

ÇOCUKLARDA ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME

KEMALPAŞA İLKOKULU
REHBER ÖĞRETMENİ
DİLEK AÇIKEL



**KEMALPAŞA
İLKOKULU
VELİ
BROŞÜRLERİ-2**

Öz disiplin nedir?

Öz disiplin, çocuğun bazı kuralları benimsemesi ve dış uyarılara gerek kalmadan bu kurallara kendi kendine uyması veya uygulamasıdır. Kısaca, çocuğun kendi kendini yönetme yeteneği kazanmasını sağlamaktır. Genel olarak disiplin uygulamalarıyla varılmak istenen hedef de budur.

HER SÖYLENEN
KELİME,
ÇOCUĞUN
ŞAHSİYETİNE
KONAN BİR
TUĞLADIR.

ÇOCUKLARDA ÖZ DİSİPLİN SAĞLAMA YOLLARI

Çocuğu tanımak ve kabul etmek
"Kazan-kaybet" yerine, "kazan-kazan" iletişimi kurmak (uzlaşmak) özgüven ve öz disiplin sağlar. Çocuğun kişiliğine değil; davranışına odaklanmak gerekir. Çocuğun çabasını, gelişimi fark edilmelidir. Çocuğa seçimlerinin doğal sonuçlarına katlanmasını öğretmeli, sorumluluk alması sağlanmalıdır.

Sevgiyi ifade etme ve koşulsuz sevmek;
Eğer bir çocuk sevildiğini hissederse, ebeveynini memnun etmek için istedik yönde davranacaktır.

Tutarlı olmak;
Bir gün izin verilen bir davranışa diğer bir gün izin vermemek, çocukta özdisiplin anlayışını bozarak olumsuz davranışlar oluşturabilir.

Problem davranışı anlamak;
yapılan iyi bir gözlemlerle anne babalar ,olumsuz davranışın arkasında açlık, yorgunluk, uykusuzluk gibi fiziksel etkenlerin olup olmadığı, ya da çocuğun olumlu davranışlarının dikkate alınmadığını düşünüp düşünmediği araştırılmalıdır. Unutulmamalıdır ki problemin kaynağını bulmak problemi çözmekten çok daha zordur.

Çocukların kendilerini iyi hissetmelerini sağlamak;
Olumlu davranışlar karşısında teşekkür etmek, gülümsemek, ne kadar iyi bir iş yaptığını anlatarak ona zaman ayırmak olumlu davranışın tekrar edilmesini ve çocuğun kendini iyi hissetmesini sağlayacaktır. Ayrıca, olumsuz davranışlar ortaya çıktığında görmemezlikten gelmek ve sabırlı olmak, çocuğun bu davranışının ona bir şey kazandırmadığını anlamasına yardımcı olacaktır.



Kuralların Öğretilmesi :

Örnekleme: "Kalemleri kalem kutusuna, topu sepete koyuyorum. Böylece aradığımda eşyaları daha kolay bulabilirim.

"Yönlendirme: "Şimdi de sen, yap-bozları kutusuna, kitapları kitaplığına koy.

"Yürekendirme: "Oyuncaklarını gerçekten çok güzel topladın."

ÇOCUK EĞİTİMİNDE TEŞVİK, TEHDİTTEN DAHA İYİ SONUÇ VERİR. İBN-İ SİNA

ÖNERİLER

Kabul edilemez bir davranışla karşılaştığınız zaman onun yerine kabul edilebilir bir davranış koymaya çalışın.

Örneğin; cam sürahi ile oynayan çocuğa hemen kızmak ya da azarlamak yerine plastik sürahi ile oynamasına izin vermek gibi...

Ona çeşitli seçenekler sunarak seçme şansı tanıyın. Örneğin, kıyafet konusunda problem yaşıyorsanız "kırmızı, mor, sarı tişörtlerden birine sen karar ver" diyerek

seçme şansını çocuğunuza verebilirsiniz. Beklentilerinizi dile getirin ve hatalarını telafi etme yöntemlerini gösterin, ona yardımcı olun. Örneğin; "Kalemlerimi sana ödünç verdiğimde onları sağlam olarak yerine koymanı beklerim" (beklentileri ifade etmek)

"Madem bunların ucu kırılmış, şu kalem tıraş ile onların ucunu düzeltip, yerine kaldır lütfen" (hatalarını telafi etme yöntemi)

