



## ÇOCUKLARDA ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRMEK İÇİN ÖNERİLER

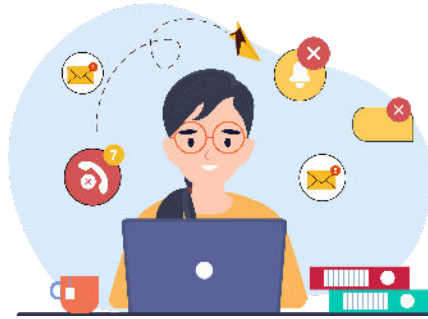
### *Çocuğunuzun Kendi Kendine Yeten Bir birey Olması için;*

- Çocuğu görev ve sorumlulukları ile baş başa bırakın.
- Çocuğa yaşına uygun sorumluluklar verin ki başarıya 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.
- 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 DİSİPLİN GELİŞTİRME

Şehit Ahmet Çağlar İlkokulu  
Rehberlik ve Psikolojik Danışma  
Servisi



## İLETİŞİM

Atapark Mah. 1359.Sk  
06280  
Keçören-ANKARA



## ÖZ DİSİPLİN NEDİR ?

Kişinin davranışları üzerinde kontrol sağlama becerisidir.

### Öz Disiplini Gelişmiş Bireyler;

- Doğru karar alan,
- hedefe yönelik davranışta bulunan,
- zamanı etkin kullanabilen, herhangi bir engelle 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 BİLİNCİ  
KAZANDIRMA İSTEYEN  
EBEVEYNLERDE GÖRÜLEN 2  
HATALI YAKLAŞIM TÜRÜ TESPİT  
EDİLMİŞTİR.

1. ÇOCUĞU TÜMÜ İLE  
SORUMLULUĞA BOĞAN  
YAKLAŞIM: KATI KURALCI  
İNSANLAR YETİŞTİRİR.  
YAŞAMINI  
BİÇİMLENDİRMEKTEN ACİZ,  
SÜREKLİ BAŞKALARININ  
YÖNETİMİNDE OLMAYA  
İHTİYAÇ DUYAN BİREYLER  
YETİŞİR.

2. TÜM SORUMLULUĞU  
KENDİ ÜZERİNE ALARAK ÇOCUĞU  
SORUMLULUKTAN KURTARAN  
YAKLAŞIM: BİÇİMLENDİRMEKTEN  
ACİZ, SÜREKLİ BAŞKALARININ  
YÖNETİMİNDE OLMAYA  
İHTİYAÇ DUYAN BİREYLER  
YETİŞİR.

## EBEVEYN ÇOCUK SORUMLULUK KAZANDIRMA 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.