

Pozitif Disiplin

ALTINDAĞ İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ



ÇOCUKLARDA POZİTİF DİSPLİN

FIRAT GÜL

Sayın veliler, çocuklarla olan iletişiminizde zorlandığınız, kafanızın karıştıran durumlar oluyordur. 'Çocuğuma nasıl davranacağımı bilemiyorum, sürekli kural mı koymalıyım, hep istediğini mi yapmalıyım?' gibi sorularla sık karşılaşıyoruz. Çocukların her davranışın altında bir ihtiyaç yattığını aklınızdan çıkarmadan, onlara hem belirli bir düzen sağlayıp hem de özgür davranmalarına olanak tanıyabilirsiniz. Pozitif Disiplin kavramı tam da bu ihtiyaca karşılık gelmektedir.

Pozitif Disiplin, bağlanmanın, bir gruba ait olmanın temel bir ihtiyaç olduğunu kabul eder. Bu yüzden, çocukla yaşanan sorunları bir fırsat olarak görür. Çocuk yemek yemiyorsa, markete gittiğinde bir şeyler alınması için ısrar ediyorsa veya ev içerisinde herhangi bir sorumluluk almıyorsa bu durum çocuğunuza dair sizlere bir bilgi veriyordur. Çocuğunuzun fark edilmeye mi, değerli olduğunu görmeye mi ihtiyacı var veya sınır koyulmaya mı ihtiyacı var? Bu gibi soruların cevaplarını Pozitif Disiplin aracılığıyla düşünebilirsiniz.

Pozitif Disiplinde, özgürlük ve sınırla bir aradadır. Çocuğa çeşitli seçenekler sunar, seçme hakkı verebilir, diğer yandan ise gerekli gördüğünüz kuralı, elbette açıklayarak, uygulayabilirsiniz.

POZİTİF DİSİPLİN İLKELERİ

Pozitif Disiplin, yeri geldiğinde esneyebilmektir. Her koyduğunuz kural değişmez değildir, yeri geldiğinde esnemek, kuralı değiştirmek, o an için görmezden gelmek gerekir.

Pozitif Disiplinde cezaya yer yoktur. Çünkü çocuğa ceza vermek, ona asıl öğretmeye çalıştığımız şeyi gözden geçirir. Ebeveyn, kendi gücünü, istemediği davranışı yok etmek için kullanır. Ama cezalandırılan çocuk, ileride başkalarını cezalandırır, hatta kendi yaptığı hatalarda sık sık suçluluk hissedebilir, benlik saygısı bozulabilir. Fakat ceza uygulamamak, her şeyi yapmalarına izin vermek değildir, çocukların sınırlara da ihtiyacı vardır. Pozitif Disiplinde bu sınır, yeri geldiğinde çocukla birlikte, şefkatli bir dille belirlenir.

Pozitif Disiplinde, anne babalar katı ya da serbest olmanın ötesinde üçüncü bir tutum takınırlar. Burada, herkesin birbirine saygısı vardır, çocuklara da sınırlı da olsa seçme hakkı tanınır, karşılıklı bir sorumluluk duygusu içeren özgürlük alanı vardır.

Çocuklar, duygusal olarak yoğun bir anlarında dediklerinizi anlamazlar. Çok kızgın, mutsuz, öfkeli bir anındaysa, önce sakinleştirmeniz lazım. Söylemek istediklerinizi daha sakin bir zamana saklayın.

Pozitif Disiplinde süreklilik, tutarlılık önemlidir. Şu ana kadar serbest bırakılmış, sınır konmamış çocuklar, ilk başta direnç gösterebilirler fakat doğru tutumu tekrar tekrar gösterdiğinizde çocukların beklenen davranışı zamanla içselleştirirler.

POZİTİF DİSİPLİN YÖNTEMLERİ

Aynalama: Çocuğun duygularını, onun anlayacağı şekilde aynen aktarmaktır. Telefonla oynayan ve yemek vakti gelen çocuğa, 'biliyorum, sen oyun oynamak istiyorsun, yarım kaldığı için üzülüyorsun' gibi.

'VE'nin Kullanımı: Olumsuz bir içeriğe sahip olan 'ama' yerine 've' ifadesini kullanmak çocuğun ihtiyacının duyulduğunu hissettirir. Örneğin, 'biliyorum, oyunun yarım kalması senin canını sıktı ve şimdi yemek için masaya oturmalıyız'.

Kısıtlandırılmış Seçenekler: Gündelik durumlar içerisinde, karar anlarında çocuğa da özgürlük sağlamaktır. Örneğin, 'ödevini yapmak durumundasın, bununla birlikte yemekten önce veya sonra yapmaya kendin karar verebilirsin'.

Somutlamak: Çocuklar, yetişkinlerin kullandığı bazı kelimeleri anlayamayabilirler veya yapmasını istediğiniz şey soyut, anlaşılmaz kalabilir. Çocuğa, net, tane tane ve somut olarak ne yapması gerektiğini açıklayınız. Örneğin, 'arkadaşın oyuncağını aldığı için rahatsız oldun, onu ittin, bununla birlikte vurmuyoruz tamam mı, "geri verebilir misin" diyoruz'.

Çocuklarınızdan beklediğiniz davranışları sizlerin de göstermesi önemli. Sizler, tüm sorumluluklarını zamanında yerine getirebiliyor musunuz, kitap okuyor musunuz, düzenli misiniz, hiç hata yapmıyor musunuz? Çocuklar, sözlerden etkilenmekle birlikte, en çok modelleyerek öğreniyorlar. Yani, en yakınındaki önemli kişilerin davranışlarını tekrarlıyorlar. Hem çocukları hem de kendimizi anlamaya ihtiyacımız var.