

OKULUMU SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 111

2017



İÇİNDEKİLER

ÇOCUKLAR VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ	2
ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE TİKLER	5
OKUL ÖNCESİ ÇOCUKTA PSİKOLOJİK GELİŞİM	9
ÇOCUKLARDA DOYUM ERTELEME BECERİSİ	11
MODELDEN ÖĞRENME VE ALGILAYARAK ÖĞRENMENİN ÖNEMİ	14
OKUL ÖNCESİNDE BABA VE ÇOCUK İLİŞKİSİ	17
ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ	20



AREL Koleji

Merkez Mahallesi, Selahattin Pınar Sokak, No:3, 34197 Yenibosna-Bahçelievler / İstanbul

Tel: (0212) 550 49 30 (pbx)-630 35 05 (4 hat) Faks: (0212) 550 77 82

e-posta: arel@arel.k12.tr

Okulumu Seviyorum Dergisi-2017 Yayın Kurulu: Rehberlik Bölümü



- 5-6 Yaş Grubu Çocukların Akran İlişkilerinin Sosyal Problem Çözme Becerisi Açısından İncelenmesi – Dilek ÖZMEN
- Çocuklarda Problem Çözme Becerilerinin Gelişimi – Büşra ERKEN
- Çocuğunuzun Problem Çözme Becerisini Nasıl Güçlendirebilirsiniz? www.cocuklaringelisimi.com
- Çocukta Problem Çözme Becerisinin Gelişimi – Doç. Dr. Nurper Savaş ÜLKÜER

ÇOCUKLAR VE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

Okul öncesi dönemde çocukların sosyal ve duygusal gelişimlerini desteklemek, çocukların diğer bireylerle başarılı bir etkileşime geçmesi ve iletişim kurması açısından önemlidir. Çocukların sosyal ve duygusal gelişimleri değerlendirildiğinde bebeklikten itibaren kendi duygularını, isteklerini ve niyetlerini karşı tarafa iletebildikleri, başka bir birey problem yaşadığında ona nasıl yardımcı olunabileceğinin farkında oldukları zor durumda olan arkadaşlarının rahatlaması için onlarla eşyalarını paylaştıkları, çatışma durumlarında da çatışmalarla başa çıkma becerisine sahip oldukları saptanmıştır. **Bu durumda problem çözme becerisine sahip çocukların akran ilişkilerinde etkili davranış sergilediklerini söylemek mümkündür.**

Kişiler arası problem çözme becerisi yaşamın ilk yıllarından itibaren desteklenmesi gereken, tüm yaşam boyu süren becerilerden biri olarak kabul edilmektedir. Konu ile ilgili yapılan çalışmalarda, 4 yaş kadar erken bir dönemde çocukların uygun bir eğitime problem çözücü düşünme biçimini kazanabileceği belirtilmektedir. Problem çözme etkinlikleri, çocukların hedefe nasıl ulaşacakları ile ilgili kararlar vermelerini sağlamasının yanında yetişkinlerin de çocuklardan bir şeyler öğrenmesine fırsat sağlar.

Problem çözen çocukları gözlemleyerek ve sordukları soruları dikkatlice dinleyerek çocuğun ne düşündüğü anlaşılabilir. Problem çözme olanakları, yetişkinlere çocukların düşüncelerini anlamaları ve yeni bağlantılar ilişkiler sistemini fark etmeleri için fırsat vermiş olur.

Çocuğunuz günlük yaşamında zorluk düzeyi değişken olan birçok sorun ile karşılaşabilir. **Çocuklar problem çözme yetileri güçlü olduğunda kendilerine güvenleri de aynı şekilde daha güçlü olur.**



Problem çözme becerisi daha zayıf olan çocuklar zor gözükten durumlardan kaçınabilir, sorunu çözmek yerine durumdan uzaklaşmayı / hiç dâhil olmamayı seçebilir. Problemi çözemeyeceğini düşünen çocukta kaygı düzeyi artabileceği gibi somatik belirtiler (baş ağrısı, mide ağrısı vs.) daha sık görülebilir. Bazı çocuklar ise problem ile karşılaştıklarında ne tür çözümler üretebilecekleri bilmediklerinden dürtüsel olarak akıllarına ilk geleni yapar. Örneğin, arkadaşı elinden oynadığı oyuncakı aldığı anda hemen arkadaşına vurmak gibi. Çocuğunuza problem çözme becerisini öğreterek, çözüm için kullanabileceği seçeneklerinin olduğunu fark ettirebilirsiniz. Çocuk başkalarına karşı nasıl davranacağını, toplumda karşılaştığı zorluklarla başa çıkabilmeyi öğrenmek zorundadır.



Bu alanda uygun bir örnek oluşturma ve çocuğun toplumsal davranışına şekil vermenin sorumluluğu da aileye düşmektedir.

Çocuğunuzun sorunlarını üstlenmek, onu sorun çıkabilecek ortamlardan korumak veya uzaklaştırmak ortamı önceden sorunsuz hale getirmeye çalışmak, sorunu onlar adına çözmektir. Ancak bu durum görünürde çocuğu sorundan uzaklaştırsa da onun farklı sorunlar yaşamasını engellemez ve ileriki yaşamında çözemediği birçok sorunla karşılaşmasına neden olur. Bu da çocukların anne babalarına bağımlı olup problem çözme becerilerinin gelişmesini olumsuz yönde etkilemektedir.

Öyleyse, çocuklarımızın karşılaştığı sorunlarla başa çıkabilmeleri için onlara yapıcı olarak nasıl yardımcı olabiliriz? En önemli yol, elbette ki problem çözme

konusunda çocuklarımıza iyi bir model oluşturmamızdır. Aşağıdaki cümleleri tekrar ederek ilk adımı atmış olur ve hem kendinizde hem çocuklarınızda onların kendi sorunlarını çözebileceklerine dair inancı pekiştirmiş olursunuz:

- Pozitif ve yapıcı şekilde ele alınırsa, çocuklar her duygusal travmayı atlatabilirler.
- Çocuklar, sorunlarını çözerek psikolojik olarak güçlenirler.
- Çocuklar problem çözme yoluyla çok değerli yaşam becerileri edinirler.
- Çocuğunuz bir sorunla karşılaştığında onu çözüm yolu bulması için cesaretlendirin ve onu konu hakkında düşünmesi için teşvik edin. Asla ama asla sorunu siz çözmeyin.

Çocuğunuzun sorununu sürekli siz çözdüğünüzde, ileride bu konuda problemler yaşayacak ve çoğu zaman da bu problemlerle baş edemeyecektir. Sorununu kendi kendine çözmesine fırsat verirken gerektiğinde yardıma hazır olduğunuzu belirtmekten çekinmeyin.

- Küçük sorumluluklar verin, böylece onun kendine olan güvenini arttırmış olursunuz. Kendine güveni olan bir çocuk sorunlarla baş ederken daha rahat olacaktır.

Fikirlerini sorun, fikirlerini öğrendikten sonra neden böyle düşündüğünü anlamaya çalışın. Fikirlerini özgürce belirtebilen bir çocuk, sorun çözerken kendi kararlarının önemini anlayabilecek ve kendi kararları ile sorunu çözmeye çalışacaktır.

- Çeşitli kitaplar okuyun ve çocuğunuza kitapta olan karakterlerle ilgili sorular sorun. Örneğin; kitaptaki karakter bir sorunla karşılaşmıştır, siz de çocuğunuza "Eğer, sen onun yerinde olsaydın ne yapardın?" diye sorabilirsiniz. Böylece çocuğunuza farklı sorunlar hakkında düşünme fırsatı vermiş olursunuz.

- Duygu ve ihtiyaçları hakkında karşılıklı konuşun. Ona kendi duygu ve ihtiyaçlarınızdan bahsedin. Bu ihtiyaç ve beklentiler doğrultusunda uygun bulacağınız çözüm yolları arayın. Aklınıza gelen tüm fikirleri, bir değerlendirme

yapmadan önce, çocuğunuzla birlikte bir kâğıda yazın. Bu şekilde ona farklı çözüm yolları üretmek konusunda bakış açısı kazandırmış olacaksınız.

- Sorun çözme konusunda çeşitli yollar öğretin. Ona çözümü hazır olarak sunmak yerine çocuğunuza bir sorunla nasıl baş edilmesi gerektiği hakkında bilgi verin.

Çocuklar karşılarına çıkan problemlerle başa çıkabilmek için ihtiyaç duydukları sosyal becerileri büyürken kazanırlar. Ebeveynlerinden gördükleri problem çözme yöntemlerini öğrenerek, etraflarındaki diğer insanları model olarak ve süreç içerisinde kendi deneyimleri sayesinde edindikleri bilgilerle problemlerin çözümü için başvurdukları bir repertuar geliştirirler.

Çocuğun yaşı ilerledikçe ana-babalar her ne kadar arka plana çekilip çocuğun kendi sorununa kendi çözümlerini getirmesi gerektiğine karar verseler de, ona destek olmak gibi çok önemli bir rolleri olduğunu unutmamadırlar.

Çocukların veya ergenlerin seçtiği çözümlerin doğal sonuçlarıyla karşılaşmalarına fırsat tanınması, olumluların yanında olumsuz sonuçları da görmeleri onları olgunlaştıracak, sorunlara çözüm üretme becerisine sahip, öz güvenli ve yılmaz bireyler olmalarına katkı sağlayacaktır.



ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE TİKLER

Tik, vücuttaki kas kümelerinde istem dışı ortaya çıkan aralıklı kasılmalardır. Tiklerde, kişı istese de bu hareketi engelleyemeyeceğini düşünür. Bu durum kişinin çaresizlik ve kaygı duygularını hissetmesine yol açar. İstenmeyen hareketler irade dışında kendiliğinden olmaktadır. Bu durumu kontrol edememe kişide kaygı yarattığı kadar söz konusu davranışın gerçekleşmesiyle kişı aynı zamanda rahatlamaktadır. Çocukluk döneminde ortaya çıkan tiklerde de aynı durum söz konusudur.

Tikler en çok yüz ve boyun kaslarında meydana gelmektedir. En sık rastlanan tikler şunlardır: Boyun oynatma, boyun bükme, göz kırpma, dudak kenarlarının çekilmesi, ağız açıp kapatma, baş sallama, omuz oynatma, yanak kaslarında seğirme, göz kapaklarının fazla açılıp kapanması, burun çekme, sık sık yutkunma, kaşları indirip kaldırma, saç ile oynama, saç çekme, kulak oynatma, boğaz temizleme, diz veya ayak sallama ve kolları sallamadır.

Tikler sıklıkla çocukluk ve ergenlik dönemlerinde ortaya çıkar. Özellikle 8-12 yaş aralığında tiklerin oluşumu daha yaygındır. Araştırmalar ek olarak etnik ayrım gözetmeksizin erkeklerde tiklerin görülme olasılığının kızlara göre üç dört kat daha fazla olduğunu göstermektedir.

Bazı tikler geçicidir. **Çocuğun okulda veya evde kaygılı bir süreçten geçmesine bağlı olarak meydana gelen tikler kaygı duygusu giderildiğinde tamamen geçebilmektedir. Devamlılığı olan tiklere ise kronik tikler denmektedir. Eğer çocukta tik davranışı bir yıldan fazla sürerse geçici tikler gibi kaygının ortadan kalkmasıyla son bulmaz. Bu nedenle kronik tiklerin tedavisi için profesyonel yardım gereklidir.**

Yukarıda belirttiğimiz sıklıkla rastlanan tikler tamamen anlamsız, ani ses ve hareketlerdir ve bunlar çoğunlukla sık sık aynı şekilde tekrar edilirler. Bunun yanı sıra zıplama, burna dokunma, başka insanlara dokunma, kendine zarar verme, başkalarının söylediklerini tekrar etme gibi nadir görülen kompleks tiklerde mevcuttur. Bu kompleks tik bozukluğuna Gilles de la Tourette Sendromu da denir. Bu sendromun diğer tik bozukluklarından farkı tuhaf ve karmaşık olmalarıdır.

Çocukluk Döneminde Tikler Hangi Sebeplerden Dolayı Ortaya Çıkar?

Tikler genellikle iç gerilimlerin ve yaşanan kaygı durumlarının öncüleri veya somut belirtileridir.

Çocuğun istemsiz yaptığı her davranış aslında kendi iç geriliminden kurtulma çabasıdır. Tiklerin diğer bir nedeni ise taklittir. Çocuklar, Bandura'nın sosyal öğrenme kuramına göre gördüklerini yapma ve uygulama eğilimindedirler. Bu nedenle çocuklar bazen anne, baba, öğretmen ya da oyun arkadaşlarının bazı hareketlerini taklit ederken onların bazı davranışlarını edinebilirler. Daha sonra bu davranış alışkanlık haline gelip sık sık yapılması sonucunda tik gelişimi söz konusu olabilir.

Tiklerin oluşumunda iç gerilim ve kaygı hissi yaratan çevresel faktörlerin yanı sıra genetik faktörlerin de rolünün olduğu düşünülmektedir.

Araştırmalar yakın akrabalarında tik olan çocuklarda tiklere daha sık rastlandığını göstermektedir. Çocuğun cezalandırılması, çocuğa uygulanan fiziksel, sosyal ve psikolojik şiddet, çocuktan akademik beklentinin fazla olması, çocuğun sürekli kardeş veya arkadaşlarıyla kıyaslanması, çocuğa yeterli ilgi ve sevginin gösterilmemesi gibi faktörler de çocuğun stres durumunu artırıp tik oluşumuna ve bu durumlarda tiklerin sıklıkla tekrarlanmasına neden olabilir.

Tiklerin ortaya çıkmasına zemin hazırlayabilen diğer faktörler ise kardeş kıskançlığı, küçük yaşlardan itibaren süregelen kaygı ve korkular ve özgüven eksikliği olabilmektedir. Bazı tikler ise kronik hastalıklar sonucu ortaya çıkabilmektedir. Burun akıntısı, göz bozukluğu, eklem ağrısı gibi kronik hastalıklara bağlı olarak çocukta bazı tepkisel davranışlar oluşabilir ve bunlar istemsiz yapılan davranışlar haline gelebilir. Örneğin, sürekli göz kuruluğu yaşayan biri gözlerini ovma gereksinimi hissedecektir. Zamanla göz ovma alışkanlığı, göz kuruluğu problemi ortadan kalktıktan sonra da devam edebilir.

Tikleri tedavi etmek mümkün müdür?

Çocukluk döneminde görülen tiklerin çoğu çocuk yetişkin olmadan tamamen kaybolur. Ancak az da olsa çocukların bir kısmında tikler yetişkinlik döneminde de kalıcı olabilir. Tiklerin kalıcı olmasını önlemek adına erken müdahalede bulunulup okul psi-

kolojik danışmanıyla iletişime geçmekte fayda vardır. Aile, öğretmenler ve okul psikolojik danışmanı iş birliği ile öncelikle çocukta iç gerilime sebep olan çevresel ve psikolojik faktörleri ortadan kaldırmalı ve çocuğun tiklerinin hangi durumlarda ve ne sıklıkla olduğunu gözlemlemelidirler. Buna ek olarak tike neden olan faktörün çocuğun fiziksel ya da kronik bir hastalığından kaynaklanıp kaynaklanmadığını anlamak için hekimden destek alınmalıdır. Bu müdahale ile kısa sürede tik ortadan kalkmazsa psikiyatrist ve klinik psikologdan destek alınmalıdır. Tike neden olabilecek organik etkenler söz konusu ise psikiyatrist ilaç kullanılması talebinde bulunabilmektedir. Tiki oluşturan nedenler ruhsal kökenli olduğu takdirde klinik psikolog ya da uzman psikolojik danışmanlar tarafından oyun terapisi, psikodrama, bireysel psikoterapi ya da grup terapisi yoluyla tedaviler uygulanmaktadır.





Aileler Çocuğa Nasıl Yaklaşmalıdır ve Hangi Adımları İzlemelidir?

- Tiklerin istem dışı yapıldığı unutulmamalı ve tikin gözlemlendiği durumlarda kızgınlık ve eleştiri ile karşılık vermeyin ve “Yapma!”, “Dikkatli ol!”, “Yine başladın!” ve “Dur!” gibi ifadeler kullanmayın. Böyle davranıldığı takdirde çocuğun çaresizlik hissi daha fazla artacak bu durum kaygı ve suçluluk duygusunu arttıracaktır. Bu iç gerilim ise tiki bir kısır döngü haline getirip tikin kalıcı olmasına zemin hazırlayacaktır.

- Tik benzeri tekrarlayıcı hareketler görüldüğünde çocuğun bu hareketlerine dikkat edildiğini hissettirmemek çocuğu rahatlatacaktır.

- Çocuğunuzda tik benzeri hareketler gördüğünüz anda çocuğunuza hissettirmeden bu hareketin ne olduğunu tanımlamaya çalışın ve çocuğunuzun bu hareketi hangi koşullarda ve hangi duygu durumunda yaptığını tespit etmeye çalışın.

- Çocuğunuzda gözlemlediğiniz tike sebep olacak fizyolojik nedenler ya da kronik bir rahatsızlık olup olmadığını tespit etmek adına hekime başvurun.

- Okul psikolojik danışmanı ve sınıf öğretmeni ile tik benzeri davranış gördüğünüz anda tik olup olmadığından emin dahi olmasanız hemen iletişime geçin, gözlemlerinizi ve hekime başvurduysanız hekimden aldığınız bilgileri paylaşın. Öğretmeni ve okul psikolojik

danışmanını bilgilendirmek aynı zamanda sınıfta ve okul ortamında çocuk için destekleyici bir çevre sağlanmasını sağlayacaktır.

- Tikler çocukta dikkat dağınıklığına sebep olup çocuğun okul başarısını olumsuz açıdan etkileyebilir. Bu yüzden dikkat konusunda da uzman desteği alınabilir.

- Tikler çocukta dürtüsellik, sosyal iletişim sorunu ve öfke kontrolünde zorluğa neden olabilir. Bu konuda destek için çocuğa destekleyici çevre sunmak, okul ortamında okul psikolojik danışmanı tarafından bireysel görüşme yapılması ya da sosyal beceri çalışmaları yapılması etkili olacaktır. Buna ek olarak uzman psikolojik danışman ya da klinik psikologdan grup psikoterapisi, oyun terapisi ya da bireysel psikoterapi desteği almak süreci daha verimli hale getirecektir.

- Öğretmenler, okul psikolojik danışmanı, aile ve sağlık uzmanlarının uyumlu, iletişim ve işbirliği halinde olmaları süreci hızlandıracak ve olumlu açıdan etkileyecektir.

- Eğer çocuğunuz okul çağında değilse bir klinik psikologdan ya da uzman psikolojik danışmandan yardım alın.

- Tikler stres durumunda artarlar. Çocuk oyun oynarken, sevdiği bir çizgi filmi izlerken ya da evcil hayvanı ile vakit geçirirken tiklerinde azalma ya da yok olma gözlemlenebilir. Bu nedenle çocuğa kendisini rahat hissedebileceği ortamlar sağlayın.

- Destekleyici ebeveyn tutumu sergileyin. Çocuğunuzun içsel gerilimini çözebilmesi için öncelikle onu ifade etmesi gerekir. Duygularını ifade etmesini sağlayabilmesi için çocuğa yardımcı olun. Çocuğa her koşulda kabul edildiğini, sevgiye layık olduğunu ve özel olduğunu hissettirin.

- Çocuğun bütünüyle kendisi olduğu tek an oyun anıdır. Çocuk oyun esnasında gerçek hayattan getirmiş olduğu duyguları yansıtmaya ve bastırmadan yaşama fırsatı bulur. Çocuğa kendini rahat hissedebileceği oyun ortamları ve çocuğun tikiyle alay etmeyen akran gruplarıyla oyun oynama fırsatı sunun.

- Tiki olan çocuk kontrol edememenin verdiği güçsüzlük hissini yaşar. Bu hissi ortadan kaldırmak adına çocuğunuzun yetenekleri doğrultusunda sosyal etkinliklere yönlendirip çocuğunuzun kendine olan güvenini tekrar kazanmasını sağlayın.

- Anne- baba olarak uzun soluklu olabilecek bu süreçte siz de doğal olarak kaygılanacaksınız. Çocukların sizin duygularınızı hemen fark edip onları sünger gibi içine çekme özelliklerinin gelişmiş olduğunu unutmayın ve kaygınızı hissettirmemeye çalışın.

- Çocuğunuzla tikleri konusunda eleştirel, kontrolcü ve

uyararak konuşmadığınız sürece konuşmaktan çekinmeyin. Çocuğunuz da tiklerinden oldukça rahatsız ve bu konuda çok utanıyor olabilir. Bu konuda çocuğunuzun duygularını yansıtmaya olanak tanıyın. Çocuğa bu durumun çocuğun elinde olmayan bir şey olduğunu belirtin, insanların bu yaşlarda tiklerinin olabileceği ve bunun yardımıyla aşılabilecek ve zamanla geçebilecek bir şey olduğunu söyleyerek çocuğu şefkatle rahatlatmaya çalışın.

- Tüm aile üyeleri olarak ortak ve destekleyici tutum sergileyin. Bu konuda çocuğun varsa kardeşi, ablası ve ağabeyi ile konuşun. Çocuğa nasıl davranılması gerektiği konusunda bilgilendirin. Bu konuda çocuğun alay konusu olmasını ve etiketlenmesini engelleyin. Çocuğun hala, teyze, dayı, amca, dede, büyükanne gibi yakın akrabalarını da bu konuda bilgilendirin. Huzurlu, kendini güvende hissettiği bir ev ortamı sağlamaya çalışın.

- Tiklerin hayatın stresli dönemlerinde tekrarlayabilme ihtimalleri vardır. Tiklerin tekrarlaması durumunda umutsuzluğa kapılmayın, sabırlı ve anlayışlı olun, çocuğun nörolojik incelemeden de geçmesi adına hekime başvurun ve ek olarak alanında uzman kişilerden psikolojik sağlık hizmeti alın.



OKUL ÖNCESİ ÇOCUKTA PSİKOLOJİK GELİŞİM



Sağlıklı çocuklar için beklenmekte olan birtakım fiziksel ve motor gelişim süreçleri vardır. Okul öncesi psikolojik ve sosyal gelişim açısından "kritiktir." (Bierman,1987).Bunun yanında çok sıklıkla gözardı edilebilecek olan ruhsal gelişimin de bu süreçte önemi büyüktür. Psikolojik ve sosyal gelişimin birbirine oldukça bağlı olduğu düşünülürken,çocuğun gelişimindeki psikolojik etkenler üzerinde biyolojik olgunlaşma ve çevre faktörleri de aynı oranda etkilidir.

Bebeklikten 6 yaşa kadar süregelen temel gelişim sürecinde esas konu çocuğun inisiyatif elde etme çabasıdır. Bu sebeple de çocuk ve aile arasında yaşanan temel çatışma konusu genellikle çocuğun "evi yönetme ve hükmetmesi" şeklinde gözlemlenmektedir. Okul öncesi dönemde benmerkezci düşünce temel olurken; çocuğun dikkat ve odağı ebeveyn üzerindedir. Okul öncesi dönem, çocuğun gelişiminde hızlı değişikliklerin olduğu bir dönemdir. Bilişsel ve sosyal becerilerin

temeli bu dönemde atılır. Çocuğun dil becerilerinde dikkat, bellek ve kendini kontrol alanlarında da önemli ilerlemeler görülmektedir.

Uzmanlar tarafından "altın değerindeki yıllar", olarak değerlendirilen okul öncesi dönem anne-babalar için bazen çok eğlenceli ve sürprizli, bazen adeta ergenlik dönemini yansıtan çatışmaların sıklıkla yaşandığı, zorlayıcı bir dönem şeklinde yaşanabilmektedir. Yoğun bağımsızlık arzusu bu dönemde oldukça sık gözlemlenmektedir. Gerçekten izin vererek bağımsızlığı gözetmek ve güvenliğini etkileyebilecek durumlara karşın sınır koymak, gelişim desteği açısından gereklidir. Yoğun bir günün ardından ona sarılmak istediğinizde oyunundan kopmak ya da kendi dünyasından çıkabilmek onun için kolay olmamaktadır. Kimi durumlarda bazı şeyler konusunda çocuklar kendilerini sorumlu hissedebilirler. Bu benmerkezci düşünce yapısından kaynaklıdır. Örneğin: Anne babam benim yüzümden mi tartıştı vb.

Çocuklar okul öncesi dönemde duygularının esiri olurlar ve herhangi bir konuda sabırsız davranırlar, farklı duyguları ayırt edebilseler de bu duygular üzerinde kontrolleri oldukça azdır. İsteklerini erteleme, dürtü kontrolü gelişmemiştir; bir şeyi istiyorsa o hemen olmalıdır, yoksa gözü bazen gerçekten hiçbir şeyi görmemektedir. Duygular bu dönemde genellikle söze değil eyleme dökülür (vurma, ısırma, atma). 4 yaşta ve sonrasında gelişen beyin aktiviteleri sayesinde sözel ifade, oto kontrol becerileri oturmaya başlar. Çocuk duygusal patlamalarla bunların sonucunda gelişebilecek negatif olaylar arasında ilişki ve empati kurmaya başlar.

YAŞ GRUPLARI VE GENEL ÖZELLİKLERİ:

4 Yaş:

Çocuğun kavrama gücü gelişmiştir. Karşı gelme ve kaba üslup bu döneme hakim olurken, oyunlarda sıklıkla

kavga, tekme atma, tükürme, yüksek sesle ağlama, gülme dönemin başlıca özellikleridir.

5 Yaş:

Kendine yeten, sosyal ve uyumlu hale gelen çocuk, huysuzluk dönemini geride bırakmıştır. İnsan ilişkilerinin güçlenmesiyle görünümü farklılaşmıştır. Dil becerisi oldukça güçlüdür. Annesi onun için dünyanın merkezidir. Uzun cümleler kurar, çok konuşur. Bu dönem genelde yorgunluğun hırçınlığa dönüştüğü ve sevilip sevilmediğine dair çocuğun sorgulamaya girdiği bir dönemdir.

6 Yaş:

Tembel ve kararsızdır. Bu dönemde bireysel oyunlar, grup oyunlarına dönmeye başlamıştır. Hareketlilik artarken, başarı ve başarısızlık duyguları arasında gidip gelmeler sıklıkla yaşanmaktadır. Sorumluluklar artar, dikkat süresi uzar, en iyi olmak çocuk için çok önemlidir.



ÇOCUKLARDA DOYUM ERTELEME BECERİSİ

Çocuklarda hedefe giden yolda bekleyebilme becerisi ve hazzı erteleyebilme çok önemli bir konu olmakla birlikte ilerleyen yaşlarda da farklı sıkıntıları doğurabilmektedir.

Yaşamda başarılı olmak için, öncelikle, anında doyuma ulaşma arzusunun akılcı yollarla üstesinden gelebilmesi insan. Günümüzde insanlar her şeye sahip olmak istiyor. Bunun nedeni kişinin kendinin denetleme becerisiyle birlikte kişinin gösterdiği sabır ve tahammül becerisiyle alakalıdır. **Peki günümüzde anlık doyumlara odaklı insanlarla dolu bir dünyada çocuklarımızda bu denetimi nasıl sağlayabiliriz?**

Her anne baba çocuklarının hayatta başarılı, çalışkan, güçlüklere karşısında yılmayan, pozitif, güvenilir bireyler olarak topluma faydalı olmasını ister. Birçoğunun çocuğu büyüdüğü zaman onun nasıl bir birey olmasını istediği konusunda az çok fikri vardır. Çocuklarımızın yaşadığı tahammülsüzlük ve sabırsızlık karşısında aileler olarak ne yapacağımızı bilmek ve ona göre davranmak önemli bir konudur.

Yapılan araştırmalar sonucunda çocuklara sabretmeyi, beklemeyi ve o bekleme sürecini nasıl yöneteceğini öğretmek; daha güçlü, daha strese toleranslı, sadece sosyal ve duygusal anlamda değil, akademik anlamda da güçlü bireyler yetiştirdiğini kanıtlanmıştır.

Dünyada ilk defa Colombia Üniversitesi'nde Walter Mischel tarafından 1970 yılında uygulanan "Marshmallow Testi" diğer adıyla "Zevki Erteleme Becerisi Testi" 40 yıldır 4-6 yaşları arasındaki anaokulu çağındaki çocukları kendilerini kontrol etme ve duygularını yönetme becerilerini ölçmek için yaygın olarak kullanılıyor.

Bu test şu şekilde uygulanıyor. Deneyi yapacak kişi önce

çocukla bir odada bulunuyor. Çocuk için oldukça baştan çıkarıcı olan bir çikolatayı çocuğun önüne koyuyor. Çikolatanın yanında bir de zil bulunuyor. Ve şöyle diyor. "Şimdi burada bir çikolata var. Benim dışarıda biraz işim var eğer ben gidip dönene kadar beklersen sana bir çikolata daha vereceğim. Ama beni beklemeden bunu yersen sadece 1 çikolata alacaksın. Ve zili çalıp bana haber vereceksin." Deneyi gerçekleştiren kişi daha sonra sınıftan çıkıp dışarıda çocuğun davranışlarını gözlemliyor. Çocuk çikolatayı yerse zili çalıp uygulayıcıya haber veriyor ve uygulayan kişi odaya dönüyor ve çocuğa sadece 1 çikolata veriyor.

Peki, çocuk odada bu çekici çikolata ile baş başa kaldığı sırada neler oluyor dersiniz? Deneyi yapan kişi daha odadan çıkmadan çikolatayı mideye indirenler mi ararsınız, yoksa kendini tutup söz verilen ikinciyi kazanmak için odada dikkatini dağıtmak üzere gezinen, koşan, şarkı söyleyen çocuklar mı? Çikolatayı sürekli eline alıp bırakanları mı yoksa biraz bekledikten sonra pes edip yiyenleri mi? Bunların hepsini görmek mümkün. İşte bu sırada deneyi yapan kişinin odaya geri dönmesini bekleyen sabırlı çocuklarla, onun gelmesini bekleyemeyip çikolatayı yiyen çocuklar arasındaki farka bakılıyor.

Zevki Erteleme Testi ile aslında iki önemli şey gözlemleniyor. Bunlardan birincisi kendini kontrol edebilme becerisi diğer ise bunun ne kadar uygulanabilir bir şey olduğu. Yani çocuğun hem güdülerini kontrol etmesi hem de beklerse daha iyisini kazanmanın mantıklı olduğunu düşünüp karar verebilme becerisini göstermesi bekleniyor. İşin içinde hem duygu hem de mantık var.





Peki ya bu çocuklar büyüdüğünde beraber ne oluyor? Bu araştırmayı çocuklar küçükken yapıp sonra zevki erteleyebilenler ve erteleyemeyenler arasındaki akademik başarı durumuna bakılıyor. Sonuçlar oldukça çarpıcı. Bu testi geçen ve zevki erteleyebilen çocuklar, erteleyemeyenlere göre akademik açıdan daha başarılı ve SAT gibi sınavlarda, daha yüksek skor alıyorlar. Madde-alkol bağımlılık riskleri daha az ve ebeveynlerinin raporlarına göre sosyal becerileri daha iyi. Oldukça şaşırtıcı değil mi? Alt tarafı bir çikolata değil mi diye düşünebilirsiniz.

Peki bu çocuklar erteleme becerilerine göre nasıl farklılaşıyorlar? 25-30 yaşlarına geldiğimizde “erteleme becerisine sahip kişilerin” uzun erimli hedeflere ulaşma konusunda daha başarılı olduklarını, bu kişiler arasında uyuşturucu kullanımının daha az ve eğitim düzeylerinin daha yüksek olduğunu, beden kitle indeksinin de daha düşük olduğunu gördük.

2009 yılında bu kişilerin beyinlerini taramadan geçirdiğimizde, beynin sorun çözme, yaratıcı düşünce ve dürtüsel davranışların denetimiyle ilgili prefrontal korteks bölgesinde daha yoğun bir etkinliğe tanık olduk. Öyle ki, küçük yaşta doyumunu ertelemeyi öğrenmek ile erişkinlikte başarılı olmak arasında karşılıklı bir ilişki söz konusu.

Hazzı erteleme alışkanlığını edinememiş bireyler, parlak olmayan bir öğrenim hayatının ardından, başarılı olunamayan bir çalışma hayatı ve yaşamın zorlukları ile baş başa kalırlar. Öğrenmenin her zaman bir yolu vardır, yeter ki kendimizle barışık olalım, değişim alanımızı tespit edelim ve sonunda ulaşacağımız büyük ödülü düşünerek hayatın üstüne üstüne gidelim, yani bu kez “hazzı erteleyelim”.

Sonuç olarak, çocuklarınızı mutlu etmek için onların her istediğini hemen yapmayın. Beklemeyi, sabretmeyi, bunun için çaba harcamayı ancak sizden öğrenebilirler. Çocuklarımıza her istediklerini yaparak şekerlerini hemen tüketenlerden olmasına izin vermeyelim. Bu bizim elimizde; her türlü iyi alışkanlık gibi hazzı erteleyebilmek de öğrenilebilen bir alışkanlıktır.

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMDE MODELDEN ÖĞRENME VE ALGILAYARAK ÖĞRENMENİN ÖNEMİ

Yaşam öğrenmelerle doludur. Bilginin sonsuzluğunda, bilgiye ulaşma kaynakları da arttıkça siz anne babalar, biz eğitimciler öğrenmeyi öğrenmenin gerekliliği ile karşılaşmaktayız.

Nasıl öğrendiğimizi bilmek için ise zihnimizde gerçekleşen işlemleri, bilişsel işlevleri bilmek gereklidir.

Algılama, karşılaştırma, benzerlik ve farklılıkları ayırt etme, bilgiyi kodlama, sınıflandırma, gruplama, geri çağırma ve bellek gibi bilişsel işlevler öğrenmenin ön koşulunu oluşturmaktadırlar.

Bu işlevlere dair ne kadar erken yaşta bilgi sahibi olursak bireylerin o kadar erken yaşlardan itibaren öğrenmeyi öğrenmelerinde onlara destek olabiliriz.

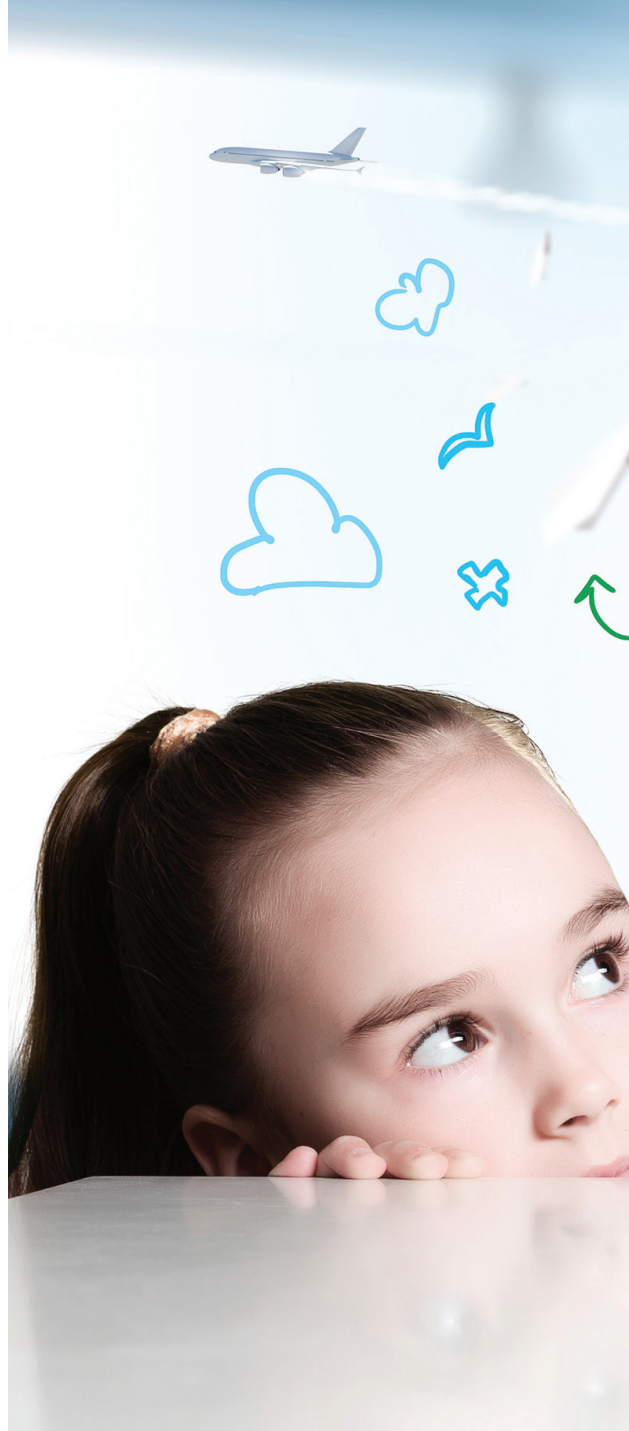
Bu nedenle; Okul öncesi dönem çocuklarının bilişsel işlevlerinin değerlendirilmesi, bu alanda ihtiyaç duydukları desteğin belirlenmesi ve sağlanması bakımından oldukça önemlidir. Erken tespit ve müdahale gelişimin seyri açısından önemlidir.

AREL Koleji Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik birimi olarak çocuklarda öğrenme sürecinin nasıl gerçekleştiğini ve her çocuğun bireysel farklılığını dikkate alarak öğrenmenin çeşitliliğini yakından takip ediyoruz. Pass Teorisi ve Cas testi bu konuda bize çok önemli veriler veriyor.

Yukarıda yer alan sonuçlar aşağıda yapılan deneylerle kanıtlanmıştır:

- Yuva çocuklarının bir grubuna saldırgan davranışların ödüllendirildiği bir film,
- Diğer bir gruba saldırgan davranışların onaylanmadığı bir film,
- Kontrol grubuna da nötr bir film gösterilmiş.

Sonuçta saldırgan davranışların ödüllendirildiği filmi seyreden yuva çocuklarının daha sonra saldırgan davranışlarda bulunduğu, diğer gruptaki çocukların saldırgan davranışta bulunmadıkları görülmüştür.





Günümüzde çocuklarımızın maruz kaldığı televizyon, telefon, tablet, bilgisayar vs. teknolojik araçları düşün-
düğümüzde anne ve babalara da bu konuda oldukça fazla görev düşmektedir.

Çocuğu ekranla baş başa bıraktığımızda çocuk oradaki bilgiyi farkında olmadan öğrenir. Fakat çocuğun izlediği şeye anne ve baba eşlik eder ve gerekli açıklama ve müdahaleleri yaparsa durum elbette değişir.

Aynı şekilde hayvanlar üzerinde yapılmış araştırmalar vardır:

- Anneleri ile büyüyen ve annelerinin fareleri yakalayıp öldürdüğünü gören yavru kedilerin %86'sı fareleri yakalayıp öldürmüştür.

- Doğduktan sonra annelerinden ayrı büyüyen kedilerin %46'sı fareleri gördüklerinde öldürmeye teşebbüs etmişlerdir.

- Doğduktan hemen sonra farelerle birlikte yaşayan kediler fareleri öldürmemişlerdir. Yine araştırmalarda; evde azarlanan, dövülen, dinlenmeyen çocukların, daha çok televizyondaki saldırgan sahneleri olan filmleri seyretmeyi tercih ettikleri görülmüştür.

Eğer televizyondaki saldırgan davranışlar sonuçta onaylanmazsa, saldırgan davranışların ortaya çıkmasına neden olmamaktadır.

Çocukların hoşgörüsüz davranmalarına en büyük neden, anne-babaların birbirlerine karşı kırııcı, hoşgörüsüz davranmalarını görmeleri, aynı zamanda anne-babalarının kendilerine karşı hoşgörüsüz, kırııcı, azarlayıcı davranmalarıdır.

Eğer çocuklar azarlanır, dövülür, hakir görülür, cezalandırılırlarsa kendilerini değersiz bulurlar. Kendini değersiz bulan bir kişi de başkalarına karşı saldırgan davranır. Saldırganlıkta, genelde kendine zarar veremeyecek kişilere ve objelere yönelmektedir.

Örneğin, çocuk saldırganlığını sınıfındaki zayıf, bedenen güçsüz arkadaşına, kendinden küçük sınıftaki çocuklara ya da hayvanlara, objelere yöneltecektir.

Çocuk anne ve babanın birbirlerine karşı ve kendisine karşı olan iletişim şeklini model alacaktır. Orada

yaşadığı duyguları kendi ruhsal dünyasında doğru olarak algılayacak ve arkadaşlarına, çevresine karşı o gözlemediği ve doğru olduğuna inandığı şekilde davranacaktır.

Son yıllarda saldırganlığın nedenleri üzerinde çok şey yazıldı. Ama neden-sonuç açısından ele alındığında, saldırganlığın kökeninde sevgisizlik olduğu görüldü.

Sevgi en geniş anlamda, "insanları birbirine yaklaştıran olumlu ve iyi duyguların tümü" dür. İnsanoğlu sevmeye yeteneğini seville seville kazanır. Sevmeden önce seilmeyi öğrenir.

Çocukluğunda sevgiye doymamış insanın dengeli bir kişilik geliştirmesi de başkalarını sevmesi de olanaksızdır. Kişi yeterince almadığını başkaları ile paylaşamaz.

Çocuklukta sevginin anne-baba gibi iki kaynaktan alınması önemlidir. Denilir ki yaşamda en yüce mutluluk sevildiğini bilmektir. Çocuklar için önemli olan sevildiğini hissetmektir. Bu bakımdan çocuklar arasında karşılaştırma yapmanın yıkıcı etkisini burada belirtmek gerekir. Her ana-babanın başvurmadan edemediği bu yöntem, sanıldığından daha sakıncalıdır.

Ana-babalar çocuğun bu yolla kıymıdanıp çabasını artıracığını sanırlar. Oysa istenenin tam tersi sonuç alınır.

Çocuğun anne-babası ile ilişkileri iyi ise anne babasının değer yargılarını ve görüşlerini, benimsiyor. Anne-babası tarafından azarlanıyor, kabul görmediğini ve yeterince sevilmediğini hissediyorsa çocuk karşı davranışları tercih ediyor.

Anne-babanın yanı sıra öğretmenlerin de çocuğun kişilik gelişiminde algı ile öğrenmelerinde rolü vardır. Çocuk günde 6-7 saat öğretmenleriyle beraberdir. Öğretmenleri onun sosyal-duygusal-zihinsel gelişimine olumlu yönde etki edebilir. Bunun bilincinde olarak çocuğa yaklaşmak son derece önemlidir.

Sonuç olarak, çocuk yaşadığını yansıtır. Algıladığı gibi dünyayı tanır. Doğru ve yanlış bu doğrultuda seçer. Yaşamını da çevresinde model aldığı kişiler kanalıyla onlar gibi davranarak devam ettirir. Bu yüzden önce çocuklarımızdan sonra da, her birimiz birbirimizden sorumluyuz.

OKUL ÖNCESİNDE BABA VE ÇOCUK İLİŞKİSİ

Okul öncesi dönemde çocuğun eğitimi konusunda aile oldukça önemli bir yere sahiptir. Bu dönemde ebeveynlere büyük sorumluluklar düşmektedir. Daha çok annenin çocuk üzerindeki sorumluluklarının ele alındığı bu dönemde babanın sorumlulukları göz ardı edilebilmektedir. Diğer pek çok kültürde olduğu gibi bizim kültürümüzde de çocuğun eğitimi, bakımı ve terbiyesi daha çok anne tarafından verilmektedir. Durum böyle olunca anne ve çocuk arasındaki etkileşim oranı da artmaktadır.

Çocuğun tüm sorumluluğunun annede olduğu ailelerde babanın sürece dahil olması genellikle ikinci yılda veya ikinci yılın sonlarına denk gelmektedir. Bebeklik döneminden çıkan çocuk hareketli yapısı ve yarım konuşmalarıyla babanın dikkatini çekmeye başlar. Ancak yapılan araştırmalar bu sürecin daha erken başlaması gerektiğini ortaya koymuştur. Uzmanlar babaların da en az anneler kadar çocuk gelişiminde önemli olduğunu ifade etmişlerdir. Babanın çocuğa olan ilgisi, şefkati ve sevgisi çocuk daha anne karnındayken başlamalıdır. Anne hamilelik sürecinde ve doğum sonrasında babanın desteğine ihtiyaç duymaktadır. Yükünü eşiyile paylaşan bir anne daha mutlu olur ve çocuğuna sevgi, güven duygularını kolayca aşılayabilir.

Çocuklar dünyaya geldikleri günden itibaren baba sevgisine ihtiyaç duyarlar. Çocuklar için babalarının kucağında olmak güvende hissettirir. Baba çocuk ilişkisinin erkenden kurulması küçük yaştan itibaren anne modeline ek olarak baba modelinin de tanınmasına imkan sağlar ve çocuk annesi dışında da bir modelin olduğunun farkına varır. Böylece çocuk, annesinin dışında da bir dünya olduğunun bilincine varmaktadır. Çocuk dış dünyada geçerli olan kuralları, hak ve sorumlulukları, saygı, itaat

ve otorite kavramlarını babasından öğrenir. Çocuğun babasıyla kurduğu ilişki sosyal ilişkilerine yansiyacaktır. Çocuğun dış dünyada başarılı ilişkiler kurabilmesi ve güvende hissedebilmesi için babasıyla olan ilişkisinin sağlıklı olması oldukça önemlidir. Çocuklar babalarından korkmamalı ancak çekinmelidir. Çünkü çocuklar korktukları birini asla model olarak almayacaktır.

Baba her şeyden önce anne ve çocuk için güven kaynağıdır. Çocuk babayı her şeyi bilen, güçlü biri olarak tanımlamaktadır. Çocuğun gözünde bu kadar güçlü olan baba hayranlık duyulan bir modeldir. Babasının güçlü olduğunu düşünen ve ona hayranlık besleyen çocuk babadan aldığı sevgi ve ilgi sayesinde babasından korkmaz ve baba otoritesini kabul eder, babasının koyduğu kurallara uygun davranmaya çalışır ve kendi davranışlarını değerlendirme konusunda başarılı adımlar atmaya başlar. Tüm bunların yanı sıra öz eleştiri becerisi gelişir ve başkalarını idare etmeyi öğrenir.

Çocuğun gelişim sürecinde babanın etkin rol alması gelişimin her alanında olumlu sonuçlar alınmasına yardımcı olacaktır. Babasından ilgi ve sevgi gören çocukların sosyal ilişkilerinde daha uyumlu oldukları ve önderlik becerilerinin daha gelişmiş olduğu bilinmektedir. Çocuğun gereksinim duyduğu uyarınları sağlayan en önemli kişi babadır. Bu sebeple çocuğun zihinsel gelişiminde babanın etkisi oldukça fazladır. Babalar çocuklarının bağımsız davranmasına ve çevreyi keşfetmesine izin vermelidir. Babanın çocuğunu destekler bir pozisyonunda olması ve gerekli durumlarda onu cesaretlendirmesi çocuğun zihinsel gelişimini olumlu yönde etkileyecektir. Babalar çocuklarıyla oyun oynamalı, onlarla sohbet etmeli, kitap okumalı ve tensel temastan kaçınmalıdır.



Cinsel Gelişimde Babanın Rolü

Çocuklardaki cinsel kimlik seçimi üç yaş civarında başlamaktadır. Çocuklar farkında olmadan anne ve babalarını gözlemler. Erkek ve kız çocuklarında fiziksel farklılıklar olmasına rağmen sağlıklı bir cinsel kimlik gelişimi anne ve babanın model alınmasıyla gerçekleşir. Erkek çocuk babasını gözlemler, takip eder ve erkeklerin nasıl davrandığını öğrenmeye çalışır. Babanın problemler karşısında verdiği tepkiyi, evdeki kuralları uygulama yöntemini izler ve babasıyla özdeşim kurar.

Bu özdeşleşme çocuğun ilerleyen yaşlardaki gelişimi için oldukça önemlidir. Babasıyla yeterince paylaşımda bulunamayan erkek çocuklarının ergenlik ve yetişkinlik dönemlerini diğer çocuklara oranla daha zor geçirdikleri bilinmektedir.

Babanın rolü daha çok erkek çocuğun cinsel rol gelişimi için önemli gibi gözükse de kız çocuklarının gelişiminde de oldukça önemli bir yere sahiptir. Baba kız çocuğunun tanıdığı ilk erkektir. Bu sebeple babayla kurulan ilişki ergenlik ve yetişkinlik döneminde karşı cinsle kurulacak olan ilişkilerin kalitesini belirleyecek nitelikte olabilmektedir.

Disiplin Uygulamaları

Geleneksel aile yapısında baba, otoriteyi temsil eder. Son yıllarda, aile içindeki rollerin değişmesi ile birlikte otoriter baba modeline daha az rastlanır olmuştur. Otoriter baba modeli, yerini arkadaş babalara bıraksa da, babanın çocuk gelişimindeki rolü düşünüldüğünde, kurallar ve disiplin, akla gelen temel kavramlar arasındadır. Ebeveynlerden birinin diğerine göre güçlü ve baskın olması, ev içindeki iletişim kadar çocuğun kişilik gelişimini de olumsuz etkiler. Annelerin, çocuk ile ilgili düzenlemeler ve sorumluluklar konusunda fazla rol aldığı durumlarda baba, uzakta kalan ebeveyn olarak algılanır. Anne; çocuğun beslenme düzeninden uyku düzenine, arkadaş ilişkilerinden ders çalışma becerilerine kadar, her alanda çocuğu takip etmeye çalışırken, bazen etkinliğini ve otoritesini kaybetmiş gibi hissedebilir çünkü çocuk her konuda anneden aldığı uyarılara bir süre sonra

alışıp tepki vermemeye başlar. Anne, yemeğe gelmesi için 10 kere seslenirken, baba bir kez çağırdığında çocuk masaya gelir. Bunun nedeni; daha az gördüğü, yeterince zaman geçiremediği babasını mutlu etmek, onun olumlu ilgisini almak ya da karşısında baskıcı bir baba figürü varsa, onun yıkıcı öfkesinden kaçmak olabilir. Disiplin, sadece olumsuz davranışlara engel olmak için ceza vermek değil; kişinin kendi davranışlarının yarattığı sonuçların farkında olmasıdır. Bu nedenle ev içinde, eşinizle tutarlı yaklaşımlarda bulunmanız, olumsuz davranışlar söz konusu olduğunda, bu durumu çocuğunuza uygun dille anlatmanız, istediğiniz davranışları olumlu geri bildirim yoluyla pekiştirmeniz, uygun disiplin yaklaşımlarının temelini oluşturur. Baba olarak rolünüz, akşam eve gelince şikâyet edilecek otorite figürü olmamalıdır. Çocuğunuzu dinleyip uygun ve doğru davranışları öğretir, olumlu davranışlarını çekinmeden (aman şimdi aferin dersek şımarır diye düşünmeden) pekiştirirseniz çocuğunuzla aranızdaki ilişki çok daha verimli olur.

Babanın Çocuğuyla İletişiminde Dikkat Etmesi Gerekenler

- Çocuğa sevgi, ilgi gösterilmeli ve işten sonra zaman ayrılmalıdır.
- Sevginin içten ve koşulsuz olduğu çocuğa hissettirilmelidir.
- Çocuğun sorumluluğu ve ihtiyaçları anneye paylaşılmalıdır.
- Bebeklik döneminde temel ihtiyaçların karşılanması konusunda anneye işbirliğine girmelidir.
- Baba, davranışlarıyla çocuğa örnek olmalıdır.
- Çocuğun başarılarını, çabalarını, olumlu yanlarını fark etmeli ve başarısızlıkları karşısında yapıcı, sabırlı ve sakin kalabilmelidir.
- Sık sık oyuncak almak yerine çocukla sohbet etmek, oyun oynamak ve onu kucaklamak her iki taraf için de daha doyurucu olacaktır.
- Babanın çocuğun duygusal ihtiyaçlarıyla ilgilenmesi oldukça önemlidir.

- Erden, G., Kurdoğlu, F., ve Uslu, R. (2002). İlköğretim Okullarına Devam Eden Türk Çocuklarının Sınıf Düzeylerine Göre Okuma Hızı ve Yazım Hatalarının Geliştirilmesi. Türk Psikiyatri Dergisi, 13 (1), 5-13.
- Korkmazlar, Ü (1999) . Özel öğrenme bozukluğu (Öğrenme güçlüğü), Ben Hasta Değilim. A. Ekşi (Ed), İstanbul, Nobel Kitabevi, s.285-295.
- Saenz, L. M., Fuchs, L.S., & Fuchs, D. (2005). Peer-assisted learning strategies for English language learners with learning disability. Exceptional Children, 71(3), 231-247.
- Wong, B. Y. L. (1998). Learning about learning disabilities. San Diego: Academic Press.
- Yavuzer, H. (2000). Okul Çağı Çocuğu. İstanbul: Remzi Kitabevi.

ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ

Öğrenme yaşam boyu devam eden, sadece yeni bir beceri kazanma ya da akademik bir konuda uzmanlaşmayı değil, duygusal gelişmeyi, toplumsal etkileşimi ve kişilik gelişimini de içeren çok yönlü bir süreçtir.

Öğrenme, insanın doğduğu günden ölünceye kadar devam eden, gelişimsel düzeyine ve bireysel özelliklerine göre gerçekleşen kapsamlı ve karmaşık süreçler zinciridir. Bu nedenle öğrenme yalnızca okul ile sınırlandırılmamalıdır. Bu süreçte ortaya çıkan aksaklıklar kişinin tüm yaşantısını etkileyebilmektedir. Öğrenme güçlüğü olan çocuklarda yalnızca akademik başarıda düşüklük görülmez, tüm yaşam alanları sorundan etkilenir.

Öğrenme yaşamımızdaki yeri nedeniyle; çevremizi algılama ve anlamlandırma, kişinin kendini denetlemesi ve sınırlandırması, uyarıları izleyip uygun tepkiler verebilmesini sağlayan kendine özgü sistemi olan bir mekanizmadır. Bu nedenle, mekanizmada oluşabilecek bir aksaklık kişinin tüm yaşam alanlarını tehdit etmektedir.

Öğrenme, en yalın anlamda bilginin kazanılması olarak tanımlanırsa, bireyin bilgiyi kazanırken zorlanması sonucunda ortaya çıkan sorunlara da öğrenme güçlüğü denebilir.

Öğrenme güçlüğü; dinleme, konuşma, okuma, yazma, mantık yürütme, problem çözme ya da matematik alanındaki yeteneklerin kullanımında zorluk yaşanmasıdır. Aynı zamanda, kişinin bilgiyi depolaması, işlemesi ve üretmesi konusunda da zorluk yaşamasına neden olmaktadır. Çocuklarda daha sık gözlemlenmekle birlikte öğrenme güçlüğüne yetişkinlerde de rastlanmaktadır. Kişinin öğrenme güçlüğüne sahip olup olmadığı bazı durumlarda fark edilmeyebilir ve kişi bununla hayatını sürdürebilir.

Sınıflandırma

Öğrenme güçlüğünde en sık karşılaşılan sınıflandırma-ya göre, öğrenme güçlüğü; okuma güçlüğü, yazma

güçlüğü ve aritmetik güçlük olarak üç grupta ele alınır:

Okuma güçlüğü (disleksi): En belirgin özelliği harfler ve kelimelerin karıştırılması ve tersten algılanmasıdır. Sözcükleri tanıyabilmelerine rağmen sesleri birleştirmekte güçlük yaşarlar. Okuma ve konuşmada zorluk yaşarlar. Okuma da yaşıtlarına göre daha geriden takip ederler. Bu yüzden sıklıkla ilkokula başladıktan sonra fark edilirler.

Yazma güçlüğü (disgrafi): Sınıftaki yaşıtlarına göre yazması yavaştır; harf, hece, noktalama, gramer yanlışları yapar. Yazı yazarken boşluk bırakmaz veya bir kelimeyi birkaç parçaya bölerek yazar. Çoğunlukla ünlü harfleri atlarlar, ünsüzleri tersine çevirirler. Düzensiz bir yazıları vardır.

Aritmetik (Matematik) güçlüğü (diskalkuli): Dört işlemi yapmakta zorlanır, problemin çözümüne gitmekte sıkıntı çekerler. Yavaşlırlar, parmakla sayarlar. Aritmetikte kullanılan bazı sembol, işaret, terimleri anlamakta güçlük çeker veya karıştırırlar. Çarpım tablosunu ezberlemekte de zorluk yaşarlar.

Öğrenme güçlüğü görülen çocukların zekâ kapasiteleri normal ya da normale yakın olmasına karşın kendilerinden beklenen başarıyı göstermemektedirler. Belirgin bir problemi olmayan bu çocuklar okul yaşantısının başından itibaren çeşitli zorluklar yaşamaktadırlar. Bu çocukların bir bölümü görsel, işitsel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönlerden problemi olmayan çocuklar oldukları halde okuma, yazma, konuşma ve aritmetik alanların birinde veya tümünde güçlükler yaşayabilirler. Yaşanan bu güçlükler bir yandan çocukların okulda başarılı olmasına engel oluşturur, öte yandan başarısızlıklarının nedeninin anlaşılmasından ötürü, hem çocuk hem de aile başarısızlıktan sorumlu tutulur.

Örgün öğretimde zorlanan, kendini yaşıtlarından farklı hisseden, anne, baba ve öğretmenleri ile ilişkileri bozulan çocukların kişilik gelişimlerinde de olumsuzluklar söz konusudur.

Depresyon ve kaygı bozuklukları öz güvenin sarsılması ve benlik saygısının zedelenmesi gibi ikincil ruhsal sorunlar da yaşanan güçlükleri artırmaktadır. Özellikle okuma güçlüğü görülen çocuklarda anksiyete ve depresyon belirtilerine daha sık rastlanmaktadır. Öğrenme güçlükleri sıklıkla ruhsal sorunlarla ve davranış bozukluklarıyla birlikte görülmektedir.

Çocuklarda Öğrenme Güçlüğü Bulguları Nedir?

Okul öncesi dönem belirtileri:

- Konuşmaya başlamasında önemli ölçüde gecikme
- Kelimeleri telaffuz etmede ve yeni kelimeleri öğrenmede zorluk ya da yavaşlık
- Motor hareketlerin gelişmesinde yavaşlık (Örn; ayak kabı bağlamak ya da düğme iliklemede güçlük, sakarlık)

İlköğretim dönemi belirtileri:

- Okuma yazmayı ve sayıları öğrenmede zorluk
- Matematik işaretlerini karıştırma (Örn; "x" yerine "+")
- Kelimeleri tersten okuma (Örn; "ev" yerine "ve")
- Yüksek sesle okumayı ve yazı yazmayı reddetme
- Saati öğrenmede zorluk
- Yön kavramlarını ayırt edememe (sağ-sol, kuzey-güney)
- Yeni becerileri öğrenmede yavaşlık
- Arkadaşlık kurmada zorluk

- Ev ödevlerini unutma
 - Nasıl çalışması gerektiğini bilememe
 - Mimik ve beden hareketlerini anlamada güçlük çekme
- Öğrenme güçlüğü çeken her çocuk farklıdır ve birbiriyle aynı özellikleri taşımaz. Bu nedenle, özelliklerin belirlenmesi ve tanı alması için ayrıntılı bir değerlendirmeye ihtiyaç duyulur.

Anne ve Babaya Öneriler

Bazı anne ve babalar öğrenme güçlüğüne önemsemeyerek, çocuklarına anlayışsız davranma yoluna gitmektedir. Oysa onlara kızmadan, anlayışlı davranarak birtakım çözüm yolları bulabilirler. Tüm anne ve babalar çocuklarının okulda ve sosyal yaşantılarındaki başarısızlıkları konusunda ilgili ve dikkatli olmalıdır. Bunu tembellik ve yetersizlik olarak değerlendirmemelidir ve mutlaka bir uzmanla görüşmelidirler. Erken yapılan müdahale çocuğun başarısızlık nedenlerini ortaya çıkaracak ve soruna yardımcı olabilecektir.

Çocuğa değer verildiği gösterilmeli ve çocuk cesaretlendirilmelidir. Kendine güven konusunda ona destek olunmalıdır. Ödev yapma, planlı ve düzenli çalışma konusunda ona davranış kazandırılmalıdır ve ona yol gösterilmelidir. Başka çocuklarla kıyaslanmamalı ve onun önemli bir birey olduğu unutulmamalıdır.



AREL OYUN GRUBU



AREL Anaokulu Oyun Gruplarına katılın.

Çocuğunuzdaki Gelişimin Farkına Varın!



Anne ve babaların çocuklarıyla beraber katılabilecekleri **AREL Oyun Grupları** çocuklara eğlenceli, güvenli ve eğitici bir ortam sunar. Anaokulumuzda çocuklar aylık gelişimlerine uygun olarak 2 ayrı seviyede gruplandırılır. Çocuklar, oyun gruplarında bir yandan sosyalleşmeyi ve

paylaşmayı öğrenirken; bir yandan da fiziksel, duygusal ve zihinsel gelişimlerini destekleyici aktivitelerin yer aldığı sağlıklı ve güvenli bir oyun ortamında bulunurlar. Çocuklar cesaretle, deneyerek keşfederken ve öğrenirken **AREL** ailesi olarak sizi de aramızda görmekten mutluluk duyacağız.

22-36 ay arası çocuklar için OYUN GRUPLARIMIZ açılmıştır.

Sizi ve çocuğunuzu **ücretsiz deneme dersine** davet ediyoruz.

www.arel.k12.tr



Merkez Mahallesi, Selahattin Pınar Sokak, No:3, 34197 Yenibosna - Bahçelievler / İstanbul

Tel: (0212) 550 49 30 (pbx) - 630 35 05 (4 hat) **Faks:** (0212) 550 77 82 **E-posta:** arel@arel.k12.tr