

Çocuklarda Öz Disiplin Geliştirmek İçin Öneriler

Çocuğunuzun Kendi Kendine Yeten Bir birey Olması için;

- Çocuğu görev ve sorumlulukları ile baş başa bırakın.
- çocuğa yaşına uygun sorumluluklar verin ki başarma duygusunu tatsın ve motivasyonu artsın.
- Çocuğun seçim yapmasına izin verin.
- Beklentilerinizde gerçekçi olmaya çalışın.
- Her türlü durum için değil de, günlük yaşantınızı olumsuz biçimde etkileyen sorunlar ile ilgili kural koyun.
- olumsuz davranışın altında yatan sebepleri anlamaya çalışın.
- Kontrolün anne-babada olması çocuğun yaptığı her şeyin kontrol edilmesi anlamına gelmemektedir. Çocuğun da hayatı ile ilgili seçim yapma durumunun yaratılması, seçimlerinin sorumluluğunu alması öz disiplin gelişimi için yararlıdır. (Öğretmenin istediği malzemeleri getirmediğinde açıklamayı çocuk yapmalıdır)

Tamamen dışsal kontrolden kaynağını alan (yani veliden, öğretmenden gelen) bir motivasyon sadece geçici davranış değişikliğine yol açar. İçsel motivasyonunu, öz disiplinini geliştiren bireyler hayatlarını daha iyi idare etmektedir.

Çocuklarda Öz Disiplin Geliştirmek İçin Öneriler

Çocuğunuzun Kendi Kendine Yeten Bir birey Olması için;

- Aile bireylerinin bu süreçte tutarlı tepkiler vermesi gerekmektedir.
- Aile üyelerinin de öz disiplin davranışı ile ilgili çocuklara örnek olması çocuklarda çok daha hızlı gelişim sağlayacaktır.
- Evde ev işleri, okulda ev ödevleri ile ilgili görev verilmesi çocukların sorumluluk bilincini, dolayısı ile öz disiplinini geliştirmeye yardımcı olur.

Çocuklarda Öz Disiplin Geliştirme



Öz Disiplin

Öz Disiplin Nedir?

Kişinin davranışları üzerinde kontrol sağlama becerisidir.

Öz disiplini Gelişmiş Bireyler

- Doğru karar alan,
- hedefe yönelik davranışta bulunan,
- zamanı etkin kullanabilen,
- herhangi bir engele rağmen devam edebilen,
- davranışın sorumluluğunu alabilen,
- daha kolay rekabete girebilen,
- özgüveni yüksek kişilerdir.

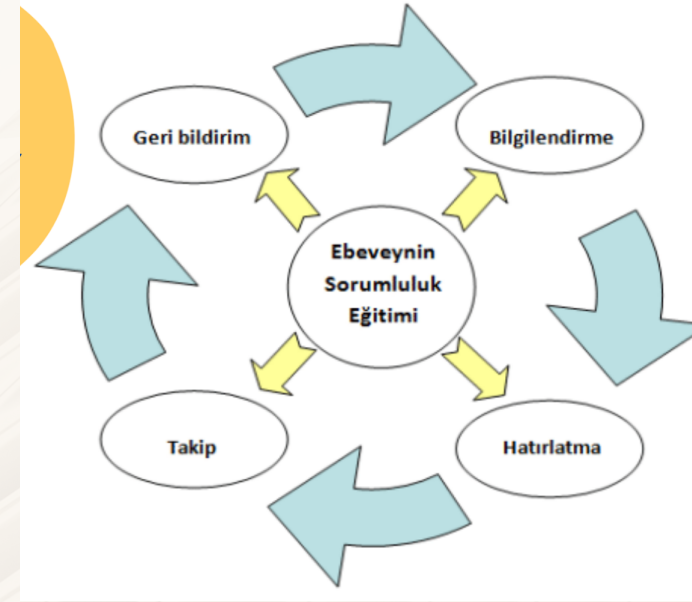
Çocuklarda Öz Disiplin Geliştirme

Sorumluluk bilincinin kazandırılması ile mümkündür. Küçük yaşlardan itibaren yaşına, cinsiyetine, gelişim düzeylerine uygun sorumluluk verilmelidir.

Sorumluluk bilinci kazandırma isteyen ebeveynlerde görülen 2 hatalı yaklaşım türü tespit edilmiştir.

- 1.Çocuğu tümü ile sorumluluğa boğan yaklaşım: katı kuralcı insanlar yetiştirir.
- 2.Tüm sorumluluğu kendi üzerine alarak çocuğu sorumluluktan kurtaran yaklaşım: Yaşamını biçimlendirmekten aciz, sürekli başkalarının yönetiminde olmaya ihtiyaç duyan bireyler yetişir.

Ebeveyn Çocuk Sorumluluk Kazandırma Döngüsü



Bu süreçte çocuğun yaşına uygun düzeyde bilgi vermek, görevlerini düzenlemek, takip etmek çok önemlidir. Bunların yanında çocuk davranışı yerine getirdiğinde ya da yapmadığında geri bildirim vermek, gerektiğinde hatırlatma yapmak davranışın öz disiplin halinin daha kalıcı olmasını sağlamaktadır.