

JANE NELSEN  
STEVEN FOSTER  
ARLENE RAPHAEL

**POZYTYWNA  
DYSCYPLINA**  
dla  
DZIECI ZE SPECJALNYMI  
POTRZEBAMI



**Pozytywne podejście do wspierania dzieci ze specjalnymi  
potrzebami w rozwoju ich potencjału**

**JANE NELSEN  
STEVEN FOSTER  
ARLENE RAPHAEL**



Przekład:  
**PAWEŁ LUBOŃSKI**

Pozytywna Dyscyplina  
Warszawa 2019

*Tytuł oryginału:*

Positive Discipline for Children with Special Needs. Raising and Teaching All Children to Become Resilient, Responsible, and Respectful

Copyright © 2011 by Jane Nelsen, Steven Foster, and Arlene Raphael

All rights reserved.

Copyright © for the Polish edition 2019 by Wydawnictwo POZYTYWNA  
DYSCYPLINA J.R. Baranowscy s.c.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Książka ani żadna jej część nie może być przedrukowywana ani w żaden inny sposób reprodukowana lub odczytywana w środkach masowego przekazu bez pisemnej zgody POZYTYWNA DYSCYPLINA J.R. Baranowscy s.c.

Autorzy dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak odpowiedzialności za szkody wynikłe z ich wykorzystania.

*Przekład:*

PAWEŁ LUBOŃSKI

*Redakcja merytoryczna i korekta:*

ANNA CZECHOWSKA

*Ilustracje i projekt okładki:*

BEATA KOSTUCH-WIŚNIEWSKA

*Skład i przygotowanie do druku:*

PAWEŁ LUBOŃSKI

ISBN 978-83-950352-5-8

## Dedykacje

Jane:

*Uosobieniu bezwarunkowej miłości i wsparcia — któremu  
na imię Barry*

Steven:

*Dedykuję tę książkę z miłością i bezgraniczną  
wdzięcznością mojej żonie Jean i córce Jordan*

Arlene:

*Mój wkład w tę książkę dedykuję moim ukochanym,  
błogosławionej pamięci rodzicom Mary i Williamowi,  
mojemu uwielbianemu mężowi Ravidowi  
oraz mojej cudownej córce Leili.*

*Dzięki Wam za wszystko, czego się od Was nauczyłam  
o uprzejmości, współczuciu i bezwarunkowej miłości*



## SPIS TREŚCI

Wprowadzenie .....	7
ROZDZIAŁ 1. „Ale moje dziecko jest inne!” .....	11
ROZDZIAŁ 2. Wypróbuj nową soczewkę! .....	23
ROZDZIAŁ 3. Zrozumieć działanie mózgu — dziecka i własnego ..	43
ROZDZIAŁ 4. Pozytywna przerwa .....	55
ROZDZIAŁ 5. Historia Hanny: poznaj i wspieraj swoje dziecko całościowo .....	69
ROZDZIAŁ 6. Historia Jamiego: wzmacniaj u dziecka poczucie przynależności i znaczenia .....	79
ROZDZIAŁ 7. Historia Ricky’ego: wpływaj na potencjał swojego dziecka .....	93
ROZDZIAŁ 8. Historia Benjy’ego: wejdź w świat dziecka .....	109
ROZDZIAŁ 9. Historia Natalii: stwarzaj dziecku okazje do tworzenia więzi społecznej i wnoszenia wkładu ..	131
ROZDZIAŁ 10. Historia Damona: skupiaj się na dziecku, a nie na przyklejonej mu łacie .....	149

ROZDZIAŁ 11. Historia Lance’a: inspiruj dziecko swoim sposobem wchodzenia z nim w interakcje .....	169
ROZDZIAŁ 12. Historia Ariego: wierz w swoje dziecko — to samospełniająca się przepowiednia .....	191
ROZDZIAŁ 13. Zbierzmy to wszystko razem: Pozytywna Dyscyplina przez cały dzień .....	215
Zakończenie .....	233
Dodatek. Pochwała a zachęta .....	239
Bibliografia .....	241
Przypisy .....	243
O autorach .....	245

## WPROWADZENIE

Wielu rodziców i nauczycieli w naszym kraju, a właściwie to na całym świecie, boryka się dziś z wychowywaniem i nauczaniem pewnych szczególnych dzieci. Mogą się one rodić z niedomaganiem niewiadomego pochodzenia, takim jak autyzm. Zaburzenie może również zaistnieć jeszcze w brzuchu matki, na przykład za sprawą pitego przez nią alkoholu. Może być też nabyte na wczesnym etapie rozwoju, choćby za sprawą silnego urazu mózgu. Zachowanie takich dzieci bywa kłopotliwe i niezrozumiałe dla dorosłych, którzy je kochają i pragną im pomóc w nauce. Wielu rodziców i nauczycieli — być może jesteś jednym z nich — odwołuje się wówczas do przestarzałych narzędzi, nieskutecznych, a często głęboko frustrujących.

Pozytywna Dyscyplina nie jest lekarstwem na żadne z tych wrodzonych lub nabytych przez dziecko ze specjalnymi potrzebami zaburzeń. Stanowi ona podejście do wychowywania i nauczania, w którym kładzie się nacisk na wpajanie dzieciom społecznych i życiowych umiejętności, dzięki którym będą mogły podejmować bardziej odpowiedzialne decyzje, prowadzące do owocnego i satysfakcjonującego życia. W przeciwieństwie do podejścia tradycyjnego, odwołującego się do kar i nagród, Pozytywna Dyscyplina oferuje całkowicie odmienny zestaw narzędzi. Wszystkie te narzędzia, które szczegółowo omówimy w tej książce, opierają się na obustronnym szacunku (to znaczy szacunku dla dziecka i dla samego siebie), empatycznym zrozumieniu punktu widzenia dziecka i skutecznej komunikacji, która zachęca dziecko do



nauki rozwiązywania problemów. Podejście takie udowodniło swoją skuteczność, zmieniając życie wielu rodziców i nauczycieli mających do czynienia z dziećmi o specjalnych potrzebach. Oferuje jednym i drugim jasną perspektywę działań, które pomogą dzieciom w osiągnięciu szczęśliwego i udanego życia.

Pragniemy tą książką wypełnić lukę w literaturze poświęconej nauczaniu i wychowywaniu dzieci ze specjalnymi potrzebami. Trzy argumenty przekonują nas, że jest to zadanie ważne i aktualne. Po pierwsze, jesteśmy głęboko przekonani, że *wszystkim* dzieciom potrzebne jest poczucie przynależności i znaczenia w kontekście społecznym. Po drugie, mieliśmy okazję obserwować zdumiewające efekty traktowania dzieci (mających specjalne potrzeby lub nie), a także samego siebie, w sposób zarazem uprzejmy i stanowczy, nacechowany godnością i szacunkiem, oraz wysiłku podejmowanego dla zrozumienia przekonañ stojących za zachowaniem dzieci. Po trzecie, aż nazbyt często słyszeliśmy od rodziców i nauczycieli, z którymi prowadziliśmy zajęcia, że owszem, Pozytywna Dyscyplina to bardzo pociągająca wizja, ale dla *mojego* dziecka czy ucznia się nie nadaje, ponieważ ono jest... (tu wpisać właściwy problem). Chcielibyśmy przekonać te osoby, że Pozytywna Dyscyplina jest z całą pewnością przydatna także w przypadku dzieci ze specjalnymi potrzebami.

Zwracamy się tu do rodziców i nauczycieli mających do czynienia z dziećmi do ósmego roku życia. Nie dlatego, by Pozytywna Dyscyplina była nieprzydatna dla starszych, lecz po to, by utrzymać zakres książki w rozsądnym rozmiarze.

Ponieważ dzieci ze specjalnymi potrzebami często zwracają na siebie szczególną uwagę, ich rodzice nieuchronnie będą stykali się z opiniami osób postronnych, nauczycieli, a nawet członków własnej rodziny. Będą otrzymywali wiele informacji i zaleceń, jak powinni *kierować* swoimi dziećmi. Arlene i Steven mieli okazję prezentować niektóre koncepcje przeznaczone dla rodziców dzieci z autyzmem na jednej z pierwszych konferencji certyfikowanych instruktorów Pozytywnej Dyscypliny. Pewna uczestniczka, sama wychowująca czteroletniego

chłopca z autyzmem, podeszła do nich po zajęciach i z oczami pełnymi łez powiedziała: „Wszyscy wcześniejsi doradcy mówili mi, jak mam rzucić swoim synem. Dopiero wy mówicie, jak go wychowywać”.

## UKŁAD KSIĄŻKI

---

Rozdział 1 zawiera zwięzłe ujęte podstawowe informacje o Pozytywnej Dyscyplinie, zwłaszcza tych jej aspektach, które odnoszą się do dzieci ze specjalnymi potrzebami w kontekście domowym i szkolnym\*. W rozdziale 2 prezentujemy bardziej szczegółowo podejście Pozytywnej Dyscypliny do zachowań dziecka, zarówno „niewłaściwych”, jak i „niewinnych”. Rozdział 3 obejmuje podstawową wiedzę o funkcjonowaniu mózgu, przydatną zwłaszcza przy rozwiązywaniu problemów. W rozdziale 4 omawiamy koncepcję, którą nazywamy „pozytywną przerwą” i która stanowi kamień węgielny nacechowanej wzajemnym szacunkiem i brakiem osądzania filozofii Pozytywnej Dyscypliny. Rozdziały od 5 do 12 zapoznają cię z opartymi na pracach Alfreda Adlera założeniami, które tworzą podstawy Pozytywnej Dyscypliny. W rozdziałach tych rozpatrzmy najważniejsze narzędzia Pozytywnej Dyscypliny oraz sposoby ich zastosowania do dzieci ze szczególnymi potrzebami różnego rodzaju. Jako przykładów używamy autentycznych historii dzieci. W niektórych przypadkach zmieniliśmy pewne szczegóły, by zapewnić dzieciom i ich rodzinom anonimowość. Rozdział 13 zawiera wyczerpujące zestawienie narzędzi Pozytywnej Dyscypliny oraz przejrzyste wskazówki dotyczące ich adaptacji dla dzieci ze specjalnymi potrzebami.

Musimy tu zastrzec: nie było możliwe zagłębianie się w szczegóły związane z jednym określonym zaburzeniem, tak aby rozstrzygnąć wszystkie wątpliwości. Trzeba by w tym celu napisać osobną książkę. Staramy się więc jedynie zademonstrować, że praktycznie każde narzędzie Pozytywnej Dyscypliny przydatne dla dzieci rozwijających się

---

\* W oryginale angielskim nie czyni się wyraźnego rozróżnienia różnego rodzaju placówek oświatowych. Zawsze więc, gdy mowa ogólnie o szkole i nauczycielach, dotyczy to w równym stopniu przedszkoli, żłobków i ich personelu [przyp. tłum.].

w sposób typowy może być przystosowane do potrzeb dzieci ze specjalnymi potrzebami. Taka adaptacja oznacza odmienny sposób użycia, lecz istota narzędzia i jego związek z wartościami Pozytywnej Dyscypliny pozostają nietknięte.

Zapraszamy do lektury!

## ROZDZIAŁ 1

# „ALE MOJE DZIECKO JEST INNE!”

Na początku XX wieku w Wiedniu praktykował psychiatra Alfred Adler, współczesny Zygmunta Freuda, a przez krótki czas także jego zwolennik. W swojej przełomowej pracy Adler zerwał jednak z Freudem i wypracował nową teorię rozwoju człowieka, którą później znacząco rozwinął Rudolf Dreikurs. Pozytywna Dyscyplina opiera się na teoriach i metodach Adlera i Dreikursa.

Adler uważał, że pierwotną motywacją wszystkich istot ludzkich jest potrzeba przynależności i znaczenia i że osoby o zdrowej psychice szukają zaspokojenia tej potrzeby w korzystny społecznie sposób. Przez „korzystny społecznie” rozumiemy tu dwie sprawy. Po pierwsze, chodzi o to, że wysiłki podejmowane przez daną osobę dla stworzenia więzi i przydania sobie znaczenia wywołują pozytywną reakcję otoczenia. Po drugie, nawiązujemy do ukutej przez Adlera koncepcji, którą on sam określał słowem *Gemeinschaftsgefühl*, co niekiedy bywa tłumaczone jako „poczucie wspólnoty”. Adler sądził, że miarą zdrowia umysłowego może być stopień, w jakim jednostka przyczynia się do dobra swojej społeczności. Zatem zasadniczym celem *zachowania* jest osiągnięcie poczucia przynależności i znaczenia. Dążąc do tego celu, dzieci (i dorośli też) czasami popełniają „błędy” i wówczas zachowują się „niewłaściwie”.

Każdy z nas w codziennym życiu stale podejmuje decyzje, świadome lub nieświadome, związane z dążeniem do poczucia przynależności. Proces ten zaczyna się z chwilą narodzin (niektórzy sądzą, że

Zasadniczym celem *zachowania* jest osiągnięcie poczucia przynależności i znaczenia. Każdy z nas stale podejmuje decyzje związane z dążeniem do tego celu.

nawet wcześniej). Decyzje te mają miejsce w kontekście różnych grup, w skład których wchodzimy od pierwszych chwil życia: rodziny, żłobka, przedszkola, klasy szkolnej, grupy rówieśniczej, współpracowników czy szerszej społeczności. Sprawą zasadniczą jest, żebyśmy zrozumieli, że również dziecko o specjalnych potrzebach podejmuje takie decyzje, zmierzając do osiągnięcia przynależności i znaczenia. Mogą one być rozmaite. Jeśli dziecko jest rozpieszczane (to wielka pokusa dla rodziców takich dzieci), może dojść do wniosku, że dowodem miłości jest to, iż inni zajmują się nim w „szczególny sposób”. Może wówczas wykorzystywać swoje specjalne potrzeby, aby zyskać poczucie przynależności i znaczenia. Rodzice i nauczyciele przegapiają w ten sposób możliwość nauczania go podejmowania decyzji, dzięki którym będzie lepiej sobie radzić w życiu. Inna ewentualność to zaniedbywanie dziecka, co również zniekształca podejmowane przez nie decyzje.

Dreikurs zauważył, że dążąc do zaspokojenia swojej potrzeby przynależności, dzieci łatwo zbaczają z właściwej drogi, co określał jako „błędny wybór celu zachowania” (omówimy to szerzej w rozdziale 2). Wskazywał, że posiadają one doskonale rozwiniętą zdolność postrzegania i obserwacji; jeśli masz co do tego wątpliwości, przejdź się ze swoim maluchem po najbliższej okolicy i zwróć uwagę, ile czasu zajmuje spacer — bo fascynuje go każda nowość. Dzieci z reguły nie umieją natomiast trafnie interpretować tego, co zauważą. W interakcjach z innymi ludźmi podejmują decyzje, kierując się własnym rozumieniem wydarzeń. Za sprawą błędnej interpretacji często ubiegają się o przynależność i znaczenie w sposób dezorientujący i czasami doprowadzający do pasji dorosłych, którzy je kochają.

*Trzyletnia Courtney cierpiała na zespół Downa. Bawiła się akurat ze swoją mamą, kiedy zadzwonił telefon. Matka podnio-*

*sła się, żeby wziąć słuchawkę, ale gdy zaczęła rozmowę, Courtney z rozpaczliwym płaczem wczepiła się w jej kolana. Kobiecie udało się uspokoić córkę, ale po chwili znowu zaczęło się to samo. Taka scena powtarzała się nie pierwszy raz i jak zwykle wyprowadziła matkę z równowagi. Szybko przerwała rozmowę, wzięła Courtney na ręce i wróciła do zabawy, czując do niej lekką urazę.*

Co się prawdopodobnie działo z Courtney? Matka często przerywała zabawę, żeby odebrać telefon. Dziewczynka naturalnie zauważała to, ale przyjęła błędną interpretację tego faktu. Mogła uznać, że telefon jest dla matki ważniejszy od niej. Bo dlaczego by ją porzucała na dźwięk dzwonka? To oczywiście nieprawda. Lecz „prawda” w tym wypadku się nie liczy. Jeśli Courtney jest przekonana o czym innym, może zbudować sobie błędne wyobrażenie o tym, co musi zrobić, żeby odzyskać poczucie więzi z matką. (Więcej o błędnych przekonaniach w rozdziale 2). Może sądzić, że będzie dla niej bliska i ważna tylko wtedy, gdy skupi na sobie całą jej uwagę. A matka może mieć poczucie, że kierując uwagę w inną stronę, zaniedbuje córkę.

Podobne sceny mogą się rozgrywać i często rzeczywiście się rozgrywają w wielu domach, niekoniecznie z dziećmi o specjalnych potrzebach. Jest to istotne stwierdzenie, gdyż stawiając tezę o uniwersalnym ludzkim dążeniu do przynależności i znaczenia, Adler i Dreikurs nie zastrzegali, że *nie dotyczy to dzieci z autyzmem, z porażeniem mózgowym, z zespołem Downa, z nadpobudliwością i deficytem uwagi (ADHD), z opóźnieniem rozwoju i setkami innych problemów, z których, jak to określamy, wynikają „specjalne potrzeby” dziecka.* Wszystkie dzieci są podatne na błędną interpretację doświadczeń i stawianie sobie błędnych celów. Adler rozumiał jednak, że dziecięca tendencja do podejmowania decyzji na podstawie tych błędnych interpretacji pogłębia się, gdy zachodzi jedna z poniższych sytuacji:

1. Dziecko jest rozpieszczane.
2. Dziecko jest zaniedbywane.

3. Dziecko jest niedorozwinięte (Adler używał tego terminu, zanim poprawność polityczna wykluczyła go ze słownika).

Dzieci ze specjalnymi potrzebami bywają rozpieszczane. Postępując w ten sposób, rodzice często nie doceniają ich zdolności i stanem ich zdrowia usprawiedliwiają obniżenie stawianych im wymagań. Takie dziecko może być wystarczająco bystre, by wykorzystać współczucie rodziców i przekonać ich, że zasługuje na bardziej pieczołowitą opiekę, niż mu w rzeczywistości jest potrzebna.

Inne dzieci specjalnej troski mogą być zanedbywane, gdyż rodzice zniechęcają się do nich, rezygnują ze starań i ignorują ich potrzeby emocjonalne, a nawet fizyczne. Takie dzieci nie otrzymują wsparcia, które jest niezbędne, by nauczyły się zaspokajać potrzeby przynależności i znaczenia w korzystny społecznie sposób.

## ZACHOWANIA NIEWINNE

---

Jak zobaczymy w dalszych rozdziałach, dziecko ze specjalnymi potrzebami może przejawiać zachowanie, które nie jest adresowane do otoczenia, lecz „niewinne”, związane z jego stanem zdrowia. Na przykład o dziecku z zespołem Tourette’a, które wydaje dziwaczne dźwięki, raczej nie można powiedzieć, że zachowuje się niegrzecznie. Zwykle jest to „niewinne zachowanie” wynikające z tego schorzenia.

Nasza reakcja na takie zachowanie może sprawić, że zamieni się ono w dążenie do błędnego celu. Szczególny stan dziecka nie oznacza, że *wszystkie* jego zachowania są niewinne. Jak się dowiemy w dalszej części książki, dzieci ze specjalnymi potrzebami również mogą dążyć do błędnych celów. Konieczność rozróżniania pomiędzy tymi dwoma rodzajami zachowań (niewinnymi i wynikającymi z błędnego celu) stanowi szczególne wyzwanie dla rodziców i nauczycieli. Pragniemy zaprezentować koncepcje i narzędzia Pozytywnej Dyscypliny przydatne jednym i drugim.

## SOCZEWKA

Pozytywna Dyscyplina nie jest oczywiście lekarstwem na żadne z wymienionych wyżej zaburzeń. Ponieważ jednak przynależność i znaczenie są tak potrzebne do szczęśliwego i spełnionego życia, powinniśmy pomagać w ich osiągnięciu *wszystkim* dzieciom. Rodzice dzieci ze specjalnymi potrzebami borykają się z całym pakietem obowiązków, od których nie ma ucieczki. Są to po części te same zadania, z którymi mają do czynienia wszyscy rodzice: budzenie dzieci rano i wyprawianie ich do szkoły lub przedszkola, układanie ich do snu, ubieranie, zapewnianie zdrowych posiłków, nauka korzystania z nocnika lub toalety, zapewnienie opieki i tak dalej. Do tego dochodzą dodatkowe, często skomplikowane działania związane ze stanem zdrowia dziecka. Rodzice muszą często odwiedzać lekarzy lub poradnie, uczestniczyć w specjalnych zajęciach, ubiegać się o dodatkowy czas wolny od pracy, a nieraz jeszcze przy tym wszystkim kibicować sportowym wyczynom drugiego swojego dziecka.

Podczas szkoleń dla rodziców dzieci ze specjalnymi potrzebami staramy się ze wszystkich sił prezentować Pozytywną Dyscyplinę nie jako lekarstwo, lecz jako *soczewkę*, przez którą rodzice mogą spojrzeć na swoje dziecko (i na siebie samych) w odmienny sposób. Można powiedzieć, że ci rodzice muszą odrzucić aż dwie różne perspektywy. Pierwsza to tradycyjny pogląd na wychowanie, zgodnie z którym dziecko, które źle się zachowuje, powinno być ukarane w taki sposób, żeby nie miało ochoty więcej tego robić, a kiedy jest „grzeczne”, należy je wynagrodzić, co utrwali właściwe zachowanie. Z drugim przekonaniem niektórym rodzicom jest może nawet trudniej się rozstać. W jego myśl dzieci ze specjalnymi potrzebami przejawiają tak szeroki zakres problematycznych zachowań, że potrzeba przynależności i znaczenia nie jest u nich tak istotna jak u zwykłych dzieci. Na pierwszych zajęciach wręczamy rodzicom trójwymiarowe okulary, aby podkreślić, że powinni spojrzeć na zachowania swoich dzieci i własne reakcje w inny sposób niż dotąd.



Powiedzmy to jasno: dzieci ze specjalnymi potrzebami wszelkiego rodzaju nadal odczuwają tę samą co wszyscy potrzebę przynależności i znaczenia i zasługują na pozytywną reakcję otoczenia. Różnica polega tylko na tym, że rodzice i nauczyciele muszą dostosować swoje interakcje z tymi dziećmi do ich specjalnych potrzeb, nie pozwalając jednak, by przesłoniło im to obraz tego, co kryje się pod spodem.

## EDUKACJA

---

Rodzice dzieci ze specjalnymi potrzebami zawsze wiedzieli, że ich dziecko zasługuje na taką samą miłość, jak wszystkie inne dzieci. Zawsze też zdawali sobie sprawę, że powinno otrzymać jak najlepsze wykształcenie odpowiednio do swoich możliwości. Jako społeczeństwo nie zawsze jednak przykładaliśmy do edukacji takich dzieci należyłą wagę.

W 1975 roku Kongres Stanów Zjednoczonych uchwalił przełomową ustawę *Education of All Handicapped Children Act* (o powszechnej edukacji dzieci niepełnosprawnych). W ciągu następných lat była ona poprawiana i uzupełniana i obecnie nosi nazwę *Individuals with Disabilities Education Act (IDEA)*; ustawa o edukacji osób z ułomnościami). W ten sposób nasz system prawny odniósł się do tego, co rodzice zawsze wiedzieli: wykształcenie naszych dzieci, *wszystkich naszych dzieci*, musimy traktować z pełną uwagą. Ustawa gwarantuje wszystkim dzieciom ze specjalnymi potrzebami prawo do „bezpłatnej edukacji publicznej na odpowiednim poziomie”. Daje również rodzicom prawo do uczestnictwa w procesie edukacji, wstawiania się za swoimi dziećmi i zabierania głosu w ich sprawie.

Według danych Departamentu Oświaty w 1970 roku zaledwie jedno na pięćdziesiąt dzieci ze specjalnymi potrzebami otrzymywało wykształcenie. W niektórych stanach obowiązywało wręcz prawo *wykluczające* takie dzieci z systemu *oświaty publicznej*. Wiele z nich umieszczano w zakładach specjalnych, w których potrzeba nauki była lekceważona. Chociaż ci z nas, którzy pracują w szkolnictwie specjalnym, zdają sobie

sprawę z wyczerpujących nieraz komplikacji formalnych, faktem jest, że od czasu, gdy rodzice dzieci niepełnosprawnych przekonali Kongres do ustanowienia tego prawa, IDEA stała się czynnikiem zmieniającym postrzeganie tych dzieci przez ogół społeczeństwa.

Nauczyciele szkół specjalnych i zwykłych są zobowiązani do zaspokajania edukacyjnych potrzeb dzieci z szeroką gamą różnych niepełnosprawności. Niektóre z nich korzystają cały czas z edukacji specjalnej, inne radzą sobie w zwykłych szkołach, w niektórych przypadkach stosowane jest jakieś połączenie obu tych podejść. Ich wspólnym problemem jest fakt, że kiedy ich zachowanie nie jest „korzystne społecznie”, zakłóca to ich zdolność do wyciągnięcia maksymalnego pożytku z doświadczeń szkolnych. Nie ma przesady w stwierdzeniu, że dla nauczycieli zachowania te stanowią bardzo poważne wyzwanie.

*Kiedy czteroletni Kaleb zaczął chodzić do przedszkola, miejscowa komisja specjalnej edukacji wczesnodziecięcej\* stwierdziła, że występują u niego opóźnienia rozwojowe. Choć był bez wątplenia bardzo inteligentny, miał problemy ze spełnieniem elementarnych wymagań przedszkola. Nie chciał uczestniczyć we wspólnych zajęciach i uciekał pod stół do ćwiczeń. Gdy proszono go, żeby wyszedł i usiadł razem z grupą, krzyczał „Nie!” i mówił wychowawcy, że chce natychmiast wyjść na zewnątrz. Kiedy go zapewniano, że wszyscy wyjdą na dwór, ale najpierw odbędą się zajęcia, wybiegał na środek pokoju, dramatycznym gestem krzyżował ręce na piersi i wołał: „No to dobrze!”. Pozostawał na zewnątrz kręgu dzieci.*

Uczelnie pedagogiczne w całym kraju uwzględniają tego rodzaju zachowania w programach szkolenia przyszłych nauczycieli. Proponuje się kilka różnych podejść. Ich wspólną cechą jest to, że traktują zachowa-

---

\* W książce jest wiele odniesień do instytucji edukacyjnych USA i stosowanych tam rozwiązań organizacyjnych, które często nie mają odpowiedników w Polsce. Ponieważ nie jest to istotne dla zasadniczej treści, zrezygnowałem ze szczegółowych objaśnień, a w niektórych wypadkach pominąłem takie uwagi w przekładzie [przyj. tłum.].

nia takie jak Kaleba jako przeszkodę, którą trzeba pokonać, by dziecko uzyskało dostęp do wszystkich pozytywnych doświadczeń edukacyjnych, jakie może mu zapewnić szkoła (wrócimy do sprawy Kaleba na końcu rozdziału). Aby absolwenci rozumieli postawy dzieci w kontekście szkolnym, wiele programów obejmuje naukę funkcjonalnej oceny zachowań. Jest to narzędzie pozwalające drogą drobiazgowej obserwacji ustalić, jaką korzyść dziecko odnosi ze swojego zachowania albo czego próbuje za jego pomocą uniknąć. Ponadto wiele metod behawioralnych wykładanych obecnie w szkołach pedagogicznych zaczyna uwzględniać doniosłe znaczenie relacji pomiędzy nauczycielem i uczniem dla rozwijania u dzieci umiejętności kontrolowania własnego zachowania. Na koniec, wnikliwe badania nad systemami wychowawczymi, takimi jak *Positive Behavioral Interventions and Supports* (pozytywne interwencje i behawioralne wsparcie), wykazały, że taki system, jaki by nie był, powinien być konsekwentnie wdrażany przynajmniej w całej placówce, ale najlepiej w całym okręgu szkolnym, i na różnych poziomach, od ogólnego programu dla ogółu uczniów do specjalistycznych interwencji w przypadku dzieci, których zachowanie stwarza szczególne kłopoty.

## WYCHOWANIE I NAUCZANIE W DŁUGOFALOWEJ PERSPEKTYWIE

---

Wobec takiego przygotowania zawodowego dostępnego dla kandydatów na nauczycieli można by się zastanawiać, co ma Pozytywna Dyscyplina do zaoferowania odmiennego, mogącego rozszerzyć i pogłębić systemy w rodzaju *Positive Behavioral Interventions and Supports*. Aby znaleźć odpowiedź, wykonajmy najpierw wspólnie ćwiczenie. Pomyśl o dziecku ze specjalnymi potrzebami — twoim własnym dziecku, jeśli jesteś rodzicem, albo znanym ci uczniu, jeśli jesteś nauczycielem. Sporządź listę jego zachowań, z którymi masz największe kłopoty. Jeśli nie odbiegasz od większości rodziców i nauczycieli biorących udział w naszych warsztatach, to lista będzie wyglądała mniej więcej tak:

Głośne krzyki	Dziwaczne nawyki
Bicie	Przeszkadzanie w zajęciach
Napady złego humoru	Uciekanie
Marudzenie	Ukrywanie się
Stawianie żądań	Odmowa wykonywania czegoś

Wiele grup warsztatowych formułuje jeszcze dłuższą listę. A teraz pofolguj sobie na chwilę. Po przeczytaniu tego akapitu odłóż książkę i zamknij oczy. Wyobraź sobie, że siedzisz wygodnie w swoim salonie lub pokoju lekcyjnym i minęło trzydzieści lat. Słyszysz stukanie. Drzwi otwierają się i wchodzi dziecko, o którym myślałeś, sporządzając swoją listę. Jest teraz dorosłym człowiekiem, pomiędzy trzydziestym a trzydziestym ósmym rokiem życia. Co chciałbyś móc o nim zgodnie z prawdą powiedzieć?

I ponownie, jeśli twoja odpowiedź będzie zbliżona do tych z naszych warsztatów, na nowej liście znajdują się na przykład takie cechy:

Pewny siebie	Pracujący
Dobrze wykształcony	Uczciwy
Godny szacunku	Zdrowy
Niezależny	Dobry rodzic
Współczujący	Sympatyczny
Z poczuciem humoru	Uprzejmy

(Najbardziej podoba się nam odpowiedź udzielona przez jednego z ojców, który zapytany, jak chciałby widzieć swojego syna trzydzieści lat później, odpowiedział po prostu: „jak nas odwiedza”. Czy można lepiej opisać czyjąś niezależność?).

Przyjmując podejście Pozytywnej Dyscypliny, sięgamy myślą daleko w przyszłość. Skupiamy się na tym, jakimi mężczyznami, kobietami, rodzicami i obywatelami będą nasze dzieci. Podejście behawioralne, zalecane na wielu kursach dla rodziców i w uczelniach pedagogicznych, w gruncie rzeczy działa. *Tak, dobrze przeczytałeś!* Nagrody i kary działają. Systemy wychowawcze opierające się na pochwałach za do-

bre zachowanie i utracie jakichś korzyści za złe zachowanie na krótką metę są skuteczne. Pozytywna Dyscyplina — konsekwentne podejście budowane na fundamencie wzajemnego szacunku, odwołujące się jednocześnie do uprzejmości i stanowczości, kładące nacisk na rozwiązywanie problemów i zdobywanie cennych umiejętności społecznych i życiowych — może nie przynosić szybkich efektów, zwłaszcza jeśli dotychczas postępowałeś zupełnie inaczej. Jesteśmy jednak przekonani, że dzięki niemu u dzieci rozwijają się cechy charakteru i umiejętności niezbędne do urzeczywistnienia cech z drugiej listy. Na korzyść Pozytywnej Dyscypliny przemawiają wyniki niedawnych badań zdrowia publicznego, które wykazały, że dzięki takiemu podejściu do dyscypliny u dzieci rośnie poczucie odpowiedzialności za własne życie i zwiększają się widoki na sukces edukacyjny<sup>1</sup>. Przemawiają za tym również prowadzone w ciągu minionych dwóch dekad badania potwierdzające znaczenie więzi emocjonalnej pomiędzy dziećmi i dorosłymi (rodzicami i nauczycielami) dla optymalnego rozwoju mózgu.

Wróćmy do Kaleba. Jego przedszkolna wychowawczyni, odwołując się do techniki Pozytywnej Dyscypliny, zadała sobie najpierw pytanie, co *ona sama* czuje w związku z zachowaniami chłopca, gdyż wiedziała, że będzie to wskazówka pomagająca w zrozumieniu przekonañ stojących za tymi zachowaniami, a więc i w znalezieniu możliwego rozwiązania. Uświadomiła sobie, że stale powtarzające się wybryki Kaleba złością ją i martwi się, iż nie przynoszą mu korzyści zabawy uprawiane wspólnie w kręgu przez całą grupę. Ta reakcja emocjonalna wyraźnie podpowiedziała jej, że błędnym celem Kaleba jest „zdobycie nadmiernej uwagi” (jak rozpoznawać błędne cele, nauczysz się w następnym rozdziale). Uzbrojona w tę wiedzę, obmyśliła plan działania.

Przed następnymi zajęciami w grupie pokazała Kalebowi arkusz tytułowany „najpierw/potem”. Widniały na nim dwa obrazki: pod hasłem „najpierw” znajdował się rysunek dzieci siedzących w kręgu, pod hasłem „potem” — dzieci biegających po podwórku. Powiedziała mu, że nie może się doczekać, kiedy będzie mogła na dworze bawić się z nim w chowanego. Podczas zabawy w grupie Kaleb nadal wiercił się

niecierpliwie. Wychowawczynie zauważyła, że stale zerka na arkusz „najpierw / potem”, ale pozostał w kręgu z innymi do chwili, gdy przyszła pora wyjść na zewnątrz. Zabawa w chowanego udała się wyśmienicie!

Postrzeżenie problemów z zachowaniem jako okazji do wpajania dziecku umiejętności życiowych i społecznych, dzięki którym wyrosnie na samodzielnego, szczęśliwego i pożytecznego dorosłego człowieka, stwarza bardzo zachęcającą perspektywę. Zajmując się dzieckiem, pamiętaj o tych długofalowych celach.

# POZYTYWNA DYSCYPLINA



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina”



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina dla zapracowanych i przemęczonych rodziców”



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina dla nastolatków”



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina pierwsze 3 lata życia”



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina dla dzieci ze specjalnymi potrzebami”



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina od A do Z”



Książka  
„Pozytywna Dyscyplina dla przedszkolaków”



Książka  
„Jak przestać walczyć z dzieckiem?”



„Karty narzędzi Pozytywnej Dyscypliny”



„Emo-Memo”  
Gra z kartami emocji

**-10% na e-booki**  
z serii Pozytywna Dyscyplina  
zakupione na stronie  
[www.pozytywnadyscyplina.pl](http://www.pozytywnadyscyplina.pl)  
Hasło: E-BOOK10

**Każde dziecko zasługuje na szczęśliwe i spełnione życie.** Najtrudniejszym wyzwaniem, przed jakim stają rodzice i nauczyciele dzieci o specjalnych potrzebach, jest sprawienie, by nie tylko radziły sobie z codziennymi wyzwaniami, lecz także prowadziły owocne, pełne znaczenia życie.

Na przestrzeni lat miliony rodziców i nauczycieli przekonało się do best-sellerowej **serii Jane Nelsen o Pozytywnej Dyscyplinie**, prezentującej spójne, zdroworozsądkowe podejście do wychowywania dzieci. Kolejna pozycja tej serii poświęcona jest specyficznym wyzwaniom, jakie stają przed rodzicami i nauczycielami dzieci o specjalnych potrzebach. Dzięki zawartym w niej prostym radom mogą coraz lepiej wspierać je w rozwoju.

Na jej stronach znajdziecie praktyczne rozwiązania problemów, taki jak:

- ♥ umiejętność sięgania wzrokiem poza medyczne diagnozy;
- ♥ wiara w potencjał dziecka niezależnie od poziomu jego rozwoju;
- ♥ wspieranie rozwoju społecznego i spotykaniu się z rówieśnikami;
- ♥ radzenie sobie z frustracją, która nieuchronnie pojawia się, kiedy dziecko sprawia trudności;
- ♥ rozwijanie u dziecka poczucia przynależności i znaczenia;
- ♥ i wiele innych!

W tej książce znajdziecie między innymi odpowiedzi na takie pytania:

- **Jak uwzględnić specyficzne potrzeby dziecka, ucząc je jednocześnie, by podejmowania ambitnych dla niego wyzwań?**
- **Jak pomóc dziecku w radzeniu sobie z gniewem, którego nie potrafi wyrazić, zwłaszcza kiedy ten gniew jest w pewnym stopniu uzasadniony?**
- **Jak sprawić, by dziecko, któremu z dużym trudem przychodzą najprostsze zdawałoby się czynności, mogło wносить znaczący wkład w życie rodziny?**

**POZYTYWNA  
DYSCYPLINA**

ISBN 978-83-950352-5-8



9 788395 035258