



ÖZ DİSİPLİNİN AMACI VE İLKELERİ

Çocukların kuralları benimseyip ne yapıp ne yapmamaları gerektiğini bilmeleri, sürekli uyarı ve ikaza gerek kalmadan sorumluluklarını yerine getirmelerini sağlamaktır.

”

KOŞULSUZ KABUL

"SENİ BİR BİREY OLARAK KABUL EDİYORUM"

KOŞULSUZ SEVGİ

"SENDEN ASLA VAZGEÇMEM"

DUYARLI OLMA

"SENİN DÜNYANI ANLAMAYA ÇALIŞIYORUM"

TAKDİR VE TEŞVİK

"SANA GÜVENİYORUM"

tutarlı davranışlar sergilemek

DİSİPLİNİN KAPSAMINDA NELER VARDIR?

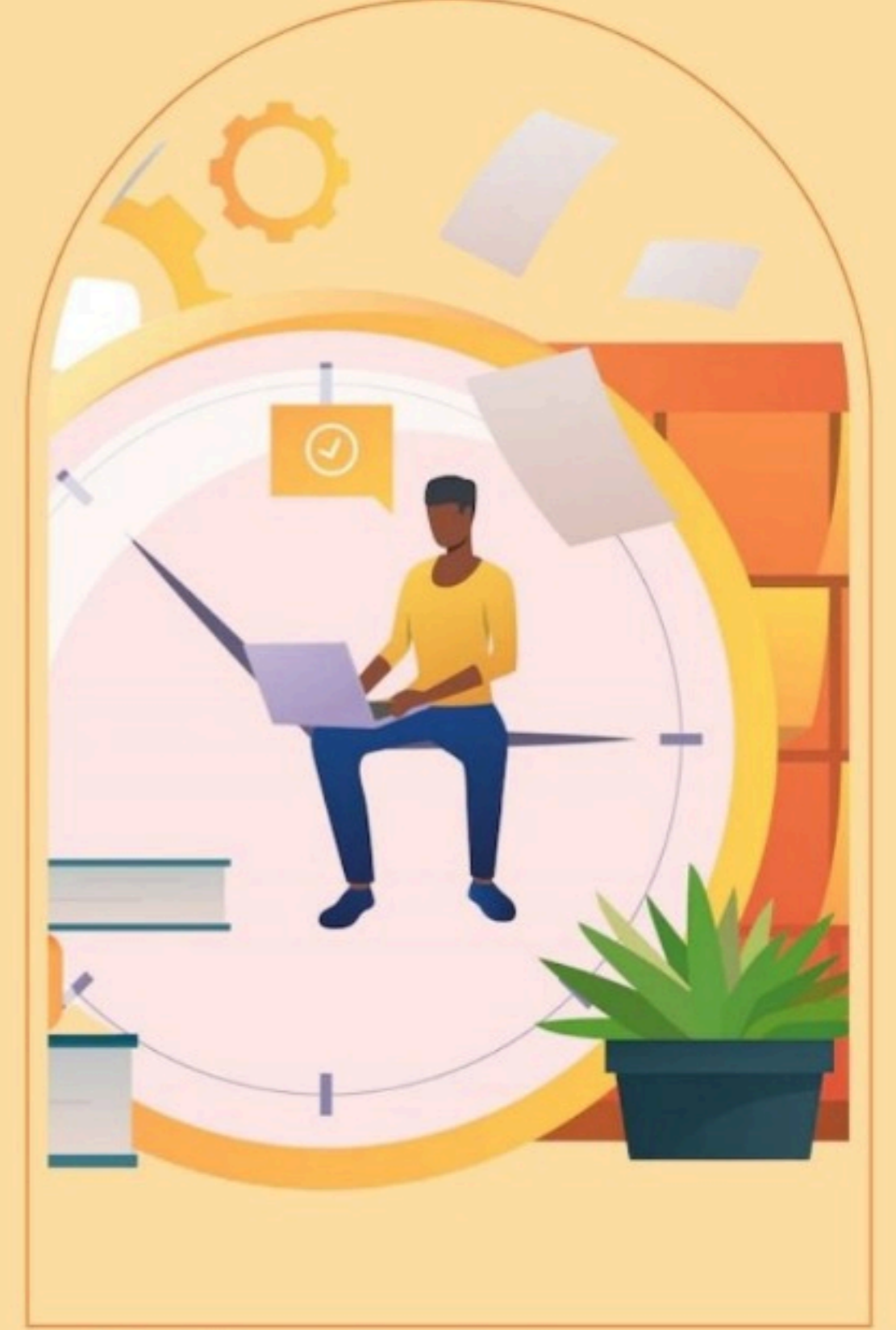
- ✓ Kuralları Tanıma ve Uyma
- ✓ Sorumluluk Üstlenme
- ✓ Haklara Saygılı Olma
- ✓ İşbirliği Yapma
- ✓ Doğru ve Yanlış Ayırt Etme
- ✓ Çevreyle Uyum İçinde Yaşama
- ✓ Öz Denetim Geliştirme

PEKİ ÖZ DİSİPLİN NEDİR?

Bir hedefe ulaşmak için bireyin kendi davranışlarını kontrol etmesi, dürtülerine karşı koyabilmesi ve isteklerini bir süreliğine erteleyebilmesi öz disiplinin temelini oluşturur.



Eylül 2022



Öz Disiplin Geliştirme Veli Broşürü (Lise)

Develi Rehberlik ve Araştırma Merkezi

<https://develiram.meb.k12.tr/>

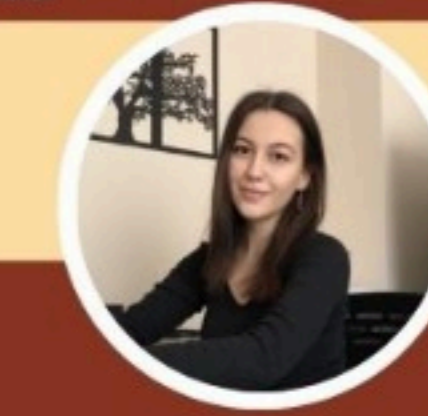
EBEVEYNE DÜŞEN GÖREVLER

ÇOCUKTA OLUMSUZ DAVRANIŞLA NASIL BAŞ EDEBİLİRİZ?

! ÖZ DİSİPLİN KONUSUNDA AİLELERİN YAPMAMASI GEREKENLER !



- Çocuğun istek, beklenti ya da ihtiyaçlarına değer verilmemesi ya da bunların istismar edilmesi
- Yaşına ve gelişim sürecine uygun görevler ve sorumluluklar verilmemesi
- Çocuğun davranışlarına, fikirlerine, görüş ve önerilerine değer verilmemesi
- Çocuk adına kararlar alıp çocuğun bunlara uymaya zorlanması
- Aile içinde kuralların olmaması
- Ailedeki otorite figürünün (anne-baba) etkisizliği, anne-babanın sürekli tutarsız davranışlar sergilemesi
- Çocuğun her istediğinin hemen yerine getirilmesi



- Çocuğun sorumluluğunda olan işlerin başkaları tarafından yapılması ya da üstlenilmesi (ödevlerini babasının yapması, odasını annesinin toplaması, yemeğini babaannesinin yedirmesi vs.)
- Çocuğun kendi başına karar vermesini engelleyecek ve onda yetersizlik duygusu uyandıracak sözlerle itham edilmesi. "Sen yapamazsın" , "Senin gücün yetmez" , "Hayatta başaramazsın" vb.

☑ İletişimde açık olmak

☑ Olayları önceden kontrol etmek

☑ Sabırlı olmak gerektiğinde uzman yardımı almak

☑ Problem davranışı anlamak

☑ Problem çözme becerisi kazandırmak

☑ Güvenilir bir çevre hazırlamak

☑ Fazla müdahale etmemek



Nedenini düşünmek

Ortamını değiştirmek

Dikkati başka yöne çekmek

Olumsuz davranışı göz ardı edip, olumlu davranışı pekiştirmek



Davranışın sonucu ile yüzleştirmek

Çözüm yolu önermek, alternatif sunmak

Kurallarda tutarlı olmak

