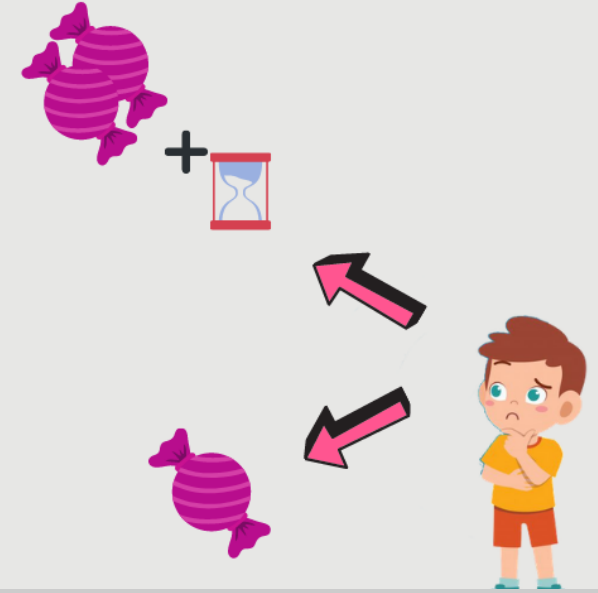


ÖZ-DENETİM İnsanın en temel özelliklerinden biri, amaç belirlemek, bu amaç için araçlardan yararlanmak, belli yolları denemek, yeni yollar açmak ya da yeni yollar tasarlamaktır. Günlük hayat içerisinde ya da genel olarak yaşam çizgisinde bu özelliğimiz önemli bir yere sahiptir. Ama genel olarak insanların özel olarak gençlerin çoğu, bir amaç belirleme ve bu amaç doğrultusunda mücadele etme özelliğinden yoksun bırakılıyor. Yani gençlerin öz-denetim becerisi yok ediliyor. Bu, bir birey için çok önemli manevi bir yaradır.

Öz-denetimi, belli bir hedef yolunda kişinin tepkilerini ve motivasyonunu kendisinin yönetmesi ve kontrol etmesi olarak tanımlayabiliriz. Öz-denetimden yoksun olan bireylere (öğrencilere) hedef ve motivasyon için sürekli dışsal uyarılar gereklidir. Yani birilerinin onlara sürekli şu işi yap, şu zamanda yap, şu kadar sürede yap, şu amaç için yap, şurada yap vs. demesini beklerler. Ayrıca, teknolojik gelişmeler o kadar cazip hale geldi ve hızla değişiyor ki, öğrencilerin büyük bir kesimi kendini akışa bırakmış, güçsüz ve edilgin hissediyorlar.

Bireylerde öz-denetimin gelişebilmesinin altında yatan temel prensiplere bir göz atacak olursak, ailelerin çocuklara belli alanlarda sınırlar koyması, kuralları belirlemesi, bir amaç için mücadele etme duygusu kazandırması gibi değerler olduğunu görürüz. Bu durum çocukların sadece öz-denetim becerilerini geliştirmiyor, aynı zamanda dürtülerini (isteklerini) kontrol edebilme becerisi de kazandırıyor. Çünkü bir iddiaya göre bireylerdeki dürtü kontrol problemi, ailenin erken çocukluk döneminde çocuğa belli sınırlar koyamaması, disiplin kazandıramaması ve doğru şekilde otorite oluşturamaması sonucunda çocuğun sınır ve kural tanımaz hale gelmesiyle de ortaya çıkan bir problem. Bu alt yapı; öğrencileri çoğu zaman zor ve zahmetli süreçleri metanet ve kararlılıkla aşmaya çalışmak yerine bir an önce daha keyif verici davranışlara yönlendiriyor. Bu durum elbette öz-denetim sorununu da temellendiriyor.

Tahmin edileceği gibi, dürtü kontrol problemi yaşayan çocuklarla öz-denetimden yoksun çocuklar benzer olumsuz davranışlar sergiliyorlar: belirli bir hedef için çalışmama, isteklerini erteleyememe, sabır gerektiren işleri sonuna kadar götürememe, kurallara uyum sağlayamama v.b Buna karşın öz-denetimi yüksek olan ve dürtülerini (isteklerini) kontrol eden bireylerin bu olumsuzlukları yaşamadıkları, ayrıca ilerleyen yıllarda hem akademik açıdan hem de yaşam başarısı açısından daha başarılı olduğu tespit edilmiştir.



Öz-denetim için yapılabilecekleri bilmek kadar yapılmaması gerekenleri de bilmenin önemli olduğunu unutmamalıyız. Bir bireyin öz-denetimden yoksun olmasını temellendiren ve çoğu ailenin farkına bile varmadığı birçok davranış var.



Kimimiz disiplini aşırı katılık ve sevgi göstermeme gibi algılarken, kimimiz de doğru şekilde nasıl uygulayacağımızı bilmediğimiz için disiplin konusu herkesin çekinerek yaklaştığı bir terim haline gelmiştir.

T.C.
SEYHAN KAYMAKAMLIĞI
SEYHAN REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ

ÇOCUKLARDA ÖZ DİSİPLİN
GELİŞTİRME

