

OKULUMU SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK DERGİ

SAYI: 131

2025



İÇİNDEKİLER

BÜYÜYEN AİLELER: KARDEŞ KISKANÇLIĞINI ANLAMAK	2
ÇOCUKLARDA DUYGU REGÜLASYONU (DÜZENLEME) NASIL SAĞLANIR?	5
EĞİTİMDE AİLE DESTEĞİ: ÇOCUKLARIN BAŞARILARI İÇİN GÜÇLÜ BİR ORTAKLIK	8
AİLE OKUL İŞ BİRLİĞİNİN ÇOCUK GELİŞİMİNE VE ÇOCUĞUN BAŞARISINA ETKİSİ	10
KAYGIYI AŞMAK: ÇOCUKLAR İÇİN DUYGUSAL DESTEK İPUÇLARI	14
ÇOCUKLARIN TOPLUM İÇİNDE SORUMLULUK ALMASINI TEŞVİK ETMEK: GÖNÜLLÜLÜK VE YARDIMLAŞMA KÜLTÜRÜ	17



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-2025 Yayın Kurulu: Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü



BÜYÜYEN AİLELER: KARDEŞ KISKANÇLIĞINI ANLAMAK



Kıskançlık, insan doğasının bir parçası olan ve genellikle aileye yeni bir bireyin katılmasıyla çocuklarda ortaya çıkan bir duygudur. Hatta, sürekli "Kardeş istiyorum, bir kardeşim olsun." diyen çocuklar bile, kardeşleri doğduktan sonra kıskançlık belirtileri gösterebilir. Bu durum, günümüzde anne babaların en çok karşılaştığı ve şikâyet ettiği konular arasında yer alır.

Çocuk, annesinin hamile olduğunu öğrendiği ilk andan ya da kardeşi doğduğu andan itibaren karmaşık duygular yaşamaya başlar. Bir kardeş sahibi olma düşüncesi, heyecan, mutluluk, sevgi ve koruma isteği gibi olumlu duyguların yanı sıra,

hayatındaki değişikliklere dair endişe, rekabet hissi ve anne babasının sevgisini bir başkasıyla paylaşma korkusunu da beraberinde getirebilir. Ayrıca, bu süreçte yeni gelen kardeşe veya anne babaya yönelik kızgınlık da hissedebilir. Anne babalar için bu dönemde en zorlayıcı olan, genellikle çocukların yaşadığı bu kızgınlık ve kıskançlık duygularıdır.

Aileye yeni bir kardeşin katılması, evdeki dengelerin değişmesi anlamına gelir. Bu durum, çocuğun gözünde yeni gelen bireyi bir rakip olarak görmesine neden olabilir.

Yeni doğan bebeklerinin dünyaya gelmesiyle



Sürekli ilgi ve bakıma ihtiyaç duyan, annenin vaktinin büyük bir kısmını alan küçük kardeşin bu şekilde algılanması, aslında doğal bir tepkidir. Çocuk, yeni kardeşi, anne ve babasını kendisinden uzaklaştıran ve bazen istenmeyen biri olarak görebilir. Üstelik sadece evdeki aile bireyleri değil, dışarıdan gelen misafirler de çoğunlukla ondan bahseder ve ona hediyeler getirir. Böylece küçük kardeş, evin odak noktası haline gelir. Kardeşler arasında ortaya çıkan kıskançlık, normal bir duygu olsa da, anne ve babaların yanlış yaklaşımları bu durumu bir sorun haline getirebilir.

heyecan ve mutluluk yaşayan aile bireyleri, bazen diğer çocuklarını ihmal edebildiklerinin farkına varmazlar. Ancak bu süreçte çocuk, çevresinde olan biteni dikkatle gözlemler. Özellikle ailede ilk çocuksa kendisine gösterilen ilginin azaldığını hemen fark eder. Bu durumu telafi etmek ve varlığını hissettirmek için bazen farklı, hatta yanlış davranışlarda bulunabilir. Ancak anne ve babasının bu davranışlara tepki göstermesi, çocukta "Artık beni sevmiyorlar." düşüncesine yol açabilir. Bazı anne babalar, çocuklarını teselli etmek amacıyla "Biz seni kardeşinden daha çok seviyoruz." gibi ifadeler kullanabilir. Ancak çocuğun beklediği, daha fazla sevilmek değil, sevildiğini hissetmektir. Eğer yeni gelen kardeşe yönelen ilgi ve sevgi belirgin şekilde fazlaysa bu tür sözlerin çocuk için anlamı kalmayabilir. Önemli olan, çocuğa eskiden olduğu gibi sevildiğini ve değerinin değişmediğini hissettirmektir.

Kardeş Kıskançlığı Yaşayan Çocuğun Gösterdiği Tepki ve Belirtiler Nelerdir?

- Çocuk, ailede ilgi ve sevginin merkezindeyken, yeni bir kardeşin gelmesiyle kendini geri planda hissedebilir. Anne-babasının ve diğer yakınlarının sevgisini artık kardeşiyle paylaşması gerektiğini fark eder. Bu durum, sevilmediği düşüncesine yol açarak çocuğun anneye uzaklaşmasına, içine kapanmasına, iştahsızlık ve kilo kaybı yaşamasına neden olabilir.
- Çocuk, anne ve babasına sık sık onları sevip sevmediklerini sorabilir ve bir türlü onların sevgisinden emin olamayabilir. Bu, çocuğun duygusal olarak güvende hissetmediğini gösterir.
- Bazı çocuklar kıskançlık duygularını açıkça ifade ederek kardeşine vurabilir, onun oyuncaklarını kırabilir ya da ondan nefret ettiğini söyleyebilir. Diğerleri ise bu duygularını bastırarak kardeşine aşırı sevgi gösterisinde bulunabilir. Bu tür davranışların altında, anne-babanın sevgisini kaybetme korkusu ve tepki görme endişesi yatabilir.
- Çocuk, dikkat çekmek amacıyla kabus gördüğünü ya da tuvaletinin geldiğini bahane edebilir. Ayrıca altını ıslatma, parmak emme gibi davranışlarla önceki gelişim evresine gerileme belirtileri gösterebilir.
- Gün içinde ve geceleri huzursuz ve sinirli bir ruh hali sergileyebilir. Sakinleşmekte zorlanır, çevresindekilere karşı öfke dolu davranışlar sergileyebilir ve kendisine ya da eşyalara zarar verebilir.

- Çocuk, evden ayrılmak istemeyebilir ve bu durum okula gitmeyi reddetmeye kadar varabilir. Ayrıca baş ağrısı, mide bulantısı gibi psikosomatik belirtiler gösterebilir. Bu belirtilerin altında yatan nedenlerin anlaşılması için bir fiziksel muayene yapılması önemlidir. Bunun yanında huzursuzluk, isteksizlik ve diğer stres belirtileri de sıklıkla gözlemlenebilir.

- Yeni bir kardeşin doğumu, çocukta ilgi, koruma isteği, kıskançlık ve kaygı gibi çelişkili duyguların ortaya çıkmasına neden olabilir. Özellikle annenin hamilelik sürecinde yorgun ve isteksiz görünmesi ya da yeni kardeşin hazırlıklarıyla meşgul olması, çocuğun huysuzlaşmasına ve anneden ayrılmak istememesine yol açabilir.

Kardeş Kıskançlığı Başa Çıkmak için Ailelere Öneriler

Kardeş kıskançlığı, hangi yöntem uygulanırsa uygulansın tamamen yok edilemez. Bu, doğal bir duygu olup, sağlıklı bir şekilde ifade edildiği sürece ciddi bir sorun oluşturmaz. Ancak çocuğun belirgin bir şekilde mutsuz olduğu, kendisine veya kardeşine zarar verdiği, fiziksel, bilişsel ya da duygusal gerileme yaşadığı durumlarda mutlaka uzman desteği alınmalıdır. Kardeş kıskançlığıyla başa çıkabilmek için ebeveynlerin hem doğum öncesinde hem de sonrasında yapması gereken önemli adımlar vardır.

Doğumdan Önce Yapılması Gerekenler

- Çocuğa gösterilen ilgi ve sevgi dengeli bir şekilde sürdürüldüğünde, kardeşin doğumu çocuğun aşırı kıskançlık hissetmesine yol açmayacaktır. Bu nedenle, çocuk evde tek başına iken her istediği yerine getirilmemeli ve aşırı ilgiyle şımartılmamalıdır.

- Hamilelik sürecinde, baba veya başka bir aile üyesi, büyük çocuğun bakımına (yemek yedirme, uyutma gibi) yardımcı olmaya başlayabilir. Özellikle kardeşin doğumundan önce, ileride meydana gelebilecek değişimlere uyum sağlayabilmesi için çocuğun ev içindeki düzeninin oluşturulması büyük önem taşır.

- Büyük çocuk, doğumdan önce kardeşin gelişle ilgili bilişsel ve duygusal olarak hazırlanmalıdır. Hamilelik, doğum ve bebek bakımı hakkında çocuğa yaşına uygun bilgiler verilmelidir. Özellikle hamileliğin ilerleyen dönemlerinde annenin ağır kaldırmakta, hızlı hareket etmekte veya eğilip kalkmakta zorlanabileceği çocuğa açıklanmalıdır.

- Yeni bebeğin hazırlık sürecine büyük kardeş de dahil edilebilir; ona fikir sorulup seçimlerde

katılımı sağlanabilir. Aile, özellikle bebeğin cinsiyeti konusunda çocuğun yanında aşırıya kaçan sevinç gösterilerinden kaçınmalıdır. Bu yaklaşım, çocuğun kardeş kıskançlığıyla daha kolay başa çıkmasına yardımcı olur. Ayrıca bazı durumlarda anne ve babalar, kendi kaygılarını farkında olmadan çocuklarına yansıtırlar, "Seni daha çok seviyoruz." "Sen bizim biricik akıllımsın." gibi kıyaslama ve rekabet yaratabilecek ifadelerden uzak durulmalıdır.

Doğumdan Sonra Yapılması Gerekenler

- Anne ve baba, sevgilerini yalnızca sözlü ifadelerle değil, tutarlı davranışlarla da göstermelidir.

- Anne, bebekle ilgilenirken büyük çocuğun ilgisiz hissetmemesi için ona da vakit ayırmaya özen göstermelidir.

- Çocuğun yanında bebeğe aşırı sevgi gösterilerinde bulunmak yerine, sevgi ve ilgiyi her iki çocuk arasında dengeli bir şekilde paylaşmak gereklidir.

- Çocuğun, "bebeğe zarar verebilir" düşüncesiyle sürekli uzaklaştırılması yerine, güvenli ve kontrollü bir şekilde kardeşle zaman geçirmesi teşvik edilmelidir.

- Kardeşler arasında karşılaştırma yapılması, çocukların duygusal gelişimi açısından olumsuz sonuçlar doğurabileceğinden kesinlikle kaçınılmalıdır.

- Büyük kardeşin, bebeğin bakımıyla ilgili kolay görevlerde sorumluluk alması sağlanabilir ve bu katkısı için onu övmek, kendisini değerli hissetmesine yardımcı olur.

- Hamilelik öncesinde anne ve babasının yanında uyuyan bir çocuğun, hamilelik döneminde başka bir odaya geçirilmesi uygun değildir. Aynı şekilde, kendi odasında yatan bir çocuğun, bebeğin doğumu sonrası anne ve babasının odasına alınması da yanlış bir davranış olacaktır.

- Aile büyükleri ve misafirler genellikle yeni doğan bebeğe odaklanır. Ancak, büyük çocuğa da zaman ayırmaları gerektiği konusunda nazik bir şekilde bilgilendirilmeleri önemlidir.

- Bebeğin uyuduğu sırada çocuğun çıkardığı seslere sert bir şekilde tepki göstermek yerine, durumun nazik bir şekilde açıklanması ve daha sakin bir dil kullanılması daha faydalı olacaktır.

Kısacası; çocuk, kardeşi doğmadan önce evde hangi role ve düzene sahipse kardeşi doğduktan sonra da bu rol ve düzen mümkün olduğunca aynı şekilde sürdürülmelidir.

- Tüğen, L. E. (2018). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocuklarda bağlanma, duygu regülasyonu ve benlik saygısı ilişkisinin araştırılması.
- ÇELİK, M. V., & ÇETİNKAYA, D. D. T. (2023). Erken Çocukluk Döneminde Davranış Kazanımı Süreçleri ve Duygu Regülasyonu ile Düzenlenmesi. Türkiye Klinikleri Psychology-Special Topics.
- Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents. Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics.
- Suveg, C., & Zeman, J. (2004). Emotion regulation in children with anxiety disorders. Journal of clinical child and adolescent psychology.

ÇOCUKLARDA DUYGU REGÜLASYONU (DÜZENLEME) NASIL SAĞLANIR?



Regülasyon kelime anlamı olarak düzenleme / ayarlama demektir. Duygu düzenleme becerisi ise çocukların duygularını tanıma ve anlamalarında, davranışlarını kontrol etmelerinde, kendileri ve çevreleri ile olan ilişkilerini yönetmelerinde onlara fayda sağlayan temel bir beceridir. Bu beceri sayesinde çocuk, çevresiyle uyum içerisinde olacağı ilişkiler kurabilir, duygularını insanlara sağlıklı bir şekilde ifade edebilir ve zorlayıcı duygularıyla daha iyi baş edilebilir. Aynı zamanda regülasyon, çocuğun içinde bulunduğu ortamdan ve kendisinden kaynaklanan uyaranlar ile birlikte sakin kalarak etkilere geçebilmek ve sürdürülebilmek için hazır olmayı sağlar. Öz düzenleme, duygularınızı ve davranışlarınızı durumun gereklerine göre yönetme yeteneğidir. Üzücü uyaranlara karşı aşırı duygusal tepkilere direnebilmeyi, üzüldüğünüzde kendinizi sakinleştirebilmeyi, beklentilerdeki değişikliklere uyum sağlayabilmeyi ve öfke patlaması yaşamadan hayal kırıklığıyla başa çıkabilmeyi içerir. Çocukların olgunlaştıkça, dünyanın ve kendi duygularımızın öngörülemezliğine rağmen kendi davranışlarını bir hedefe yönlendirmelerini sağlayan bir dizi beceridir. Regülasyon bozukluğu dört temel süreçten oluşan karmaşık bir bozukluktur. Duyguları anlamada, kabullenmede ve farkındalıkta sorunlar yaşayabilirler. Duygu regülasyonları yoktur. Duygusal süreçler normal dışıdır. Fazla ve uzun olabileceği gibi, kısa veya yoksunluk da olabilir. Amaca ulaşma yolunda duygusal sıkıntı yaşamaktan güçlü bir şekilde kaçınma durumu mevcuttur. Hayatın akışının getirdiği sıkıntıları tecrübe ederken yaşamlarını sürdürmekte zorlanırlar. Duygusal güçlüklerle baş etmekte zorlanabilirler.

Çocuklarda zayıf regülasyon göstergeleri nelerdir?

- Düzensiz uyku
- Zayıf vücut farkındalığı
- Hareket arayışı
- Dokunsal kaçınma
- Oral arayış
- Olumsuz yeme deneyimi
- Sosyal yaşantıya uyum sıkıntısı

Bazı çocuklar öz düzenleme konusunda daha zor zamanlar geçirerek doğarlar. Bazıları, ebeveynleri her zaman sorunları çözmek veya sakinleşmelerine yardımcı olmak için atılırsa becerileri geliştiremezler.

Basitçe söylemek gerekirse, öz düzenleme, duygularını daha iyi kontrol edebilen iki yaşındaki bir çocuk ile beş yaşındaki bir çocuk arasındaki farktır.

Ebeveyn yaklaşımı nasıl olmalıdır?

Çocuklara duygularını tanımlayabilme ve duygularını ifade edebilme becerisini geliştirmeye yardımcı olduğumuzda çocuğun olumsuz duygular ile de daha sağlıklı şekilde baş etmeyi de öğretmiş oluruz. Klinik psikolog Matthew Rouse, öz düzenleme sorunlarının çocuğa bağlı olarak farklı şekillerde ortaya çıktığını söylüyor. "Bazı çocuklar anında tepki verirler - çok büyük, güçlü bir tepki verirler ve hiçbir giriş veya birikim yoktur." diyor. "Bu ani davranış tepkisini engelleyemezler."

Diğer çocuklar için, sıkıntının giderek arttığı ve buna ancak belli bir süre dayanabildiklerini belirtiyor. Sonunda bir tür davranışsal patlamaya yol açıyor. "Yanlış yola girdiklerini görebiliyorsunuz ama bunu nasıl durduracağınızı bilmiyorsunuz."

Her iki tür çocuk için de önemli olan, bu güçlü tepkilerle başa çıkmayı öğrenmek ve duygularını, çöküntü yaşamaktan daha etkili (ve daha az yıkıcı) şekilde ifade etmenin yollarını bulmaktır. Bir çocuğun doğuştan gelen öz düzenleme yetenekleri mizaç ve kişiliğe dayalıdır. Bazı bebeklerin kendi kendilerini sakinleştirmede ve onları yıkamaya veya giydirmeye çalıştığınızda çok sıkıntı çekerler. Bu çocuklar büyüdüklerinde duygusal öz düzenleme konusunda sorun yaşama olasılıkları daha yüksek olabilir. Ancak çevre de bir rol oynar. Ebeveynler öfke nöbetlerine boyun eğdiğinde veya çocukları sinirlendiğinde ve hareket ettiğinde onları yatıştırmak için fazla mesai yaptığında, çocuklar öz disiplin geliştirmekte zorluk çekerler. Bu durumlarda, çocuk temelde ebeveynlerin dışarıdan öz düzenleyiciler olmasını bekler. Bu tekrar tekrar gerçekleşen bir kalıpsa ve çocuk öz düzenlemeyi 'dış kaynaklı' hale getirebiliyorsa, bu bir alışkanlık olarak gelişebilir. Özellikle Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB) veya kaygı bozukluğu olan çocuklar duygularını yönetmeyi özellikle zor bulabilir ve duygusal düzenleme becerilerini geliştirmek için daha fazla yardıma ihtiyaç duyabilirler.

- Fiziksel temasta bulunmak: Sarılabilirsiniz, bir battaniyeye sarıp ona hafif sakin bir müzik açabilir ya da sizin ses tonunuzdan sakince dinleyebileceği bir ninni ya da şarkı söyleyebilirsiniz. Yataktayken



birlikte temas halinde olacağınız tatlı bir boğuşma, gıdıklama zamanları yaratabilirsiniz.

- Duygularını ifade etmesine izin verin.
- Çocuğunuzun yürümesini, koşmasını ya da zıplamasını sağlayabilirsiniz. Hareket etmek duygularını düzenlemesine yardımcı olacaktır.
- Çocukların sinir sistemi henüz gelişmekte olduğu için bazı duygularla baş etmekte zorlanırlar. Bir çocuğun öfke anında arkadaşına vurması, ağlayarak kendini yere atması gibi saldırgan; ya da tam tersi çekingen ya da içe kapanık davranışlar sergilemesinin altında temel olarak duygu düzenlemede yaşadığı zorluklar vardır. Yaşamış olduğu sıkışmışlığın ebeveyni tarafından görülmesi, duyulması, şefkatle eşlik edilmesi çocuğun sinir sistemini regüle eder, sakinleştirir. Onun beyninin duygu regülasyonunu öğrenmeye ihtiyacı vardır. Amaç; çocuğun sergilediği davranışı ortadan kaldırmak değil, o anda nasıl bir ilişki içerisinde olmalıyız ki çocuk bu zor duyguyu, sağlıklı bir şekilde dışa vursun ve sakinleşmek konusunda güçlensin cevabını bulmak olmalıdır. Böylesi bir yaklaşım ömür boyu kazanılacak sağlam bir beceriye kapı açar.

- Öz düzenleme becerilerini öğrenmenin anahtarının çocukların başa çıkması zor olan durumlardan kaçınmak değil, çocuklara bu durumlarda koçluk yapmak ve destekleyici bir çerçeve sağlamaktır. Klinisyenler buna, teşvik etmek istediğiniz davranışın "iskelesini kurmak" diyor; ta ki bu zorluklarla kendi başlarına başa çıkabilene kadar.

- Ebeveynlerin beceri geliştirmeyi ilk kez denediklerinde işler yolunda gitmediğinde genellikle cesaretlerinin kırıldığını, ancak tutarlılığın ve çocuğunuz için uygun bir seviyeden başlamanın anahtar olduğunu görülmüyor. Vazgeçmek yerine, aktiviteyi daha yapılabilir hale getirmek için azaltmayı deneyin ve çocuğunuza yavaş yavaş bununla başa çıkması için daha fazla bağımsızlık verin.

- Çocuklar duygusal ve hızlı tempolu bir ortamın aksine, düşünceli ve analitik bir ortamın parçası olduklarında daha iyi seçimler yapmayı öğrenebilirler. Yavaşlamak, çocukların daha düşünceli, düşünceli ve öz-farkında olmasını sağlar. Yavaşlamamız ve çocuklarımız için öz-yansıma, öz-farkındalık ve öz-düzenleme konusunda örnek olmamız gerekiyor.

- Eccles, J. S., & Harold, R. D. (1993). Parent-school involvement during the early adolescent years. Teachers College Record.
- Gonzalez-DeHass, A. R., Willems, P. P., & Holbein, M. F. (2005). Examining the relationship between parent involvement and student motivation. Educational Psychology Review.
- Henderson, A. T., & Mapp, K. L. (2002). A new wave of evidence: The impact of school, family, and community connections on student achievement. National Center for Family & Community Connections with Schools.
- Jaynes, W. H. (2007). The relationship between parental involvement and academic achievement. A meta-analysis. Educational Psychology Review.

EĞİTİMDE AİLE DESTEĞİ: ÇOCUKLARIN BAŞARILARI İÇİN GÜÇLÜ BİR ORTAKLIK

Ailenin Eğitimdeki Rolü

Eğitim süreci, yalnızca okulda değil, evde de devam eden bir yolculuktur. Aileler, çocuklarının akademik ve sosyal gelişiminde en önemli faktörlerden biridir. Çocuklar, evde aldıkları değerler, tutumlar ve destekle, okulda daha başarılı olma yolunda sağlam temeller atmaktadır. Eğitimde ailenin rolü, çocukların yalnızca akademik başarılarıyla sınırlı olmayıp, aynı zamanda duygusal ve sosyal gelişimleri için de kritik öneme sahiptir.

Bu yazımda, aile desteğinin çocukların eğitiminde nasıl etkili olabileceğini, güçlü bir ortaklık oluşturmanın çocukların başarısını nasıl artırabileceğini paylaşıyorum.

Aile ve Eğitim İlişkisi: Ailenin Çocuk Üzerindeki Etkileri

Birçok araştırma, ailelerin çocuklarının eğitimi üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymuştur. Aile desteği, çocukların okulda daha başarılı olmalarını, öz güven kazanmalarını ve yaşam becerileri geliştirmelerini sağlamaktadır.

Bir araştırmaya göre, ailenin eğitim sürecine aktif katılımı, öğrencilerin okulda daha iyi performans göstermesine katkıda bulunur. Bu etkileşim, çocukların sadece akademik başarılarını değil, aynı zamanda davranışsal ve duygusal gelişimlerini de olumlu yönde etkiler.

Ailelerin çocuklarıyla okul hakkında konuşmaları, okul etkinliklerine katılmaları ve öğrenmeye değer veren bir ortam yaratmaları, çocukların okula karşı olumlu bir tutum geliştirmelerini sağlar.

Ailelerin Çocuklarıyla Etkili İletişimi

Aileler, çocuklarıyla kuracakları etkili iletişimle, onların öğrenmeye olan ilgisini artırabilirler. Evde çocuklarla yapılan olumlu iletişim, onların okula karşı daha istekli olmalarını sağlar. Özellikle küçük yaşlardaki çocuklar için ailelerin eğitimle ilgili duygusal destek sağlaması, çocukların okulda karşılaştıkları zorlukları aşmalarına yardımcı olabilir.

Araştırmalar, ebeveynlerin çocuklarına eğitimle ilgili pozitif geri bildirimler sunmalarının, çocukların



öz saygılarını ve öz güvenlerini artırdığını göstermektedir. Aileler, çocuklarının başarılarını takdir ettiklerinde, aynı zamanda onlara öz güven kazandırmış olurlar.

Aile Desteği ve Akademik Başarı: Araştırmaların Işığında

Çocukların akademik başarıları, sadece öğretmenlerin değil, aynı zamanda ailelerin de katkılarıyla şekillenir. Ailelerin çocuklarıyla okul ödevlerini birlikte yapmaları, derslerine nasıl çalışmaları gerektiği konusunda rehberlik etmeleri, başarılarını önemli ölçüde etkiler. Özellikle anaokulu ve ilkökul çağındaki çocuklar, ailelerinin desteğiyle daha hızlı öğrenirler ve okulda daha başarılı olurlar.

Bir araştırmada, evde okuma alışkanlıkları ve ders çalışma saatlerinin artırılmasının, öğrencilerin okuma becerilerini önemli ölçüde geliştirdiği bulunmuştur. Bu bulgular, ailenin akademik başarı üzerindeki etkilerini doğrudan ortaya koymaktadır. Ayrıca, ailelerin okula karşı olan tutumları da çocukların okula olan bağlılıklarını etkiler. Ailelerin eğitim konusunda gösterdiği ilgi, çocukların okulda



daha motive olmalarını sağlar.

Ebeveynlerin Eğitimle İlgili Tutumları ve Çocukların Başarıları

Ebeveynlerin eğitimle ilgili tutumları, çocuklarının akademik başarıları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Olumlu bir eğitim tutumuna sahip aileler, çocuklarının okula daha fazla değer vermelerini sağlar. Ailelerin çocuklarına eğitimle ilgili beklentileri, aynı zamanda çocukların bu beklentilere ulaşma çabalarını da artırır.

Bir araştırma, ebeveynlerin çocuklarına yüksek akademik beklentiler koymalarının, çocukların başarılarını artırdığı sonucuna ulaşmıştır. Bu nedenle, aileler çocuklarının eğitimine yönelik beklentilerini belirlerken, onları destekleyici ve gerçekçi tutumlar sergilemelidir.

Ailelerin Okul ile İş Birliği Yapmasının Önemi

Ailelerin okulla iş birliği yaparak çocuklarının eğitimine katkı sağlaması, çocukların gelişimi üzerinde büyük bir etki yaratır. Okul ve aile arasındaki güçlü bir işbirliği, çocuğun akademik başarılarını

artırmanın yanı sıra, onun kişisel ve sosyal becerilerinin gelişmesine de yardımcı olur. Okul etkinliklerine katılım, öğretmenlerle düzenli iletişim kurma ve okulun belirlediği hedeflere destek verme, çocukların başarı düzeyini önemli ölçüde yükseltir.

Birçok eğitimci ve araştırmacı, okul-aile işbirliğini vurgulamaktadır. Özellikle anaokulu ve ilkokulda, okul ile aile arasında güçlü bir köprü kurmak, çocukların eğitimi için çok önemlidir. Aileler, öğretmenlerin önerileri doğrultusunda evde çocuklarının eğitimine katkıda bulunarak, okulda kazandıkları bilgileri pekiştirebilirler.

Aile Destekli Eğitimde Başarı

Eğitimde aile desteği, sadece çocukların akademik başarılarını değil, aynı zamanda duygusal ve sosyal gelişimlerini de etkiler. Ailelerin çocuklarına olan desteği, onların öz güvenini artırırken okula karşı tutumlarını da olumlu yönde şekillendirir. Aileler, çocuklarının eğitimi sürecinde aktif bir rol oynayarak, onların daha başarılı bireyler olmalarını sağlayabilirler. Bu ortaklık, yalnızca çocukların başarısını değil, aynı zamanda ailenin eğitim yolculuğunu da güçlendirir.

- TOSUN Erkan, 'Okul-Aile İşbirliğinin Öğrenci Başarısına Etkisi'.
- ASLANARGUN Engin, 'Okul - Aile İşbirliği Ve Öğrenci Başarısı Üzerine Bir Tarama Çalışma', Sosyal Bilimler Dergisi.
- İİENSTITU, 'Aile ve Okul İlişkisinin Eğitim Hayatındaki Önemi', 18 Ocak 2019, 16 Aralık 2024, www.iienstitu.com/blog/aile-ve-okul-iliskisinin-egitim-hayatindaki-onemi

AİLE OKUL İŞ BİRLİĞİNİN ÇOCUK GELİŞİMİNE VE ÇOCUĞUN BAŞARISINA ETKİSİ

Çocuğun eğitiminde aile ve okulun rolü büyük önem taşır. Temel becerileri ailede kazanan çocuk, akademik eğitimini okulda sürdürürken, ailenin yaklaşımı, eğitime verdiği değer ve yetiştirme tarzı, başarısını doğrudan etkiler. Bu süreçte, okul-aile iş birliği, öğrencilerin hem öğretmenlerinden hem de velilerinden destek almasını sağlayarak okula uyumunu ve akademik performansını artırır. Veliler, öğretmenlerle iş birliği içinde çocuklarının gelişimini yakından takip ederken öğretmenler de velilerden aldıkları geri bildirimle öğrencilerin bireysel ve akademik ihtiyaçlarına daha etkili şekilde yanıt verebilir. Bu karşılıklı destek, hem öğrencilerin hem de okulun genel başarısını olumlu yönde etkiler.

Eğitimde Ailenin Önemi

Aile, çocuğun ilk eğitim yuvasıdır. Çocuk, sosyal çevresiyle ilk olarak ailede tanışır ve yaşamının temellerini burada atar. Anne ve babanın eğitim düzeyi, kültürel altyapıları, yaşam tarzları ve çocuklarına karşı tutumları, onların gelişiminde ve eğitim hayatında belirleyici bir rol oynar. Ailede gözlemlenen davranışlar, çocuğun tutum ve alışkanlıklarına doğrudan yansır. Çocuk, ailede kazandığı iyi ya da kötü davranışları model alarak benimser. Bu nedenle, ailede edinilen alışkanlıklar genellikle sağlam bir yer edinir ve sonradan değiştirilmesi oldukça zor hale gelir. Aile ortamının sağlıklı, sevgi dolu ve destekleyici bir yapıya sahip olması, çocuğun eğitimine olumlu bir şekilde yansırken çatışmalı ve ilgisiz bir aile yapısı, eğitim sürecinde olumsuz etkiler doğurabilir.

Aile düzeninin nitelikli ve dengeli olması, çocuğun eğitim sürecinde kritik bir etkidir. Aile içindeki iletişim, ebeveynlerin çocuklarına yaklaşımları ve birbirleriyle olan ilişkileri, çocuğun karakterini doğrudan şekillendirir. Örneğin; baskıcı bir aile ortamında yetişen bir çocuk, özgüvensiz ve içine kapanık bir birey haline gelebilirken ilgisiz bir ailede büyüyen çocuk, özgüveni abartılı, sınırlarını bilmeyen ve saygısız bir tutum geliştirebilir. Bu nedenle, hem aileler hem de okul yönetimi, çocuğun gelişiminde birbirlerinden öğrenebilecekleri ve





paylaşabilecekleri pek çok bilgiye sahiptir.

Eğitim süreçlerinde başarı sağlamak isteyen okulların, aileleri de etkin bir şekilde sürece dahil etmeleri büyük önem taşır.

Eğitim ailede başlar ve okulda gelişir. Çocuklar, eğitim çağına gelinceye kadar aileden birçok temel beceriyi kazanır ve bu süreç, onların kişilik yapılarının temelini oluşturur. Ailelerin, okul süreçlerinde de çocuklarının eğitimine aktif olarak katılım göstermesi gerekmektedir. Çünkü aile, çocuğun ihtiyaçlarını en iyi bilen ve onun karakteristik özelliklerini şekillendiren temel kurumdur. Okul-aile iş birliği, eğitimde başarıyı artırmak adına hayati bir rol oynar. Bu nedenle, öğretmenlerin rehberliğinde ailelerin eğitim sürecine dahil edilmesi, çocukların hem akademik hem de bireysel gelişimlerine büyük katkı sağlayacaktır.

Eğitimde Okulun Önemi

Eğitim, bireylerin bilgi, beceri ve tutum kazandığı bir süreçtir ve bu süreçte okullar, temel taşı niteliğindedir. Okullar, yalnızca bilgi aktaran kurumlar değil, aynı zamanda bireyin sosyal, duygusal ve ahlaki gelişimini şekillendiren birer eğitim yuvasıdır. Çocuklar, ailelerinden sonra toplumsal hayata dair ilk ciddi deneyimlerini okulda edinirler. Bu nedenle okul, bireyin kişilik gelişiminde ve topluma uyum sağlamasında kritik bir rol oynar.

Öğrenciler, okul ortamında farklı kültürlerden gelen yaşlılarıyla bir araya gelerek iletişim, iş birliği ve problem çözme gibi becerileri geliştirme fırsatı bulurlar. Aynı zamanda okul, bireye toplumsal değerleri aşilayarak bir vatandaşlık bilinci kazandırır. Disiplin, sorumluluk duygusu ve toplumsal kurallara uyum, bireyin okulda edindiği temel kazanımlardandır.

Eğitim sürecinde okulun bir diğer önemli işlevi, bireyin ilgi ve yeteneklerini keşfetmesine olanak sağlamaktır. Akademik derslerin yanı sıra sanat, spor ve diğer etkinliklerle öğrenciler, hangi alanlarda yetenekli olduklarını fark edebilir ve bu doğrultuda kendilerini geliştirme imkânı bulabilirler. Ayrıca, öğretmenler rehberlik ederek öğrencilerin kariyer planlamasında önemli bir rol oynar. Öğrenciler, birer birey olarak kendi potansiyellerini keşfederken, öğretmenlerinin rehberliğiyle hayatta başarılı olmanın yollarını öğrenirler.

Okullar, aynı zamanda toplumsal eşitlik için bir köprü görevi görür. Eğitim yoluyla tüm bireylere eşit fırsatlar sunulur, toplumsal sınıflar arasındaki farklılıkların azaltılması hedeflenir. Özellikle dezavantajlı gruplardan gelen öğrenciler için okullar, hayatlarını iyileştirecek bir fırsat kapısıdır. Eğitim sayesinde bireyler, daha iyi bir yaşam standardına ulaşma şansını elde eder.

Okul, bireylerin sadece akademik başarılarını artıran bir kurum olmanın ötesinde, onları topluma faydalı bireyler haline getiren bir eğitim merkezidir. Öğrenciler, okulda edindikleri bilgi ve becerilerle toplum içinde aktif bir rol üstlenirler. Eğitimde okulun önemi, bireyin kendi potansiyelini gerçekleştirmesinde ve toplumsal gelişime katkı sağlamasında yatmaktadır. Bu bağlamda, eğitim sistemlerinin güçlü bir okul temeli üzerine inşa edilmesi, bireylerin ve toplumun geleceği için vazgeçilmezdir.

Eğitimde Okul Aile İş Birliğinin Önemi

Okul-aile iş birliği, öğrencilerin eğitim hayatını destekleyen ve başarıyı artıran en önemli faktörlerden biridir. Eğitim sürecinde öğretmen-öğrenci-veli arasında güçlü bir bağın kurulması, çocuğun gelişimine olumlu katkılar sunar. Özellikle öğretmenlerin ailelerle düzenli bir şekilde iletişim kurması, ailelerin çocuklarının eğitimine dair daha fazla bilgi edinmesini sağlar. Aynı şekilde, velilerin de okula aktif katılımı sayesinde öğretmenler öğrencilerin aile yapısını, evde karşılaştıkları ortamı ve aile içi dinamiklerini daha iyi anlama fırsatı bulur. Bu durum, öğretmenlerin öğrencilerin davranışlarını daha doğru yorumlamasına ve uygun yöntemlerle onlara rehberlik etmesine olanak tanır.

Okul-aile iş birliği, yalnızca öğrencilerin akademik başarılarını artırmakla kalmaz, aynı zamanda onların sosyal ve duygusal gelişimlerini de destekler. Çocuklar, hayatlarının büyük bir bölümünü okul ve aile ortamında geçirdikleri için, bu iki alanın birbirini tamamlayıcı şekilde çalışması büyük önem taşır. Aile, çocuğun ilk sosyal çevresidir ve onun temel değerlerini, tutumlarını ve alışkanlıklarını şekillendirir. Okul ise bu temeller üzerine akademik bilgi ve sosyal beceriler inşa ederek çocuğun gelişimine katkıda bulunur. Bu nedenle, aile ve okul arasında sağlıklı

bir iletişim ve iş birliği kurulması, öğrencilerin hem akademik hem de kişisel başarıları için elzemdir.

Okul-aile iş birliğinin etkin bir şekilde işleyebilmesi için iletişim kanallarının açık ve sağlıklı bir şekilde sürdürülmesi gereklidir. Bu ilişki, eleştirel bir yaklaşım yerine yapıcı ve çözüm odaklı bir anlayışla yönetilmelidir. Aileler, okul yönetimiyle iş birliği içinde çalışarak hem çocuklarının eğitimi hakkında bilgi edinir hem de okulun ihtiyaçlarına yönelik destek sağlayabilir. Benzer şekilde, okul yönetimi ve öğretmenler de ailelerin görüşlerini dikkate alarak eğitim programlarını daha etkili bir şekilde planlayabilir.

Başarılı Okul Aile İlişkisi ve Okul Aile İş Birliğini Arttıracak Çalışmalar

Veli-öğretmen iletişiminin en önemli unsuru, birbirini anlamaya yönelik açık ve yapıcı bir yaklaşım sergilemektir. Öğretmenler, her veliyle kişisel ilişkiler kurarak onların çocuklarına dair endişelerini anlamalı, aynı zamanda veliye rehberlik ederek eğitim sürecine katkı sağlamalıdır. Veliler, çocuklarının eğitiminde aktif rol almalı ve öğretmen ile sürekli iletişimde kalarak eğitim sürecine dahil olmalıdır.

Okul aile işbirliğinin daha etkili olabilmesi için bazı çalışmalar yapılabilir. Öncelikle, okul yönetimi ve öğretmenler, ailelerin eğitim sürecine daha fazla katılabilmesi için fırsatlar yaratmalıdır. Okul-aile toplantıları düzenleyerek, velilerle doğrudan iletişim kurulabilir ve öğrenci ile ilgili gelişmeler hakkında bilgilendirme yapılabilir. Bu toplantılar, yalnızca öğrencilerin akademik başarısına odaklanmakla kalmamalı, aynı zamanda sosyal ve duygusal gelişimleri de ele alınmalıdır.

Okulda yapılacak etkinliklerde ailelerin katılımını teşvik etmek, okul-aile işbirliğini güçlendiren bir başka önemli adımdır. Veliler, öğrencilerin projelerine, sergilerine veya okulun sosyal etkinliklerine katılarak hem çocuklarının gelişimine destek olurlar hem de öğretmenle daha yakın bir ilişki kurmuş olurlar. Ayrıca, okul yönetimi, ailelere çocuklarının eğitim süreci hakkında düzenli geri bildirim sağlamalıdır. Bu geri bildirimler, velilerin çocuklarının güçlü yönlerini ve gelişime ihtiyaç duydukları alanları görmelerine yardımcı olur, böylece evde de eğitim sürecine daha fazla katkıda bulunabilirler.

Bir diğerk önemli adım ise, ailelere eğitim süreçlerinde nasıl destek olabilecekleri konusunda rehberlik sağlamaktır. Okullar, velilere çeşitli seminerler, atölye çalışmaları veya bilgilendirme programları sunarak, onların eğitim hakkında daha fazla bilgi sahibi olmalarını sağlayabilir. Bu tür çalışmalara, ailelerin eğitim süreçlerinde aktif rol almasını sağlayacak beceriler kazandırmak amaçlanmalıdır.

Öğretmenlerin velilerle sürekli iletişimde olmaları, okul-aile iş birliğinin sürekliliğini sağlayan en önemli unsurdur. Düzenli telefon görüşmeleri, e-posta bültenleri ya da online platformlar aracılığıyla velilere bilgi sunulabilir. Böylece, aileler okul ile çocukları hakkında güncel bilgilere sahip olur ve eğitim sürecinde etkin birer paydaş haline gelirler.



- Albano, A. M., & Silverman, W. K. (2001). Kaygı bozuklukları: Çocuklar ve ergenler için klinik kılavuz. New York, NY: Guilford Press.
- Wolfe, D. A., & Mash, E. J. (2006). Çocuk ve ergen psikopatolojisi: Teori ve uygulama (3rd ed.). Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- National Institute of Mental Health. (n.d.). Anxiety disorders in children. Retrieved December 23, 2024, from www.nimh.nih.gov

KAYGIYI AŞMAK: ÇOCUKLAR İÇİN DUYGUSAL DESTEK İPUÇLARI



Çocukluk dönemi, insan hayatının en hızlı gelişim ve değişim gösterdiği yılları temsil eder. Bu süreçte bireyin fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişiminin temel taşları atılmaktadır. Çocuklar çevrelerini tanımaya, çevrelerindeki ilişkileri anlamlandırmaya, olaylara yönelik bakış açıları geliştirmeye ve bu olayları yorumlamaya çalışırlar. Bu gelişim süreci, çocuğun içinde bulunduğu çevresel koşullar doğrultusunda şekillenir ve kaygı düzeyleri de bu koşullara bağlı olarak değişiklik gösterebilir. Kaygı, çocuğun anne-babası, öğretmenleri ve arkadaşlarının davranışlarına bağlı olarak artabilir veya azalabilir. Kaygı, bir bireyin içsel veya dışsal kaynaklardan gelen tehdit algısına karşı hissettiği bir alarm durumu olarak tanımlanabilir. Bu duygu, bireyin kendisini bir tehlike ihtimaliyle yüzleşiyor gibi hissetmesine yol açar. Teknolojik ilerlemeler, bilimsel yenilikler, nüfus artışı ve ekonomik sorunlar gibi çevresel faktörler bireylerde kaygı seviyelerinin artmasına neden olmaktadır. Organizmanın refahını tehdit eden her durum kaygıyı tetikleyebilir. Fiziksel zarara yönelik tehditler, bireyin benlik algısını tehdit eden durumlar veya bireyin kapasitesini aşan görevler de kaygının ortaya çıkmasına yol açabilir. Ayrıca, alışılmadık durumlar, korku veren nesne ya da olaylarla karşılaşma, takıntılı düşünceler veya içsel çatışmalar da kaygıya neden olabilecek durumlardır.

Kaygı ile korku genellikle birbirleriyle karıştırılmaktadır. Ancak, bu iki duygu arasında önemli farklar bulunmaktadır. Korku, belirli bir tehlike karşısında ortaya çıkan ve bireyin tehdit kaynağını açıkça tanıdığı bir duygudur. "Arılardan korkarım." ifadesinde olduğu gibi, korku somut bir tehdide dayanır. Kaygı ise daha belirsiz ve objesiz bir tehdide verilen duygusal bir tepkidir. Korku, dışarıdan gelen tehditlere odaklanırken, kaygı daha genel bir durum olup bireyin kendi varoluşunu tehdit eden unsurlardan kaynaklanır. Korku, genellikle kısa sürelidir ve tehlike ortadan kalktığında birey rahatlatma yaşar. Ancak kaygı, daha uzun süreli ve daha şiddetli olabilmektedir. Kaygı, bireylerde iki farklı şekilde kendini gösterebilir: Bazı bireyler sürekli kaygı hali içerisinde olabilirken, bazıları ise yalnızca belirli durumlarda kaygı hisseder. Sürekli kaygı, bireyin çevresindeki durumları genellikle stresli ve tehdit edici olarak algılaması sonucunda ortaya çıkar. Durumsal kaygı ise özel bir olay ya da durum karşısında yaşanan geçici bir duygusal tepkidir. Kaygı düzeyinin şiddeti ve bireyin karşılaştığı görevin zorluk derecesi, kaygının birey için yararlı mı yoksa zararlı mı olduğunu belirler. Örneğin,

karmaşık bilişsel işlemleri gerektiren görevlerde yüksek düzeyde kaygı genellikle zararlı olurken, daha basit görevlerde orta düzeyde kaygı bireyi motive edebilir.

Okul ortamında karşılaşılan öğrenme güçlükleri, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve davranış problemleri genellikle daha belirgin semptomlar gösterdiği için kolayca fark edilmektedir. Ancak, çocukların öğrenme süreçlerini ve sosyal iletişimlerini olumsuz etkileyen kaygı bozuklukları da oldukça yaygındır. Kaygılı çocuklar genellikle okul ortamında uyumlu bireylerdir ve genellikle çekingen bir yapıya sahiptirler. Yeni arkadaşlıklar kurmakta ve sosyal etkinliklere katılmakta zorlanırlar. Bu çocuklar, "görünmez" olarak adlandırılabilir kadar kendilerini geri planda tutma eğilimindedirler. Kaygı, belirli gelişim dönemlerinde normal bir özellik olarak ortaya çıkabilir ve çocuğu koruyucu bir rol oynayabilir. Ancak, patolojik kaygıyı, normal ve uyuma yardımcı olan kaygıdan ayırt etmek zor olabilir. Kaygı bozuklukları, belirgin sıkıntı ve işlev kaybına yol açarak bireyin sosyal uyumunu ve akademik başarısını olumsuz etkileyebilir. Bu bozukluklar, korku ve endişe ile karakterizedir. Ortalama her 10 çocuktan birinde kaygı bozukluğu görülmektedir. Yaygın anksiyete bozukluğu, panik bozukluk, sosyal fobi, özgül fobiler, obsesif kompulsif bozukluk ve travma sonrası stres bozukluğu gibi problemler çocukluk döneminde sıklıkla karşılaşılan sorunlardır. Çocuklar, sıklıkla gelecekle ilgili endişeler, kendine güvensizlik, onaylanma ihtiyacı ve huzursuzluk gibi belirtiler sergilerler. Özellikle mükemmeliyetçilik gösteren bu çocuklar, küçük bir hatayı büyük bir başarısızlık olarak algılama eğilimi gösterirler.

Kaygı, öğrenme ve gelişimin ayrılmaz bir parçasıdır. Az miktarda kaygı olmadan öğrenmenin gerçekleşmeyeceği bile öne sürülebilir. Ancak, kaygının aşırı bir seviyeye ulaşması bireyin performansını olumsuz etkileyebilir. Çocuklarda sınav kaygısı çok yaygındır. Sınav başarısızlıkları, çocuğun benlik saygısını azaltarak kendi değerine olan inancını zedeleyebilir. Özellikle ailelerin çocuklardan beklentilerinin gerçekleşmemesi durumunda, çocuk yoğun bir hayal kırıklığı yaşayabilir.

Okullar, öğrencilerin kaygısını yüreklendirme ve yararlı hale getirme konusunda temel bir rol üstlenirler. Öğrencilerin bireysel gereksinimlerini ve öznel dünyalarını anlayarak, onlara uygun bir öğrenme ortamı sağlamak, gelişimlerine önemli bir katkı sunar.

Anne-babalar ve öğretmenler, çocuğun kaygı düzeylerini dikkatlice gözlemeli ve kaygılı çocukları belirleyerek gerekli rehberlik hizmetlerini sunmalıdır. Çocuğun duygusal, sosyal ve fiziksel gelişiminin desteklenmesi; sevgi, güven ve anlayış dolu bir ortamda yetiştirilmesi, kaygının anormal boyutlara ulaşmasını önlemek için hayati önem taşır.

Kaygılı Çocuklar İçin Ailelere Öneriler

Kaygılı çocukların desteklenmesi hem çocukların hem de ailelerinin refahını artırır. İşte ailelere yönelik bazı öneriler:

Çocuğunuzun Duygularını Kabul Edin. Çocuğunuzun kaygısını küçümsemek yerine, bu duyguları anlamaya çalışın. "Korkma, bunda bir şey yok." yerine, "Bu seni gerçekten endişelendirmiş gibi görünüyor, konuşmak ister misin?" gibi ifadeler kullanın.

Duygularını İfade Etmesine Yardımcı Olun. Çocuğun duygularını açıkça ifade etmesine destek olun. Resim yapmak, yazı yazmak veya oyun oynamak gibi yöntemlerle kaygılarını ifade etmesini teşvik edebilirsiniz.

Rutinler Oluşturun. Güvenli bir ortam sağlamak için günlük rutinler oluşturun. Belirli bir uyku saati, yemek düzeni ve ders çalışma alışkanlığı, çocuğun kendisini güvende hissetmesine yardımcı olur.

Gerçekçi Beklentiler Koyun. Çocuğunuzdan yüksek ve ulaşılması zor beklentiler yerine, onun gelişim

seviyesine uygun hedefler koyun. Onun çabalarını takdir ederek benlik saygısını destekleyin.

Kaygı Hakkında Bilgi Verin. Kaygının doğal bir duygu olduğunu ve herkesin zaman zaman kaygı hissedebileceğini anlatın. Kaygıların üstesinden gelmenin mümkün olduğunu vurgulayın.

Problem Çözme Becerilerini Destekleyin. Çocuğunuzun karşılaştığı durumlarla başa çıkabilmesi için stratejiler geliştirmesine yardımcı olun. Örneğin, büyük bir problemi küçük adımlara bölerek çözmesini önerin.

Güçlü Yanlarını Vurgulayın. Çocuğunuzun yeteneklerini ve başarılarını sık sık hatırlatarak özgüvenini destekleyin.

Rol Model Olun. Kendi kaygılarınızı nasıl yönettiğinizi çocuğunuza gösterin. Sakin kalmanız, çocuğunuz için güçlü bir model oluşturur.

Fiziksel Aktiviteyi Teşvik Edin. Spor yapmak, yürüyüşe çıkmak veya dans etmek gibi aktiviteler, çocuğun kaygısını azaltmaya yardımcı olabilir.

Gerektiğinde Profesyonel Yardım Alın. Çocuğunuzun kaygıları günlük yaşamını ciddi şekilde etkiliyorsa, bir çocuk psikoloğu veya psikolojik danışmandan yardım alın.

Bu öneriler, çocuğunuzun kaygıyı daha iyi yönetmesine ve duygusal olarak daha sağlıklı bir şekilde gelişmesine destek sağlayacaktır.



- Çocuk Gelişimi ve Eğitiminde Aile İlişkilerinin Önemi. (2020). Aile ve Toplum Dergisi.
- Ebeveynlerin Çocukların Sosyal Gelişimi Üzerindeki Rolü. (2018). Çocuk ve Aile Dergisi.
- Toplumsal Sorumluluk ve Aile İlişkileri. (2021). Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Dergisi.
- Çocuklarda Sorumluluk Duygusu ve Gönüllülük. (2017). Çocuk Eğitimi ve Psikolojisi Araştırmaları.

ÇOCUKLARIN TOPLUM İÇİNDE SORUMLULUK ALMASINI TEŞVİK ETMEK: GÖNÜLLÜLÜK VE YARDIMLAŞMA KÜLTÜRÜ

Çocuklar, her toplumun geleceğini şekillendiren temel yapı taşlarıdır. Onların sadece bireysel potansiyellerini gerçekleştirebilmeleri değil, aynı zamanda içinde yaşadıkları topluma faydalı bireyler olarak yetişmeleri, sürdürülebilir bir geleceğin inşası için büyük önem taşır. Toplum içinde sorumluluk alma ve yardımlaşma kültürü, çocukların erken yaşlardan itibaren kazanmaları gereken değerler arasında yer alır. Bu değerler, çocukların yalnızca bireysel olarak gelişmesine değil, aynı zamanda topluma katkıda bulunacak bir bilinçle hareket etmelerine de zemin hazırlar.

Günümüzün hızla değişen dünyasında, bireycilik ve rekabet duygusunun ağırlık kazandığı bir ortamda, çocuklara yardımlaşma ve dayanışma gibi toplumsal değerleri aşılamak, onların duygusal zekâsını, empati becerisini ve sosyal farkındalığını artırabilir. Ayrıca, erken yaşta toplumsal sorumluluk duygusu geliştiren çocuklar, ileride daha duyarlı, çözüm odaklı ve liderlik vasıfları gelişmiş bireyler olarak toplumda aktif roller üstlenir. Bu yazı, çocukların gönüllülük faaliyetleri aracılığıyla topluma nasıl daha bilinçli ve sorumluluk sahibi bireyler olarak kazandırılabilirliğini ele almakta, bu süreçte ailelerin, okulların ve diğer toplumsal kurumların üstlenmesi gereken roller üzerinde durmaktadır.

Bu bağlamda, çocuklarda sorumluluk bilincinin gelişim süreci, sadece bireysel bir kazanım olmaktan öte, toplumun genel refahı ve dayanışmasının artması için de kritik bir öneme sahiptir. Yazının ilerleyen bölümlerinde, çocukların toplumsal sorumluluk almalarını teşvik etmek için uygulanabilecek yöntemler, gönüllülük faaliyetlerinin sağlayabileceği kazanımlar ve bu sürecin toplumsal kurumlar tarafından nasıl desteklenebileceği detaylı bir şekilde incelenecektir.

Sorumluluk Bilincinin Çocuk Gelişimindeki Yeri ve Önemi

Bir çocuğun toplumsal yaşama uyum sağlayabilmesi ve etik değerlere sahip bir birey olabilmesi için sorumluluk bilinci taşıması şarttır. Sorumluluk duygusu, çocuklarda şu temel alanlarda pozitif etkiler yaratır:

Öz güvenin Artması: Sorumluluk olarak bir görevi

tamamlayan çocuklar, başarılarından gurur duyarak kendilerine olan güvenlerini geliştirir. Bu öz güven, sosyal hayatta daha aktif ve etkili bir birey olmalarına katkı sağlar.

Problem Çözme Becerileri: Sorumluluk bilinci gelişen çocuklar, sorunlarla başa çıkma konusunda daha etkin çözümler üretebilir. Bu beceri, akademik ve sosyal yaşamda çocukların karşılaşılabileceği zorluklara hazırlıklı olmalarını sağlar.

Empati Gelişimi: Başkalarının ihtiyaçlarını anlamak ve yardımcı olmak, çocuklarda empati duygusunu güçlendirir. Empati geliştiren bireyler, toplum içinde daha uyumlu ve iş birliğine açık bir tutum sergiler.

Toplumsal Farkındalık: Sorumluluk bilinci kazanan bireyler, toplumsal sorunların farkına varıp çözüm süreçlerinde aktif rol alabilir. Bu da çocukların gelecekte daha duyarlı birer vatandaş olmalarını sağlar.

Ebeveynlerin Rolü

Ebeveynler, çocukların sorumluluk bilincini geliştirmede kritik bir rol oynar. Erken yaşlarda sorumluluk almak, çocukların ilerleyen yıllarda topluma karşı daha duyarlı, bilinçli ve aktif bireyler olmalarını sağlar. Ebeveynler, çocuklarının bu süreçte olumlu gelişmeler göstermelerini sağlamak için şu adımları izleyebilirler:

İş birliğine Teşvik: Çocuklar, ev işlerinde sorumluluk alarak yalnızca evin işleyişine katkı sağlamakla kalmaz, aynı zamanda sosyal sorumluluklarını da öğrenirler. Çocuğunuzla birlikte sofrayı kurmak, yemek hazırlamak, bahçede iş yapmak ya da odasını düzenlemek gibi küçük ama anlamlı işlerde birlikte çalışmak, onların sorumluluk alma alışkanlıklarını pekiştirir. Bu tür etkinliklerde çocuklar, başkalarına yardım etmenin ve katkı sağlamanın önemini öğrenir. Örneğin, birlikte yemek pişirirken çocuğunuzun malzemeleri hazırlamasına veya sofrayı kurmasına yardımcı olmasına izin vererek ona hem bir sorumluluk duygusu kazandırır hem de bir takım çalışması oluşturmuş olursunuz.

Pozitif Geri Bildirim: Bir çocuğun yaptığı işi takdir etmek, o çocuğun sorumluluklarını daha bilinçli ve isteyerek yerine getirmesine olanak tanır.



Bir görevi başarıyla tamamladığında çocuğunuzu ödüllendirin, ona teşekkür edin ve yaptığı işin önemini anlatın. Örneğin, çocuğunuz eve katkı sağladıktan sonra “Bugün çok güzel bir iş çıkardın, bu sofraya hepimizin daha güzel vakit geçirmesini sağladı.” diyerek hem olumlu bir geri bildirimde bulunmuş hem de çocuğunuzun katkısını değerli kılmış olursunuz.

Rol Model Olma: Çocuklar, ebeveynlerinin davranışlarını izleyerek öğrenirler. Yardımlaşma, sorumluluk alma, başkalarına saygı gösterme gibi değerler, ebeveynlerin günlük yaşamda sergiledikleri tutumlar sayesinde çocuklar tarafından daha kolay benimsenir. Kendiniz gönüllü faaliyetlere katılarak yardım etme kültürünü yaşam tarzınıza dahil edebilir ve çocuğunuz için güçlü bir örnek oluşturabilirsiniz. Mesela, çocuğunuzla birlikte çevre temizliği yapmaya gitmek ya da yerel bir yardım organizasyonuna katılmak, ona sorumluluk bilincini aşılarken toplumsal duyarlılık kazandıracaktır.

Gönüllülük Faaliyetlerinin Çocuklar Üzerindeki Pozitif Etkileri ve Kazanımları

Gönüllülük, çocukların sadece toplumla olan bağlarını değil, aynı zamanda kendi içsel gelişimlerini de önemli ölçüde artırır. Sosyal sorumluluk projelerinde yer alan çocuklar, yaşam boyu kullanabilecekleri birçok beceri ve değer kazanır:

Empati ve Merhamet Duygularının Gelişimi:

Çocuklar, başkalarına yardım ederek empati ve merhamet duygularını geliştirebilirler. Örneğin, yaşlıları ziyaret etmek, hayvan barınaklarında çalışmak, sokakta evsizlere yardımda bulunmak gibi faaliyetler, çocukların yalnızca fiziksel değil, duygusal bağlar kurmalarını sağlar. Bu tür deneyimler, çocukları başkalarının zorluklarını anlamaya ve onlara yardım etmeye yönlendirir. Mesela, bir hayvan barınağında kalan hayvanlara bakmak, çocuklara hem sorumluluk hem de şefkat duygusu kazandırır.

Toplumsal Katkı: Topluma fayda sağlamak, çocukların kendilerini değerli ve etkili hissetmelerini sağlar.



Bu tür faaliyetlere katılan çocuklar, kendi yaşadıkları topluma daha güçlü bağlarla bağlanır. Gönüllü çalışmalara katıldıklarında, örneğin, bir okulun sosyal sorumluluk projesine dahil olduklarında, sadece kendi yaşam alanlarını değil, çevrelerini de olumlu yönde etkileyebildiklerini görürler. Bu durum, gelecekte sorumluluk almaktan keyif alacak bireyler yetiştirmeye yardımcı olur. Çocuklar, bir yaşlı bakım evini ziyaret ettiklerinde, yalnızlık çeken yaşlılara moral vererek toplumsal bir katkı sağladıklarını hissederek.

Liderlik Becerilerinin Gelişimi: Gönüllülük faaliyetleri, çocukların liderlik becerilerini geliştirmelerine olanak tanır. Grup çalışmasında yer alan çocuklar, takım liderliği, grup dinamiklerini yönetme, ve organizasyon becerilerini geliştirir. Örneğin, çevre temizliği gibi bir projede, çocuğunuzun bir grup arkadaşını yönlendirerek projeyi başarıyla tamamlamasına yardımcı olmak, ona liderlik becerileri kazandırırken aynı zamanda birlikte çalışmanın önemini öğretir. Bu tür projelerdeki deneyimler,

çocukların hem kendilerine olan güvenlerini artırır hem de başkalarıyla etkili iletişim kurmalarını sağlar.

Gönüllülük Alanlarına Yönelik Öneriler

Çocukların katılabileceği çeşitli gönüllülük faaliyetleri, onların toplumsal sorumluluk duygularını geliştirirken eğlenceli ve öğretici bir deneyim sunar. Aşağıda, çocukların farklı gönüllülük alanlarında nasıl katkı sağlayabileceklerine dair öneriler yer almaktadır:

Çevre Dostu Faaliyetler:

Fidan Dikimi ve Ağaçlandırma Projeleri: Çocuklar, doğa sevgisini erken yaşta kazandırmak için ağaç dikme gibi çevre dostu projelere katılabilirler. Bu tür faaliyetler, hem çevre bilincini artırır hem de doğayı koruma sorumluluğunu kazandırır.

Geri Dönüşüm Projeleri: Geri dönüşüm kampanyalarına katılarak, çocuklar atıkların geri kazanılması sürecine dahil olabilir, böylece çevre dostu bir yaşam tarzı öğrenirler.

Hayvanseverlik Projeleri:

Hayvan Barınaklarını Ziyaret Etmek: Çocuklar, hayvanlara olan sevgilerini ve şefkatlerini geliştirebilecekleri bir ortamda bulunarak, hayvanların bakımına yardımcı olabilirler. Örneğin, bir barınakta köpeklerin yürüyüşe çıkarılması veya kedilere bakım yapılması gibi aktivitelerde yer alabilirler.

Sahipsiz Hayvanlara Yardım: Sokakta ya da barınakta yaşamaya çalışan hayvanlar için mama ve malzeme bağışları yapmak, çocukların merhamet duygularını güçlendirir.

Sonuç

Çocuklarda sorumluluk bilinci ve gönüllülük kültürünü yaygınlaştırmak, bireysel gelişimi desteklemenin ötesinde, toplumsal dayanışmayı artırarak daha empatik bir gelecek oluşturma için temelini atar. Bu süreçte ailelerin, eğitim kurumlarının ve toplumsal organizasyonların ortak hareket etmesi, çocukların bireysel kapasitelerini toplumsal fayda ile birleştirmeleri için büyük önem taşır. Aile içinde verilen küçük sorumluluklarla başlayan bu yolculuk, gönüllülük faaliyetleri ve topluma katkı sağlayan projelerle devam ederek çocukların yaşam boyu sürecek değerler kazanmasını sağlar.

Bu yazıda ele alınan öneriler sadece bugünün değil, geleceğin daha bilinçli, duyarlı ve sorumluluk sahibi bireylerini yetiştirmek adına önemli adımlardır. Çocukların toplum içinde sorumluluk almasını teşvik etmek, onların potansiyellerini en iyi şekilde ortaya koymasına ve daha iyi bir dünya inşa edilmesine olanak tanıyacaktır. Her bireyin ve kurumun bu süreçte üstlenebileceği küçük ama anlamlı roller, büyük değişimlerin kapısını aralayabilir. Çocuklarımıza değerlerimizi aktararak hem onların hem de toplumun kazanacağı bir geleceğe adım atabiliriz.

AREL KOLEJİ

DÜNYA İNSANI YETİSTİRİYORUZ



Anaokul

Ortaokul

İlkokul

Anadolu
Lisesi

Fen
Lisesi

www.arel.k12.tr
0212 550 49 30

