



Die waarde van dissipline, in die tyd van inperking, asook daarna.

AON
Afrikaanse Onderwysnetwerk

Geskryf deur: Wilna van Rooyen
Vroeëkindertwikkelingspesialis en opvoedkundige

Dissipline voeg waarde toe tot 'n mens se lewe, van die kinderjare af, tot wanneer jy oud is. Die einddoel van ouerlike dissipline is om kinders tot selfdissipline te lei. Selfdissipline beteken om beheer oor jou eie gedrag te neem, oor jou gedagtes en emosies, tot voordeel van jouself en almal om jou.

Dissipline lê die grondslag hiervoor, omdat dit kinders help om te verstaan dat gedrag gevolge het, dat besluite oor

hoe jy gaan optree, positiewe persoonlikheidseienskappe tot gevolg het.

As jy moeg word om vir die honderdste keer die goue reëls te herhaal, of te moeg is om jou klein kind te keer om goed rond te gooi of kos op die grond neer te gooi, onthou dat dit langtermyn voordele vir jou kind inhou, wat die lewe vir jou kind op die ou einde net makliker gaan maak.

Hier is 'n paar voordele:

1. Dissipline help jou om doelwitte te bereik:

Selfbeheer ontnem jou nie van voordele nie, maar help jou om te fokus en besluite te neem wat jou persoonlike doelwitte ondersteun.

2. Dissipline laat jou goed voel...

Kinders en grootmense met selfdissipline voel minder gespanne dwarsdeur hul lewe. 'n Kern voordeel van mense met selfbeheer is dat hulle eerder goed as sleg voel.

3.en jy voel tevrede met jou lewe:

Navorsers het bevind dat hoe meer beheer jy oor jouself het, hoe meer geniet jy jou lewe.

4. Dissipline skep goeie studente en lewenslange leerders:

Dissipline veroorsaak meer intelligente- en gemotiveerde studente. Navorsing dui aan dat studente wat oor selfdissipline beskik, beter fokus op langtermyn doelwitte en hul maak beter akademiese keuses.

5. Dissipline laat kinders toe om doelwitte beter te stel en dit te bereik:

Dit is bewys dat selfbeheer direk verbind kan word met effektiewe bestuur en doelwitstelling. Dit beteken dat 'n persoon met selfdissipline deur moeilike tye en hindernisse kan beweeg en hul doelwitte bereik. Hul beleef ook groter vervulling en tevredenheid.

6. Dissipline gee jou 'n meer positiewe uitkyk op die lewe:

Navorsing toon dat mense met hoë vlakke van selfbeheer, meer gefokus is en voordeel trek uit hul werk. Hulle is bereid om uitdagings aan te pak, eerder as om dit vermy.

7. Dissipline help jou om versoekings te weerstaan:

Selfbeheer help mense om die belangrike dinge waarna hul uitsien te bereik en nie hul aandag deur onmiddellike plesiertjies en versoekings af te laat trek nie. Hierdie eienskap is baie belangrik om langtermyn doelwitte te bereik.

8. Dissipline gee jou durf:

Selfbeheer en durf het twee van die belangrikste eienskappe geword, wat sukses in verskillende aspekte van mense se daaglikse lewe betref. Met durf en selfdissipline het jy die moed om jou doelwitte na te jaag en hindernisse te oorkom.

9. Dissipline veroorsaak emosionele stabiliteit:

Kinders met swak selfbeheer sal baie makliker aggressiewe gedrag openbaar, hul ervaar angs en ly maklik aan depressie. Selfbeheer help dat kinders nie afhanklik is daarvan om onmiddellik beloon te word nie en help hul om hul gedagtes, emosies en hulself te beheer.

10. Dissipline hou jou gesond:

Kinders wat impulsief optree in plaas van met dissipline, is geneig om oorgewig te raak, hul rook maklik en raak makliker afhanklik van alkohol en dwelms. Van die navorsing dui aan dat impulsiewe kinders 'n korter lewensverwagting kan hê.

11. Dissipline sit geld in die bank:

Kinders wat nie selfbeheer deur dissipline aanleer nie, is meer geneig daartoe om misdade te pleeg. Aan die ander kant het kinders wat spontaan selfbeheer toepas, 'n baie groter kans om welvaart te beleef....

Dissipline moet egter altyd gemaklik en met liefde toegepas word, om selfdissipline tot gevolg te hê. Ongenaakbare dissipline is onaanvaarbaar.

Dis soos om 'n nat sepie vas te hou, as jy dit te min vashou, glip dit uit jou hand, as jy dit te styf vashou, skiet dit uit jou hand, die kuns is om die sepie in jou nat hand te balanseer.

Sterkte met die belangrike taak!