

REHBERLİK BÜLTENİ

ŞEHİT YAHYA ACAR ORTAOKULU REHBERLİK SERVİSİ



ÇOCUKLARDA ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME

Tüm ebeveynler; kendine güvenen, problem çözme becerisi gelişmiş, kararları noktasında inisiyatif alabilen çocuklar yetiştirmeyi arzu ederler. Bu yolda anahtar rolündeki sorumluluk kavramını çocuklarımıza nasıl kazandırabiliriz?

Sorumluluk: "Kişinin kendi davranışlarını veya kendi yetki alanına giren herhangi bir olayın sonuçlarını üstlenmesi, sorumlu olma ve mesuliyet" şeklinde tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu, 2016).

Cüceloğlu'na (1999) göre insanın sorumlu olması için önce neden sorumlu olduğu ile ilgili bir farkındalığı, bir bilinci olması gerekmektedir. Sorumluluk bilinci, kişinin olgunlaşma sürecinde nerede olduğunun en iyi göstergesidir. Buna göre bir bireyin sorumluluk sahibi olduğunun söylenmesi için sorumluluk bilinciyle hareket etmesi gerektiği düşünülebilir. Kişinin doğuştan sahip olduğu bu duygu, çevre sayesinde bilince dönüşür ve daha sonra verilen eğitim ile gelişir.

*"Öz disiplin
geliştirmenin
temelinde
sorumluluk
bilincinin
kazandırılması
vardır"*

Sorumluluk Bilincinin Gelişmesinde Ailenin Önemi

Çocuklar aile içi düzensizlik ve karmaşayı dağınıklık, sorumluluk verilmemesini sorumsuzluk, iletişim eksikliğini davranış sorunları olarak yansıtabilirler. Bu nedenle bu yaş grubunda ailedeki eve geliş-gidiş saatleri, yemek, uyku, dinlenme, eğlenme saatlerinin mümkün olabildiğince düzenli olması, çocukta zaman kavramını pekiştirecektir. Çocukların düzen ve plan kavramını anlayıp benimsemeleri konusunda, zamanın akşam ve hafta sonlarında ailece nasıl değerlendirildiği önemlidir. Akşam saatlerinin televizyon karşısında geçip gitmesi, hafta sonlarının gelişigüzel plansız geçirilmesi çocuğa okul dışındaki hayatın bu şekilde olduğu izlenimini verir. Bu nedenle;

İş ve okul dışındaki zamanlar;

- Önceden planlanmış zaman dilimleri içinde geçirilmelidir.
- Yapılan plana mümkün olduğunca uyulmalıdır.
- Boş zaman etkinliklerine zaman ayrılmalıdır.

Sorumluluk kazanımında çocuğa model olmak önemlidir. Anne babanın günlük hayatta kendi sorumluluklarına ilişkin tutum ve davranışları, çocuklar üzerinde etkilidir. Sizin de sorumluluklarınız olduğunu çocuğunuza açıklayın. Ev içinde üstlenilecek görevleri kesin ve net bir şekilde ifade edin yoksa çocuğunuz her şeyi kendisi yapıyormuş gibi bir düşünceye kapılarak şikâyet edebilir. Ayrıca kardeşler arasında sorumluluk dağılımında adil olunmalıdır.

Çocuklara Ebeveyn Yaklaşımı Sorumluluk Kazandırma Süreci

- Bilgilendirme:** Çocuğun davranışında istenen değişimin gerçekleşebilmesi için önce bu değişim hakkında bilgilendirilmesi gerekir. Çocuğun bu değişimi bir gereksinim olarak görebilmesi için değişimin nedenleri hakkında ona bilgi vermek önemlidir. Kuralların neden konduğu ve sorumluluğun önemi anlatılmalıdır. Çocuklar niçin bazı işleri yapmak zorunda olduklarını bilir ve anlarsa ailesine yardım etmeyi ve bağımsız davranmayı benimserler.
- Takip:** Bilgilendirmeden sonra, çocuğun söz konusu davranışı gösterebilmesi için çocuğa bir süre tanınması gerekir. Bu süre içerisinde yapılan takip sonucunda sorumlu davranışın ortaya çıkıp çıkmadığına, ne sürede ortaya çıktığına, hangi zamanlarda davranışın yapıldığına ve yapılmadığına dikkat edilmelidir.
- Geribildirim:** Belli bir süre sonra istenilen davranışın uygulanışı hakkında çocuğu bilgilendirmek gerekir. Eğer istenilen sorumlu davranışın sayısında artış varsa çocuğun motive edilmesi, eğer beklenen sorumlu davranışın ortaya çıkmasında sıkıntılar varsa bu sıkıntılar ve olası nedenlerinin çocukla paylaşılması gerekir.
- Hatırlatma:** İstenilen davranış eğer gerçekleşmiyorsa yeniden hatırlatma sürecine gidilmelidir. Yeniden bilgilendirmeyle başlayan bu süreç davranış oturana kadar devam etmelidir. (Mackenzie,R.j.(2014).

Çocuğunuz sorumluluklarını yerine getirmediği zaman tehdit etmek, hangi ceza veya yaptırımlarla karşılaşabileceğini söylemek yerine, işini bitirdiğinde onu manevi yönden destekleyerek (aferin, çok güzel oldu, teşekkür ederim gibi) güven duygusunun ve sorumluluk bilincinin gelişmesini sağlayın. Ceza yerine davranışlarının sonucunu görmesini sağlayın.

Çocuklara sorumluluk duygusunu kazandırabilmek için gelişim dönemleri ve özellikleri hakkında bilgi sahibi olmak en önemli noktadır. Çocuklarınız hangi yaşta, neyi yapabilirler? Bu sorunun cevabını verebilmek için hem onların bulunduğu yaş döneminin genel gelişim özelliklerini bilmeli hem de çocuğunuzun beceri düzeyi hakkında bol bol gözlem yaparak bilgi sahibi olmalısınız. Bununla beraber anne-babaya düşen görev; çocuğunuz yaptığı işe motive ve teşvik etmek, görevini tamamladığında da başarıya duygusunu tatması için onu sözel olarak ödüllendirmektir.

| 6 Yaş Sorumluluklar | 7 yaş Sorumluluklar | 8 yaş Sorumluluklar | 9 yaş Sorumluluklar | 10 Yaş Sorumluluklar | 11-17 Yaş Sorumluluklar |
|--|---------------------------------|--|--|------------------------------------|--|
| Tek başına giyinip soyunmak | Çantasını hazırlamak | Hatırlatmadan öz bakımını yapmak | İlgilerini belirleyip zamanı planlamak | Kendi yatak çarşafını değiştirmek | Kendi haklarını savunmak |
| Sofranın hazırlanması ve toplanmasına yardımcı olmak | Ödevlerini yapmak | Yardım almadan banyo yapmak | Ev dışı yakın yerlere gidip gelmek | Liste ile market alışverişi yapmak | Başkalarının haklarına saygı göstermek |
| Yanlışlıkla döktüklerini toplamak | Kitaplarını korumak | Odasını, yatağını, çalışma masasını düzenlemek | Kardeşinin beslenmesine yardımcı olmak | Basit yaralanmalarla başa çıkmak | Eve dönüş saatine uymak |
| Ayakkabılarını bağlamak | Giyeceklerini seçmek | Okuldan gelen mesajları anne babasına iletme | Alışveriş yapmak | Özel günleri planlamak | Evde tek kalmak |
| Evin toplanmasına yardım etmek | TV izleme saatine uymak | | Evdeki Tamir işlerine yardım etmek | Arkadaşlarını evde ağırlamak | Kendi başına ulaşım araçlarına binmek |
| | Harçlığını bağımsızca kullanmak | Dersleri ile ilgili sorumlulukları almak | Akranları ile iyi geçinmek | Kendi randevularını takip etmek | Para biriktirmek |

(Mackenzie,R.j.(2014)

Çocuğunuzun alması gereken sorumlulukları belirlerken çocuğunuzla birlikte karar verin. Örneğin; evcil hayvan beslemek veya bir çiçeğin bakımını üstlenmek, takım sporuna katılmak gibi ya da 6-7 yaşlarında çocuğunuzla "Bence artık yatağını kendin toplayabilecek kadar büyüdün. Bundan sonra sabahları yatağını senin toplamanı istiyorum. Bence yapabilirsin. Ne dersin? Hadi gel, sana bunu nasıl yapacağını göstereyim." şeklinde bir diyalogla çocuğunuza yatağını toplama sorumluluğu verebilirsiniz.

Çocuklar eğer bir rutinleri olursa üzerlerine düşen görevleri daha iyi öğrenirler. Örneğin "Banyoya girmeden kıyafetler kirli sepetine atılacak." "Okuldan gelince montlar ve çantalar yere fırlatılmayacak, dolaba konulacak." gibi. Çocuklara sorumluluk kazandırmada rutinleri ve basit çizelgeleri kullanabilirsiniz. • Mutfak dolabına • Banyo aynasına • Çocuğun dolabına • Buzdolabının kapısına asılan bir not ya da çizelge çocuklara sorumluluklarını hatırlatmak için faydalıdır.

ÖDEV SORUMLULUĞU

Bazen ödevin bitmesine o kadar odaklanıyoruz ki asıl amacını gözden kaçıırız. Ödev çocuklara iki açıdan fayda sağlar:

1. Ödev becerileri geliştirir ve alıştırmaya yaptırır. Öğrenmenin kalıcı olmasını sağlamak için farklı mekân ve zamanda bilginin tekrar edilmesi gerekir.

2. Ödev sorumluluk öz disiplin, bağımsızlık, azim ve zaman yönetimi kazandırır.

| Ailenin işi | Çocuğun işi | Öğretmenin işi |
|---|--|---|
| Ödev yapmaya düzenli zaman ayırma | Kitaplara ve ödevlere sahip çıkma | Yönlendirme |
| Ödev yapmak için düzenli bir yer ayırma | Zamanında başlama ve bitirme | Araç gereç sağlama |
| Gerekli araç gereç sağlama | Az bir yardımla ödevi bitirme | Süreyi belirleme |
| Az bir yardımda bulunma | Ödevi zamanında bitirme | Teşvik etme |
| Bitmeyen ödevler için mantıksal sonuçlar uygulama | Notların ve diğer sonuçların sorumluluğu olduğunu kabullenme | Teslim edilen ödevle ilgili geri bildirimde bulunma |

Çocuğun kendi davranışlarının sorumluluğunu alması, yeterince büyüdüğünde hemen kazanabileceği bir beceri değildir. Sorumluluk bilincinin gelişmesi, yaşamın ilk yıllarından itibaren atılan adımlar ile mümkündür.

Sorumluluk becerisinin gelişiminde unutulmaması gereken; sorumluluk kazanımının bir anda olmayacağı, uzun ve sağlam adımlarla ilerlenmesi gereken bir kazanım olduğudur. Bir beceriyi ne kadar çok pratik etme şansınız olursa, o alanda kendinizi o kadar çok geliştirebilirsiniz. Bu nedenle çocuğunuzun sorumluluklarını yerine getirebilmesi için ona fırsat vermek, her yaptığında bu davranışı beğendiğinizi sözel pekiştirenlerle fark ettirmek ve çocuğunuzun bu becerileri sergilemesi için teşvik etmek çok önemlidir.

Sizler aileler ve bizler eğitimciler olarak çocuk ve gençlerimizin kendi sorumluluklarını bilen, karşılaştığı zorluklar karşısında sorun çözebilen güçlü ve öz disiplinli bireyler olarak yetişmelerini sağlamalıyız. Çocuklar; gelişimleri sırasında olumlu yönde desteklenmeye, zararlı davranış ve alışkanlıklar konusunda ise doğru yönlendirilmeye ihtiyaç duyarlar. Zorluk yaşadığınızı düşündüğünüz, tüm çabalarınıza rağmen kendinizi çaresiz hissettiğiniz durumlarda bizlerin görüş, destek ve yönlendirmesine başvurabilirsiniz.

KAYNAKÇA

- Eğitim ve Bilim 2017, Cilt 42, Sayı 189, 287-303
- Mackenzie,R,J.(2014).Çocuğunuza Sınır Koyma, Yakamoz Yayıncılık, İstanbul
- Civelek,B.2006.Çocuklara Sorumluluk Bilinci Kazandırmak. Çoluk Çocuk Dergisi.sayı:58;20-22
- Nelsen, J.,Lynn Lott-Stephen Glenn, Çocuk Eđitiminde A'dan Z' ye Pozitif Disiplin, Hayat Yayıncılık, İstanbul, 200
- Işık Okulları Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi Bülteni - 2