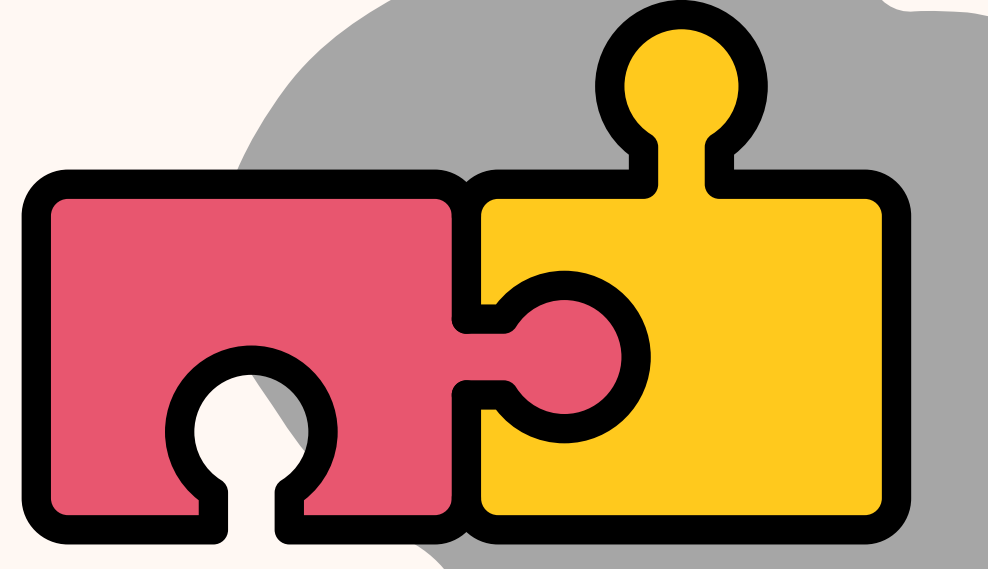


# ÇOCUKLARDA ÖZDİSİPLİN



DISCIPLINE

Özdisiplin; bir hedefe ulaşmak için bireyin kendi davranışlarını kontrol etmesi, dürtülerine karşı koyabilmesi, isteklerini bir süre erteleyebilmesidir.

Özdisiplinin amacı; çocukların kuralları benimseyip ne yapıp yapmamaları gerektiğini bilmesi, sürekli uyarıya gerek kalmadan sorumluluklarını yerine getirmesini sağlamaktır.

## Ailelere Düşen Görevler-

- Sabırlı olmak ve gerektiğinde uzman yardımı almak
- Yaşına uygun sorumluluklar verme
- Sevgiyi ifade etme ve koşulsuz sevmeye
- Çocuğa değerli hissettirme
- Problem çözme becerisi kazandırma
- Problemleri davranışları anlamak
- Rol model olma
- Sınırlar koymak
- İletişimde açık olmak
- Tutarlı olmak



## Çocukta Olumsuz Davranışla nasıl Baş Edebiliriz?

- Davranışın nedenini düşünmek
- Ortamı değiştirmek
- Olumsuz davranışı gözardı edip olumlu davranışı pekiştirmek
- Dikkati başka yöne çekmek
- Davranışın sonucu ile yüzleştirmek
- Çözüm yolu aramak, alternatif sunmak
- Kurallarda tutarlı olmak



## Özdisiplin Konusunda Ailelerin Yapmaması Gerekenler

- Yaşının ve gelişim döneminin üstünde sorumluluk verilmesi
- Çocuğun davranış, fikir ve görüşlerine değer verilmemesi
- Aile içinde kuralların olmaması
- Aile büyüklerinin tutarsız davranışları
- Çocuğun her istediğinin hemen yerine getirilmesi
- Çocuğun sorumluluklarının (ödevlerini yapma, odasını toplama vb.) başkaları tarafından yapılması
- Yetersizlik duygusu uyandıracak ithamlar (sen yapamazsın, başaramazsın vb.)

Korkudan gelen disiplin, korku kaynağı yok olduğu zaman kaybolur ama kişinin kendi içinden gelen disiplin hiç kaybolmaz.  
Doğan Cüceloğlu.

