

# Çocuklarda Otokontrol Oluşturmak



Her yaş ve döneme özgü bazı kuralları öğrenmesi için, toplumsal değerlere saygı göstermesi için, çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurabilmesi için çocuk sürekli bir eğitimden geçmektedir. Sosyal çevre bireylere uyum içinde yaşamalarını kolaylaştırmak amacıyla bir takım kurallara uyma zorunluluğu getirmektedir:

- Görgü Kuralları,
- Okul Kuralları,
- Hukuk Kuralları,
- Trafik Kuralları
- Toplum ve çevre kuralları vb.gibi

Bu kurallara uymak için eğitim verilmesinin ilk ve en önemli yapı taşı ise çocuğa bir otokontrol ve sorumluluk bilinci kazandırılması ile mümkündür.



# OTOKONTROL NE DEMEKTİR?

Oto kontrol en basit tanımıyla kendini kontrol etmek demektir. Kendini kontrol demekse hem kendi duygularının hem de başkalarının duygularının farkında olmak ve anlamak anlamına da gelebilir. Bu yönüyle empati ile yakın ilgisi ve bağlantısı vardır.

Çocuklar özellikle hayatlarının ilk yıllarında çok acımasız ve bencildirler. Kendilerini dünyanın merkezi zannederler. Bu bakımdan sürekli talep eden taraf konumundadırlar.



Bir çocuğun bu kabule ulaşması ve kendisi üzerinde kontrol sağlaması için bazı sosyal becerileri kazanması ön koşuldur:

- Başkalarının haklarına ve isteklerine saygı göstermek,
- Empati kurabilmek,
- Ahlak ve vicdan duygusuna sahip olmak,
- Kendini sözel olarak ifade edebilmek,
- Kendi değerinin bilincinde olmak ve kendine güven duyabilmek,
- Başkalarına yardım ve işbirliği becerilerini kazanmak gibi bir takım değerler olmadan kendini kontrol edebilmekten ve sosyal bir birey olmaktan söz edemeyiz.



Otokontrol sağlamayi öğrenmek için gerekli bazı faktörler vardır. Bir çocuca bu kontrol sistemini öğretme ve kazandırma aşamaları sırasında başka etkenler devreye girer:

- Sahip olunan sosyal beceriler,
- Çocuğun dięer çocuklarla ilişkisi,
- Çevrenin çocuk üzerindeki etkisi,
- Çocuğun psikolojik gelişimi,
- Çocuğun zihinsel gelişimi,
- Çocuğun ailesi ile ilişkisi ve iletişimi.

Bütün bunlar çocuca kazandırılmaya çalışılan kendini kontrol etme becerisini etkileyen önemli süreçlerdir.



Çocuklar gelişim aşamaları içerisinde ailelerinden aldıkları disiplin eğitimi ile aslında kendilerini kontrol etmeyi öğreneceklerdir.

Ancak disiplin derken kesinlikle bir suç ve ceza kavramından bahsetmiyoruz. Gerçek anlamda disiplin demek çocuğa yapıcı bir tutumla, olumlu davranış biçimlerini kazandırmaktır. Burada dikkat edilecek en önemli kural, çocuğun kendisine olan saygısını ve güvenini zedelemeyen, toplumsal kuralları öğretmek ve uymasını sağlamaktır.

Disiplin aynı zamanda bazı sosyal zorunlulukların ve uyulması gereken toplumsal kuralların neden var olduklarını ve bizim de neden bu kurallara uymamız gerektiğini öğretmek amacını taşır. Sağlıklı ve tutarlı bir disiplinle çocuk kendisine olan güvenini pekiştirerek çevresine de güven duymayı öğrenir.