



## ÇOCUK YETİŞTİRMEDE MOLA VERME

Mola süreci  
"güzel şeylerden  
uzakta geçirilen  
zamandır."

## MOLA SÜRECİNİ KULLANMANIN YOLLARI

Mola süreci hızlı, basit ve kolay uygulanabilen bir yöntemdir. 3 yaştan ergenliğe kadar her yaşta uygulanabilir.

- 1.Molayı uygulamadan önce bunun ne olduğunun çocuklarınıza anlatın.
- 2.Uygun bir mola yeri bulun.
3. Alarm kurun.
- 4.Kurallar çiğnendiğinde doğrudan mola yöntemini kullanın.



## MOLANIN KULLANILDIĞI DURUMLAR

- 1.Sınırlar zorlandığında
- 2.Saygısız Davranışlar
- 3.Düşmanca ve kırıcı davranışlar
- 4.Şiddet dolu saldırgan davranışlar
5. Öfke Nöbetleri

# MOLA SÜRECİ HAKKINDA MERAK EDİLENLER



## 1.Çocuğum mola yerine gitmeyi reddederse ne yapacağım?

Onlara seçenek sunun."Ya odana gidersin ya da ben seni götürürüm ve süren iki katına çıkar.Hangisini seçiyorsun?

## 2.Alarm çalmadan mola yerini terk ederse ne yapacağım ?

Süre dolmadan odadan çıkmaya kalkarsa odasına geri götürün ve süreyi yeniden başlatın.

Mola süreci gerektiği gibi karşılıklı işbirliği ve saygı çerçevesinde uygulanırsa çocuklar mola verilen yerleri ceza yerleri gibi algılamazlar.

## 3.Mola yerini terk ederse ne yapacağım?

Çocuğunuz, ördüğünüz duvarın sağlamlığını test etmektedir. Odasında kalmayı reddedip çıkmaya kalkarsa kapıyı tutarak çıkmasına engel olun. Bu zalimlik değildir, fiziksel ya da duygusal bir zarar vermez.

## 4.Çocuğum mola süresinde bağırp çağırma başlarsa ne yapacağım ?

Çocuğunuz istediği olmadığı içim yaşadığı hayal kırıklığını dışa vurmaktadır. Vazgeçerek ya da azarlayarak onun sinir krizini ödüllendirmiş olursunuz.Tutarlı davranmanızda fayda vardır.



## 5.Çocuğum odasını dağıtır, eşyalarını kırıp dökmeye başlarsa ne yapacağım ?

Ortalığı toplamadan odadan çıkmayacağını söyleyin.

## 6.Moladan sonra çocuğum yanlış davranmaya devam ediyorsa bu ne anlama gelir?

Çocuğunuz kuralların kesin olduğunu anlayamamıştır. Mola süreci hakkında tekrardan bilgi verin hangi davranışlarından sonra verildiği hakkında tekrardan bilgi verin.