



razumije zašto je bilo kažnjeno, počet će izbjegavati bilo kakve aktivnosti iz straha da se kazna opet ne ponovi.

- Osjeća bijes i ljutnju prema nama jer smo mu nanijeli fizičku ili psihičku bol. Ta ljutnja koju dijete osjeća može biti uzrok njegova agresivna ponašanja prema vršnjacima ili odraslima.
- Laže nam (da bi izbjeglo kaznu).
- Narušeno mu je samopoštovanje - djeca koja su stalno kažnjavana, nemaju znanja o vlastitim vrijednostima i zato je njihovo samopoštovanje narušeno.

#### Izbjegavajte fizičko kažnjavanje djeteta.

Fizičko kažnjavanje izaziva mržnju, najrazorniju emociju koju čovjek poznaje. Kazna može razoriti odnos koji imate s djetetom jer negativno utječe na njegovo samopoštovanje i jer ga fizičkim kažnjavanjem učimo da je fizičko nasilje prihvatljivo ako smo jači. Time ga možemo potaknuti da postane nasilnik.

Drugi oblici discipliniranja djeteta više se odnose na promjenu djetetova ponašanja (npr. "hlađenje" djeteta u sobi, skraćeno igranje na računalu i sl.).

**Iako kažnjavanje izaziva brzu promjenu nepoželjnog ponašanja, KORISTITE GA ŠTO JE RJEĐE MOGUĆE. Ta brza promjena u pravilu je i kratkotrajna!**

**Kažnjavanjem učimo dijete ŠTO NE SMIJE, ali ga ne učimo što TREBA i SMIJE činiti.**

*Npr. ako ste udarili dijete nakon što je pretrčalo cestu, ono je naučilo samo da cestu ne smije pretrčavati. Ono još uvijek ne zna kako da je sigurno prijeđe.*



#### Izdavač

Udruga roditelja Korak po korak  
Ilica 73, Zagreb  
[www.korakpokorak.hr](http://www.korakpokorak.hr)

#### Autorice teksta

Sanja Brajković i Željka Živković

#### Recenzija

Gorana Hitrec

#### Oblikovanje

P.L.Studio, Zagreb

#### Tisak

Tiskara Zelina

Brosure su tiskane uz financijsku pomoć  
Ministarstva obrazovanja, znanosti i športa

[www.korakpokorak.hr](http://www.korakpokorak.hr)



# poučavanje disciplini



# Kako pomoći djetetu: poučavanje disciplini

**Roditelji se jako razlikuju po tome kako svoju djecu pokušavaju naučiti različitim karakteristikama osobinama, samodisciplini i moralnom ponašanju.**

**Cilj poučavanja djece disciplini jest razvoj samokontrole i produktivnog sudjelovanja u životu zajednice (npr. u grupama vršnjaka, u razredu, u igri).**

## Kako poučavati djecu disciplini?

### Dajte svom djetetu do znanja da ga volite.

Recite mu **što točno cijenite** kod njega (koje su njegove dobre osobine).

Ponekad "nagradite" dijete (najveća je nagrada za dijete vaš zagrljaj, pozorno slušanje onoga što govori, iskazivanje ponosa zbog onoga što je učinilo, neka zajednička aktivnost - igra, zajedničko gledanje filma, i sl.).

### Postavite djetetu granice. Važno je da točno zna što očekujete od njega.

Postavite jasne granice za one aktivnosti koje vaše dijete zbog svoje dobi nije sposobno samo kontrolirati (npr. "Ne smiješ se voziti biciklom po cesti.").

### Izbjegavajte naredbe i postavljajte djetetu granice unutar kojih može preuzeti kontrolu svoga ponašanja.

(npr. "Možeš se ići igrati nakon što završiš zadaću.")

### Dopustite djetetu da ponekad samo donosi odluke.

Donese li dijete pritom odluku za koju smatrate da nije primjerena (npr. "Ostajati ću svaku večer do 10 sati vani."), možete tražiti da preispita svoju odluku i njezine posljedice (npr. "Što bi učinio kad bi bio na mom mjestu?").

Budete li se prema djetetu ponašali kao prema odgovornoj osobi, njegova će odgovornost stalno rasti. Dijete se ne može naučiti odgovornom ponašanju ako stalno radi ono što mu drugi kažu.

### Učite dijete da poštuje autoritet.

Pokažite djetetu kakve učinke ima njegovo ponašanje na njega i druge. Pomozite mu naučiti da svade ne pomažu i da se zbog njih ljudi osjećaju loše. (npr. "Ne želim se svadati s tobom, nakon toga se loše osjećam.")

### Budite dobar primjer svom djetetu.

Sjetite se da djeca najviše uče oponašanjem odraslih...zato, dok učite djecu da ne lažu, krađu ili psuju, budite sigurni da i sami to ne činite.

### Budite jasni u svojim zahtjevima.

Djetetu je puno lakše razumjeti ako mu kažete: "Molim te, stavi čašu na sredinu stola.", nego: "Pazi na tu čašu mlijeka."

Kad se dogovarate s djetetom oko nekog pravila, tražite od njega da ponovi svojim riječima ono što od njega očekujete. Tako ćete biti sigurni da vas je razumjelo.

### Budite ustrajni.

Pratite pridržava li se dijete pravila koje ste dogovorili.

Sjetite se još jednom da postoje djeca koja teže prihvaćaju pravila. Ne postavljajte pravila na kojima i sami niste spremni ustrajati. (npr. "Svaku ćeš večer ići u krevet poslije crtića.")

### Neka dijete unaprijed zna koje su posljedice njegova ponašanja.

Posljedice djetetova ponašanja mogu biti **prirodne**

(pokisnut će ako pada kiša a nije htjelo uzeti kišobran). Ova vrsta posljedica osobito je korisna kod djece starije od devet godina. Prirodne posljedice omogućavaju djetetu da uči iz vlastita iskustva. Često roditelji i drugi odrasli, iz pretjerane brige prema djeci, onemogućuju učenje iz vlastita iskustva (npr. kad roditelji uporno ispričavaju djecu za nenapisane zadaće). Zbog takvog odnosa djeca nemaju priliku učiti se odgovornom ponašanju.

Neka dijete unaprijed zna koje su posljedice njegova ponašanja.

Posljedice možete i **sami kreirati**. Važno je da su one logična posljedica djetetova ponašanja. (npr. "Danas si vozio bicikl bez kacige. Mogao si pasti i ozbiljno se ozlijediti i zato to ne smiješ činiti. Zbog toga ga nećeš voziti do nedjelje.", a ne: "Danas si vozio bicikl bez kacige i zato nema kompjutera!")

### Koja je razlika između kazne i učenja disciplini?

Cilj kazne je da se ponašanje djeteta više nikad ne ponovi. Međutim, čak i ako se odmah nakon kazne prestane ponašati na način koji je neprimjeren, dijete je nakon kazne toliko preplavljeno negativnim emocijama da će se često početi ponašati još gore.

Kazna se koristi zbog vjerovanja da je osjećaj straha dobar način da se nešto nauči.

Ako roditelj koristi uvijek isti oblik kažnjavanja (npr. pljusku), dijete ne uči ništa o stvarnim posljedicama svoga ponašanja (npr. da, ako razbacuje hranu, neće imati što jesti).

### Što kažnjavanje ima za posljedicu?

- Dijete nas se boji - ako dijete nije unaprijed upozoreno da će biti kažnjeno ili ako ne