

ÖZDENETİM ETKİNLİKLERİ

"HER GELİŞİM DÖNEMİNDEKİ ÇOCUK, NEYİ VE NEDEN YAPMAMASI GEREKTİĞİNİ BİLMELİDİR. BUNUN İÇİN ONA, KURALIN ARKASINDAKİ GERÇEK NEDEN ANLATILMALIDIR."



Kişinin dürtülerini, haz ve isteklerini ertelemesi yetişkinler için bile kolay değilken küçük bir çocuğun bunu yapması özenli ve sabırlı bir eğitim ile mümkündür. Ne mutlu ki bu süreci kolaylaştıracak harika bir araç var: OYUN.

Oyun sadece küçük yaşlarda değil, her yaşta çocuğu eğitmenin en etkili yoludur. Çocuk oyun oynarken kendini tamamen açar ve bedenen, ruhen ve zihnen aktif hale gelir. Bu nedenle her türlü eğitimi verirken oyundan yararlanmak çok faydalı bir yöntemdir.

Özdenetim oyunlarında çocukların belli bir kurala sürekli olarak uymaları gerekir, bu da kendini durdurma konusunda çocuğa bolca deneyim kazandırır. Bolca deneyim olmadan özdenetim gibi üst seviye bir bilişsel süreç çocuklardan beklenemez.

ÖZDENETİM ETKİNLİKLERİ

**“GÜNLÜK HAYAT İÇERİSİNDE KENDİNİ KONTROL
ETME BECERİSİ YÜKSEK ÖĞRENCİLERİN
DİĞERLERİNDEN AKADEMİK OLARAK DAHA
BAŞARILI OLDUĞU TESPİT EDİLMİŞTİR.”**

Deve-cüce, Kırmızı Işık-Yeşil Işık, kulaktan kulağa gibi hepimizin bildiği oyunlar ve hepsi tam da özdenetim geliştiriyor.

1.OYUN:

Çocuklarınızın ilgisini çekebilecek bir kelime seçin. Bu kelimeyi çocuklarla birlikte de seçebilirsiniz, uydurduğunuz komik bir kelime de olabilir. Ayrıca sadece kelimeleri kullanmak zorunda da değilsiniz; kural bir ses, bir hareket de olabilir. “Resmini çok beğendim, bonbon.”

“Bana yardım eder misin, bonbon?” Bu oyunu farklı kelime ve hareketlerle en az 10-15 farklı günde yapın. Kurala uymaya çalışma süreleri artsın.



2.OYUN:

Evde ya da sınıfta bir top, balon ya da kum havuzu oluşturun. Sanırım en kolay balon havuzu. Bu havuzun çevresine çocukları toplayın. Süreyi başlattığınızda bu havuza en geç atlayan kişinin bir kere daha atlama hakkına sahip olacağını söyleyin. İsteyen istediği zaman atlayabilir, ama bekleyen bir hak daha kazanacak.



KUZEYKENT İLKOKULU

ÖZDENETİM BÜLTENİ

ÖZDENETİMİN GELİŞMESİNİ ENGELLEYEN DURUMLAR

- .Çocuğun her istediğinin hemen yerine getirilmesi,
- .Aile içinde kuralların olmaması ya da olan kuralların sürekli değişmesi,
- .Ailedeki otorite figürünün (anne-baba) etkisizliği, eksikliği ya da anne-babanın sürekli tutarsız davranması,
- .Aşırı baskıcı ya da serbest aile yapısı,
- .Çocuğun istek, beklenti ya da ihtiyaçlarına değer verilmemesi ya da bunların istismar edilmesi,
- .Çocuğun sorumluluğunda olan işlerin başkaları tarafından yapılması ya da üstlenilmesi (ödevlerini babasının yapması, odasını annesinin toplaması, yemeğini babaannesinin yedirmesi vs.)
- .Yaşına ve gelişim sürecine uygun görevler ve sorumluluklar verilmemesi,
- .Çocuğun davranışlarına, fikirlerine, görüş ve önerilerine değer verilmemesi,
- .Çocuk adına kararlar alıp çocuğun bunlara uymaya zorlanması,
- .Çocuğun anne-babaya ya da başka bireylere bağımlılığını arttıracak övgü sözleriyle takdir edilmesi. Bu yüzden çocuktaki ben-merkezci duyguların artırılması.
- .Çocuğun kendi başına karar vermesini engelleyecek ve onda yetersizlik duygusu uyandıracak sözlerle itham edilmesi. "Sen yapamazsın", "Senin gücün yetmez", "Hayatta başaramazsın" vs.