



# BEYRAM

*Beypazarı Rehberlik ve Araştırma Merkezi*



## ÖZ DİSİPLİN GELİŞTİRME

### DİSİPLİN

Konuşma dilinde disiplin sözü baskılı eğitim anlamında kullanılır. Türkçe sözlükte yer alan sıkıdüzen sözcüğü de bu anlamı belirtir. Oysa geniş anlamda disiplin, 'öğretici düzenli davranış ve yetkinlik kazandırıcı yetiştirme' demektir. İyi bir ustanın çıracağına sanatını öğretirken bağlı kaldığı ilkeler iyi bir eğitimde de geçerlidir. Usta çıracağına işin kolayından başlayarak eğitir. Öğretimini ondaki gelişme hızına göre ayarlar. Yavaş yavaş sorumluluk verir. Başarısını destekler, yanlışını düzeltir. Nerede güveneceğini, nerede başında durup denetleyeceğini bilir. Ona yanılma payı bırakır; tecrübesizlik yanlışlarını başışlar. Beğenildiğini gören çırak da işine dört elle sarılır. Ustasına benzemek ve ona yetişmek için tüm yeteneğini ve çabasını ortaya kor.

Bu bağlamda kullanılıncı disiplin tanımı çocuk eğitimindeki sağlıklı tutum ve kuralları içine alır: Çocuğa da öğrenmesi, beceri kazanması ve yeteneklerini geliştirmesi için kılavuzluk eder. İyi davranış örnekleriyle toplumsal kuralları benimsemesi sağlanır. Olumlu gelişmeler desteklenip olumsuzlar düzeltilmeye çalışılır. Kendine güveni artırılır; bağımsız davranışları desteklenir. Bunun yanında çocuğun gelişme dönemi ve yetenekleri göz önünde tutulur. Eğilimleri ve kişilik özellikleri gerçekçi olarak değerlendirilir. Onu anlamaya ve daha iyi tanımaya çalışılır.

### BU SAYIMIZDA

- **DİSİPLİN**
- **EĞİTİMDE ÖDÜL VE CEZANIN YERİ**
- **ÇOCUKLARDA ÖZDENETİMİ SAĞLAMA YOLLARI**



Doğaldır ki kuralları öğretmek ve çocuğu bir düzene sokmak yetmez. Çocuk denetim altında değilken de öğrendiklerini uygulayabilmelidir. Kendi kendini yönetme yeteneğini kazanmalıdır. Bir işi başkasının zoruyla yapmaya, insanoğlu hep direnç göstermiştir. İş kendi başımıza ve kendimiz için yaptığımızda daha verimli oluruz. Bu çerçevede ele alınınca, disiplini insanın elini kolunu bağlayan yasaklamalar değil, özgürlüğün en uygun biçiminde kullanılmasını sağlayan kurallar bütünü olarak görmek kolaylaşır. Disiplinde özgürlüğün yerini daha da vurgulamakta fayda var. Özgürlükle bir arada gitmeyen sevgi nasıl boğucu koruyuculuğa dönüşürse; özgürlük payı bırakmayan disiplin de gerçekten de sıkıdüzen olup çıkar. Öğretim ve eğitimde özgürlük, yani oyun başta gelir. Toplumsal kuralların kazandırılmasında da en doğal ve etkili yol budur.

Her ailenin çocuk davranışlarıyla ilgili yazılı olmayan bir yasası vardır. Bu yasaya göre davranışları üç kümeye toplayabiliriz: ilki hiç beğenilmeyen, hiçbir zaman onaylanmayan ve hep ceza gören davranışlar yer alır. İkincisi, beğenilen ve ödüllendirilen davranışlar. Üçüncüsü, bu denli belirmemiş davranışlar gelir. Bu davranışlar kimi zaman cezalandırılır, kimi zaman görmezlikten gelinir kimi zaman da hoş görülür. Gürültü etmek, bir şey kırmak, kardeşle kavga etmek, üstünü başını kirletmek, eve geç gelmek gibi daha bir sürü davranış, zamana ve ana babanın eğilimine göre ya başlanamaz ya da üstünde durulmayan küçük yaramazlıklar sayılırlar. Ayrıca, kesinlikle onaylanmayan davranışların düzeltilmesi ya da cezalandırılmasında evden eve önemli ayrıtlar görülür.

Disiplin yönünden ailelerde saptanan tutumları aşağıda belirtilmiş başlıklar altında inceleyebiliriz:

### SIKI TUTUM

Sıkı eğitim uygulayan anababa, çocuğu kendi tasarladığı bir kalıba göre yoğurmak amacını güder. Çocuk sürekli bir denetim altındadır. En küçük yanlışları ve yaramazlıkları gözden kaçmaz; hemen üstünde durulur ve düzeltme yoluna gidilir. Çocuğun kurallara sıkı sıkıya uyması beklenir.

Çocuk anababasının eleştirisinde çekinir ve attığı her adımda yanlış yapma korkusu içine düşer. Duygularına isteklerine önem verilmediğini görerek bunları içinde tutmaya çalışır. Çocukla anababanın ilişkisi gergindir. Çocuktan yaşının üstünde olgunluk beklenir. Davranış esnekliği tanınmamış ve özgürlük sınırları bir hayli daraltılmıştır.

### GEVŞEK TUTUM

Birinci tutumun tersine kimi ailelerde disiplin yok denecek ölçüde gevşektir. 'Çocuktur yapar! O daha çocuk ne bilsin!' denerek çoğu olumsuz davranışlar aşırı hoşgörülle karşılanır. Çocuk bile bile kırıp dökse de, anababadan belirli bir tepki görmez. Çocuğa sayısız haklar tanınmıştır, ancak nerede duracağı kesinlikle belirlenmemiştir. Neyin doğru neyin yanlış olduğu öğretilse bile uygulama ve denetleme yetersizdir. Başka bir deyişle davranışlara bir sınır çekilmez.



**"Başarı, zamanla kazanılan ve planlayabileceğin her şeyin ötesinde getiriler sağlayan küçük günlük disiplinler vasıtasıyla oluşur."**

**Robin SHARMA**



### TUTARSIZ TUTUM

Kimi evde disiplin yok değildir ancak ne zaman, nerede uygulanacağı belirsizdir. Anababanın tutumu aşırı hoşgörü ile sert cezalandırma arasında gidip gelmektedir. Çocuk hangi davranışın nerede, ne zaman istemediğini, önceden kestiremez. Tutumunu anababanın keyifli ya da öfkeli oluşuna göre ayarlamaya çalışır. Başka bir deyişle çocuk davranışının doğru ya da yanlış oluşuna göre değil, 'Ne zaman yaparsam cezadan kurtulurum?' sorusuna kafa yorar. Kimi zaman ceza öyle bir beklenmedik anda gelir ki çocuğun başkaldırmasına yol açar.

Tutarsızlık, tek annenin ya da babanın, bir günün bir güne uymaması olabileceği gibi; ana ve babanın birbirine aykırı ceza ve eğitim anlayışlarının çatışmasında da doğabilir. O zaman çocuk davranışında kime uyacağını bilemez. Bir evde, bir gün görmezlikten gelinen yaramazlık, ertesi gün ağır ceza görüyorsa, annenin yaptığını baba bozuyor ya da babanın verdiği cezaya anne karşı çıkıyorsa, tutarsızlık gerçekten var diyebiliriz.

## Eğitimde Ödül ve Cezanın Yeri

Anne baba yerine ve koşullara göre esnek olarak uygulayabileceği yöntemler kullanılmalıdır. İlk kural davranış çığırından çıkmadan ya da suç işlenmeden çocuğun durdurulmasıdır. Bu kesin bir dille ve kararlılık belirten bir ses tonuyla yapılmalıdır. Aslında çocuklar neyin niçin yapılmaması gerektiğini bilirler. Uzun söylevler çekerek, çocuğa suçunun sonuçlarını abartarak anlatmak etkisiz bir yoldur. İkinci etkili yöntem, suçuna karşılık sevdiği bir şeyden mahrum bırakmaktır. Bu sokağa çıkma yasağı olabilir; televizyonu izleme, oyundan alıkoyma cezası olabilir. Ancak ceza suçla orantılı olmalıdır. Günlük kardeş çekişmeleri vb. için verilen ağır cezalar doğru değildir. Başka bir deyişle ceza hem suçu aşmamalı hem de uygulanabilir ve gerçekçi olmalıdır. Çocuklar için gerçekten önem taşıyan durumları, ceza aracı olarak kullanmamak iyi olur. Örneğin, çocuğun bir suçundan dolayı tasarlanan bir doğum gününü kutlamaktan caymak ağır bir ceza olur. Bunun gibi önceden kararlaştırılmış bir geziden, bir arkadaş toplantısından, söz verilmiş bir armağandan yoksun bırakmak da çocuğun başkaldırmasına yol açar. Üçüncüsü, çocuğa yaptığını düzelttirmektir. Bilerek kırdığı arkadaşın oyuncağın zararını çocuk harçlığından ödemelidir. Bu yol çocuğa davranışının sonucuna katlanması gerektiğini öğrettiği için etkisi sürekli olur.

Ceza gerçekçi olduğu sürece kesinlikle uygulanıp sonu getirilmelidir. Ancak duruma göre esnek olmakta yarar vardır. İlk kez işlediği bir hatadan ötürü sert davranılmamalıdır. Cezanın suça uygunluğu kadar tutarlılığı da önemlidir. Aynı davranış bir gün hoş görülüyor ertesi gün cezalandırılıyorsa cezanın eğitici değeri düşer. Çocukların duygu, düşünce ve isteklerinden dolayı değil, davranışlarından ötürü cezalandırılmalıdır.

### ELEŞTİRME VE ÖVGÜ

Çocuğu yaramazlığından, yanlıgısından ve söz dinlemeyişinden dolayı kınamak ve eleştirmek sık başvurulan eğitim yöntemidir. Burada önemli olan eleştirinin ölçüsüdür. Bir kural olarak çocuğun kişiliği değil, yanlış davranışı eleştirilmelidir. Sürekli yinelenen suçlamalar çocukta anababanın kendisine uygun gördüğü kişiliğe bürünme eğilimini doğurur. Buna karşı koymaya çalışsa da davranışını düzeltme gereği duymaz. Eleştiriyi çocuğun kişiliğine yönelik yapılmamalı. Bunun gibi çocuğu överken de ölçüyü kaçırmamakta da fayda vardır. Çocuğa başarılarından ötürü 'Aferin senden üstünü yok, bunu kimse senin gibi başaramazdı.' gibi abartarak değil ortaya koyduğu işi, gerçekçi bir şekilde değerlendirmeliyiz.



"Disiplinin sırrı motivasyondur, bir kişi yeterince motive edilmişse, disiplin kendi kendine sağlanır."

Alexander PATERSON



## En Etkili Disiplin: Özdenetim

Disiplinde amaç, çocuğa, davranışlarını düzenlemesini sağlayacak kendi kendini yönetme yeteneği kazandırmak olmalıdır. Anababası yanındayken, dayak ya da ceza korkusuyla sesi kesilen, anababa denetimi kalkınca çığırından çıkan çocuk, bu özdenetim yeteneğini kazanmamış demektir. Başka deyişle, doğru olanla olmayı özüne sindirememiştir. Ancak bu durumun çocuklukta bir ölçüde olağan olduğunu belirtmek gerekir. Çünkü çocuk, yanlışla doğruyu, yapılarla yapılmazı öğrense bile, davranışlarını buna göre ayarlaması zaman alır. Bu nedenle ilk yaşlarda anababa denetimi kaçınılmaz olmaktadır. Çocuk zamanla kendi isteklerini ve dürtülerini dizginlemeyi öğrenir. Yer, zaman ve koşullara göre neyin doğru neyin yanlış olduğunu kendi saptayabilir. Ceza korkusuyla davranışa çeki düzen veren çocuğun davranışları sürekli olmaz. Bu nedenle çocuk eğitiminde ceza korkusu hiçbir zaman ön sırada yer almamalıdır. Düzenli ve sorumlu davranış öncelikle anababa ve çocuk arasındaki anlayış ve güvene dayanmalıdır. Anababa ve çocuk ilişkisinde bu temel nitelik yoksa tartışageldiğimiz bütün yöntemler etkisiz kalır. Aslında güven ve anlayış ortamında sert ve aşırı yöntemlere pek gerek kalmaz.

## Çocuklarda Özdenetimi Sağlama Yolları

Çocukların öz denetimlerini sağlamaları için üç tip kaynağa ihtiyaçları vardır; kendileri ve diğerleri hakkında iyi duygular, doğru ve yanlış anlama ve problemleri çözmek için alternatiflerin olması. Aşağıdaki stratejiler, çocukların bu önemli kaynaklarını geliştirmelerine yardımcı olabilir. Bazı stratejiler problem davranışları önleyici, bazıları iyileştirici ve değişim için bir plân geliştirici olmakla beraber hepsi ebeveynlere pozitif ve etkili bir disiplin yaklaşımını sunmaktadır. Ayrıca bu temel stratejiler sadece ebeveyn-çocuk ilişkisini geliştirmemekte aynı zamanda da çocuklara ebeveynlerinin desteği olmadan pozitif ve yapıcı bir yaklaşımla kendilerini disipline etmelerini de öğretmektedir.

- Sevgiyi ifade etme ve koşulsuz sevmeye
- Tutarlı olmak
- İletişimde açık olmak
- Problem davranışını anlamak
- Çocukların kendilerini iyi hissetmelerini sağlamak
- Güvenilir bir çevre hazırlamak
- Sınırlar koymak
- Olayları önceden kontrol etmek
- Problem çözme becerisi kazandırmak
- Fazla müdahale etmemek
- Gerektiğinde uzman yardımı almak
- Çocuğa ve kendinize karşı sabırlı olmak



### KAYNAK

Yörükoğlu, A. [1998] Çocuk Ruh Sağlığı.  
İstanbul: Özgür Yayıncılık.

[meb.gov.tr/yayimler/dergiler/Milli\\_Egitim\\_Dergisi](http://meb.gov.tr/yayimler/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi)

