**ÇOCUKLARDA ÖZ DENETİMİ SAĞLAMA YOLLARI**

 Bir yetişkin ya da bir eğitimci olarak çocukların yanlış davranışlarıyla karşılaştığınız zaman nasıl tepki verirsiniz?

* Onları cezalandırır mısınız, yoksa onları disiplin etmeye mi çalışırsınız? Çocuklar toplum içinde farklı durumlarda kabul edilebilir davranışları yetişkinlerin rehberliğine ihtiyaç duyarak öğreneceklerdir. Yetişkinler tarafından yapılan bu rehberlik, eğer çocukların kendi kendilerine karar verebilme becerilerine ve bağımsızlıklarına olanak veren bir çevrede yapılırsa çok daha iyi sonuç verecektir.

Pozitif Disiplin Nedir?

Pozitif disiplin, yaygın tanımıyla; çocukların kendi hareketlerini kontrol edebilmelerine ve problemlerini çözmelerine yardımcı olan bir yönetim tekniğidir.

 Aynı zamanda pozitif disiplin; çocuklar toplumsal kuralları öğrenirken kendileri hakkında iyi şeyler hissetmelerine de olanak sağlamaktadır.

Pozitif disiplin için oldukça önemli bir kaç unsur bulunmaktadır. Bunlar;

* Çocuklara seçenekler sunma
* Öğrenme için doğal ve mantıklı sonuçlar kullanma
* Pozitif yaşam becerileri için gerekli olanları bir araya getirme ve problem çözme becerilerini çocuklara öğretmektir.
* Çocuklara seçim hakkı verilmesi, sorumluluk alma ve özgürlüklerini artırma duygularını cesaretlendirecektir.
* İyi düzenlenmiş okul-öncesi sınıfları, çocukların özgürce karar vermelerini sağlamaktadır. Sınıf ortamında malzemelerin kolayca ulaşabilecekleri açık raflara yerleştirilmesi çocukların seçim yapmalarını sağlayacak ve onları bağımsız olmaya cesaretlendirmiş olacaktır.

Doğal sonuçlar, pozitif disiplinin önemli elementleridir.

* Yemeğini reddeden çocuğa aç kalacağını
* Sütü bardağına koyarken döken çocuğa temizlemesi gerektiğini söyleme oldukça basit, fakat etkili davranışlardır.
* Ayrıca sonuçları öğrenme, çocuklarla sonuçlar hakkında konuşma ve onlara önceden tahmin etme fırsatı vermeyi de sağlayacaktır.

Çocuklar hata yapmadan öğrenebilecekleri gibi hata yaparak da doğruları görebileceklerdir ki bu da oldukça yararlı bir stratejidir. Sonuçları tahmin etme, problem oluşmadan önce durumları değerlendirme fırsatı da vermektedir. Mantıklı sonuçlar, karmaşık olmakla beraber oldukça etkilidir. Örneğin; soğuk bir havada kabanını giymekte direnen bir çocuğa dışarı çıkamayacağını söyleme.

Mantıksal sonuçların kullanımı, çocuklara seçim yapma olanağı verir. Örneğin; "Alican hikâyemizi bölüyorsun. Ya sessizce otur ya da masana git. Seçimini sen yap". Burada önemli olan onun davranışını değiştirmeye çalışmaktır. **Yetişkin davranışlarıyla çocuğun kendi davranışları arasında bir bütünlük sağlamak, pozitif disiplin için çok önemlidir**.

 Pozitif disiplin kuralları uygulanırken,

* Yetişkinin konuşurken çocuğun seviyesine inerek, ismini kullanarak hitap etmesi
* Dikkatinin üzerinde olduğu vurgulanarak ve konuşurken çocuk üzerinde odaklanarak uygun davranış modeli olduğu unutulmamalıdır.
* Ayrıca pozitif yaşam için gerekli olan tamamlayıcı unsurları kullanan yetişkin, çocuğun yaptığı seçimden sorumlu olmasını da çocuğa öğretecektir.

Problem çözücü olmalarında birinci adım, çocuklara problem ortaya çıktığında sakin olmalarını öğretmek ve problem üzerinde odaklanmalarını sağlamaktır. İkinci adım herkesin anlatmak istediklerini anlatma fırsatı vermektir. Daha sonra yetişkinler, çocukların açıklamalarından problemi tanımlayarak çocukların birbirleriyle uzlaşmalarını sağlamalıdır. Çocuklara kendi problemlerini çözmeyi öğreten yetişkinler, aynı zamanda çocuklara davranışlarına dikkat etmeleri ve kendi kontrollerini pozitif değerlerde geliştirmeleri için onlara fırsat vermelidirler.

Problem çözme teknikleri yoluyla çocuklar,

* Kendi duygularına ve diğerlerinin duygularına değer vermeyi ve ifade etmeyi öğreneceklerdir. Şiddet olmadan çatışmaları çözümlemeyi de bu yolla kazanacaklardır.

**Disiplin**, ilişki içindeki tüm kişileri eşit olarak bağlayan, herkes için açık ve net olan kurallar olarak tanımlanmaktadır. Diğer bir deyişle disiplin, istenen ve düzenli olan davranışların kazandırılmasını amaçlayan bir yetiştirme anlayışıdır. **Disiplinde amaç**, kişinin öz denetimini sağlayabilmek yani kendi kendini denetleyebilme yeteneğini geliştirmektir. Aynı zamanda da disiplinden anlaşılması gereken, çocuğun toplum tarafından kabul gören bir ahlâk anlayışı ve sağlıklı tutumlar geliştirmesine yardımcı olmaktır.
 Sadık Gurbet Yay Anaokulu

Rehberlik Servisi