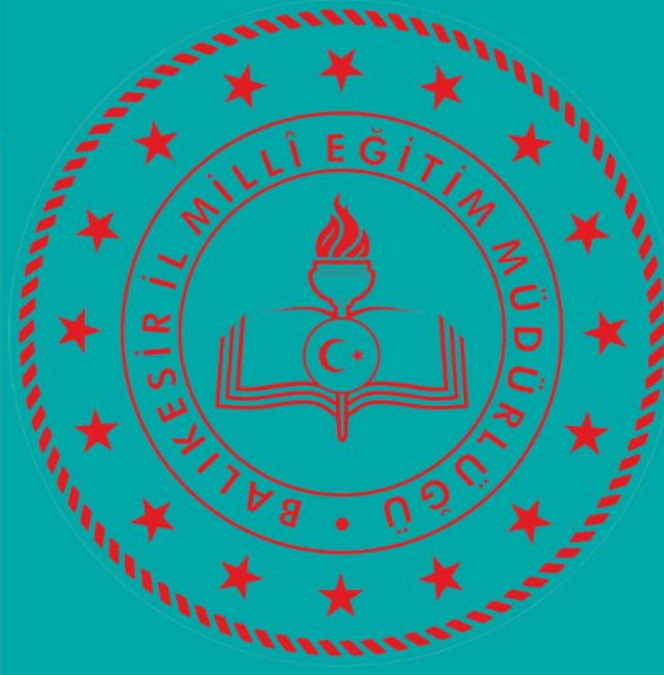


SINIF ORTAMINDA ÖZ DİSİPLİN NASIL KAZANDIRILIR?

- Sınıf içindeki kurallar öğrenciler ile birlikte belirlenmeli. Kurallar çocukların yaşına ve özel durumuna göre ayarlanmalı.
- Çocuklara sınıf kurallarının nedenleri açıklanmalı.
- Çocuklardan beklenen davranışlar açıklanmalı.



ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ



ÖZ DİSİPLİN

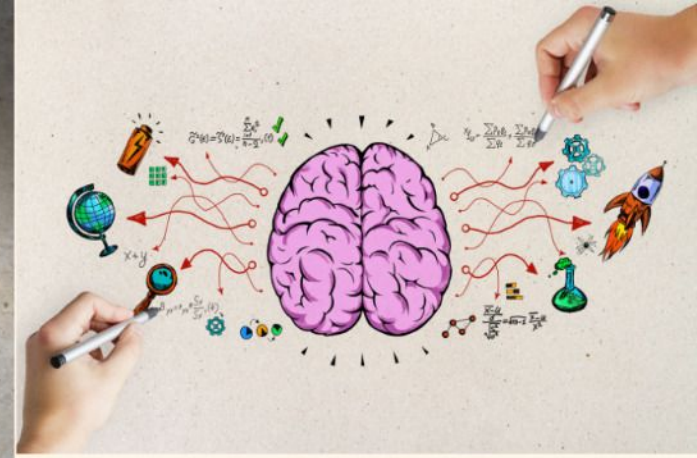
Kişinin belirlemiş olduğu hedeflere ulaşabilmesi için davranışlarını ve alışkanlıklarını kontrol altında tutmasıdır.

ÖZ DİSİPLİN NASIL GELİŞTİRİLİR?

Davranışlarımızın %40 'ı alışkanlığa dayalıdır.Öz disiplini geliştirebilmek için davranışların ve alışkanlıkların kontrol edilmesi gerekir.

Alışkanlıkların kazanılması ve geliştirilmesi öz disipline bağlıdır. "Ağaç yaşken eğilir." atasözünün anlatmak istediği gibi,küçük yaşlarda öz disiplin alışkanlığı kazanmak daha kolaydır.

- Çocuklara kuralların uygulanmasında sorumluluk verilmeli.
- Çocuklara her isteklerinin her zaman gerçekleştirilemeyeceği yönünde farkındalık kazandırılmalı.
- Beklenen davranışlar için çocukların gösterdiği çaba takdir edilmeli.
- Çocukların sorunlarıyla başa çıkması için fırsat verilmeli.
- Problem çözme becerileri öğretilmeli.
- Olumlu davranışların oluşturulması için gelişim basamaklarına uygun disiplin stratejileri belirlenmeli. (Örnek; yapılacaklar için oluşturulan resim tablosu çocukların hatırlaması ve planlamasında güzel bir çalışma olacaktır.)



Öz denetim yapabilen çocuklar, yaşlarına göre daha az öfkelenir, daha az kaygılanır ve daha rahat empati kurarlar.

"Öz denetim,
hayal ile başarıyı
bağlayan
köprüdür."

