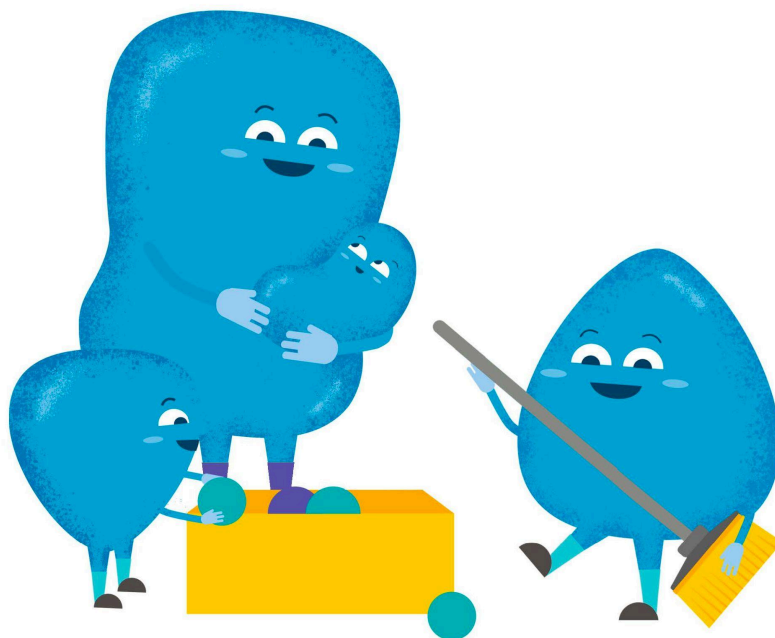


Pangangasiwa ng Negatibong Kilos: Pagbaling ng Atensyon at Paggamit ng Konsekwensya



MODYUL 5: PANGANGASIWA NG NEGATIBONG KILOS: PAGBALING NG ATENSYON AT PAGGAMIT NG KONSEKWENSYA

GABAY PARA SA FACILITATOR

BUOD NG PAKSA NG MODYUL: PANGANGASIWA NG NEGATIBONG KILOS: PAGBALING NG ATENSYON AT PAGGAMIT NG KONSEKWENSYA

Iba't ibang pamamaraan ang ginagamit ng mga magulang para mapagtibay ang mga kilos ng bata na gusto nilang nakikita palagi. Sa programang ito, atin nang napag-usapan ang isa sa mga pamamaraan para rito: Ang pagpuri sa kilos na nais nating mas nakikita palagi.

Sa modyul na ito, pag-uusapan natin ang dalawang estratehiya para mapamahalaan ang kilos ng bata: ang pagbaling ng atensyon at ang paggamit ng konsekwensya. Ang pagbaling ng atensyon ay isang estratehiyang epektibo para sa mga batang anak. Kapag ginagamit ito, dadalhin ang atensyon ng bata sa positibong kilos o gawain **bago pa man mangyari ang negatibong kilos**. Sa ganitong paraan, ang pagbaling ng atensyon ay isang paraan ng pagsasawalang-bahala ng negatibong kilos ng bata bago pa man ito lumala. Magiging mas epektibo ang paggamit nito kapag pinuri mo ang susunod na positibong kilos ng bata.

Ang konsekwensya ay resulta ng kilos. Halimbawa, ang hindi paglinis ng mga plato ay nangangahulugang walang magagamit na mga plato kapag oras ulit para kumain. Maaaring gamitin ng magulang ang konsekwensya sa kanilang batang anak o tinedyer kapag nakalimutan o hindi sinunod ang patakaran sa bahay. Halimbawa, kung ang patakaran ay umuwi ng alas-6 ng gabi at umuwi ang anak ng lagpas sa napagkasunduan dahil nakipaglaro sa mga kaibigan, ang nararapat na konsekwensya ay hindi siya makakapaglaro sa kanyang mga kaibigan kinabukasan.

Maaaring isama ng mga magulang ang kanilang mga batang anak at/o tinedyer sa pagplano ng mga konsekwensya para sa ilang mga negatibong kilos. Halimbawa, maaaring pag-usapan ng magulang at anak kung ano ang konsekwensya kung hindi sumunod sa isang patakaran sa tahanan ang anak.

Maaari ring gamitin ang konsekwensya kung ang batang anak ay ayaw sumunod sa isang positibong direksyon. Unang bigyan ang anak ng desisyon, halimbawa, “Anak, lilinisin mo ang mesa, o mababawasan ka ng isang oras sa iyong panunuod ng TV.” Sa ganitong paraan, binibigyan mo ang iyong anak ng pagkakataong sumunod sa positibong direksyon at maiwasan ang konsekwensya.

Importante rin na siguraduhin ng mga magulang na makatarungan at makatotohanan ang mga konsekwensya, at kayang mapapanindigan ito ng mga magulang. Halimbawa, ang konsekwensya na hindi pagpapanuod sa anak ng TV nang isang buong taon o ang pagbebenta ng TV ay hindi makatotohanan. Hindi rin ito magiging makatarungan!

Positibong disiplina ang tawag natin sa mga estratehiya tulad ng pagbaling ng atensyon at ang pagbibigay ng konsekwensya, dahil pinatitibay nito ang positibong relasyon ng magulang at anak sa pamamagitan ng pagkakaroon ng oras para sa isa't isa, pagbibigay ng papuri, at pagkakaroon ng mga klaro at tiyak na patakaran.

MGA PUNDASYON NG PANGANGASIWA NG NEGATIBONG KILOS

Ito ang mga pundasyon ng pangangasiwa ng negatibong kilos gamit ang positibong pagdidisiplina: **Manatiling Mahinahon, Manatiling Patas o Makatarungan, at Manatiling Positibo.**

1. **MANATILING MAHINAHON** - Pinakamahalagang parte sa pagdidisiplina ng anak ay ang pagiging mahinahon ng magulang. Huminga nang malalim. Pwede ring lumabas nang sandali kung kailangan. Pagkatapos gawin ang mga ito, kausapin nang klaro at mahinahon ang anak.
2. **MANATILING PATAS O MAKATARUNGAN** - Bigyan ang iyong anak ng pagkakataong sumunod sa utos o patakaran bago siya bigyan ng konsekwensya. Kausapin ang iyong batang anak o tinedyer na anak tungkol sa bagong patakaran sa bahay at siguruhing makatarungan ang konsekwensya kapag hindi nasunod ang patakaran. Siguruhin ding kaya mong ibigay ang konsekwensya.
3. **MANATILING POSITIBO** - Alalahanin ang Sinag ng Atensyon at Aruga! Subukang iwasan ang pagbibigay ng konsekwensya sa pamamagitan ng paunang paggamit ng pagbaling ng atensyon at ang pagbibigay ng positibong atensyon at papuri para sa mga kilos ng iyong anak na gusto mong mangyari nang mas madalas. Siguruhing isama ang iyong anak sa isang positibong gawain pagkatapos mo siyang bigyan o patawan ng konsekwensya.

Narito ang mga pundasyon ng pagbaling ng atensyon:

- Gumamit ng positibong direksyon sa pagbaling ng atensyon ng iyong anak mula sa negatibo papunta sa positibong kilos.
- Ibaling ang atensyon ng iyong anak sa positibong kilos **bago pa man mangyari ang negatibong kilos!**
- Isawalang-bahala ang negatibong kilos, hindi ang anak.
- Purihin ang anak sa pamamagitan ng iyong salita at kilos para masuportahan ang kanyang positibong kilos.

Ito ang mga pundasyon ng paggamit ng konsekwensya:

- Ang konsekwensya ay ginagamit kapag hindi nasunod o nakalimutan ang napagkasunduang patakaran sa tahanan.
- Ang konsekwensya ay espesipiko, makatotohanan, at makatwiran.
- Magbigay ng klarong dahilan kapag nagbigay ng konsekwensya.
- Ipakilala at pag-usapan ang konsekwensya kapag pareho kayong mahinahon ng iyong anak. Isama siya sa pagpasiya kung ano dapat ang konsekwensya.
- Kapag tumanggi ang iyong anak na sundin ang patakaran o direksyon, bigyan siya ng isa pang pagkakataon para sumunod bago ibigay ang konsekwensya.
- Kapag nagpasiya kang ibigay ang konsekwensya, siguruhing maibibigay mo ito o mapapanindigan mong ibigay ang konsekwensya.

MGA ISYU NA KAILANGANG PAGHANDAAN

Subukang maiwasan ang negatibong kilos bago pa man ito mangyari

Kailangang subukan ng magulang na iwasan ang negatibong kilos bago ito mangyari. Sa pamamagitan ng pagbaling ng atensyon ng bata bago pa mangyari ang isang negatibong kilos papunta sa positibong kilos, maiiwasan ng magulang ang pagdisiplina sa kanilang anak. Dapat na ibaling ang atensyon ng bata bago pa mag-umpisa ang negatibong kilos o bago ito lumala. Ginagawa ito sa pamamagitan ng pagbibigay ng klaro at positibong direksyon papunta sa isang positibong gawain. Sa ganitong paraan, isinasawalang-bahala ng magulang ang negatibong kilos ng bata.

Ang konsekwensya ay hindi parusa

Mas makakatulong sa magulang na isipin na ang paggamit ng konsekwensya ay pagkakataong maturuan ang anak kung paanong nakakaapekto sa kanila at sa ibang tao ang kanilang kilos. Sa ganitong paraan, natututo ang anak tungkol sa paggawa ng desisyon at responsibilidad.

Tandaan: Walang “masamang” bata

Mga “hindi kaaya-ayang” kilos lamang! Mahalagang nakapokus ang magulang sa kilos ng kanilang anak. Sa ganitong paraan, naaalala nilang kailangan ng kanilang anak ng pagmamahal at pag-aalaga na kaya nilang ibigay sa lahat ng panahon.