

Karty technik Pozytywnej Dyscypliny

W zestawie są 52 karty, które są wsparciem w wychowaniu, pomagają znaleźć rozwiązanie sytuacji, pomagają też być dobrym i skutecznym dorosłym.

Pozytywna Dyscyplina uświadamia dorosłym, że dziecko zachowuje się lepiej, kiedy czuje się lepiej. A w tym, by czuło się lepiej, potrzebuje mieć spełnioną potrzebę przynależności i znaczenia. Pamiętajmy o tym?

20. Zachęta
„Dziecko potrzebuje zachęty jak roślina wody.”
21. Zachęta a Pochwała
Zachęta uczy dziecko polegania na sobie, samooceny
22. Oko w oko
Patrzenie na poziomie oczu dziecka pomaga w rozmowie.
23. Spotkania rodzinne
Raz w tygodniu.
24. Skupiaj się na rozwiązaniach
Zamiast kar, konsekwencji, nagród skup się na rozwiązaniu.
25. Rób to, co mówisz
Bądź autentyczny w tym, co mówisz i robisz.
26. Przytulanie
Przytulanie wszystkim robi dobrze.
27. Obowiązki
Aktywna pomoc uczy umiejętności życiowych.
28. Uprzejmy i stanowczy
Zauważ, zaakceptuj uczucia, okaż zrozumienie, daj wybór.
29. Odpuszczanie kontroli
Uczysz odpowiedzialności i wzmacniasz poczucie kompetencji.
30. Ograniczony wybór
Wybór współdzieli władzę. „Zdecyduj.”
31. Ogranicz czas ekranowy
Buduj relacje poprzez wspólne spędzanie czasu.
32. Słuchaj
Dziecko wysłucham kiedy najpierw było wysłuchane.
33. Logiczne konsekwencje
Mogą być zakamuflowaną karą.
34. Błędy
Błędy są dobrą okazją do nauki.
35. Konsekwencje naturalne
Konsekwencje naturalne pozwalają dziecku stawać się odporne i samodzielne.

Bibliografia:

1. J. Nelsen: „Pozytywna Dyscyplina”, CoJaNaTo, Warszawa 2015
2. J. Nelsen, L. Lott, S. Glenn: „Pozytywna Dyscyplina w klasie”, Pozytywna Rodzina, Milanówek 2015
3. J. Nelsen, Ed.D., L. Lott, M.A.: „Pozytywna Dyscyplina dla nastolatków”, Pozytywna Dyscyplina, Warszawa 2018
4. J. Nelsen:, Ch. Erwin, R.A. Duffy: „Pozytywna Dyscyplina dla przedszkolaków”, Pozytywna Dyscyplina, Pozytywna Dyscyplina, Warszawa 2018
5. J. Nelsen:, Ch. Erwin, R.A. Duffy: „Pozytywna Dyscyplina. Pierwsze 3 lata życia”, Pozytywna Dyscyplina, Milanówek 2019
6. J. Nelsen:, S. Foster, A. Raphael: „Pozytywna Dyscyplina dla dzieci ze specjalnymi potrzebami” , Pozytywna Dyscyplina, Warszawa 2019
7. J. Nelsen, L. Lott, S. Glenn: „Pozytywna Dyscyplina od A do Z. 1001 rozwiązań na codzienne wyzwania rodzicielskie”, Pozytywna Dyscyplina, Warszawa 2020
8. Karty technik i narzędzi Pozytywnej Dyscypliny