



PSİKOLOJİK DANIŞMAN VE REHBER
ÖĞRETMEN BAHAR YILDIZ GÖREN

ÇOCUĞUNUZA SINIR KOYMA VE İÇ DİSİPLİN OLUŞTURMA

MİNA ÖZDOĞANCI ANAOKULU AİLE ÇALIŞMALARI



DİSİPLİN NEDİR

Disiplin, “bireylerin içinde yaşadıkları topluluğun genel düşünce ve davranışlarına uymalarını sağlamak amacıyla alınan önlemlerin tümü” olarak tanımlanmaktadır.



DİSİPLİNİN AMACI

*Ceza yoluyla çocuğu
pasifleştirmek değil Kendi
haklarını bilen ve diğerlerine
karşı sorumlu, vicdanlı
çocuklar yetiştirmektir..*

DİSİPLİN KAVRAMI



DİSİPLİN;

Düzenli bir yaşam biçimidir.



DİSİPLİNLİ YAŞAM;

Rasgele olmayan, bilinçli, düşünülmüş, sağlıklı ve düzenli bir yaşam akla gelmektedir.



DİSİPLİNLİ İNSAN;

Yaşamını bilinçli bir şekilde ele almış ve ne yaptığını bilen bir insandır.



ÖRNEĞİN;

Eve giriş-çıkış saatlerinin bir düzene oturtulması, akşam yatma saatlerinin düzeni, televizyon izleme saatlerinin düzenlenmesi ve izlenecek programların seçilmesi, sofraya birlikte ve hep aynı saatte oturulması gibi, ailenin günlük yaşamını düzenleyen bir sistem veya ders çalışma düzeni, odasını toplaması, eşyalarına sahip olması gibi



YETİŞKİN ODAKLI DİSİPLİN YAKLAŞIMI

Özellikleri:

Kurallar
Disiplin odaklı
Otorite Kontrol
Yönetme
Ödül-ceza

Çocuk;

Yetişkinlerin kontrolünde iken farklı davranır.
Sorunlarının çözümünde yetiştirilene bağımlıdır.
Davranışları dışsal kontrole dayalıdır.
Duygularını bastırır.
İtaat eder.
Cezadan kaçınır.



ÇOCUKLARIN DIŞ DİSİPLİNE TEPKİLERİ

Hayallere dalmak,
Umursamaz davranmak,
Aşırı yemek /aşırı perhiz yapmak,
Psikosomatik hastalık belirtileri vb. şekillerde dış
denetimle baş edici, “savunma amaçlı” istenmeyen
davranışlar geliştirirler.
Karşı koymak,
İsyan etmek,
Öç almak,S
aldırgan davranmak,
Yalan söylemek,
Suçu başkalarına atmak,
Kendi içine kapanmak,

Dış Disiplin

Başkalarının koyduğu disiplin

İç Disiplin

Kendi kendine disiplin

ÇOCUKLARI İSYANA TEŞVİK ETMEK

Çocuklar, yetişkin otoritenin daha önce kendilerine yasakladığı şeyleri özellikle yaparlar.

Küçükken söz dinleyen, boyun eğen çocuklar, büyüdüklerinde sorun oluşturan ve isyankar yetişkinlere dönüşürler.

Her tür otoriteye karşı çıkar ve öz denetimlerini sağlayamayan kişiler olurlar.



İBN-İ SİNA

"Çocuk eğitiminde teşvik, tehditten daha iyi sonuç verir."



ÇOCUK ODAKLI DİSİPLİN YAKLAŞIMI

- “Çocukça” davranan çocuk.
- Problem çözme odaklı.
- Aktif dinleme.
- Tartışma-müzakere.
- Sınır belirleme.
- Teşvik.



ÇOCUK;

- Kendine ve diğerlerine saygıyı öğrenir.
- Sorumluluk üstlenir.
- Kendi başına düşünebilir.
- Duygularını ifade edebilir.
- Empati geliştirir.
- Problemlerini çözebilir.

İÇ DİSİPLİNİN AMACI

- İç disiplin, kişinin bazı kuralları benimsemesi ve dış uyarılara gerek kalmadan bu kurallara kendi kendine uyması veya uygulamasıdır.
- Kısaca, çocuğun kendi kendini yönetme yeteneği kazanmasını sağlamaktır.
- Genel olarak disiplin uygulamalarıyla varılmak istenen hedef de budur.
- İç Disiplinde Amaç Çocukların kuralları benimsemeleri,
- Ne yapıp ne yapılmaması gerektiğini bilip kendi kendilerine yapmaları,
- Sürekli uyarı ve ikaza gerek kalmadan sorumluluklarını yerine getirmeleri vb.
- Bu şekilde, anne, baba ve çocuk arasında oluşabilecek sürtüşme ve problemlerinde önüne geçilmesi.

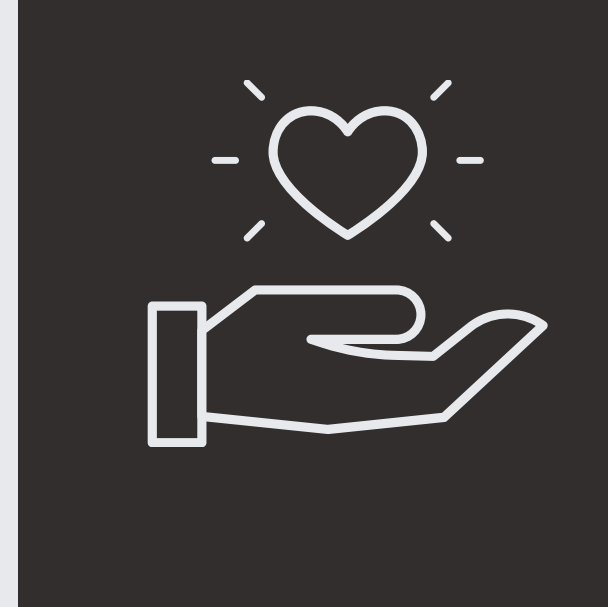
ETKİLİ DİSİPLİNİN TEMEL DAYANAKLARI



Koşulsuz sevgi:
“Senden asla
vazgeçmem”



Duyarlı olma:
“Senin dünyanı anlamaya
çalışıyorum”



Koşulsuz kabul:“Seni
bir birey olarak
kabul ediyorum”



Takdir ve teşvik:
“Sana güveniyorum”

OLUMSUZ AİLE TUTUM ŞEKİLLERİ



Disiplinsiz Eğitim

Yetersiz Sevgi

Aşırı Sevgi

Aşırı Disiplinsiz
Eğitim

OLUMLU AİLE TUTUM ŞEKİLLERİ



Disiplinsiz Eğitim

Yeterli İlgi

Yeterli sevgi

Yetersiz Sevgi

Aşırı Sevgi

Yeterli Hoşgörü

Yeterli Disiplin

Aşırı Disiplinsiz
Eğitim

İÇ DİSİPLİN SAĞLAMAK İÇİN YAPILABİLECEKLER

-
- Çocuğu tanımak ve kabul etmek“Kazan-kaybet” yerine, “kazan-kazan” iletişimi kurmak (uzlaşmak) özgüven ve iç disiplin sağlar.
 - Çocuğun kişiliğine değil; davranışına odaklanmak.
 - Çocuğun çabasını, gelişimini fark etmek.
 - Çocuğa seçimlerinin doğal sonuçlarına katlanmasını öğretmek.
-

-
- Sorumluluk vermek.
 - Kural koymak.
 - Kuralların net olmasına ve keyfi şekilde değiştirilmemesine özen göstermek
 - Kararlı ve tutarlı olmak.
 - İyi bir rol model olmak (aile ve çevre)
 - Çocuğunuza sevginizi göstermek
-

ÇOCUKLAR SINIRLARA İHTİYAÇ DUYARLAR

KURAL VE SINIRLARI ÖĞRETİRKEN;

Kurallar: Çocuğu Hayata Hazırlama Yollarıdır

Çocuklara kuralların nedenleri açıklanmalıdır.Çocuktan beklenen davranış konusunda bilgi verilmelidir.Kuralları koyma ve uygulamada çocuğa sorumluluk verilmelidir.Kurallara uygun davranma çabası desteklenmelidir.

Kuralların Öğretilmesi

Oyuncakları toplama:Örnekleme: “Kalemleri kalem kutusuna, topu sepete koyuyorum. Böylece aradığımda eşyaları daha kolay bulabilirim.”Yönlendirme:“Şimdi de sen, yap-bozları kutusuna, kitapları kitaplığına koy.”Yüreklendirme:“Oyuncaklarını gerçekten çok güzel topladın.”

Olumsuz Davranışla Baş Etmek

Nedenini düşünmek
Ortamı değiştirmek
Dikkati başka yere çekme
Olumsuzu göz ardı - olumluyu takdir etmek
Davranışın sonucu ile yüzleştirmek
Çözüm yolu önermek - alternatif sunmak
Kurallarda Tutarlı Olmak

Sınırların Önemi Anlatılmalıdır

Sağlıklı deneme ve keşifleri yüreklendirecek kadar kararlı, gelişmeye izin verecek kadar esnek sınırlar belirlenebilmelidir.Bu sınırlar belirlenirken hedefimiz, çocuğun yapmaması gereken hareketi, bizim hatırımız için değil, bilinçli olarak yapmaması gerektiğini ona anlatmak olmalıdır.Genellikle anne-babalar, çocuğun neyi yapmaması gerektiğini söylemek için çaba sarf ederler Oysa, önemli olan, niçin yapmaması gerektiğini söylemektir.

Çocuklar Sınırlara İhtiyaç Duyarlar

Belirgin sınırlar sunulduğu zaman, çocuklar ilişkilerle ilgili önemli soruların cevaplarını almaya başlarlar. “Burada yetkili olan kimdir?” “Ne kadar ileri gidebilirim?” “Çok ileri gidersem ne olur?” ..Kendilerinden ne beklendiği, kontrolün kimde olduğuyla ilgili bilgi sahibi olurlar. Yani sınırlar, çocukların kendilerini ve dünyalarını anlamalarına yardımcı olur; onlara önemli bir keşif ve öğrenme ortamı sağlar.

Çocuğun Fıtratına Uygun Davranma

Kuralsız hoşgörünün neden olduğu karışıklıktan aslında çocuklar da hoşlanmazlar. Hatta kimi zaman, sürekli kendi istediklerini yapmaktan dolayı suçluluk duyarlar. Sevilip sevilmediklerinden emin olamazlar; çünkü sınırsız davranışlarının hoş gitmeyebileceğini bilirler.

Sınırların Önemi Anlatılmalıdır

Sağlıklı deneme ve keşifleri yüreklendirecek kadar kararlı, gelişmeye izin verecek kadar esnek sınırlar belirlenebilmelidir. Bu sınırlar belirlenirken hedefimiz, çocuğun yapmaması gereken hareketi, bizim hatırımız için değil, bilinçli olarak yapmaması gerektiğini ona anlatmak olmalıdır. Genellikle anne-babalar, çocuğun neyi yapmaması gerektiğini söylemek için çaba sarf ederler. Oysa, önemli olan, niçin yapmaması gerektiğini söylemektir.

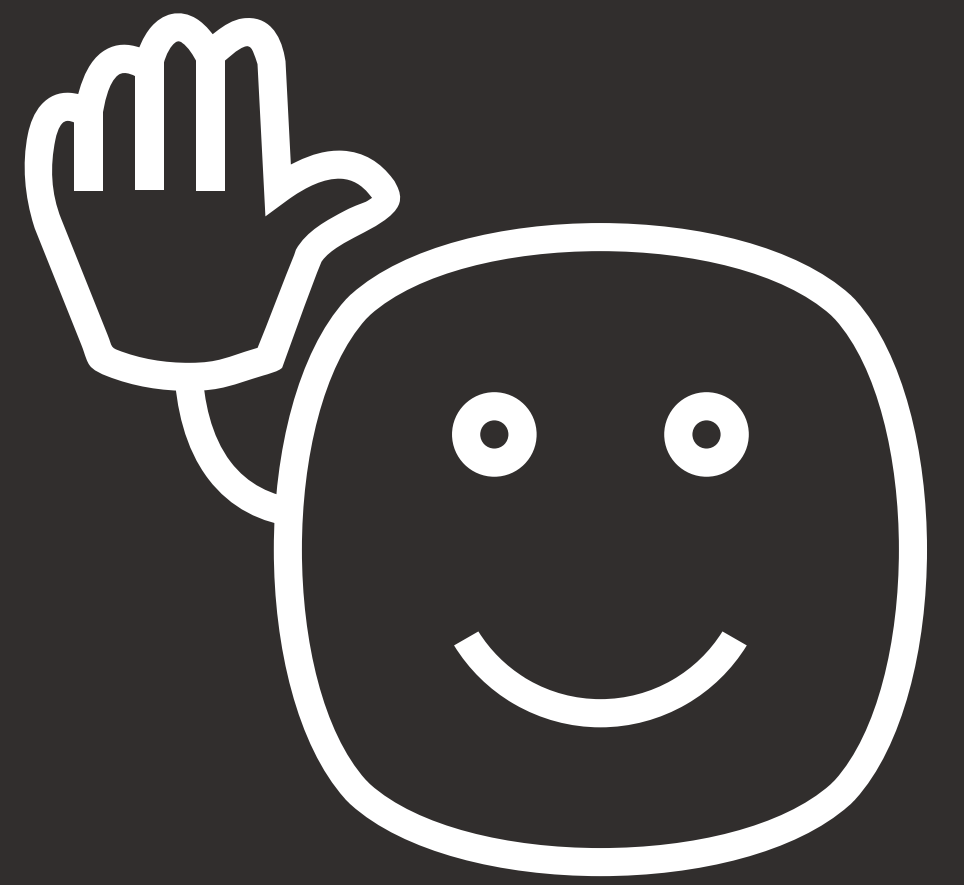
Çocuklara Model Olmalıyız

İç disiplin eğitiminde de en etkili yöntem, örnek olarak öğretmektir. “Gerçekten” öğrenilenlerin çoğu, sözle, öğütle, yasakla değil, yaşanılarak öğrenilir. “Dişlerini fırçala”, “odanı toparla” gibi öğüt ve direktifler yerine, çocuğa yaşatarak örnek olunan davranışlar daha etkili ve kalıcıdır.

Gözün bir an içinde gördüğünü, dil yıllarca söylese anlatamaz; kulak, anlayışın bir anda gördüğünü, anladığını yıllarca dinlese bitiremez.

Hz. Mevlana





MUTLU ,GÜÇLÜ ,KENDİNİ SEVEN,SINIRLARINI
ÇİZE BİLEN ÇOCUKLAR YETİŞTİRMEK
DİLEĞİYLE...