

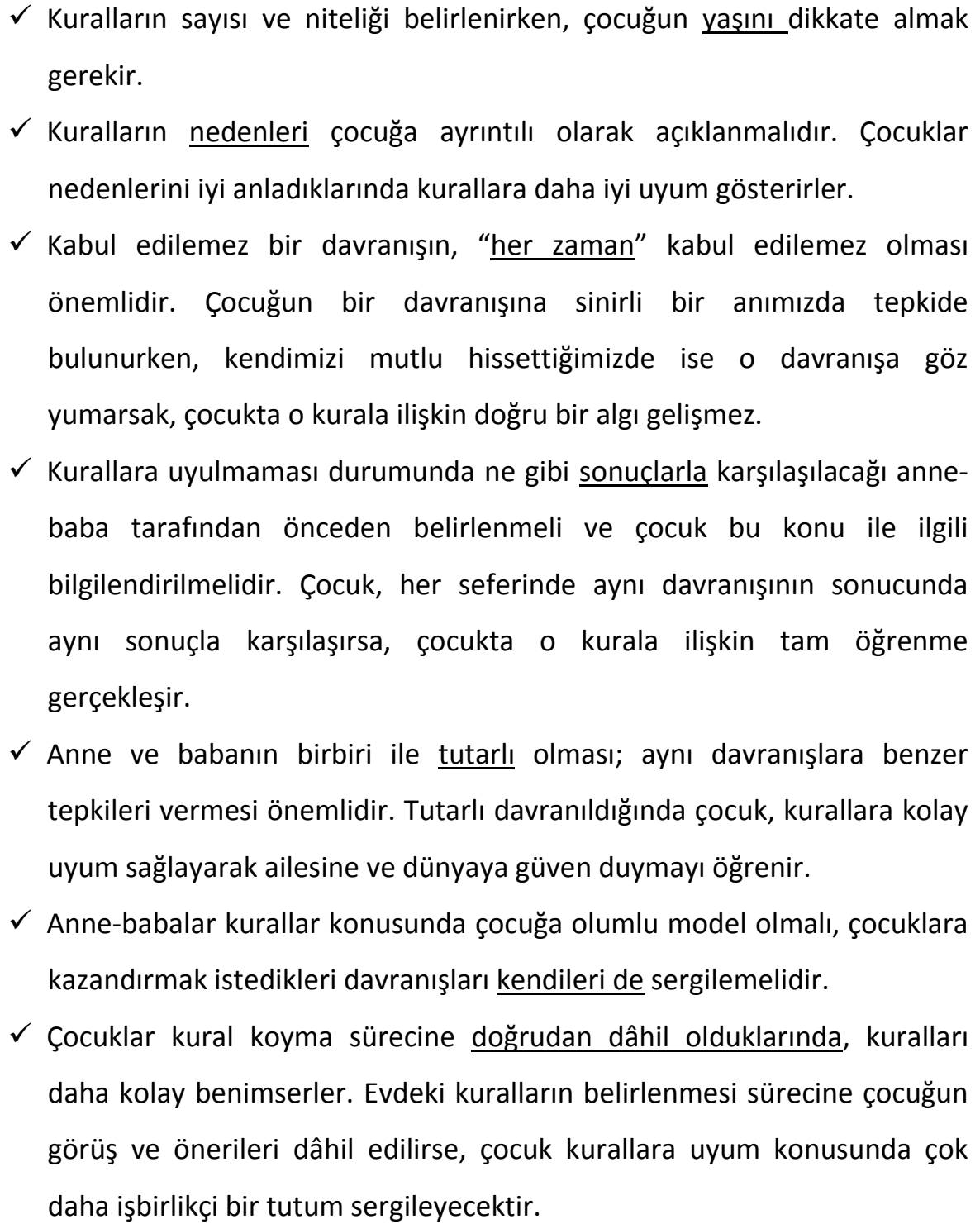


AİLEDE OLUMLU DİSİPLİN ANLAYIŞI VE KURALLAR

Çağdaş yaklaşımlarda “disiplin”, çocuğun kendisine ve çevresine zarar vermemesi için kurallar belirlemek ve çocuğa bu kurallara uyması için yardım etmek, anlamlarına gelmektedir. Aile ortamında uygun şekilde konulan kurallar, çocuğu topluma hazırlar ve çocuğun gelişimine önemli katkılarda bulunur. Çocuk, net kuralların ve kararlı uygulamaların olduğu aile ve okul ortamlarında kendisini güvende hisseder. Anne-babanın çocuğuna tutarlı ve iyi tanımlanmış sınırlar koyması, çocuğun benlik saygısı gelişimi için gereklidir. Onaylanan türde davranışlar sergilediğini fark eden çocuğun benlik saygısı gelişir. Kurallar ve sınırların belirgin olmaması ve karşılaşılabilecek sonuçların tutarsız olması ise çocukta özgüven sorunlarına neden olur.

Aile içi kuralları belirlerken dikkat etmemiz gereken konular şunlardır:

- ✓ İstenen ve istenmeyen davranışlar net ve somut bir biçimde tanımlanmalı ve çocukla birlikte örnek uygulamalar yapılmalıdır. Çünkü çocuk, anne-babasının söylediği ile tam olarak ne kastettiğini, her zaman doğru olarak anlamayabilir. “Yaramazlık yapma, söz dinle, uslu ol!” gibi soyut ve genel ifadeler yerine, “somut olarak tanımlanan bir davranışa ilişkin kurallar” daha etkilidir.
- ✓ “Olumlu ifadeler içeren kural cümleleri” daha etkilidir. Çocuğa ne yapmaması gerektiğini değil; ne yapması gerektiğini ifade etmek gerekir.

- 
- ✓ Kuralların sayısı ve niteliği belirlenirken, çocuğun yaşını dikkate almak gerekir.
 - ✓ Kuralların nedenleri çocuğa ayrıntılı olarak açıklanmalıdır. Çocuklar nedenlerini iyi anladıklarında kurallara daha iyi uyum gösterirler.
 - ✓ Kabul edilemez bir davranışın, "her zaman" kabul edilemez olması önemlidir. Çocuğun bir davranışına sınırlı bir anlamda tepkide bulunurken, kendimizi mutlu hissettiğimizde ise o davranışa göz yumarsak, çocukta o kurala ilişkin doğru bir algı gelişmez.
 - ✓ Kurallara uyulmaması durumunda ne gibi sonuçlarla karşılaşılacağı anne-baba tarafından önceden belirlenmeli ve çocuk bu konu ile ilgili bilgilendirilmelidir. Çocuk, her seferinde aynı davranışının sonucunda aynı sonuçla karşılaşır, çocukta o kurala ilişkin tam öğrenme gerçekleşir.
 - ✓ Anne ve babanın birbiri ile tutarlı olması; aynı davranışlara benzer tepkileri vermesi önemlidir. Tutarlı davranıldığında çocuk, kurallara kolay uyum sağlayarak ailesine ve dünyaya güven duymayı öğrenir.
 - ✓ Anne-babalar kurallar konusunda çocuğa olumlu model olmalı, çocuklara kazandırmak istedikleri davranışları kendileri de sergilemelidir.
 - ✓ Çocuklar kural koyma sürecine doğrudan dâhil olduklarında, kuralları daha kolay benimserler. Evdeki kuralların belirlenmesi sürecine çocuğun görüş ve önerileri dâhil edilirse, çocuk kurallara uyum konusunda çok daha işbirlikçi bir tutum sergileyecektir.

Zeynep GÖKALP TAV

PDR Uzmanı