**ÇOCUKLARA KURAL KOYMA YÖNTEMLERİ**

Kural koyma çocuğunuzun isteklerini ve arzularını sosyal olarak kabul edilebilir bir şekilde ifade etmeyi öğrenmesini sağlar. Kural koyma çocuğunuzu yetişkinliğe hazırlar.

**1- Temel Kurallar**

**Çocuktan yaşına uygun olmayan, henüz hazır olmadığı bir şey yapmasını beklemeyin**. Yapamayacakları şeyler hakkında ısrarcı olmayın, aksi takdirde çocukta başarısızlık ve yetersizlik hisleri oluşacaktır. Çocuğunuzu iyi tanıyarak, yetenekleri doğrultusunda yönlendirmeye çalışın.

**Onu takdir etmeyi ihmal etmeyin.**

Çocuğunuzu iyi bir davranış gösterdiği zaman ya da örneğin okulda başarılı olduğu zaman gülümseyerek, sarılarak ve sözlerinizle ödüllendirin. Ödülün illa bir oyuncak, şeker ya da istediği bir eşyayı almak gibi bir hediye olması gerekmez.

**Çocuğunuza hiçbir zaman şiddet uygulamayın.**

Şiddet kesinlikle etkili bir davranış değiştirme yöntemi değildir. Şiddet içerikli davranışlar çocuğunuzun başkalarına şiddet göstermesine sebep olabilir.

**Çocuğunuza sözlerinizden çok davranışlarınızla örnek olun.**

Çocuklar sözlerinize değil, davranışlarınıza daha çok bakarlar.

**Yaşına uygun sorumluluklar verin.**

Örneğin çocuğa odasını toplamak, alışveriş yapmak, masayı kurmak gibi... Bunları yaptığı zaman takdir edin.

**Onunla birlikte vakit geçirin.**

Çocuğun kendisini ifade etmesini sağlayın. Kendine güveninin gelişmesi, okuldaki başarısını ve derslere katılımını da etkilemektedir.

**Öğretmeni ile sürekli iletişim halinde olun**.

Çocuğun öğretmeni ile sürekli iletişim halinde olun. Öğretmen çocuğu okul ortamında sürekli gözlemleme şansına sahiptir; bu yüzden öğretmenle sık görüşerek çocuğun durumu hakkında bilgi edinin.

**Çocuğun yanında öğretmenini eleştirmekten kaçının.**

Öğretmenine saygısı kalmayan çocuğun derse ilgisi de azalacaktır.

**Anne-babalarla fikir birliği içinde olmaları gerekir.**

Evdeki kurallar ve çocuğa yaklaşım konusunda ebeveynlerin fikir birliği içinde olmaları gerekmektedir. Anne ya da babanın izin vermediği bir konuda diğer ebeveynin ya da aileden başka bir kişinin aksini söylemesi çocuklara kural koyulmasını imkânsız hale getirir.

**2- Çocuğunuza Bir Şey Yapmasını Söylerken**

**Söylediğinizi yapması için kararlı olun.**

Yapmasını istediğiniz şeyin gerekçeleri ile birlikte açıkladıktan sonra, davranışı yapmadığında çocuğun davranışlarının sonuçları ile karşılaşabilmesi için fırsat verin, istediğiniz şey konusunda kararlı olun.

**Yan odadan veya uzaktan bağırarak komut vermekten kaçının.**

Bir şey yapmasını söyleyeceğiniz zaman çocuğun dikkatinin sizde olduğundan emin olun.

**Söylediğiniz şeyler mümkün olduğunca somut olsun.**

Çocuğunuza ‘uslu davran’ veya ‘dikkatli ol’ gibi belirsiz komutlar vermek yerine, ne yapmasını istediğinizi açık bir şekilde ifade edin.

**Çocuğunuza ne yapmasını istemediğinizi değil, ne yapmasını istediğinizi söyleyin.**

Örnek olarak, ‘ortalıkta koşma’ demek yerine ‘yanımda dur’ veya ‘geç kalma’ yerine ‘Saat 2’de evde ol’ demeyi tercih edin. Eğer söylediğiniz şeyi yapmaya başlarsa bu davranışını takdir ettiğinizi gösterin. Söylenileni yapmayı bitirdikten sonra da memnuniyetinizi ifade edin.

**Çocuğunuzu bir şeyi yapması veya yapmaması için defalarca uyarmayın.**

İstediğinizi sadece bir defa söyleyin. ‘Yapma, dur’ gibi tekrarlardan kaçının ama gerektiğinde ne yapması gerektiğini hatırlatın.

**Onu ara sıra övün, takdir edin.**

Davranışlarını yakından izleyin ve iyi davrandığı zamanlarda, illa ki büyük bir başarı edinmesini veya çok iyi davranmasını beklemeden övgü ve takdir gösterin. “Ben iş yaparken çok ses çıkarmadığın için teşekkür ederim.” gibi tam olarak neden memnun olduğunuzu belirten cümleler kurun.

**Sevginizi ve takdirinizi fiziksel ifadelerle de gösterin.**

Sarılmak, gülümsemek, öpmek gibi.

**Çocuğunuz hoşunuza giden bir davranışta bulunduktan hemen sonra onu takdir edin.**

**Tenkit içeren takdir cümlelerinden kaçının.**

Örneğin ‘Aferin, neden hep böyle uslu davranmıyorsun?’ gibi

**Sizinle olmak ona en büyük ödüldür.**

Birlikte bir yerlere gitmek, hafta sonları vakit geçirmek gibi anne-baba-çocuk aktiviteleri planlayın. Bu tür ödüllendirmeler, eşya hediye etmeye tercih edilmelidir.