néha súlyosbítja azokat. A felnőtt feladata, hogy a viselkedés mögé nézzen, beazonosítsa a gyerek téves stratégiáját és ennek megfelelő fegyelmezési eszközöket használjon.

A büntetés következménye és a belőlük eredő téves célok:

1. Neheztelés - „Ez igazságtalanság! A felnőttekben nem szabad megbízni!”
2. Bosszú - „Most ők a nyerők, de majd bosszút állok!”
3. Lázadás - „Pont az ellenkezőjét fogom csinálni, csak hogy megmutassam, nem kell úgy élnem, ahogy ők.”
4. Visszahúzóadás
 - a) Rejtőzködés - „Legközelebb nem kapnak rajta.”
 - b) Csökkent önértékelés - „Hitvány ember vagyok.”

A gyerekeknek **kapcsolódásra, együttműködésre** van szüksége, arra, hogy önbecsülése helyreálljon, hogy lehetősége legyen helyrehozni a hibát.

Az együttműködés NÉGY lépése:

1. Adjunk hangot annak, hogy megértjük a gyerek **érzéseit!** Ellenőrizzük, hogy jól értjük-e őt!
2. Tanúsítsunk **empátiát!** Az empátia még nem jelenti azt, hogy egyetértünk vele vagy elnézőek vagyunk iránta. Csupán azt jelenti, hogy értjük, mit él meg. Nagyon jóhatású és emberi, ha ilyenkor mesélünk neki olyan esetekről, amikor mi magunk is hasonlóan éreztünk vagy viselkedtünk.
3. **Osszuk meg vele az érzéseinket** és azt, hogy mi hogyan éljük meg a dolgot! Ha az első két lépés őszinte és barátságos módon zajlik, a gyermek kész lesz odafigyelni ránk.
4. Biztassuk a gyermeket arra, hogy **keressen** valamilyen **megoldást! Kérdezzük meg**, van-e valamilyen ötlete, mit lehetne tenni a jövőben a probléma elkerülésének érdekében. Ha nincsenek ötletei, álljunk elő néhány javaslattal, egészen addig, míg megegyezésre nem tudunk jutni.

A pozitív fegyelmezés a **mások elfogadásán, tiszteletén alapul**, az erőszakmentes kommunikáció (EMK) használatával a közösség által **KÖZÖSEN** kialakított keretrendszer kialakítására ösztönöz. A gyerek nem tehet meg bármit, de nem kívülről kapott szabályokhoz, hanem a **közösen kialakított keretek**hez kell alkalmazkodnia, és a felmerülő problémákra is közösen keresünk megoldásokat, ezzel is erősítve a felelősségvállalásukat.

A fegyelmezetség sikeres tanításának NÉGY kritériuma:

1. Légy emberséges és határozott! (tisztelet, ösztönzés)
2. Segíts a gyerekeknek, hogy azt érezhesse: tartozik valakihez és fontos! (kapcsolat)
3. A hibázást nem szégyellni kell, hanem tanulni belőle. A büntetés rövid távon működik, de maradandó, hosszútávú negatív hatásai vannak.
4. Harmonikus személyiséget eredményező, jellemformáló életvezetési készségek tanítása, (tisztelet, törődés másokkal, problémamegoldás, felelősségre vonhatóság, közreműködés, együttműködés)

A keretrendszerek kialakításához kiváló lehetőség az osztálygyűlés, otthoni keretek közt pedig a családgyűlés.

- Ha a problémát osztály/családgyűlésen vetjük fel, a gyerekek állnak elő a megoldási javaslattal.
- Amikor probléma merül fel, a tanárok/szülők nem egyedül vállalják magukra a döntés végrehajtását.
- A gyerekek azért tartatják be egymással a szabályokat, mert a felnőttek nem avatkoznak be a dologba.
- A szabály mindenkire vonatkozik, beleértve a felnőtteket is!



Jane Nelsen, Lynn Lott, H. Stephen Glenn Pozitív fegyelmezés az iskolában című könyvét pedig az előző, alapozó könyv után ajánlom. Ebben iskolai helyzetekben ismerhetjük meg a pozitív fegyelmezés használatát.

Ha próbálkoztál a javasolt módszerekkel, szívesen vesszük tapasztalataidat, hogy tanulhassunk belőle!

Czellár Mónika, tanugy@iskolanoverek.hu