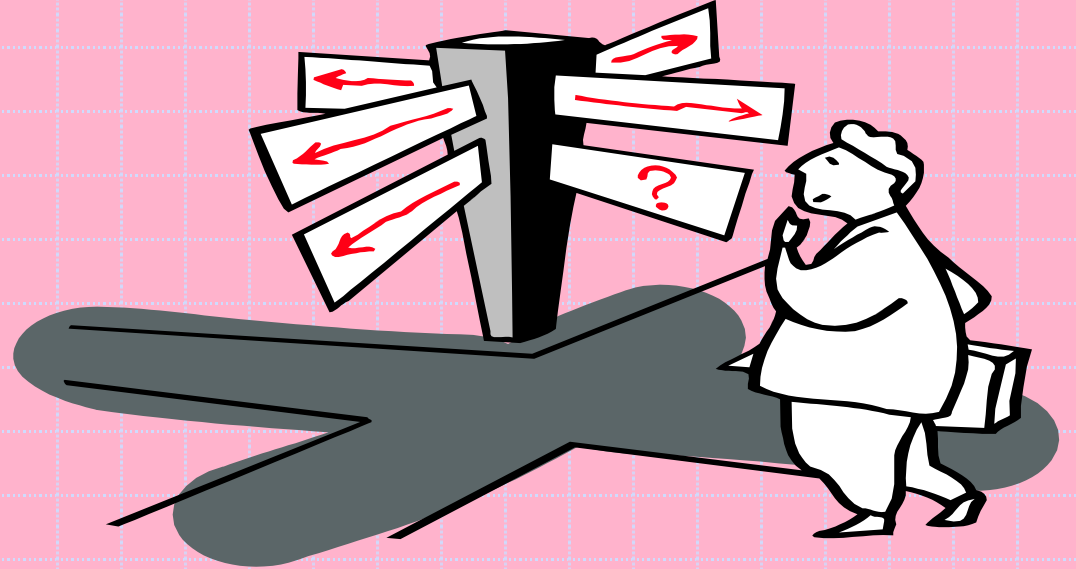




**ÇOCUKTA DİSİPLİN VE
SINIRLAR**

SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR



Çocuklar Neden Sınırlara İhtiyaç Duyarlar?

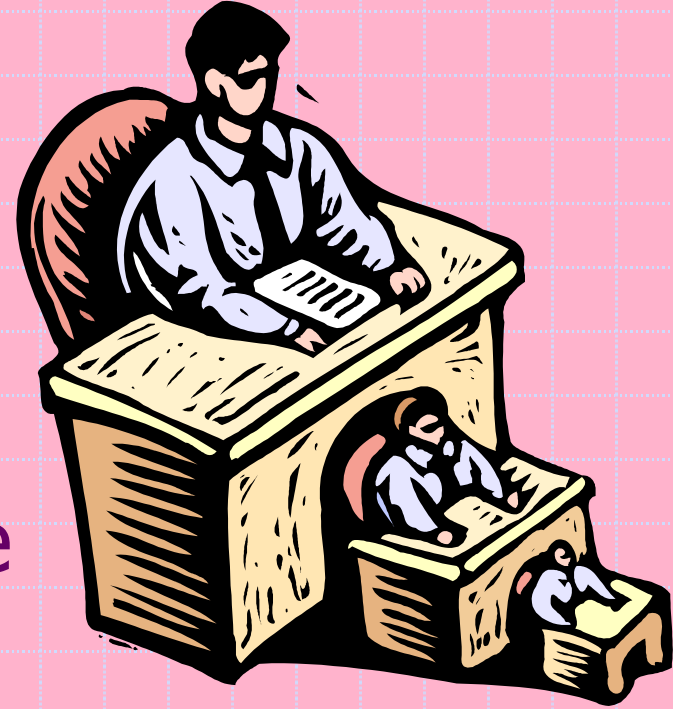


DİSİPLİN NEDİR ?

- ◆ Davranışı yönlendirmeyi amaçlayan bir eğitimidir.
- ◆ Cezalandırma ile eş anlamlı değildir.
- ◆ Çocuğa istenilen davranışları ve alışkanlıkları öğretmek, kendi kendini denetleme olan ahlak gelişimini sağlamaktır.
- ◆ Çocuğun kendi kendine yönetme yeteneği kazanmasını sağlamaktır.
- ◆ Yapıcı ve iyi niyetli bir yardımdır.

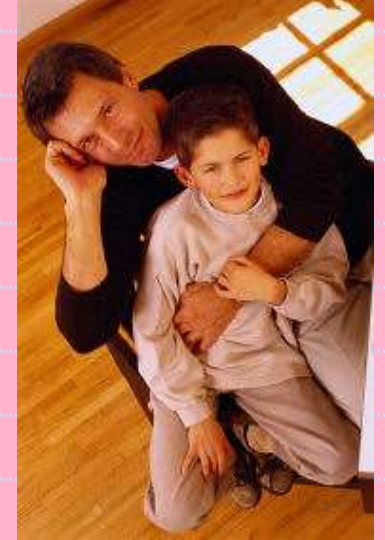
ANA BABALAR KURALLARINI NASIL ÖĞRETİRLER ?

- ◆ Otoriter aile yaklaşımı ile
- ◆ İlgisiz ve kayıtsız aile yaklaşımı ile
- ◆ Koruyucu aile yaklaşımı ile
- ◆ Hoşgörülü aile yaklaşımı ile
- ◆ Tutarsız aile yaklaşımı ile



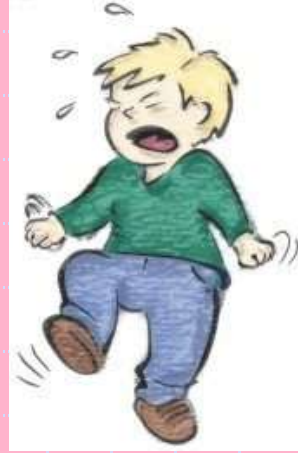
OTORİTER AİLE YAKLAŞIMI

- ◆ Çocuk her kurala uymak zorunda bırakılır.
 - ◆ Evde katı ve sert bir disiplin uygulanır.
 - ◆ Ana baba sürekli araştıran , çocuğun her işine karışan bir tavır sergiler.
 - ◆ Aile çocuğun her hareketini izler mutlaka onun hareketlerinde kusur bulur, olaya müdahale eder doğrusunu ! çocuğa öğretir.
- Çocuğun hata yapmasına fırsat verilmez.**
- ◆ Kısa vadede bu yöntemle çocuğun bir disiplin altına alındığı görülse de uzun vadede bu yöntem sağlıksız ve zararlıdır.



Çocuk üzerindeki etkisi:

- ◆ Çocuğun kendine olan güveni ortadan kalkar
- ◆ Sessiz, uslu, nazik ve dürüst olabilir ama küskün, silik, çekingen ve kolay etki altında kalan bir yapıya bürünür.
- ◆ **Çocuk kolayca ağlar.**
- ◆ İsyankar, inatçı, huysuz bir yapıya da bürünebilir ki bu durumda bu tip aileler genelde sorunu çözmek için baskı artırma yoluna giderler. Bu asiliği daha da artırır.
- ◆ **Çocuk hırçın ve kindar, arkadaşları ile uyumsuz ve kavgacı olabilir.**
- ◆ Hata yapmasına müsaade edilmediği için ileri yaşlarda hayatın sıkıntıları karşısında dayanıksız olabilir.



İLGİSİZ VE KAYITSIZ AİLE YAKLAŞIMI



- ◆ Aile aşırı rahattır, çocuğun dünyasına girmek gibi bir kaygıları yoktur.
- ◆ Çocuk sorumluluklarından kaçır.
- ◆ Ana baba çocuğa örnek bir model olamaz.
- ◆ Bu tutum anne ve babada aynı anda görülmez. Çoğunlukla aile de çalışan birey hangisi ise ilgisiz aile davranışı onda görülür.
- ◆ Çok çocuklu ailelerde rastlanma olasılığı daha fazladır.

Çocuk üzerinde etkisi:

- ◆ Çocuk bencil ve şımarık olur. Bu yüzden arkadaş çevresinde sevilmez.
- ◆ Çocuk evde veya okulda dikkat çekmek için alışılmadık davranışlar sergiler.
- ◆ Ailesi çocuğa model olamadığı için çocuk kendine başka modeller seçer. Gençlik dönemlerinde çocuk vaktinin tümünü arkadaşları ile geçirir.
- ◆ Genç yaşta çocuk zararlı alışkanlıklar edinmeye eğilimli olur.



KORUYUCU AİLE YAKLAŞIMI

Bu aile tipi baskıcı otoriter aile ile karıştırılabilecek kadar benzer.

Aralarındaki temel fark; bu aile tipinde şefkat, koruma güdüsü, disiplinin önünde gelir.

- ◆ **Çocuğa gerektiğinden fazla özen ve kontrol gösterilir.**
- ◆ **Özellikle anneler bu tip bir tavır sergiler.**
- ◆ **Çocuğun kendi yapacağı ve yapması gereken işler bile koruyucu ebeveyn tarafından yapılır.**

Çocuk üzerinde etkisi:

- ◆ Çocuk aşırı duygusaldır.
- ◆ İleri yaşlarda bile etrafına bağımlı olarak yaşar.
- ◆ Kendi ayakları üzerinde durması uzun yıllar alır.
- ◆ Toplum içinde kendi başına iş yapma cesaretini gösteremez.
- ◆ Çocuk anne babasından ayrı kalamaz ileri yaşlarda bile sürekli anne babasının yanında olmak ister.

HOŞGÖRÜLÜ AİLE YAKLAŞIMI

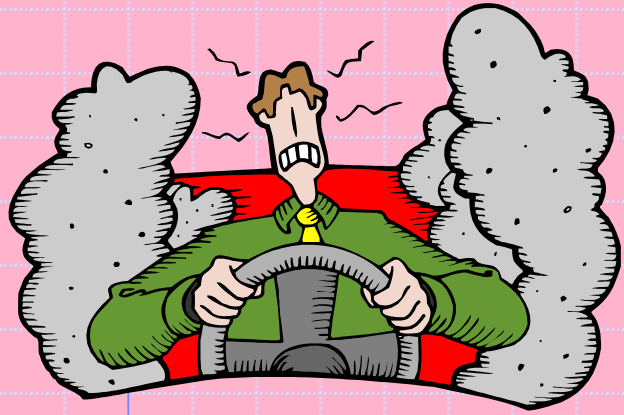
- ◆ Mükemmele en yakın aile tipidir.
- ◆ Çocuk burada başıboş bırakılmaz.
- ◆ Hoşgörü, yapılan her şeyi hoş görmek değildir. Belirli kurallar ve kısıtlamalar mutlaka vardır.
- ◆ Evde herkesin söz hakkı vardır. Çocukta kendini ifade edebilir.
- ◆ Duygu ve görüşlere saygı vardır.
- ◆ Konulan kurallar çocuğun anlama seviyesine inilerek mantıklıca izah edilir.
- ◆ En zor ve sabır isteyen yöntemdir.
- ◆ Hoşgörülü ailenin düşebileceği en yaygın hata çocuğa aşırı serbestlik verilmesidir. 12

Çocuk üzerinde etkisi:

- ◆ Özgüven sahibi bireyler yetişir.
- ◆ Kendini rahat ve kolayca ifade edebilen bireyler yetişir.
- ◆ Çocuğun farklı hobilere yönelmesi daha sık görülür.
- ◆ Çocukta asilik ve kavgacılık görülmez.
- ◆ Anne babaya saygı noktasında gevşeklik görülebilir.



Anne Geddes



TUTARSIZ AİLE YAKLAŞIMI

- ◆ Genellikle genç ebeveynlerde ve ilk çocuğun yetiştirilmesinde görülür.
- ◆ Eski- yeni çatışması ve ailenin çocuğa karşı tutumunda tutarsızlık görülür.
- ◆ Tutarsız davranmanın nedeni; eşlerin çocuk yetiştirmeye farklı bakmaları ve bunu çocuğa yansıtma şeklindedir.
- ◆ Bazen de eşler çocuk yetiştirme yönteminde değişiklik yapma konusunda farklı düşünürler bu da tutarsızlığa neden olur.

Çocuk üzerinde etkisi:

- ◆ Buna bağılı olarak çocuk asi, hırçın inatçı olabileceğı gibi içine kapalı ve pısırik da olabilir.
- ◆ Çocukta ana baba sevgisi azalır.
- ◆ Dikkat toplayamama ve uzun süre bir işe odaklanamama problemleri ortaya çıkar.
- ◆ Çocuk anne veya babadan birisine çok yaklaşırken diğlerinden uzaklaşabilir.
- ◆ Çocukta yalan söyleme gibi davran problemleri görülebilir.



ANA BABALARIN UYGULADIKLARI CEZAYA DAYALI OLUMSUZ DİSİPLİN ŞEKİLLERİ

- * Fiziksel disiplin
- * Çocuğu sözle hor görmek
- * Sevgiyi esirgemek



FİZİKSEL DİSİPLİN(DAYAK)

1- Çocuk bir yaramazlık yaptığı zaman dayak yerse bunun karşılığını ödemiş demektir.

Yaptığını düzeltmek için başka bir şey yapmasına gerek kalmadığını düşünür.

2- Dayak yiyen çocukta ana- babaya karşı kızgınlık oluşur.

Kendi yaptığının kötü bir şey olduğunu öğrenip kendini suçlu göreceğine, kendisini döveni suçlar.

3- Çocuğun ana babadan daha güçsüz ve aciz olduğunu bu şekilde yüzüne vurmak çocuğu utandırır ve kendine olan güvenini sarsar.

4- Çocuk ana babasının davranışını taklit edip problemlerini saldırganlıkla çözmeyi öğrenir, kızdığı zaman oda bir başkasını döver.

Dayağa alışan çocuk başkalarıyla sürtüşmelerini konuşarak halledemez, oda şiddete başvurur.

ÇOCUĞU SÖZLE HOR GÖRMEK

1. Korku ve Tehdit; Çocuklar korku konusunda çok hassastırlar. Hele pek anlamadığı kavramadığı şeylerle korkutulursa bu sözlere inanır ve çok sarsılır.
2. Alay, küçümseme; çocuk için onur kırıcıdır..
- 3- Bağırma Beddua Etme; Çocuğun olumsuz davranışlarını düzeltmez, sadece ana babaların rahatlamasını sağlar. Çocuk kendini suçlayacağına ana babayı suçlar.

SEVGİ ESİRGEME

◆ Çocukla konuşmamak, küsmek, ona aldırılmaz bir şekilde davranmak, onu artık sevmediğini söylemek ,
! Sevgi esirgemenin de vicdan gelişimi üzerinde olumsuz etkileri vardır, Cezasını çeken çocuk burada da yaptığı yaramazlığın karşılığını ödemiş demektir. Pişmanlık duyarak yanlışını düzeltmek için bir şey düşünmesine gerek yoktur.



◆ “Yaramazlık yaparsan bir daha seni sevmem” gibi sözler çocuğu can evinden vurur.

◆ Çocuk ana-babasının sevgisine her zaman ihtiyaç duyar!..



OLUMLU DAVRANIŞLAR KAZANDIRMAK İÇİN;

- ◆ Pozitif ödüllendirme yöntemi
- ◆ Çocuk, anne ve baba arasındaki sözleşme



POZİTİF ÖDÜLLENDİRME YÖNTEMİ

- ◆ Doğru davranışları öğretmek için en etkili yöntemdir.
- ◆ Kazanılması istenilen davranışlar daima ödüllendirin.
- ◆ Bu sistemde çocuğunuzun davranışlarını ve duygularını ayrı ayrı değerlendirin.
- ◆ Ödüllendirmeyi gözle görülen şeyler için uygulamak gerekir, örneğin; elbiselerini katlaması gibi.



ÇOCUK, ANA VE BABA ARASI SÖZLEŞME

1. Kural: Sözleşme yapılırken her iki tarafın da anlaşmaya varması şarttır.

2. Kural: Sözleşmeye göre herkes sözler vermelidir.

3. Kural: Sözleşmeyi kağıda dökmek en iyisidir. Özellikle 6-12 yaşları arasındaki çocuklar üzerinde yazılı belge etkili olur.

4. Kural: Sözleşmeye yazılan maddeler anlaşılabilir ve somut olmalıdır.

5. Kural: Sözleşmenin olumlu özellikler taşımasıdır. Çocuk bir şeyi yapmamak için değil yapmak için söz vermelidir. Çocuklar olumlu işler sonucunda ödül kazanmak için daha gayretli olurlar.

Örnek: “Ödevini yapmazsan bu akşam televizyon seyredemezsin” demek yerine, “Ödevini bitirir bitirmez televizyon izleyebilirsin” demek aynı şeyi olumlu ifade etmektir.

6. Kural: Sözleşmenin adil olmasıdır. Çocuk için çok, ödülün az olduğunu düşünürse yada veli bunun tersini düşünürse bunun acısını yapılacak işten yada birbirlerinden çıkarmaya çalışırlar.

7. Kural: Sözleşmede çocuktan beklenen başarabileceğinin üzerinde ise, cesareti kırılan çocuk, sürekli başarısızlığa mahkum edilmiştir.

8. Kural: Sözleşme için her iki tarafında tartışmayı bilmesi, karşılıklı özveride bulunması gerekir.

CEZANIN YERİNE KULLANILABİLECEK ÇÖZÜMLER

- ◆ Paslaşma tekniği
- ◆ Sorunları karşılıklı
çözme yöntemi
- ◆ Negatif düşünme sanatı
- ◆ Mola tekniği

PASLAŞMA TEKNİĞİ

1- Olumsuz duyguları ifade edebilmek insanlarda emniyet supabı gibidir. Çocuğun bu duyguları ifade edebilmesi onun ruhsal gelişiminin emniyetini sağlar.

2- Olumsuz duyguları içine atan çocukta olumlu duygular için yer kalmaz.

3- Küçük çocuklar duygularının içinden olumsuz olanları seçemedikleri için olumlu duyguları da bastırırlar.

4- Eğer çocuk olumsuz duygularını sözlerle ifade edemezse olumsuzluk başka bir anti-sosyal davranış olarak ortaya çıkar.

Bu tekniği uygularken řu sırayı takip etmek gerekir :

1. Çocuğun anlattıklarını dikkatle dinleyin.
2. Anlattıklarını kafanızın içinde yeniden şekillendirin.
3. Çocuğunuzun size anlattıklarını kendi sözlerinizle ona yeniden aktarın.



SORUNLARI KARŞILIKLI ÇÖZME YÖNTEMİ

- ◆ Özellikle 5 yaşından sonra uygulanabilecek bir yöntemdir. Aile bireyleri karşılıklı olarak oturup çocuğun olumsuz davranışlarını düzeltmesi için bir anlaşmaya varırlar.

Anlaşmada her iki tarafında kuralları kabul etmesi ve uygulaması gerekir. Bu konuşmalar yapılırken bir kişide not tutar.



NEGATİF DÜŞÜNME SANATI

Bu yöntem, çocuğunuz yaşına uygun yaramazlıklar yaptığında, kendinizi kötü hissettiğiniz de kullanılabilir bir yöntemdir.

Sizi sinirlendiren hareketleri boş bir odada günde bir yada birkaç kere abartarak ve hatta komik öğeler ekleyerek ifade etmeniz gerekir.

8 yaşındaki bir çocuk ihtiyar kılığına girmiş bir yetişkin gibi davranmalı, bisikletine ihtiyar bir adam edasıyla binmeli, daime alçak sesle fısıldayarak konuşmalı gibi şeyleri yüksek sesle söyleyin. Bir süre sonra rahatsız olduğunuz bu olayların hiç de önemli olmadığını görürsünüz

MOLA YÖNTEMİ

Molaya Uygun Kötü Davranışlar

- ◆ Vurmak
- ◆ Öfke nöbetleri
- ◆ Alay ederek öteki çocukları kışkırtıp kızdırmak
- ◆ Anne ve babaya, yetişkinlere saygısızca konuşmak
- ◆ Öfke çığlıkları atmak, bağırmak
- ◆ Oyuncakları kırıp bozmak
- ◆ Başkalarına tekme atmak
- ◆ Isırmak ya da ısırarak tehdit etmek
- ◆ Saç çekmek
- ◆ Başkalarının boğazını sıkarak
- ◆ Taş, sopa, çamur atmak
- ◆ Evde beslenen hayvanlara eziyet etmek



MOLA YÖNTEMİNİN KULLANILMAMASINI GEREKTİREN DAVRANIŞLAR

- ◆ **Yüzünü asmak, somurtmak**
- ◆ **Sinirlilik, aksilik, keyifsizlik**
- ◆ **Kendisine verilen işi yapmamak, unutmak**
- ◆ **Giysilerini oyuncaklarını toplamamak**
- ◆ **Çekingencilik, korkaklık**
- ◆ **Ana babaya bağımlılık veya pasiflik**
- ◆ **İçe kapanıklık, yalnız kalmayı istemek**
- ◆ **Ana veya baba tarafından doğrudan gözlenmiş olmayan davranışlar.**

MOLA YÖNTEMİ

Ana babalar molaı ne zaman kullanmalılar?

- ◆ Mola uygulayacağınız bir veya iki kötü davranışı belirleyin.
- ◆ Buna hedef davranış denir. Amacınız bunları deđiőtirmektedir. Bu hedef davranışları mola yöntemini tekrar tekrar uygulayın.
- ◆ Bu hedef davranıőın belli bir süre içinde kaç kez yapıldığını sayın.
- ◆ Mola için sıkıcı bir yer belirleyin (Kendi odası olmasın).
- ◆ Çocuğunuza bu yöntemi açıklayın.
- ◆ Hedef davranıőın ortaya çıkmasını bekleyin₃₇

Hedef davranış ortaya çıkınca

◆ Çocuğunuzu mola yerine siz götürün. Bunu yaparken en çok on saniye geçmeli ve en çok on sözcük kullanmalısınız.

◆ Mutfak saatini alıp dakika sonra çalmak üzere ayarlayın ve çocuğun işitebileceği yere koyun (mola süresi çocuğun yaşının her yılı için bir dakikadır.)

◆ Saatin çalmasını bekleyin. Çocuğunuz saatin çalmasını beklediği süre boyunca onunla her türlü ilgiyi kesin.

(Portatif mutfak saati kullanın.)

◆ Saat çaldıktan sonra moladan çıkan çocuğa molaya neden gönderildiğini sorun.





DİNLEDİĞİNİZ İÇİN TEŞEKKÜRLER