NASIL BİR YÖNTEM?

* Kabul edilemez bir davranışla karşılaştığınız zaman onun yerine kabul edilebilir bir davra- nış koymaya çalışın. Örneğin; cam sürahi ile oynayan çocuğa hemen kızmak ya da azarla- mak 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 ver- diğimde onları sağlam olarak yerine koymanı beklerim” (beklentileri ifade etmek) “Madem bunların ucu kırılmış, şu kalemtıraş ile onla- rın ucunu düzeltip, yerine kaldır lütfen” ( ha- talarını telafi etme yöntemi)

Unutmamamız gerekir ki, çocuğunuzun yeni öğretilen davranışları öğrenip, uyum sağlaması için belirli bir zamana ihtiyacı vardır. Çocuk yeni davranışlara adapte olmaya çalışırken, ebeveynin sı- nırlarını zorlar ve dener. Bu süre içinde en önemli nokta; ebeveynin umutsuzluğa kapılıp, kısa bir sürede eski alışkanlıkla- ra dönmemesi, kararlı ve tutarlı davran- ması gerekmektedir.



# C:\Users\user\Desktop\okul logo.jpg

# Eren Küçükkaya Anaokulu Rehberlik Servisi Veli Broşürü

**ÇOCUKLARDA İÇ DİSİPLİN (ÖZDENETİM)**



ErenKüçükkaya Anaokulu Rehberlik Servisi Telefon: (326)2234756

<http://erenkucukkayaanaokulu.meb.k12.tr/>

Çocuklarda İç Disiplin

# İÇ DİSİPLİNİ SAĞLAMAK

 Kurallar koyarken; kuralların uygulanabilir ve işlevsel olmasına dikkat etmek gerekmekte- dir. Kuralları koyarken çocuklarınızı da bu sürecin içine kattığınızda, ona aktif rol ve sorumluluk verdiğinizde, çocuğunuzun belirle- nen kurala uyması daha kolay olacaktır.

 İlk aşamada çocuğunuzun öğrenmesini istedi-

Disiplin çocuğun ruhunu ve bireyselliğini öl- düren bir cezalandırma sistemi değildir. Dü- zenliliği ve kendine hakim olmayı yani iç kontrollü bir disiplini öğreten bir sistemdir. Her yaştaki çocuğun bir takım kurallara ve sınırlamalara gereksinimi vardır. Bunlar, onun neyi yapıp, neyi yapmaması gerektiğini belirtmektedir.

Sınır koymak çocukların sürekli genişleyen dünyalarında bazı endişeleri azaltmak ve ön görmek için gereklidir.

Kişilik kalıtımsal niteliklerle çevrenin sürekli etkileşimi sonucu biçimlenir. Çocuğun çeşitli davranışları ebeveynler tarafından onay gö- rür ya da engellenir. Böylelikle çocuk, kendi yararına ve karşı çıkılmayan tepkilerini tek- rarlama eğilimi gösterir ve bu davranışları benimser. Çevre koşullarıyla kendi istekleri- ni uzlaştırmaya çalışarak uyum sağlamaya çalışır. Ancak bunları yaparken de değişik davranışlara çevrenin nasıl tepkiler verece- ğini de deneme*-* yanılmalarla bulacaktır. Ço- cuk davranışının değişkenliği, sürekli arayış ve denemelerden kaynaklanmaktadır.

Konulan kuralların içselleştirilmesini, çocuk tara- fından özümsenmesini istiyorsak, kuralları açıkla- mamız, öğretmemiz gerekmektedir. Böylelikle ken- di kendini yönetme yeteneğini kazanmış olmakta- dır.

Baskı yoluyla bir işin yaptırılmasına insan her za- man direnç göstermiştir. Baskının ardından ise başkaldırma ve kargaşa dönemi gelmektedir. Çünkü katı kurallar insanda kaçamak yapmak, boşluklar- dan yararlanmak eğilimini doğurmaktadır.

Bu nedenle disiplini özgürlüğü kısıtlamak olarak değil, özgürlüğünü en uygun şekilde kullanmasını sağlayıcı kurallar bütünü olarak görmemiz gerek- mektedir.

Düzenli ve sorumlu davranış öncelikle ana*-*baba ve çocuk arasında anlayış ve güven temeline dayanma- lıdır. Bu nedenle disiplinin 3 önemli amacı vardır.

* + Sevgi ve güven ilişkisini geliştirmek
	+ Benlik değerinin temelini atmak
	+ Başkalarını anlayarak ve onların kişiliklerine saygı göstererek model görevini gerçekleş- tirmektir.

ğiniz davranışa karar veriniz. Soyut kavram- lar yerine **somut**, belirli davranışlarla açıkla- malar yapınız. Örneğin; “düzenli ol” yerine “odanı topla” ifadesi daha somut ve net bir açıklamadır. Ya da “yaramazlık yapma” yerine söz konusu davranışını, “koltukların üzerinde zıplama, düşüp bir yerine zarar gelmesinden korkuyorum” gibi bir açıklama ile ifade ediniz.

 Ondan ne istediğinizi söylerken, bunu nasıl yapması gerektiğini de gösterin.

 Kuralları basit, anlaşılır bir dille ifade edin. “Kavga etme” yerine “arkadaşlarınla iyi geçin” gibi olumlu ifadeler kullanarak belirlerseniz bu onların da olumlu düşünmelerine fırsat verdiği gibi ondan beklediğiniz davranış biçi- mini de aklında tutacaktır.

 Çocuğunuzun belirli bir hedefe varması için harcadığı çabayı önemseyin, destekleyin. Ör- neğin; “bak yatağını çok güzel toplamışsın.

Kirlilerini de çamaşır sepetine atarsan, odan

çok daha temiz olacak!” diyebilirsiniz.

