



KASTAMONU MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

ÇOCUKLARDA ÖZDİSİPLİN GELİŞTİRME

**Her problem bir
öğrenme
fırsatıdır.**

**Kişinin kendi kendini
örgütlemesine,öz kontrolünü
sağlamasına,sorumluluklarını
yerine getirmesine ve
eylemlerini bir plana uygun
olarak sürdürmesine
ÖZDİSİPLİN denir.**



**Hedef ve başarı
arasındaki köprüye
özdisiplin adı verilir
Jim Rohn**

Disiplin özgürlüğe giden
yoldur
Aristoteles

ÖZDİSİPLİN NEDEN GEREKLİ?

Yapılan araştırmalar

özdenetim sahibi çocukların

- Okul,aile ve arkadaşlık ilişkilerinde daha başarılı olduklarını
- Hayattaki sıkıntılarla daha iyi baş ettiklerini
- Daha girişken olduklarını
- Baskı altında odaklarını yitirmediklerini
- Daha özgüvenli ve güvenilir olduklarını ortaya koyuyor

•Herşeyin anahtarı sabırdır.

Civcivi ,yumurtaları kuluçkaya yatırarak elde edersiniz,kırarak değil.

Arnold Closo

Çocuklarımızın özdisiplinini geliştirmek istiyorsak,önce kendimiz güvenilir,tutarlı ve dürüst olmalıyız.
Çünkü tutarsızlık güvensizlik,güvensizlik iradesizlik doğurur.

Çocuklarımızda Özdisiplini Geliştirmek İçin Neler Yapabiliriz?

- Kendi istek ve ihtiyaçlarına odaklanmasına izin verin.
- Nazik ama net sınırlar koyun.
- Hazzı öteleyebilme becerisini geliştirecek fırsatlar sunun.
- İsteddiği şeyleri hemen siz yapmak yerine emek harcamasına ve sonuca ulaşma zevkini yaşamasına izin verin.
- Çocuğunuzla birlikte günlük program oluşturarak,uygulamasına yardımcı olun.
- Demokratik bir aile ortamı oluşturun.
- Düzenli,tutarlı ,kuralları birlikte oluştup çözümde ortak olan bir aile ortamı oluşturun.
- Çocuğunuzun davranışlarının sonuçlarını yaşamasına izin verin.