

OKULUMU SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 113

2018



İÇİNDEKİLER

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA DUYGU GELİŞİMİ	2
ÇOCUKTA YAŞA BAĞLI DAVRANIŞ DEĞİŞİMİ VE KARŞI KOYUŞLAR	7
ÇOCUKTA DOĞRU VE YANLIŞ ALGISININ GELİŞİMİ	10
OKUL ÖNCESİ DÖNEMİ ÇOCUKLARIYLA İLETİŞİM KURARKEN ENGELLERİ KALDIRMAK	13
OKUL ÖNCESİ EĞİTİMDE ÖĞRETMEN VE AİLE İŞ BİRLİĞİ NASIL OLMALI ?	17
DİJİTAL OYUNLARIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ	20
RENKLERİN ÇOCUKLAR ÜZERİNDE ETKİLERİ	23



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



OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARINDA DUYGU GELİŞİMİ

İçinde yaşadığımız çağda toplumlarda bireylerin hayatlarında başarılı olabilmelerinde akademik becerileri yeterli olmamakta; her geçen gün sosyal ve duygusal beceriler daha büyük bir öneme sahip olmaktadır. İnsanların sosyal ilişkilerinde duyguları tanıma, anlama, ifade etme, duygularını kontrol edebilme gibi duygusal becerileri etkili bir biçimde kullanabilmesi sağlıklı insan ilişkilerinin temelini oluşturmaktadır.

Son zamanlarda okul öncesi eğitimi ve psikoloji alanlarında yapılan çalışmalarda duygusal becerilerin çocukların gelişimindeki önemi vurgulanmaktadır. Yapılan araştırmalar bu becerilerin gelişimi için en uygun yaş döneminin okul öncesi olduğunu göstermiştir. Okul öncesi dönemde geniş bir kelime hazinesine sahip olmayan çocuklar için duygular adeta sosyal işaret görevi görmektedir.

Duygu kelimesinin tanımı tam olarak bilinmemektedir. Yapılan bazı araştırmalara göre doksan iki farklı duygu tespit edilmiştir. Goleman duyguyu, bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler; psikolojik, biyolojik ve bir dizi hareket eğilimi ve harekete geçmemizi sağlayan dürtüler olarak farklı iki şekilde tanımlamıştır.

Goleman'a göre duygular içsel bir süreç sonucu oluşmakta ve zihinsel süreçlerden bağımsız düşünülememektedir. Biyolojik yönelimli yaklaşımlar ise duyguların her kültürde aynı anlamlandırıldığını ve doğuştan var olduğunu savunmaktadır. Bu yaklaşıma göre duygular evrenseldir ve zamana, sosyal çevreye göre değişim göstermemektedir.

Yeni doğan bebeklerin yüzlerinde şaşkın bir ifade vardır ve bu şaşkınlığın nedeninin ne olduğu yetişkinlerce belirlenemez. Başlarda anlamsız gelen ağlamalar yetişkinler tarafından zamanla anlam kazanmaya başlayacaktır. Çocuğun duygusal davranışları zamanla farklılaşır ve çevre çocuk tarafından gözlemlenmeye, keşfedilmeye başlanır. Çocuk zamanla karşısına çıkan yüzlere dikkat

etmeye başlamaktadır. Bebekler bazı insanların yüzüne dikkatle bakarken, bazı insanları ise hiç umursamazlar. Bu durum ya hep ya hiç yasasıyla alakalı bir durumdur. Bu süreçteki bazı bebeklerin acıkınca ağladıkları ancak biberon ağızlarına verildiğinde kafalarını çevirdikleri bilinmektedir. Büyüyen çocuğun duygusal ifadeleri daha da belirgin bir hal almaktadır. Bu süreçte bebeklerin yüz ifadelerine ek olarak duygularını belli eden sesleri de çıkardıkları gözlenmiştir.

İlk 18 Ayda Çocuğun Gösterdiği Duygusal Tepkiler

Yaş	Duygusal Tepki
Doğum	Ağlama (sıkıntılı zamanlarında), memnuniyet (rahatlık hissettiğinde)
6. Hafta	Sosyal gülümseme
3. ay	Meraklılık, coşkulu gülümsemeler
4. ay	Amaçlı ve yanıt verici gülümsemeler
4-8 aylar arası	Öfke
9-14 aylar arası	Sosyal olaylardan korku (Ayrılık korkusu, yabancılardan korkma gibi). Bu zaman periyodu aynı zamanda çocuğun bakım veren kişinin kendisinden uzaklaştığında ayrılık anksiyetesi yaşadığı dönemdir.
18. ay	Kişisel farkındalık (Gurur, utanma gibi)

Doğum gerçekleşikten sonra ilk günleri takip eden süreçte bebeğin gösterdiği gülümseme davranışı içsel gülümseme olarak tanımlanmaktadır. Gülümsemenin altında belli bir sebep yoktur. Altıncı aydan itibaren insan sesi ve insan yüzü gibi uyaranlara yönelik dıştan kaynaklı gülümsemeler gözlenmektedir. Kaynağını dışarıdan alan bu gülümsemelere sosyal gülümseme denilmektedir.

Sosyal bir duruma tepki söz konusudur. Doğumdan sonraki ilk bir yıl çocuk ve aile arasındaki ilişki bağlanma temelleri açısından oldukça önemlidir. Bebek, ağlama davranışını bir iletişim aracı olarak görmektedir. Bebekler farklı ihtiyaçlarını çeşitli ağlama yöntemleriyle belirtmeye çalışmaktadırlar. Anne ve babalar hangi ağlama şeklinin ne anlama geldiğini öğrenmelidir.

Birey hakkında herhangi bir yargıda bulunabilmek için kişinin duyguları ve duygusal gelişimi bilinmelidir. Duygusal gelişim bir sistem gibi çalışmaktadır. Duygusal davranışların bir kısmı doğuştan getirilir, bir kısmı da sonradan kazanılır; ancak bireyin gelişimiyle bu davranışlar da geliştirilebilir. Sosyal ve duygusal öğrenmenin temel yapı taşı olan kendini tanıma basamağında birey sahip olduğu duygusal kavramları doğru kullanabilmelidir. Bu amaçla kavramları doğru tanımak oldukça önemlidir. Her yaş döneminin duygusal gelişim özellikleri farklılık gösterir. Yaş dönemlerine özgü duygusal gelişim özellikleri aşağıdaki gibidir.

3-4 Yaşlarında Duygusal Gelişim

Üç yaş çocuğu, giderek daha olumlu ve dengeli bir birey haline dönüşmeye başlar. Bu evrede rastlanılan ani öfke belirtileri çoğunlukla eşyaya yönelmiştir. Okul öncesi dönemde, gündüz yaşanan olaylar ve korkulu yaşantılar uykuda da etkisini sürdürür.

Neşeli olan üç yaş çocuğu, özellikle sevdiği insanlara karşı çelişkili duygular içindedir. Zaman zaman kızgın ve saldırgan davranışlarda bulunabilir. Henüz kendisine verilen görevleri sonlandırmakta başarılı değilse de bu konuda verilecek fırsatlar onun kendisini tanımaya yardımcı olur. Üç yaş çocuğu olumlu bir birey olmaya başlamakla beraber hala benmerkezcidir, başkalarının haklarını pek gözetmez, doğruyu-yanlış ve paylaşımı bilmez, isteklerinde ısrarcı ve sabırsız davranır, başkaları için bir şey yapmayı reddeder, yaşlılarını ve yetişkinleri taklit etmeye başlar, onların sözlerini ve davranışlarını tekrarlamaktan hoşlanır, günlük yaşantılarında gözledikleri ev yaşantıları ya da kişileri oyunlarına yansıtır. Bütün bunlar, çocuğun insan ilişkilerinin önemini kavramasını ve sosyalleşmesini kolaylaştırır. 3 yaş ınat yaşıdır. Dört yaş çocuğu değişken bir yapıdadır. İnsanlara karşı çelişkili duygular besler. Duygularını resimlerinde ifade ederken özel olarak plan yapmaz, önüne çıkan

her şeyi kullanır. Hayal gücü ile bir kaplumbağayı bir hortum şeklinde çizebildiği gibi bir hortumu da file dönüştürebilir. Başladığı bir işi yarım bıraktığında rahatsızlık duymaz. Bu yaş çocukları, karanlık odalar, gece duyulan sesler, büyük hayvanlar, yılanlar, ebeveynlerden ayrılma korkularını yoğun olarak hissederler. Genelde, çok daha bağımsız ve inatçıdır; kendi isteği ile hareket eder. Küçük kardeşlerine ilgi gösterir, sevgi ile yaklaşır; sıkıntı içindeki oyun arkadaşlarının duygularını anlamaya, paylaşmaya çabalar.

Sosyal gelişim yönünden yetişkinleri gözleyerek, onların davranışlarını taklit eder. İkinci yaştan önce başlayan arkadaş tercihi, üç dört yaşlarında kuvvetli bağlılıklara dönüşür. Bağlılıkların süresi genellikle kısadır. Çocukların arkadaşları tarafından kabul ya da reddedilmelerinde, yaş, cinsiyet, liderlik, rekabet, dayanışma davranışları önemli etkenlerdir. Arkadaşlar, hem model, hem de sosyalleşme açısından etkili olurlar. Rekabete dayalı oyunlardan hoşlanırlar. Zaman zaman çatışma ve saldırgan davranışlar gözlenebilir.

5-6 Yaşlarında Duygusal Gelişim

5 yaş çocuğu yaşlılarıyla ve yetişkinlerle sözlü olarak kolayca anlaşılır. Hem fiziki hem de sözel saldırganlık yapabilir. Toplum içinde bazen olumsuz davranır. Zaman zaman tedirginlik ve küskünlük gösterirse de bu tür davranışlar daha çok çocuk yorgun, uykusuz veya hasta olduğunda ortaya çıkar.

Çocuk beş yaşındayken, sosyal ve duygusal yönden daha dengelidir. Çevresindeki kişilere güvenir, onlarla daha iyi dostluk ilişkileri içindedir. Özerklik döneminin inatçılığının ve olumsuzluğunun yerini, söz dinleme almıştır. Bu yaş çocuğu, vahşi hayvanlar, yaralanmalar, karanlık, kötü insanlar ve ebeveynlerden ayrılma korkularını yoğun olarak yaşarlar. Daha çabuk ve dengeli kararlar verir. Kritik durumlarda soğukkanlı olmayı başarır. Bu yaşta çocuk doğru, yanlış, güzel ve çirkin gibi kavramları içinde yaşadığı kültür ve alt kültür değerleri doğrultusunda kazanmaya başlar. Benlik kavramı gelişmiştir. Başkalarının haklarına ve eşyalarına saygı duymaya başlar. İç denetimle kendi duygu ve isteklerini kontrol altına alabilir. Herhangi bir becerinin kazanılmasında büyük sebat gösterir ve duygularını da kontrol etmeyi başarır.





6 yaş fırtınalı ve duygusal bir yaştır. Bencil ve kavgacı olabilir. Bir şeye kızdığı zaman onun sorumlusu olarak annesini görür ve hincını ondan almaya çalışır. 6 yaşında çocuklar masalların da etkisiyle hayali nesnelerden korkarlar. Kızgınlık, mutluluk, sevgi gibi duygularını belli eder, başkalarının duygularını da anlar. Duygusal durumunu ifade etmede dramatik oyunu ve çeşitli araçları kullanır. Hırsızdan, cadılardan ve hayaletlerden korkar. İşittiği öykülerden veya seyrettiği filmlerden etkilenebilir. Kâbus görerek uyandığında, gördükleri hakkında iyi bilgiler verebildiği için ana babanın kendisine yardımcı olması daha kolay olur. Bu yaştaki çocuklar çevresindeki kişilerle ilgilenmeye çalışır; onların sevinç, üzüntü gibi duygularını anlamaya ve paylaşmaya başladığı gözlenir. Empati bu yaşta tam olarak ortaya çıkar. Kendi kendini eleştirebilir. Anne babasına olan bağımlılığı devam eder. Ancak öğretmeni ve arkadaşlarına verdiği önem giderek artar. Yalnız başına oynamaktan hoşlanmaz. Organize edilmiş grup oyunlarından hoşlanır. Çocuklar altı yaşındayken, başkaları ile iyi ilişkiler kurma, paylaşma, işbirliği, dostluk, sempati gibi davranışların yanı sıra rekabet, kavgı, sözel tartışmalar gibi davranışlar da gözlemlenir.

Saarni (1999) duygusal beceriyi, kendi duygusal durumunun ve başkalarının duygularının farkına varma yeteneği, duygularını içinde yaşadığı kültüre uygun bir biçimde ifade etme, sosyal kurallarla duygular arasında bağlantı kurma, başkalarının duygularına empatik ve sempatik katılım, kendisini ve başkalarının içsel ve dışsal duyguları arasında uyumsuzluk olabileceğini anlama, hoş olmayan duygularla kontrol stratejileri kullanarak baş etme yeteneği, duyguların ilişkileri nasıl etkilediğini anlama, kendi duygusal deneyimlerini kabullenme ve duygularından hoşnut olma gibi boyutlara ayırmış ve bu boyutların birçoğunun erken çocukluk yıllarında kazanıldığını belirtmiştir.

Doğumla başlayan duygusal gelişimde ailelerin rolü oldukça önemlidir. Çocukla kurulan iletişim ve çocuğa modellenen davranışlar, duygusal becerilerin gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır. Çocuklar duygu kelimelerini ve duyguları tanımayı, ailelerinin günlük yaşamlarında karşılaştıkları olaylara verdikleri tepkilerden öğrenmektedirler.

Yapılan araştırmalara göre 4-8 yaş aralığının, çocukların duygusal becerilerinin gelişimindeki en önemli yaş aralığı olduğu bilinmektedir. Çocuklar bu yaş aralığında duygusal ipuçlarını tanımakta, duygularının sebeplerini, sonuçlarını ve davranış çıktılarını öğrenebilmektedirler. Yine aynı yaş aralığında çocuklar bazı durumlar karşısında aynı anda birden fazla duyguyu hissedebileceklerini de deneyimlemektedirler. Empati yani başkalarının duygularını anlayabilme becerisi yaklaşık olarak 7-8 yaş civarında tam olarak oturmaktadır. Duygu eğitimi çocukların kendi duygularını tanımalarını ve bu duyguların farkında olmalarını sağlamakta ve başkalarının duygularını anlamalarına, tanımalarına ve o kişilere karşı duyarlı olmalarına yardımcı olmaktadır. Duygular; yaşamın içinde var olan, yaşamın doğal bir parçasıdır. Pozitif duygular kadar negatif duygular da insan yaşamında önemli bir yere sahiptir. Duygusal beceriler; duyguları tanıma, anlama ve ifade etme gibi alt boyutlardan oluşmaktadır. Duyguları Tanıma Anlama Becerisi: Duygusal yüz ifadelerini ve ipuçlarını değerlendirebilmek, karşıdaki kişinin ne hissettiğini fark edebilmektir. Bu becerilere sahip olan çocukların, olaylar karşısında hissedilen duyguları anlama becerilerinin geliştiği bilinmektedir. Sözel olmayan duygu dışavurumlarını doğru değerlendirebilmek kişiler arası ilişkilerde doyurucu ve başarılı ilişkiler kurabilmek adına önem taşımaktadır.

Çocukların sosyal ilişkilerinde arkadaşlarının duygularını anlayabilmesi ilişkilerinin sürekliliği açısından oldukça önemlidir. Çocuğun arkadaşına vereceği tepki karşı tarafın duygusunu ne derece anlayabildiğiyle ilişkilidir. Örneğin bir çocuk üzgün olan bir arkadaşının yaşadığı duyguyu yanlış anlayıp onun konuşmamasına kızgınlıkla tepki verirse bu aralarındaki ilişkiyi olumsuz etkiler.

Duyguları İfade Etme Becerisi

Çocukların duygularını nasıl ifade ettikleri ve bunu ne sıklıkla yaptıkları sosyal beceriler açısından oldukça önemlidir. Örneğin sosyal ilişkilerinde sürekli olarak başkalarını rahatsız edecek şekilde öfke duygusunu yansıtan bir çocuk, belli bir süre sonra sosyal izolasyon yaşayacaktır. Çocukların duyguları ifade etme becerilerine ilişkin yapılan deneysel araştırma sonuçları da duyguları ifade etme becerisi gelişmiş çocukların diğer çocuklarla daha kolay arkadaşlık kurduklarını ve arkadaşlıklarını uzun süre devam ettirebildiklerini göstermektedir.

Ayrıca duygusal açıdan güvenli bir ortamda ve günlük hayatta duygularını ifade edebilen bireyler (aile, bakıcı, öğretmen gibi) arasında büyüyen çocukların; insanların duygularını anlama, olumsuz bir duygu yaşayan arkadaşına uygun tepki verme ve bu durumun üstesinden gelmesine yardımcı olma konularında iki yaşından itibaren yetenekli davranışlar sergiledikleri gözlemlenmiştir.



ÇOCUKTA YAŞA BAĞLI DAVRANIŞ DEĞİŞİMİ VE KARŞI KOYUŞLAR

Her çocuk büyürken fiziksel ve ruhsal süreçlerden geçer. Çocuk altı yaşın ardından ebeveynine bağıllığını bir yana bırakır. Aile dışındaki dünyaya uyum sağlamaya çalışır. Duygu ve davranışlar da çocuklarla birlikte gelişmektedir. Çocuklar gelişimlerinin diğer basamağına geçtikçe dış uyaranlara tepkilerini farklılaştırır. Öfke kontrolünü sağlamayı, doğru yanlış davranış biçimlerini test ederek uygun olanı seçmeyi öğrenirler.

7 Yaş: Karakteristik ve çarpıcı bir dönemdir. Çocuk bu dönemde biri kendisini engelleyene kadar o işi yapmayı sürdürür. Beklentileri fazladır ve hata yapmak onu utanır. Genelde 7 yaş içe dönme, sakinlik ve iç dünya keşfi ile geçmektedir. Birinin ölümü, okula geç kalma, onu çok kaygılandırır. Çabuk ağlar, kırılr ve utanır.

8 Yaş: Her yaptığı işte oldukça hızlıdır. Dışa dönük bir yapısı vardır. En yoğun ilişkiyi annesiyle kurar. Onu kimseyle paylaşamaz. Bu yaş grubu çocuk herkesi yargılar. Kolaylıkla incinir. Sözel becerileri gelişmiştir. Yetişkin gibi bir dil kullanır.

9 Yaş: Tedirgin ve huzursuzdur. Daha çok kendi faaliyetleriyle meşgul olur. Ebeveynine bir fiil şikayette bulunur. Ödül ve övgüye meraklıdır. Paraya düşkün olabilirler. Bazıları bonkör, bazıları ise cimridir.

10 Yaş: Çocuk 10 yaşta ailesine daha bağılıdır. Birlikte yapılan aktivitelere bu yaşta daha fazla katılır. Anne ve çocuk arasında güven dolu bir ilişki vardır. Gerginlikler azalmıştır. Sosyal ilişkileri, anne ve arkadaşları ile kurduğu ilişkiler ön plandadır. Ben merkezcilik azalmıştır.

Okula başlayan çocuklar ev çocuğu olmaktan okul çocuğu olma dönemine geçmekle beraber sorumluluk edinmenin kaygılarını da taşımaktadırlar. Olumsuz öğretmen ve akran yaklaşımı, tembellik, çalışkanlık ayrımları olumsuz benlik algısını yaratmaktadır.

Çocuklar Arası Popülarite

Çocuklarda davranışı etkileyen faktörler arasında popülarite oranının etkisinin büyük olduğu gözlemlenmiştir. İhmal edilen çocuklar, bazen iyi arkadaş değildirlir. Sadece sevilirler. Reddedilen çocuklar, sevilmezler ve gruplar arasında tercih edilmezler. Reddedilen çocuklarda uyum ve davranış sorununun daha fazla olduğu görülmüştür. Bazı çocuklar ise ihtilaflıdır. Bazılarınca iyi bulunurken, bazılarına göre ise kötüdürler.

Olumsuz Davranışlar ve Karşı Koyuşların Temel Sebepleri

Yorgunluk, mutsuzluk, hayal kırıklığına uğrama, güçlü görünmeye çalışma (başka çocuklar tarafından korkutulma, başkalarından güçlü görünmek için korkutma), daha fazla güç ve yetkinlik arzusu, uzlaşma becerisinin kısıtlı olması çocukta karşı koyma davranışlarını tetiklemektedir. Kaygı hali ve bazı konularda içsel çatışma yaşayan çocuklar sıklıkla anne-babalarına karşı gelir ve olumsuz davranışlarda bulunurlar. Kaygının nedenleri arasında; kardeş kıskançlığı, okul problemleri, eleştirici ebeveyn tutumları, çocukluk çağı depresyonu cezalandırıcı disiplin tutumları evlilik çatışması (Çocuklar problemi yanlış yorumlayarak kendilerinin kötü oldukları ve anne babalarını hayal kırıklığına uğrattıklarını düşünebilirler.)



Psikososyal Faktörler ve Aile Etkileşimi

1- İlgi Çekmek: Genellikle siz onunla ilgi halinde değışken ortaya çıkan birtakım davranışlar olabilmektedir. Ağlamak, konuşmayı bozmak, kardeşine zarar vermek gibi. Örneğin, çocuğunuzun olumsuz davranışını genellikle siz TV izlerken yaptığını varsayalım. Bu durumda önce TV izlemeden önce onunla güzel vakit geçirir, ardından TV izler, sonra tekrar güzel zaman geçirebilir, ona şöyle diyebilirsiniz: "Saat 20.00 deki haberlere kadar seninle ne yapmamızı istersin? Sonra ben TV izlerken sen oyuncaklarınla oynarsın, program bitince tekrar bir oyun oynarız." gibi.

2- Güç Kullanmak: Çocuk olumsuz davrandığında ve onu uyardığınızda "Yapamayacağım, bana ne" gibi ters cevap verip meydan okur. Kızgınlık hissedersiniz. Yapmanız gerekenler: Kızdığınızı belli etmeyin, güce karşı güç kullanmayın. Çünkü onun amacı size meydan okumaktır. Kızdığınızı belli edip istediğinizi ona zorla yaptırmaya çalıştığınızda çok şey kaybedersiniz. Yine yapmazsa o sizi yenmiş olur. Bunun sonucunda sizin otoriteniz sarsılır. Sizin zayıf olduğunuzu görmesi durumunda "Benim gücüm biliyorum ki az ama ben onu yendiğime göre demek ki o benden de azmış. Bu durumda ben kime güveneceğim?" duygusuna kapılabilir. Kazandığı zaman sizi üzdüğü için "Ben kötü biriyim, anne ve babamı bile üzdüm." diye düşünüp kendini suçlu hissedebilir. Suçluluk duygusu da suç işlemesi için zemin teşkil eder. Çünkü sanıldığının aksine önce suç işlenip sonra suçluluk duygusu oluşmaz; önce suçluluk duygusu oluşur ardından suç işlenir.

Kızdığınız zaman zayıf noktanızı göstermiş ona bir koz vermiş olursunuz. Böylece sizi kızdırmak istediğinde onu kullanabilir. İstemedi de olsa yaparsa; onun kendini güçsüz, çaresiz hissetmesine neden olursunuz. Yapmanız gereken şey onu anlamaya çalışmaktır. Ona, "Peki, bunu yapmayı istememenin nedeni ne? Bu problemi çözmek için sen neler öneriyorsun? Sana neler yardımcı olabilir?" diye sorun. Düşman olmadan savaş çıkmaz. Onunla karşı taraflara geçmek yerine hiç ummadığı anlarda onunla ilgilenin ve kalbini kazanın. Genellikle

sevdiğimiz ve güvendiğimiz, bizi anlayan insanların önerilerine karşı daha açık oluruz.

3- İntikam Alma: Nasıl anlarsınız? Onu uyardığınızda sizi incitecek sözler (sizi sevmediği, kötü bir ana ve baba olduğunuzu, artık bir daha size bir şeyini anlatmayacağı vb.) söyler. İncinirsiniz. Yapmanız gerekenler: Zayıf noktanızı gösterip ona bir koz vermemeniz için "İncindiğinizi" belli etmeyin. Ona "Sen galiba bana çok kızdın. Bu konuda konuşmamızı ister misin?" diye sorun. "Hayır." derse "O zaman kızgınlığın geçince konuşuruz." deyin. Sakin bir şekilde başka şeylerle meşgul olun. Sakinleştiği zaman da "İşte şimdi sakin istediğin konuyu konuşabiliriz." deyin. Onun kızgınlık nedenini anlamaya çalışın. Çünkü incinen kişi, incitebilir. Bu nedenle onun rahatsız olduğu, incindiği bir konu olup olmadığını öğrenin.

4- Yetersizlik: Nasıl anlarsınız? Onu uyardığınızda yapamayacağını söyler ve ona acırsınız. Yapmanız gerekenler: Ona acıdığınızı belli etmeyin. Yapacağına inandığınızı hissettirin. Onu teşvik edin. Ben yapamam ki, kimse beni sevmiyor, matematiği anlayamıyorum, gibi ifadeler kullandığında onun daha fazla üstüne gitmeyip rahatlatmaya çalışabilirsiniz. Oysa bu şekilde davranarak onun bir sorumluktan kaçmasını veya kendini daha da güçsüz ve yetersiz hissetmesine yol açmış olabilirsiniz. Bu nedenle onu teşvik edip desteklerseniz öz güvenini de artırabilirsiniz. Onun buna gereksinimi vardır, çünkü kimse başarısız ve yetersiz olmak istemez.

Aile Yaklaşımının Önemi

Bu dönem içerisinde ailenin çocuğa bedensel değişikliğine dair bilgilendirme yapması çocuğun kapasitesi ölçüsünde beklentiye sahip olması, sosyal kabul için gerekli ortamın olması, çocuğu yardıma ve yeni ilişkilere yönlendirmesi gerekmektedir. Okul döneminde ailenin çocuğa daha az zaman harcaması söz konusudur ve yatış kalkış düzeni, yemek, didişmeler, okul başarısı, disiplin ve kontrol aile ve çocuk arasında temel konu olmuştur ve bu durum çocuğun olumsuz davranışları ve stres oranı artışı üzerinde doğrudan etkilidir.

ÇOCUKTA DOĞRU VE YANLIŞ ALGISININ GELİŞİMİ

Anne babalar zaman zaman doğru ve yanlış kavramlarının çocuğun gelişim süreci içinde yürümek ya da konuşmak gibi kendiliğinden geliştiğini düşünürler. Bazı anne babalar ise bunu çocuğa ebeveynlerin aşılması gerektiğini düşünür. Peki doğru olan hangisi?

Belki de her ikisi...

İyi ile kötü duygusu her çocukta doğal bir şekilde vardır. Çocuğun etrafında ona bakım veren kişiler ise çocuk için belli koşulları sağladığında, doğru ve yanlış ayırmak daha kolay bir hal alacaktır.

Çocuk için bu koşulları birkaç kelimeyle tanımlamak elbette zor ama temel olarak çocuğu çevreleyen ortamın bebeğin ihtiyaçlarına da uyum sağlamış olması gerekir. Her bebek kendine özgü bir biçimde, tatlı tatlı yaşadığı deneyimleri biriktirmeye ve anneden bağımsız bir kendiliğin var olduğunu duyumsamaya başlar.

Sonrasında devreye çocuğun korkuları girer. Bu korkular tamamen ilkel duygulardır. Bebek çığlık atarak ya da ısıarak gösterdiği saldırgan ve yıkıcı dürtülerle, düşüncelerle uyarılır. Bunun üzerine bebek açısından dünya birdenbire ısıran ağızlarla, dişlerle, tırnaklarla ve her türlü tehditle doludur. Bu dönemde annenin işlevi oldukça önemlidir. Anne, çocuk için bu çok şiddetli korkuları ortadan kaldıran koruyucu bir rol üstlenmezse, bebeğin yaşadığı dünya korkunç bir yer olur.

Bebek anneyi ısırdığında anne 'ah!' der. Anne bunun kendisine yapılmış bir iltifat olduğunu yani bebeğin uyarılmış sevgisinin tek yolunun bu olduğunu düşünürse her şey daha kolay bir hal alır.

Bebek memeye zarar verebilir hele de ön dişleri çıkmışsa. Ama anne bu ısırığa karşın hayatta kalmıştır. Anne zarar görmemiştir. Bebek bunu görür. Böylece bebek annenin hayatta kalmasıyla endişe ve korkularından da kurtulma şansına sahip olur.

Bebeklere kemik halka gibi sert ve dayanıklı oyuncaklar alındığında bir şey istediği kadar ısırabileceğini görür ve bu onlarda rahatlama hissine sebep olur. Böylece bebek o dönemde gerçek dürtüsel eylemin yanı sıra düşlem kullanma becerisini de geliştirme şansın sahip olur.

Bu bebeğin gelişiminde önemli bir adımdır ve annenin tutarlı tavrının ve genel güvenilirliğinin bir sonucudur.

Ayrıca güvenilir çevresel koşullar daha sonraki gelişim aşamasının ortaya çıkabileceği bir zemin sağlar. Bu sonraki aşama bebeğin ebeveynlerinin mutluluğuna yapabildiği katkıyla ilişkilidir. Anne doğru zamanda oradadır ve bebeğin kendisini hedef alan dürtüsel hareketlerini kabul eder. Ayrıca bu hareketler yalnızca basit tepkiler değildir, gerçekten bebeğin birer parçasıdır. Bu yüzden anne için çok anlamlıdır. Anne bu süreci bu şekilde anlamlandırır işler yolunda gidecektir.

Refleks olarak ortaya çıkan gülümseme pek bir anlam ifade etmez ama er geç bebeğin anneye karşı sevecen duygular hissettiğini gösteren bir gülümseme olarak ortaya çıkar. Ardından bebek banyoda anneye su atar, saçından çeker, belli bir şekilde kakasını yapar. Böylece çocuk anneye hediye verdiğini düşünür. Böyle küçük şeyler kendiliğinden olduğunda anne kendisini onarılmış hissetmelidir. Çünkü bu sayede bebek uyarılma anlarında yani içgüdülerin eşlik ettiği deneyimlerde hissettiği tüm kötülüğü ve yıkıcılığı daha gelişmiş bir sorumluluk duygusuyla kabul etmiş olur. Bu anne tarafından kabul görme durumu bebeğin bir sonraki gelişim aşamasına ve bütünleşmeye götürür. Annenin bu süreçte bebeği destekleme şekli ve ona karşı tavırları oldukça önemlidir.

Bebek için en önemli içgüdü beslenme deneyimiyle bağlantılı olarak ortaya çıkar ve bu içgüdü; sevgiyle, hoşlanmayla, sevecenlik oyunları ile bütünleşir. Bebek, anneye karşı sergilediği ve aslında verme dürtüsüne işaret eden hareketlerini giderek daha yakından tanır.





Ayrıca deneyimleri yoluyla gerçek sevgi içgüdülerinin ortaya çıktığı anlarda, annenin orada olacağını bilir. Tüm bunlar sayesinde içindeki acımasız yıkıcılığın tüm sorumluluğunu kabul etmeye başlayabilir. Böylece ona kendisini iyi hissettiren ve kötü hissettiren şeyler üzerinde biraz da olsa denetim geliştirebilir. Bu sayede korkuları üzerinde denetim sağlamaya başlar. Kaygıya tahammül edebilecek yapıya ulaşmış olur.

Kaygıya tahammül edilme becerisini ise suçluluk duygusu olarak adlandırırız. Güvenilir çevresel koşullarda yaşayan bir bebekte, güvenin oluşmasıyla beraber suçluluk duygusunun da geliştiğini görebiliriz.

Öte yandan çevre güvenilirlik ve emniyetten yoksun olduğunda mesela anne bebekten uzakta olduğunda, hasta olduğunda ya da belki yalnızca zihni başka şeylerle meşgul olduğunda bebeğin suçluluk hissetme durumunun da yok olduğunu görürüz.

Bebek suçluluk duygusu hissedebilmeye başladığında neyin iyi neyin kötü olduğunu da ayırt edebilecek duruma gelmiş demektir. Bu süreçte söz konusu olan durum ebeveynin ahlak anlayışının bebek tarafından doğrudan devralınması değildir. Aksine yeni bir ahlak anlayışının her birey tarafından yeniden oluşturulması gerekir. Bebeğin neyin doğru neyin yanlış olduğuyla

ilgili algısı kesinlikle ebeveynlerinin beklentileriyle ilgili düşüncelerinden etkilenir. Ama daha derinde iyinin ve kötünün anlamı suçluluk duygusuyla bağlantılıdır. Başka bir deyişle bu durum yıkıcı dürtülerin yol açtığı kaygı ile onarma ve kurma yetisi ve olanağı arasındaki dengeden kaynaklanır.

Suçluluk duygularını azaltan şeyler, bebeğin kendini iyi hissetmesine yol açar. Aslında bebeğin doğuştan gelen ahlaki kaynağını işlenmemiş ilkel korkulardan aldığından anne ve babanın ahlakından çok daha katıdır.

Bebek için yalnızca doğru ve gerçek olan önemlidir.

Ebeveynler olarak çocuğa şükran duygularıyla değil, sırf kibarlık gereği “teşekkür ederim” demeyi öğretiyorsanız işiniz zor olacak demektir.

Bebeğimizin yaşam deneyimlerini şekillendiren bu erken dönemde biz ebeveynlerin güvenilir birer birey olmaları sayesinde çocuğumuzun doğru ve yanlış duygusu gelişir.

Yalnızca ve yalnızca çocuk kendi başına suçluluk duygusu hissedebildiğinde iyi ve kötü hakkındaki düşüncelerimizi öğretmemizin bir anlamı vardır.

Çocuklar büyüdükçe ebeveynlerini taklit etmekten ya da onlara karşı çıkmaktan zevk alırlar, sonuçta her ikisi de iyidir.

- Bolat, Ö., Beni Ödülle Cezalandırma, Doğan Kitap, İstanbul, 2016.
- Cüceloğlu, D., Geliştiren Anne Baba, Remzi Kitabevi, İstanbul, 2017.
- Kangal, S., Korkma! İyi Bir Annesin, Elma Yayınevi, Ankara, 2017

OKUL ÖNCESİ DÖNEMİ ÇOCUKLARIYLA İLETİŞİM KURARKEN ENGELLERİ KALDIRMAK

Her bebek dünyaya eşsiz özelliklere sahip olarak gelir. Hepsinin yüzleri, parmak izleri kendilerine özgü olduğu gibi doğuştan getirdikleri eşsiz mizaçları da vardır. Bu durum her insanı anlaşılması gereken ayrı bir dünya haline getirir. Doğuştan getirilen bu eşsiz mizaç çevresel faktörlerin etkisiyle şekillenerek karakter ve kişiliğin oluşmasına neden olur. Bir insanın kişiliği ile ilgili çıkarım yapabilmenin en doğal ve sağlıklı yolu ise çevresiyle kurduğu iletişim tarzını gözlemlemektir.

Çocukla kurulan iletişim tarzı hem çocuğa model olacağından hem de çocuğun duygusal ve bilişsel dünyasını etkileyeceğinden sağlıklı kişiliğinin oluşmasına katkı sağlayacak ya da kişilik oluşumunda bozukluklara neden olabilecektir.

Bir anne ve babanın çocuk büyütürken en büyük isteklerinden biri çocuğuyla doğru ve sağlıklı bir iletişim kurabilmektir. Çocuk kendisini çekinmeden ifade etsin, paylaşımcı olsun, yalan söylemesin, empati kurabilsin, sorunlarını çözerken çözüm odaklı olsun, ailesinden destek alsın istenir. Bu konuda çocuğa destek olmaya çalışırken bazen doğru olduğunu sandığımız yanlışlara düşebiliriz. Bazen davranışlarımızın doğru olmadığını hissetsek de kendimizi: "Ne yapıyorsam ne söylüyorsam aslında hep onun iyiliği için." diye savunurken bulabiliriz. Çocukların sağlıklı gelişimine katkıda bulunmaya çalışırken bazı yaptıklarımız aslında onlarla kurduğumuz iletişimi engeller. Bu iletişim engellerine bakalım:

Çocuğu Sürekli Övmek

Övgülerin miktarı, dozajı ve nerede nasıl kullanıldığı önemlidir. Çocuğun her davranışı övüldüğünde ger-

çekten övülmesi gereken durumda kurulan cümlelerin değeri ve etkili olma düzeyi düşebilir. Çocuklar elbette övülmeye ihtiyaç duyarlar. Bu kendilerine güvenmeleri ve sağlıklı gelişimleri için bir gerekliliktir. Ancak sürekli övülen çocuk övgüye bağımlı hale gelebilir. Sizden bu övgü onayını alamadığında kendini yetersiz hissedebilir. Ya da çocuk kendi yetenek ve becerilerini diğer kişilerden üstün görerek kendisini diğer kişilerden üstün görmeye başlayabilir.

Ailesinin övgüsünü kazanmak adına kendi istek ve düşüncelerini göz ardı edebilir. Bu övgü ihtiyacı çocuğun ilerleyen dönemlerinde iş ve evlilik yaşamına da yansiyabilir. Çevresindeki kişilerin onayını alamadığında kendisini eksik hissedebilir.

Çocuk bir şeyi ilk defa başardığında, çok farklı bir resim yaptığında övülebilir. Diğer günlük rutin durumlarda mesela size sofrayı toplamada yardım ettiğinde: "Sen bu dünyadaki en iyi çocuksun." gibi abartılı bir cümle yerine "Yardım ettiğin için teşekkür ederim canım oğlum." demeniz yeterli olacaktır.

Yapılan araştırmalar çocuğu, onda bir ömür boyu kalabilecek değerler üzerinden övmenin sağlıklı olduğunu göstermektedir. Çocuğu başarılı olduğu için değil de gayretli olduğu için övmek gibi. Çünkü güzellik, para, statü, kariyer insan yaşamının her döneminde var olamaz. Bu özellikleriyle övülen insan bu özelliklerinin olmadığı dönemlerde kendine karşı olan güvenini kaybedebilir. Ancak benlik algısı övgü ve model yoluyla paylaşımcı olmak, dürüst olmak, ilkeli olmak gibi değerler bütünüyle oluşan çocuk bu değerler onunla birlikte bir ömür boyu kalacağından karşısına çıkacak zorluklarda daha dirençli ve müca-delecı olacaktır.



Sürekli Güven Vermek

Çocuğa sürekli güven verdiğimizde kaygılandığı durumlarda anlaşılamadığını hissedebilir. Aynı zamanda kendisi yapamayacak diye kaygılıyken sizin onun hakkındaki güven dolu sözleriniz bir de sizi hayal kırıklığına uğratma endişesini yaşamasına da neden olabilir. Bu yüzden: “Sen yaparsın.”, “Senin için bu çocuk oyuncağı.” gibi ifadeler çocuğunuz yeni bir şeyi denerken ve kaygılıyken birer iletişim engeliyken; “Elinden geleni yaptığını görüyorum.”, “Bu yeni bir deneyim olduğu için ilk başta zor gelebilir.”, “Bazı şeyleri öğrenebilmek için çok denemek gerekebilir.” gibi ifadeler çocuğunuzla kurduğunuz iletişimi daha sağlıklı hale getirecek ve çocuğunuzun kişilik gelişimine olumlu katkı sağlayacaktır.

Sıklıkla Emir Cümleleri Kurmak

Çocukla konuşurken sıklıkla emir cümleleri kurmak çocuğa anlaşılamadığını hissettirir. “Git elini yıka”, “Kahvaltını bitir.”, “Oyuncaklarını sepete doldur.” gibi kullanılan emir cümlelerinin fazlalığı çocukta sizinle kurduğu bağa göre ya korkunun oluşmasına ve buna bağlı olarak itaatkâr davranışa ya da öfkenin oluşmasına ve buna bağlı olarak da isyankâr davranışlara neden olmaktadır. İki durum da çocuğun kişilik gelişimini olumsuz etkilemektedir. Çocuğun annesi ve babası ile kurduğu iletişim tarzı okulda ve ilerleyen yıllarda iş yaşamında ve evlilik hayatında kurduğu ilişkilere yansacaktır. Bu nedenle çocukların ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak hareket ettiğimizde bu iletişim engelini ortadan kaldırmamız. Ayrıca: “Git elini yıka.” demek yerine “Elleri yıkama vakti!” diyerek çocukla birlikte ellerimizi yıkayabiliriz.

Çocuğu Eleştirmek

Anne babanın çocuk hakkındaki algısı çocuğun kişilik repertuarına ilmek ilmek işlenir ve çocuğun kendi hakkındaki algısı haline gelir. Çocuk bu dönemde de ilerleyen yaşlarda da sizden duyduğu olumsuz eleştirileri kaydeder. Bu eleştiriler siz onların yanında olmadığınız zamanlarda iç sesleri haline gelip onlara yapamayacaklarını, beceriksiz olduklarını kendilerine hakaretler ederek söyleyebilirler. İç sesi kendine güven veren çocuk psikolojik açıdan sağlıklı, potansiyelini gerçekleştirebilen bir çocuk ve yetişkin olacaktır. Bu yüzden bir çocuğa bırakılacak en değerli miras hayatta karşılaşılabilecek zorluklar karşısında dirençli olmasını sağlayacak bir iç sestir. Bu iç sesi tahrip

etmek istemeyen anne baba çocuğunu suçlayıp benliğini zedeleyici sözler söylemez.

Çocukla Sağlıklı İletişim Kurmak İçin Ne Yapmalı?

Öncelikle karşımızdaki kişinin bir çocuk olduğunu, bize göre henüz çok az hayat tecrübesi olduğunu, biz dahi bir yıl önceki tutumuzu eleştirebilirken çocukların hatalarını hoş görmenin önemli olduğunu ve bu hataların onların öğrenmesi için bir fırsat olduğunu unutmamalıyız. Ayrıca çocuğun gelişim döneminin özelliklerini bilelim farkında olalım ki onlardan yaşlarına göre uygun olmayan beklentiler içine girmeyelim.

Piaget’in bilişsel gelişim kuramına göre, okul öncesi dönemi çocukları işlem öncesi dönemdedir. Bu dönemde çocuğun dili hızla gelişir ancak mantıksal düşünme henüz gelişmemiştir. Çocuklarda kural algısı 4 yaşından sonra yavaş yavaş gelişmeye başlar. Çocuk bu dönemde kurallara uyarken tutarsızlık sergiler. Çünkü çocuk 6 yaşına kadar kuralları tam anlamıyla anlayamaz. “Kurallar neden vardır?”, “Neden kurallara uymak zorundayız?” gibi soruları anlamlandırmaya gelişim dönemi nedeniyle hazır değildir. Bu süreçte anne, baba ve çocukla ilgilenen diğer yetişkinlere düşen kuralı koymak ve açıklamaktır. Kurala uyulmadığında çocuğun gelişim dönemi göz önünde bulundurularak sabırlı olmak ve doğruyu açıklamaktan vazgeçmemek gereklidir.

Çocukla iletişim kurarken göz kontağı kurmak, dizlerimizi eğerek çocuğun göz seviyesiyle kendi göz seviyemizi eşit tutarak iletişime geçmek, çocuğu dinlemek, heyecanla anlattığı bir şeyi önem vererek dinlemek çocuğun kendisini değerli hissetmesini ve sizinle sağlıklı bir iletişim kurmasını sağlar.

Çocukla iletişim kurarken çocuğa onun açısından bakabilmek çocuğu anlayabilmek için ön koşulumuz olursa ilişki problemlerini oluşmadan önleyebiliriz. Okul öncesi dönemi çocukları bu gelişim dönemlerinde benmerkezci düşünme ve konuşma tarzına sahiptirler. Çocuk kendi bakış açısını olabilecek tek bakış açısı olarak algılar. Herkesin kendisi gibi düşündüğünü zanneder. Bu nedenle çocukla kurulan iletişimde çocuğa anlaşıldığını ve koşulsuz kabul gördüğünü hissettirerek ona doğruları açıklamak önemlidir.

Çocukla kurulan iletişimde çocuğun duygularını ifade etmesini sağlamak çocuğun sağlıklı gelişimi için bir diğer önemli konudur. Yargılanmadığını, kabul göreceğini, ailesinin endişelenmediğini hissederek çocuk duygularını rahatlıkla ifade eder. Çocukla kurulan iletişimde çocuğa iyi duygu ve kötü duygu diye bir şey olmadığı hissedilebilen her duygunun olağan ve doğal olduğu mesajı verilmelidir. Ancak önemli olanın duygularımızı yönetmek ve duygularımızı kendimize ve çevremize zarar vermeyecek şekilde davranışa dönüştürmek olduğu mesajı verilmelidir. Ayrıca anne babaların kendi günlük hayat deneyimlerini pay-

laşırken duygularını dile getirmeleri, aile ortamında ve birbirleriyle kurdukları ilişkilerde ve yaşantılarında hissettiklerini paylaşmaları, saygılı ve hoşgörülü bir aile ortamı oluşturmaları ve birbirlerinin duygularını koşulsuz kabul etmeleri etkili olacaktır.

Çocuklarla kurulan iletişimde çocukların gelişim dönemi özelliklerinin farkında olup onların bakış açısını anlamaya çalışalım. Onların bakış açısını anladığımızda hissettikleri duyguyu ve asıl ihtiyaçlarını anlayacağız. Bu belki daha fazla emek istiyor. Ama onlara duyulan sevginin gücü bu emeği karşılamaya yeter de artar bile.



- Aral, Neriman, A. Kandır ve M. Can Yaşar. (2002)
- Okul Öncesi Eğitim ve Okul Öncesi Eğitim Programları, İstanbul: Ya-Pa Yayınları
- Kocabıyık, F. (2011).Okul Öncesi Eğitimde Aile ve Önemi

OKUL ÖNCESİ EĞİTİMDE ÖĞRETMEN VE AİLE İŞ BİRLİĞİ NASIL OLMALI?



Çocuğun ilk eğitimi ailede başlar. Anne ve babada öğrenilenler başta olmak üzere tüm yakın çevresi çocuğun gelişimini etkiler. Ayrıca 0-6 yaş grubunu kapsayan okul öncesi dönemde çocuk için model olan anne ve babası ona her anlamda destek olmalıdır. Bu nedenle okul öncesi eğitim programlarında aile katılımının sağlanması çocukların gelişimi yönünden üzerinde durulan bir konu haline gelmiştir.

Okul seçimini yaptık, artık hangi okula gideceğiniz belli. Çocuğunuz için en doğru kararı verdiğinizi düşündüğünüz okul ve öğretmen seçiminden sonra her şey bitti mi?

Okul seçimi ile birlikte en zor kısmı halletmiş olsak da çocuklarımızın geleceği için, gelişimi için süreçte öğretmenle iş birliği yapmak yani katılımcı aile rolü üstlenmek çok önemlidir. Aile katılımı; anne ve babaların çocuklarının eğitimlerine, bunun yanında gelişimlerine katkıda bulunup, onlara yararlı olabilmeleri için organize edilen etkinlikler bütünüdür. Çocuklar için gerekli olan eğitim, anne, baba ve öğretmen iş birliğiyle gerçekleşir. Okul öncesi eğitimde aile katılımıyla varılmak istenen nokta öğrenilen şeylerin ailede desteklenmesi, eğitimde devamlılığın sağlanmasıdır. Okulda verilen eğitim evde desteklenerek, evde verilen eğitim de okulda destelenerek bir devamlılık söz konusu olur.

Aile-öğretmen iş birliğinin amaçları:

- Öğrenmeyi daha etkili hale getirmek,
- Çocuğun tüm gelişimiyle ilgili aileleri desteklemek ve bilgilendirmek,
- Çocuğun evde olan öğrenme ortamını zenginleştirmek,
- Aileye doğru ana-baba tutumları kazandırmak,
- Ailelere ev ortamında çocuklarına kazandırabilecekleri deneyimleri öğretmek,
- Ailelerin çocuklarını daha iyi tanımalarına olanak sağlamak.

Toplumumuz, “Eti senin, kemiği benim.” yaklaşımıyla şekillenmiş bir eğitim mirasına sahiptir. Günümüzde, bilinçli anne ve babalar ile yukarıdaki söylemi ilkel bulan öğretmenler sayesinde bu konudaki anlayış kısmen değişmiş olsa da Anadolu’nun pek çok yerinde hala benzer şekilde devam etmektedir. Geçmiş asırlara uzanan bu anlayışın temelinde güven ve teslimiyet vardır. Böyle bir teslimiyet aynı zamanda, sınırları öğretmenin insafına bırakılmış bir alan yaratmıştır. Kuşkusuz empatik düşünen öğretmenler bunu hiçbir zaman kötüye kullanmamıştır.

Veli-Çocuk Bilgi Aktarımı

Anne ve babaların önemli ihtiyaçlarından biri de çocuğu hakkında bilgilendirilme. Bu bilgilendirmeyi okulundan ve özellikle de öğretmeninden bekler. Yeni hayatın bir gereği olarak anne ve babaların çoğu yoğun iş yükü altındadır. Gündüz saatleri tamamen doludur ve akşam eve geldiklerinde çocuklarını uyumuş bulurlar. Bu durum çoğu kez onları hem duygulandırır hem de kaygılandırır. Çocuklarına zaman ayıramadıkları ve onları ihmal ettikleri duygusunu yaşarlar. Başlarını yastığa koyup bunu düşündüklerinde, yüreklerinde derin bir sızı hissederek. Bu durumdaki anne ve babalar çocukları hakkında okuldan, öğretmenden iyi şeyler duyduklarında inanılmaz derece mutlu olurlar. Öğretmenle yapılan görüşmelerde iyi bir dinleyici olmak, görüşmeleri not almak, çocuğumuz hakkında sadece olumlu şeyler değil olumsuz süreçleri de dikkate almak önemlidir.

Açık İletişim

Okul öncesinde öğretmen ile iyi bir iş birliği içinde olmak istiyorsak açık bir iletişim şarttır. Çocuğumuz hakkında verdiğimiz bilgiler öğretmen için, süreç için çok önemlidir.

O yüzden anne babaların çocukları hakkında sadece olumlu gelişmeler ve olumlu geribildirimler vermeleri yerine varsa olumsuz yaşanmışlıklar, alışkanlıklar tüm gerçekliğiyle paylaşılmalıdır.



Bazı şeyler aktarılmadığında, üstü kapatıldığında okul sürecinde öğretmenin de anlam veremediği bir şekilde karşısına çıkabilir. Ya da bazı özel durumları, hassas noktaları öğretmenler daha önceden bilirse daha dikkatli ve özverili davranacaklardır. Bu da süreci daha olumlu etkileyecektir.

Okulda Alınan Kararların Evde Uygulanması

Okul öncesi kurumlarda okulda, yuvada ya da kreşte geçirilen vakit o kadar doludur ki bazen çocuklarımızın etkinliklerini, ödevlerini takip etmekten okulda diğer alanlarda anne baba olarak neler öğrendiklerine bakamıyoruz. Oysa okulda öğrenilen kurallar ya da edinilmiş yeni kazanımlar siz veliler için o kadar önemlidir ki. Örneğin, okulda yemek yeme ile alakalı yeni bir kazanım elde etmiş çocuğunuza evde de aynı tutumu, aynı kuralları geçerli kılmazsanız sonuç

olumsuz olur. O yüzden okulda yapılan uygulamaların takibinin iyi yapılması ve evde de sürekliliğin olması davranış kazanımında önemli rol oynamaktadır.

Eleştiriye Açık Olma

Hangi mesleği yaparsak yapalım bizlerin önemli eksiklerinden biri, eleştiriye karşı tepkili olmamızdır. Eleştiriye yeterince açık olmadığımız durumlarda anne ve babalar, düşünce ve kaygılarını kolay paylaşmazlar. Nasıl paylaşırlar ki? Hangi anne ve baba eleştirden rahatsızlık duyduğu halde bir öğretmene, ya da okuldan birine çok rahat içini açabilir? Oysa, öz güveni tam bir ebeveyn, olumlu eleştirden rahatsızlık duymaz, hatta, olumlu her eleştiriye kendini geliştirmek ve olası hatalarını düzeltmek için bir fırsat olarak değerlendirir.

DİJİTAL OYUNLARIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

- Akçay, D., Özcebe, H. Okul Öncesi Eğitim Alan Çocukların ve Ailelerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. Çocuk Dergisi, 2012. 12(2):66-71.
- Güran A., Özhan S., Uslu R. Dijital Oyunlar ve Çocuklar Üzerindeki Etkileri. Bağıkanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Ankara, 2008:1-50.
- Kars G.B. Şiddet İçerikli Bilgisayar Oyunlarının Çocuklarda Saldırganlığa Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Disiplinler Arası Adli Tıp Anabilim Dalı, Ankara, 2010.
- Kelleci, M. İnternet, Cep Telefonu, Bilgisayar Oyunlarının Çocuk Ve Gençlerin Ruh Sağlığına Etkileri. TAF Preventive Medicine Bulletin, 2008,7(3):253-256.
- Oktay A. Yaşamın Sıhri Yılları: Okul Öncesi Dönem. Epsilon Yayınları, İstanbul, 1999.
- Yavuzer H. Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Kadar Çocuk Psikolojisi. Remzi Kitabevi, İstanbul, 2002.

Çocukluk her geçen gün değişen ve bu değişim ile birlikte de kültür oluşturan bir olgudur. Çocukluk kültürünün en önemli aracı ve çocuğun kendini en etkin şekilde ifade ettiği alan ise oyundur. Oyun, çocukluk çağının vazgeçilmez en önemli parçasıdır. Bu bağlamda çocukların oyun tercihleri çocukların gelişimleri üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Değişen yaşama paralel olarak çocukların oyun ve oyuncak türleri de bu değişimden etkilenmektedir. Oyun ile birlikte oyunda kullanılan oyun araçlarının yani oyuncaklarında teknolojik gelişmelere paralel olarak değişim gösterdiği belirtilmektedir. Bu bağlamda içinde yaşanan yüzyılda oyun araçları ve oyun alanları da değişimden etkilenerek çocukların yaşamlarında yerini almaktadır. Oyun oynama alanı ve oyun aracı olarak ortam sunan dijital dünya günümüzde çocuklar için oldukça popüler bir ortamdır. Bu ortam aynı zamanda oyun ve oynanacağı yeniden kavramsallaştırılmasında rol oynayarak dijital oyun kavramının tanımlanmasını sağlamıştır.

Dijital oyun, çeşitli teknolojilerle programlanan ve kullanıcılara görsel bir ortamla birlikte kullanıcı girişi yapmayı sağlayan aynı zamanda oyunun sunulduğu çerçevede aşamalı olarak maniple eden çocuklar için popüler bir kültür haline gelen oyunlar olarak tanımlanmaktadır. Yirminci yüzyılın teknolojik gelişme hızının en önemli araçlarından biri olan bilgisayar, her geçen gün kullanım alanlarının genişlemesine paralel olarak insanoğlunun vazgeçilmezleri arasındaki yerini almıştır. Özellikle son yıllarda çocuk ve gençler arasında, sanal uzamda konsol oyunları, PC oyunları ve çevirim içi (online) şeklindeki alt türler olarak yer alan dijital oyunların kullanımı her geçen gün artış göstermektedir. Neredeyse doğar doğmaz teknolojik cihazlarla ve internet ile tanışan çocuklar, bu cihazlara karşı bağımlılık geliştirmekte ve bu cihazları hayatlarının vazgeçilmez bir unsuru olarak görmeye başlamaktadırlar. İnternet kullanımı ve bilgisayar oyunları, çocuklar ve gençlerin günlük yaşamlarını, akademik başarılarını ve ruh sağlıklarını önemli ölçüde

etkileyen ve bu yönü ile de araştırmacıların ilgisini çeken güncel bir konudur. Çocukların günümüzde kullandığı en önemli eğlence araçlarının başında bilgisayar oyunları gelmektedir. Bunun sonucunda çocuklar tüm günlerini bilgisayar başında geçirirken aileler çocukları ile iletişim kuramadıklarından ve çocuklarının doğal hayattan kopmalarından şikâyet etmektedirler. **Bilgisayar oyunları bilinçli ve doğru bir şekilde kullanılmadığı zaman başta çocuklar ve aileler olmak üzere tüm topluma karşı olumsuz sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir. Ayrıca son dönemlerde şiddet içeren oyunların giderek artması, aileleri bu oyunların olumsuz etkileri üzerine de düşünmek zorunda bırakmaktadır.**

Bilgisayar oyunlarının yaygınlaşmasına paralel olarak bu durumun çocuklar ve gençler üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri sorgulanmaya başlanmıştır. Gelişimin en hızlı ve en kritik yılları olan 0-6 yaş arasında bilgisayar, özellikle el-göz koordinasyonuna, dikkati yoğunlaştırma, problem çözme becerisine büyük katkı sağlayabilir.

Çocuk günlük yaşamında ve eğitimi sırasında öğrendiği pek çok kavramı bilgisayar oyunları ile pekiştirebilir. Öte yandan şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynamanın, çocuklar ve gençlerde saldırgan davranışlara neden olduğu bunun yanı sıra, bilgisayarın uzun süreli kullanımı sonucunda obezite, görme ve kas-iskelet sistemine ilişkin fizyolojik sorunlara ve sosyal gelişimde olumsuzluklara, internet bağımlılığı gibi psikososyal sorunlara da yol açtığı bildirilmektedir. Bilgisayar oyunlarının iyi veya kötü olması; oyunların içeriği, ne zaman, ne kadar oynandığı ile ilişkilidir. Olması gereken kriterler çevre-davranış ilişkilerinde edilgin ve yetişkinlere bağımlı olan çocuk tarafından değil, ebeveyni tarafından sağlanmalıdır. Bu kapsamda, ebeveynlerin çocukların ekran önünde (televizyon, video, bilgisayar, video oyunu) geçen zamanı sınırlandırmaları, doğru medya seçimine yardım etmeleri ve çocuklarını denetlemeleri önerilmektedir.

Bağımlı düzeyinde bilgisayar oyunu oynama, öğren-cilerin oyun oynamayı bırakamaması, oyunu gerçek hayatıyla ilişkilendirmesi, oyunu oynamaktan dolayı görevlerini aksatması ve oyun oynamayı başka etkin-liklere tercih etmesi gibi sonuçlar ortaya çıkarmaktadır. Bu durumların ise çocuğun sosyalleşmesini ve akademik başarısını olumsuz yönde etkileyeceği düşünülmektedir. Şüphesiz bilgisayar oyunlarından beklenen, bilgisayar kullanıcısını eğlendirmesi ve aynı zaman da eğitmesidir. Günümüzde genç nesil daha çok eğlendirici oyunlara yönelmekte ve bireysel ya da grup olarak oynanabilen birçok oyunla çok erken yaşlarda tanışmaktadır. Ancak bilgisayar oyunları konusunda unutulmaması gereken önemli noktalar vardır.

Bunlar:

- Oyunların içeriklerinde nelerin yer aldığı,
- Bireylerin eğlenirken neler yaptığı,
- Oyunların bir yandan eğlendirirken diğer yandan örtük olarak bireylere aktarmayı amaçladığı temel noktaların neler olduğudur.

Şiddet içerikli bilgisayar oyunları oynamanın 5 büyük etkisi vardır

1. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları fiziksel tepkileri arttırmaktadır.
2. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları saldırgan algılayışları arttırmaktadır.
3. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları saldırgan hisleri arttırmaktadır.
4. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları saldırgan davranışları arttırmaktadır.
5. Şiddet içerikli bilgisayar oyunları sosyal davranışları azaltmaktadır.

Bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerinin yanında bazı olumlu etkileri de vardır. Bunlar; potansiyel yaratıcılığa teşvik eder, eğlence ve eğlencenin sosyal alanını sağlar, çocukların teknolojiye rahatça yaklaşmalarını sağlar, oyunlara hâkimiyetleriyle çocukların kendilerine güvenleri artar, okuma ve matematiksel problemleri çözme becerilerini geliştirir, yardımlaşma ve paylaşma gibi destekçi-sosyal davranışları iletir, göz el koordinasyonunu ve görsel uzamsal beceriyi artırır, otistik çocuklarda dil gelişimini kolaylaştırır ve çekingen çocuklar için oyun terapisi sağlar.



Yine yapılan bazı araştırmalarda bilgisayar oyunlarının çocukların zihinsel gelişimi üzerine olumlu etkilerinin de olduğu görölmektedir. Doğru oyunlar aracılığıyla öğrenmeyle ilgili zihinsel süreçleri harekete geçirerek çocuğa stres altında soğukkanlı kalma becerisi, dikkatini uzun zaman sürdürme becerisi kazandırılabilir. Özellikle hiperaktif çocukların acelecilik ve sabırsızlık gibi belirgin özelliklerini törpülemek, onlara katlanmayı, yılmamayı öğretmek için bu tür oyunlar kullanılmaktadır. Ayrıca, birçok bilgisayar uygulaması çeşidi ve özellikle bilgisayar oyunları sözel bilgi işlemeden çok görselliği vurgulayarak tasarlanmaktadır. Çalışmalar, böyle oyunları oynayan çocuklarda, bu oyunların görsel zekâ becerilerini geliştirebildiğini göstermektedir.

Aileler Ne Yapabilir?

Televizyon gibi bilgisayar oyunlarının da küçük çocuklar üzerindeki etkisi fazladır. Çocuğın gerçeklik duygusunun yedi yaşında geliştiğı düşünöldüğünde yedi yaşından küçük bir çocuğın gerçekle hayal arasındaki sınırı çizemediğı görölmektedir. Gördüklerini anlamlandıramayan çocuk anne babasının tepkisine bakar. Eğer anne baba panik yapıyorsa, ciddiye alıyorsa çocuk bunun ciddi bir şey olduğunu düşünür. Beyninde korkuyla ilgili alanlar harekete geçer ve aşırı stres kimyasalları salgılamaya başlar. Anne ve baba soğukkanlı ise daha az etkilenir. Bilgisayar kullanımı konusunda özellikle çocuk ve gençlerimizi doğru bir şekilde eğitmez ve yönlendiremezsek bu araçlar onlar için çok tehlikeli bir silaha dönüşmüş demektir. Gerekli önlemler alınarak çocuk ve gençlerimizin kişilik ve ruhsal yapılarının korunması sağlanabilir. Bu anlamda gerektiğinde bilgisayar kullanım sürelerine müdahale edilebilmeli, bilgisayarlarında hangi programların veya oyunların yüklü olduğu kontrol edilebilmeli, evde bilgisayarın yeri kolay görülebilir şekilde düzenlenebilmelidir.

Özellikle küçük çocukların, gerek televizyon izlerken gerekse bilgisayarda oyun oynarken mümkün olduğunca yalnız bırakılmaması gerekir. Uzmanlar çocukların günde en fazla iki saati bilgisayar başında geçirebileceğini

söylemektedirler. Bu süre arttıkça zararlar da artmaktadır. Ayrıca bilgisayar çalışma ortamlarının ergonomik olarak yetişkinler için tasarlanması nedeniyle, bu yaş grubu çocuklarının bilgisayar oyunu oynama süresinin artması çocukların sağlığını yetişkinlerden daha fazla etkileyebilir. Bu nedenle; bedensel gelişimi desteklemek amacıyla bilgisayar oyunu oynamak yerine, ailelerin çocuklarıyla alternatif fiziksel etkinlikler (kitap okuma, parka gitme, oyun oynama vb.) yaparak nitelikli zaman geçirmeleri önemlidir.

Bilgisayar oyunlarının olumsuz etkilerinden korumak amacıyla çocuk ve gençlerimize bilgisayar kullanmayı yasaklamak belki birçok ailenin ilk aklına gelen tedbir olabilir. Ancak yasaklamak hiçbir zaman bu soruna kalıcı çözüm getirmez. Bu gibi önlemlerde çocuk ve gençler ebeveynleri tarafından kontrol edilemedikleri zamanlarda yasakları uygulamamayı tercih edebilir ya da ev dışında bu imkânları elde etmek amacını güdebilirler. O halde ailelerin çocuklarıyla yakın temasta olmaları ve bilgisayar olumlu yönde kullanmaları için çocuklarıyla kolay bir iletişim ortamı sağlayabilmelidirler.

Oyun çağında olduğu düşünölebilecek çocukların bu yaşlardaki bilgisayar oyunu oynama alışkanlıklarının bundan sonraki dönemlerini etkileyebileceğı göz önünde bulundurularak aileler tarafından kontrollü bir şekilde uygun oyun oynama alışkanlığının kazandırılması önemli görölmektedir. Çocuklarda sorumluluk duygusu oluşturulmalıdır. Sorumluluk bilincine sahip çocuk gereğinden fazla oyun oynarsa zaten kendisini huzursuz hisseder.

Aileler oyunlar ile ilgili bilgiler edinmeli ve çocuğunun bilgisayar oyunu içeriğini belirlemelidirler. Aileler çocuklarına temel kavramları öğretmek amacıyla oyun yöntemine dayalı olarak eğitsel nitelikli ders yazılımlarını tercih edebilirler. Bilgisayar oyunları sahip oldukları potansiyel ile eğitim-öğretim sürecinde birer eğitsel yazılım materyali olarak pedagojik anlamda hizmet verebilirler. Burada ailelerin, yazılım seçimi ve seçilen yazılım içerikleri konusunda deneyim sahibi olması ve uzman olan birilerinden destek alması önem kazanmaktadır.

- Rengin Çocuklar Üzerindeki Etkileri www.renketkisi.com
- Renklerin Psikolojik Etkileri: Renk ve Çocuk www.cocuklaringelisimi.com
- Çocuk Psikolojisinde Renklerin Önemi Psk. Dan. Filiz Okuş Tezel
- Çocuk Psikolojisinde Renklerin Önemi Ece Çalış

RENKLERİN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ



Renkler ışığın ürettiği enerji ile vücut fonksiyonlarını, zihni ve duyguları etkiler. Yapılan çalışmalar renklerin beyin gelişimine, yaratıcılığa, verimliliğe ve öğrenmeye faydasını kuvvetli bir şekilde göstermektedir. Rengin; heyecanlandırma, sakinleştirme, ilham verme, endişe yaratma, gerginlik hissettirme, huzur verme gibi etkileri vardır. Bu etkilerin çocuklarda yansıması daha da belirgin olarak hissedilir. Çocuklar, renklere karşı daha hassas olabilmektedirler.

Çocuklar dış uyaranlara karşı bizden çok daha fazla duyarlıdır. Çünkü dünya onlar için yenidir. Etraflarındaki her şeye fazlasıyla dikkat ederler. Özellikle küçük yaşlarda dünyayla aralarındaki en güçlü bağ gözleridir. Renkli ve hareketli nesneler dikkatlerini çeker. Resimli kitaplara bakmaktan hoşlanırlar. Dış dünyayla bu kadar ilgili olan çocuklar üzerinde renklerin etkisi de küçümsenemez.

Bebeklerin ilk 6 hafta ile 2 aylık dönem arasında kırmızı rengi algılamaya başladıkları, daha sonra canlı renkleri ve en son sarı rengi algıladıkları bilinmektedir.

Canlı renk tonları çocukların ilgisini çeker. 2 ile 5 yaş arasında ise renk isimlerini öğrenirler. Çocukların renk seçimlerinin genellikle cinsiyet ile yakın ilişkili olabildiği görülmüştür. Küçük kız çocukları daha çok lila, pembe tercih ederken, küçük erkek çocukları siyahı tercih etmektedirler. Erkek çocukları kızlara göre koyu renkleri daha çok tercih etmektedirler.

Çocuklar renklerin isimlerini bilmeden önce onları ayırt edebilmektedirler. Söylenen renkteki nesneyi gösterebilmektedirler. Kızların erkeklere göre renklerin isimlerini daha önce öğrendikleri bir araştırma sonucudur. Çocuklara renkleri öğretirken, o renkteki nesneler ile ilişkilendirmek çocuğun kavramı öğrenmesinde ve hatırlamasında bize yardımcı olacaktır. Sarı; muz, limon ve güneş ile ilişkilendirilebilir. Bu şekilde öğretildiğinde çocuğun öğrenmesi daha kolay gerçekleşecek ve öğrendiği bilgiyi genelleyerek sarı rengin olduğu eşyaları gördükçe kavramın iyice çocuğun zihnine yerleşmesine yardımcı olacaktır.

Çocukların odalarına ayrı bir hassasiyet göstermek gerekir. Evin her odası tabii ki önemlidir ancak çocuk odaları hem çekici ve eğlenceli olmalı hem de öğrenimlerine, beyin gelişimine katkı sağlayacak unsurlar içermelidir. Duvar rengi seçerken onların hem görme duyusunu koruyacak hem de uygun çalışma ortamı sağlayacak, fiziksel ve ruhsal sağlığını koruyacak, rahat uyuyabileceği ortamlar yaratacak renkler seçmek gerekmektedir. Yatak odaları, ebeveynler için sıradan önem derecesinde olabilir...

Çocuk için ise odaları; hem uyuduğu, hem kendi başına oynadığı hem de arkadaşlarıyla zaman geçirdiği bir yer olabilir. Çocuğun yaşı ne kadar küçük ise yaşadığı oda da o kadar sade olmalıdır. Bir bebeğin odası ile 4 yaşında bir çocuğun odası şartlar mümkünse aynı olmamalıdır.

Renk, çocukların eğitim alanlarını tasarlayanın çok önemli parçalarındandır. Çocuklar, onlara öğrenme fırsatı verilen yerlerde tam potansiyellerini ortaya çıkarabilirler ve bu şekilde de öğrenirler. Araştırmalar, çevresel faktörlerin başarı seviyesini ve üretkenliği geliştirmede, hata yapma oranını azaltmada, olumlu davranışları etkilemede önemli katkıları olduğunu gösterdi.

İç yerleşim düzenindeki tamamlayıcı parçaların en güçlü ve en önemlilerinden bir tanesi de renktir. Renk, çocukların psikolojik reaksiyonlarını ve fizyolojik sağlıklarını etkileyebilir. Özellikle okul öncesinde ve okuma yazmaya başlasa da bu becerisini iletişim olarak tam da hakkını vererek kullanamayan 6-7 yaş civarındaki çocuklarda renk dışarıdan bilgi almak için çok önemli bir kaynaktır. Yıllar içerisinde yapılan çalışmalardan artık rengin yalnızca güzel, hoş bir görüntü sağlamak için kullanılmadığını biliyoruz. Okuma yazma öğrenirken kendini bu yolla henüz anlatamayan çocukların resimleri ve bu resimlerde kullandıkları renkler bize bilgi verici ayrıntılar olabiliyor.

Bilimsel çalışmalar renklerin yalnızca beyin üst tabakasını değil tüm merkezi sinir sistemini etkilediğini göstermiştir. EEG ve nabız oranlarını ölçen sistemlere göre erkekler ve kadınların renklere farklı tepkiler gösterdikleri fark edilmektedir. Hiperaktif, enerji dolu bir çocuğun mavi ya da pembe renge boyanmış bir odada nabzının yavaşladığı farkedilmektedir.

Renk; gözden beyne iletildiğinde beynimiz, duyguları, zihinsel berraklığı ve enerji seviyesini etkileyen bir hormon salgılar. Renklerin kombinasyonlara göre de insanlar üzerinde negatif ya da pozitif psikolojik etkileri görülebilir. Bebekler kendilerini yoğun sarının olduğu bir odada tedirgin hissederken, mavi ve yeşil ile kombinlenmiş sarı odada ise huzurlu hissedebilmektedirler.

Kırmızı

Tüm renkler içerisinde en baskın renktir. Şiddetli bir uyarıcıdır. Bilimsel çalışmalarda kırmızının görsel aktivite ve otonomik sinir sistemi fonksiyonları üzerinde maviye nazaran daha uyarıcı etkisi olduğu fark edilmektedir. Çoğunlukla kırmızı rengin bulunduğu ortamlar çocuğun kendini gergin ve agresif hissetmesine neden olabilir.

Sarı

Renk skalasının en neşeli, en mutlu olanıdır. Bilgeliği ve iyiliği temsil eder. Sıcaklık, keyif, coşkunluk, neşe ve ilham sağlar. Etkisi kırmızı kadar sert değildir. Sarı nispeten açık bir renktir ve ferahlatıcı etkisi vardır. Sembolik olarak da sarı zihinsel ve ruhsal olarak aydınlanmayı, gün ışığını ve iletişimi ifade eder. Hafıza, motivasyon ve dikkati de etkiler. Ancak çoğunlukla sarı rengin bulunduğu ortamlarda çocuğun gergin ve öfkeli hissetmesine neden olabilir.

Mavi

Tüm açılardan kırmızının karşıtıdır. Psikolojik olarak mavinin soğuk ama rahatlatıcı doğası, kırmızının sıcaklığı ve heyecanının tam zıttıdır. Kırmızının tersine mavi vücut ısısını, kan basıncını ve nabızı düşürür, iştahı keser. Gökyüzünün ve okyanusun rengi olarak ferahlık, açıklık ve rahatlatıcı bir his verir.

Yeşil

Psikolojik olarak sağlığı temsil eder, sinir sistemi üzerinde rahatlatıcı etkisi vardır. Huzur, sakinlik, sessizlik verir. Sembolik olarak bakıldığında yeşil doğanın, hayatın gücüdür ve bu yüzden de en doğal, rahatlatıcı, dinlendirici, renk olarak görülür.

Turuncu

Kırmızıya göre daha yumuşak, daha yalındır. Kırmızıdan aldığı heyecanla sarıdan aldığı enerjiyle mutluluk, sosyallik, dışadönüklük ve neşeyi temsil eder. Yorgunlukla başa çıkmak için en ideal renktir. Sıcaklık sağlar, iştah açıcı ve uyarıcıdır, sabah erken kalkmaya yardım eder. Fiziksel olarak kendine güveni, bağımsızlığı ve bir parça da rekabeti temsil eder.

Mor

Fiziksel ve psikolojik olarak birbirinin tam zıttı kırmızı ve mavinin karışımıdır. Mor, beynin yaratıcılıkla ilgili bölümünü uyarır. Aynı zamanda yatıştırıcı özelliği vardır. Fiziksel ve ruhsal olarak dinginliğe yardımcı olur.

Pembe

Kırmızı ve beyazın karışımından oluşan pembe, fiziksel olarak bizi olumlu etkiler. Rahatlatıcı ve sıcaktır. Çok fazla pembe yorucu ve bunalıcı olabilir. Enerjik bir renk değildir, çekingen ve içine kapanık çocuklarda yoğun

bir biçimde pembe kullanılmış bir ortamda bulunmak yorucu olabilir. Dengeli dağılımda sıcaklık, rahatlık ve huzur verir.

Kahverengi

Kırmızı, sarı ve siyahtan oluşur. Siyah kadar ciddidir ama biraz daha yumuşak ve sıcaktır. Kırmızı ve sarıdan aldığı özelliklerle bu sıcaklığı taşır. Tabiatla, evrenle ilişkili bir renktir. Yoğun, güvenilir, sıcak ve pozitifdir.

Siyahın aksine çoğu insan tarafından güvenilir ve destekleyici bulunur. Özellikle ergenlerin odasında rahatlıkla kullanılabilir. Kırmızı ve sarının enerjisi ama siyahın ciddiyeti ile daha gerçekçi bir renk olduğundan ergenlerde sorumluluk ve koruma duygusunu geliştirmede yardımcı olur. Sahip olma, irade ile de ilişkili bir renktir. Ergenlerde aile ve arkadaşlık ilişkilerinde kahverenginin olumlu tesiri vardır. Aynı zamanda sakinlik ve huzur da verir. Ergenlerin kırı kır enerjisini sakinleştirip akademik anlamda da ayaklarının yere basmasına yardımcı olan bir renktir. Güven hissi yarattığı gibi aynı zamanda rahatlatıcı etkisini görebilirsiniz.



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

