

ÇOCUKLARDA ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME

Ömer Mart
Ortaokulu
Rehberlik Servisi
Veli Bülteni



ÖZDİSİPLİN NEDİR?

Öz disiplin; bireyin ulaşmak istediği ve kendisinin seçtiği bir hedefe varmak için, yapması gerekenleri belirlemesi, bu yolda çaba göstermesi, önüne çıkan engeller için çözüm yolları üretmesi ve bunları uygulamaya koyması olarak tanımlanabilir.

ÇOCUKLARA ÖZ DİSİPLİN SAĞLAMAK İÇİN

YAPILMASI GEREKENLER

- Ebeveynlerin davranışlarında tutarlı olması gerekmektedir.
- Ev içindeki kural ve beklentiler çocuğun yaşına, kişilik yapısına ve özel durumlarına göre düşünülerek uygulanmalı.
- Çocuktan beklenen davranışlar ve koyulan kuralların nedenleri açıklanmalı Çocuğa kuralların uygulanmasında aktif rol ve sorumluluklar verilmeli. Çocuktan beklenen davranışlar ve çaba takdir edilerek pekiştirilmeli.
- Her isteklerinin her zaman gerçekleşmeyeceği yönünde farkındalık kazandırılmalı
- Çocuğun karşılaştığı problemlerin çözümü için ona fırsat verilmeli Gerektiğinde profesyonel yardım için bir uzmandan yardım alınmalı

ÇOCUKLARA ÖZ DİSİPLİN KAZANDIRIRKEN YAPILAN HATALAR

- Ebeveynlerin aşırı baskıcı veya serbest tutum sergilemesi
- Aile içi kuralların belirlenmemesi
- Ebeveynler arasında tutarsızlık olması
- Çocuğun isteklerinin sürekli olarak yerine getirilmesi veya istek ve ihtiyaçlarına değer verilmemesi
- Çocukta yetersizlik duygusu uyandıracak cümlelerin kurulması ("Sen yapamazsın, sen çocuksun" gibi)
- Çocukların davranışlarına, görüşlerine ve fikirlerine değer verilmemesi
- Çocuğa ait sorumlulukların ebeveynler tarafından yapılması (Ödev yapma, odayı toplama vb.)
- Çocuğun yerine karar verilip, uygulanmasının beklenmesi Çocuğa gelişim dönemine uygun sorumluluklar verilmemesi