**İlkokul Döneminde Şiddetsiz Disiplin Yaklaşımı**

**🎯 Amaç**

* Çocuğun kuralları anlamasını ve içselleştirmesini sağlamak
* Duygularını uygun şekilde ifade etmesine rehberlik etmek
* Öğrenme sürecini ceza değil, sevgi, saygı ve sorumluluk üzerinden desteklemek

**1. Şiddetsiz Disiplinin İlkeleri**

* **Kurallar net ve anlaşılır olmalı:** “Ödevlerini zamanında yapmalısın.”
* **Davranışın sonucunu göstermek:** Çocuk yaptığı davranışın doğal sonucunu yaşamalıdır.
* **Olumlu pekiştirme:** İstenilen davranış övülmeli ve ödüllendirilmeli.
* **Sorumluluk vermek:** Evde küçük görevler, okulda basit sorumluluklar paylaşılmalı.
* **Sabır ve tutarlılık:** Anne-baba aynı kuralları kararlı biçimde uygulamalıdır.

**2. Örnek Durumlar ve Şiddetsiz Yaklaşımlar**

**📚 Örnek 1: Ödev Yapmıyor**

❌ “Ödevini yapmazsan bilgisayarını yasaklarım!”  
✅ “Ödevini yaptığında daha çok şey öğreniyorsun. Önce ödevini bitirelim, sonra oyun saatini birlikte planlayalım.”

**🗣 Örnek 2: Yalan Söylüyor**

❌ “Bana yalan söyledin, sana güvenemem artık!”  
✅ “Doğruyu söylediğinde sana daha çok güvenebilirim. Yanlış bir şey yaptığında bile dürüst olman benim için çok önemli.”

**🎮 Örnek 3: Uzun Süre Ekran Başında Kalıyor**

❌ “Bıktım artık! Telefonu elinden alıyorum.”  
✅ “Ekran süresi yarım saat olacak. Bitince alarm çalacak ve telefonu bırakacağız. İstersen sonra birlikte parka gidebiliriz.”

**👫 Örnek 4: Arkadaşına Kaba Davranıyor**

❌ “Bir daha böyle yaparsan dışarı çıkamazsın!”  
✅ “Arkadaşına sert davrandığında üzülüyor. Duygularını kırmadan nasıl söyleyebileceğini birlikte bulalım.”

**3. Veliler İçin İpuçları**

* **Alternatif sunun:** “Şunu yapma!” yerine “Bunu tercih edebilirsin.”
* **Kuralları birlikte belirleyin:** Çocuğun da söz hakkı olursa kurallara uyması kolaylaşır.
* **Olumlu davranışı hemen fark edin:** “Ödevini zamanında yaptığın için çok gurur duydum.”
* **Sorumlulukları küçükten büyüğe artırın:** Çocuğun başarısı özgüvenini güçlendirir.
* **Görmezden gelinmesi gereken ufak olumsuzlukları büyütmeyin:** Çocuğun dikkat çekme amacı boşa çıkar.

**🌟 Son Söz**

İlkokul döneminde şiddetsiz disiplin, çocuğa **“sorumluluk sahibi bir birey olmayı”** öğretir. Sevgi, sabır ve tutarlı sınırlar sayesinde çocuklar hem evde hem okulda güvenle gelişir.

Hazırlayan: Psi. Dan. Fatih Buğra YILDIRIM