

ÇOCUKLARDA ÖZ DENETİMİ SAĞLAMA YOLLARI

- 1-Sevgiyi ifade etme ve koşulsuz sevme
- 2- Tutarlı olmak
- 3-İletişimde açık olmak
- 4-Çocuğa ve kendinize karşı sabırlı olmak

Ebeveynler ve çocuklar için disiplin, pozitif, etkili ve doğru temeller yaratarak devam edip giden bir öğrenme sürecidir. Bu öğrenme sürecinde eğer ebeveynler sürekli olarak çocuklarına yapmaları ve yapmamaları gerekenleri söylediklerinde hem çocuklarının öz denetimlerini kazanmalarını engelleyecek hem de onların gerçek yaşama hazırlanmalarını zorlaştırmış olacaklardır.



ÖZ DİSİPLİN

(Veli-öğretmen
broşürü)



ÖZ DİSİPLİN

İnsanı, iyi güzel, doğru ve mantıklı olana yaklaştıran bunun yanı sıra insanın beceri kazanıp, başarılı bir sonuç almasına etki eden ve bu başarı sürecinde içinde eylemlerimizi kendi içimizden kontrol edebilme yeteneğimizdir.

Hayatımızda öz disiplinin amacı; iyi, güzel, doğru ve sağlıklı olanı yapmanın yanı sıra kötü, çirkin ve sağlıksız olanlardan uzak durmak da öz disiplinin temelinde yatmaktadır.



POZİTİF DİSİPLİN NEDİR?

Pozitif disiplin, çocuğu disipline etmede en işlevsel yöntemdir.

Kısa vadede anlık çözüm olarak işe yaradığı düşünülen küsme, ses yükseltme, ceza verme gibi davranışlar uzun vadede çocukta etkisini kaybeder ve aynı zamanda ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz etkiler.

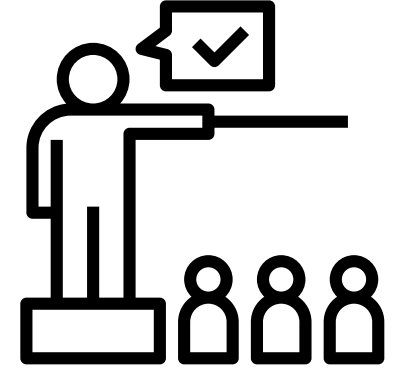
Pozitif disiplin, yanlış davranışı doğruyu öğretmek için bir fırsat olarak görüp, çocuğun çözüm üretmesine yardımcı olma üzerine kuruludur. Çocuğa bir yandan sınır koyarken bir yandan da özgürlük alanı açar.

POZİTİF DİSİPLİN NE DEĞİLDİR?

Aşırı hoşgörü: Bu durum çocuğa sınırları istedikleri şekilde esnetebilecekleri mesajını verir.

Kurtarıcı rol: Bazen yetişkinler nazik olmak için çocukların tüm hayal kırıklıklarını önleme görevi üstlenebilirler.

Bir dediğini iki etmemek: Yetişkinler kendilerinden ödün vererek çocuğun isteklerini yerine getirmeye adayabilirler.



UYGULAYABİLECEĞİNİZ POZİTİF DİSİPLİN YÖNTEMLERİ

Kurallar ve sınırlar çocuklar için güvenli ve gereklidir. Çocuğunuzun yaşına uygun, net kurallar koyduğunuzdan ve bu kuralları tutarlı bir şekilde uyguladığınızdan emin olun.

Çocuğunuzun problemlerini kendi başına çözebilmesi için teşvik edin. "Arkadaşınla yaşadığın problemi çözmek için neler yapabilirsin?" şeklinde sorular ile çocuğunuzun problem çözme becerileri kazanmasına destek olabilirsiniz.

İstmeden katı ve sert bir tutum sergilediyse çocukunuzdan özür dileyin. Çocuğunuzun eleştirmekten kaçının. Bunun yerine "Böyle bir durumda başka nasıl davranabilirdin?" sorusunu sorun.

"Gürültü yapma", "Koşma" "Çabuk banyo yap" demek yerine "Biraz daha sessiz olabilir misin?" "Daha yavaş yürüyorsun mi?", "Sence neden banyo yapmamız gerekiyor?" gibi sorularla problemden ziyade çözüme odaklanmak her zaman daha etkili bir yöntemdir.

