

EĞİTİMDE

YANSIMALAR

AREL EĞİTİM KURUMLARI

SAYI: 30

2011



İÇİNDEKİLER

Index

ÇOCUKLARDA YARATICILIĞIN DESTEKLENMESİ	2
TOURETTE SENDROMU / DURDURAMIYORUM	4
BOŞANMANIN ÇOCUK RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE YAPILMASI GEREKENLER	6
DEĞİŞEN BENLİK ALGISI	9
ÖFKE KONTROLÜ	11
YALAN SÖYLE-ME	14
BAŞARIDA AİLE FAKTÖRÜ	17
RESİMLERİYLE ÇOCUK	19
ÇALIŞAN ANNE OLMAK	22
BABA OLMAK	24
ATAERKİL Mİ? ÇOCUKERKİL Mİ?	27
ÇOCUĞUNUZUN DAVRANIŞLARINI ANLAMAK	29



Merhaba;

Yeni bir eğitim-öğretim yılına daha başladık. Her yeni başlangıç yeni umutları ve beklentileri beraberinde getirir. Anne babalar olarak hepinizin ve bizlerin ortak önceliği sevgili çocuklarımız. En büyük umudumuz onları iyi ve başarılı oldukları yerlere taşımak. Ama her şeyden önce sağlıklı bir gelişim süreci geçirmeleri. İçlerinde bulundukları yaşın gelişim görevlerini sağlıklı bir şekilde başarmaları. Bu amaçla yine sizlere çeşitli konuları paylaşmak istedik.

Bu sayımızda ; Çocuklarda Yaratıcılığın Desteklenmesi, Tourette Sendromu / Durduramıyorum, Boşanmanın Çocuk Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkisi Ve Yapılması Gerekenler, Değişen Benlik Algısı, Öfke Kontrolü, Yalan Söyle-Me,

Başarıda Aile Faktörü, Resimleriyle Çocuk, Çalışan Anne Olmak, Baba Olmak, Ataerkil mi? Çocukerkil mi?, ve Çocuğunuzun Davranışlarını Anlamak konularına değindik.

Keyifle Dergimizi okumanızı diliyor, sevgi ve saygılarımızı sunuyoruz.

AREL Eğitim Kurumları
Rehberlik Servisi

Kaynaklar:

- <http://yayim.meb.gov.tr/>
- <http://www.genbilim.com/>
- <http://www.universite-toplum.org/>

ÇOCUKLARDA YARATICILIĞIN DESTEKLENMESİ

Yeni bir yüzyılın başlangıcında hızlı gelişmeler ve yenilikler tüm canlıları etkilemektedir. Özellikle yeni, güçlü ve yaratıcı bir insan modelinin oluşturulması için ülkeler arası bir rekabet söz konusudur. Teknoloji hızla gelişirken ona ayak uyduracak olan insan aktif, ileriye görebilen, kendini tanıyan ve ifade edilebilen, çevre olanaklarını ve teknolojiyi en iyi şekilde kullanabilen yaratıcı yapıya sahip özelliklerle yetiştirilmelidir.



Yaratıcılık, sorunlara; bilgi eksikliğine, kayıp öğelere, uyumsuzluğa karşı duyarlı olma; güçlüğü tanıma, çözüm arama, tahminlerde bulunma yada eksikliklere karşı denenceler geliştirme, bu denenceleri değiştirme yada yeniden sınama, daha sonra da sonucu başkalarına iletmek olarak tanımlanabilir. Yaratıcılığın temelinde, akıcı, özgün ve esnek düşünebilme, dolayısıyla sorun çözebilme becerisi yatmaktadır. Akıcı düşünebilmek, kısa

sürede, ardı ardına bir çok düşünce ve görüş öne sürebilmektir. Ayrıca "sezgi, merak ve mecaz" yaratıcılığa ortam hazırlayan en önemli unsurlardır. Yaratıcılık, kişilerin doğuştan getirdikleri bir özelliktir. Her insanda az veya çok bazı yaratıcı belirtiler ve özellikler vardır. Yaratıcılık, sınırları olmayan, geliştirilebilen bir eylemdir.

Yaratıcılık hem düşünsel, hem duygusal yaşamı ifade etmektedir. Yaratıcı bir etkinlik kendiliğinden oluşmaz. Yaratıcılığın doğal akışını sağlayacak en önemli unsurlar "güven" ve " zg rl k"tür. Cesaretlendirme ve yol gösterme aracılığı ile yaşam biçimi h lini alan, sürekli bir yöntemdir. Yaratıcılıkta  zg nl k, olağ n st l k, kural dışılık, sıra dışı olma, bilinenlerin dışında kullanma, şimdiye değin olduğundan başka bir biçimde birleştirme gibi özellikler bulunur.

Yaratıcı bireylerin; öğrenmeye hazır, ilgili, dilde, çağrışımında, düşünsel alanda ve anlatımda akıcı, düşüncede esnek ve  zg r, meraklı, hayal gücünü kullanabilme, deneme, araştırma, sına, bulma, kalıplardan kurtulma ve yeni fikirler üretme, farklı olana yeniliğe karşı istekli olma, görülmemiş ve benzersiz olan şeyler üzerinde durabilme ve riski göze alma gibi belirgin özellikleri vardır.

Yaratıcılık Niçin Gereklidir?

Yaratıcılık desteklenip, geliştirilecek bir yetidir. Doğumdan itibaren uygun bir fiziksel  evre, çocuğa göre hazırlanmış destekleyici bir program ve bu alanda özenle yetiştirilmiş kişilerle bu yeti geliştirilebilir.

Yaratıcılık  ocukların;

-   Karşılarına çıkan fırsatlardan yararlanmalarını,
-   Karşılaştıkları güçlüklere yenmek için yeni çözüm yolları bulmalarını,
-   Merak ederek soru sormalarını ve tahminlerde bulunmalarını,
-   Araştırma ve deney yapma eğilimlerini arttırmalarını,
-   Hayal güçlerini geliştirmelerini,
-   Yeni ve değişik buluşlar ortaya koymalarını,
-   Bir konu üzerinde ilgi ve dikkatlerini uzun süre tutabilmelerini,
-   Ayrıntılara dikkat ederek yanlış ve eksiklerini hissedebilmelerini,
-   Yeni oyunlar keşfetmelerini,
-   Kendilerine güvenen, kendilerini geliştirip gerçekleştirebilen ve bağımsız olabilen kişilikler geliştirebilmelerini,
-   Dengeli ve coşkulu, akıllı ve duyarlı kişiler olabilmelerini,
-   Duygu ve düşüncelerini farklı yollarla ifade edebilmelerini,
-   Yeni yaşantıları denemeye cesaretle katılmalarını,
-   Ayrıntılara dikkat ederek, yanlış ve eksiklikleri kolayca fark edebilmelerini sağlar.

Yaratıcılığın Gelişmesinde Ailenin Rolü

-   Doğduğu andan itibaren bebeğin yeni tanıştığı  evre ile uyumunu sağlamak, ebeveynin görevlerindendir. Bu nedenle ebeveyn çocuğu ne kadar k  k olursa olsun onunla oynamalı,

ona dokunmalı, onu sesli ve sessiz uyarılarla tanıştırmalıdır.

-   K  k ses taklitleri yaparak, ona şarkı, ninni söyleyerek sesli uyarılar vermelidir. Değişik dokularda ve renklerde kumaş toplar, dolgu bebekler, mobiller hazırlanmalı bebek büyüdükçe ona ait eşya ve oyuncaklarının bulunduğu tehlikelerden uzak oynamaya ve yaratmaya elverişli bir fiziksel  evre düzenlenmelidir.
-   Seğilecek oyuncaklar onun duyularına hitap ederken, yaş ve gelişim düzeyine uygun olmalı, yapılandırılmış oyuncaklar yerine kendi kendine yapıp bozarak, takarak, üst üste koyarak oynayabileceği ve yeni ürünler yaratabileceği nitelikte olmalıdır.
-   Oyunlarında sadece anne değil, babası, büyük kardeşleri ve diğer aile  yeleri de rol almalıdır.
-   Ona yapılan örnekler sunmak yerine gerektiği yerde yol göstermek şeklinde k  k yardımlarda bulunularak etkinliği desteklenmeli, olumlu model olunmalıdır. Çocuklara gereken zaman verilip oyunlarını bitirmeleri sağlanmalıdır.
-   Aile çocuğu ile birlikte yakın ve uzak çevresini tanınmasına fırsat verici geziler düzenlemeli, çocuğa neye bakması, neyi görmesi, neyi işitmesi gerektiği konularında ona yol gösterici olmalı ve böylece yaratıcılık için çok önemli olan gözlem yapma yeteneği geliştirilmelidir.
-   Aile  ocuğun meraklı sorularını bıkmadan ve onun anlayabileceği düzeyde doğru cevaplarla cevaplamalıdır.
-   Esnek ve şekil değiştirebilen bir ortam çocuğun yaratıcılığını kullanabilmesine olanak tanır. Çocuğun bulunduğu ortamdaki düzeni koruması için baskı yapılmamalıdır. Çocuğun hayal gücüyle yarattıklarına müdahale edilmemelidir.
-   Aile yaratıcılığın gelişmesinde ev ortamı kadar çocuğunun yaşlıtlarıyla bir arada bulunmasının önemli olduğunu unutmamalı ve zamanında bir okulöncesi eğitimi kurumuyla onu tanıştırmalıdır.



Kaynaklar:

- Ö. Baldık, Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Rehberi, Timaş Yayınları, 2004
- H. Yavuzer, Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 1987
- H.L. Niner, Çeviren S. Öztürk, Durduramıyorum Tourette Sendromu nun Hikayesi, Bumerang Yayınları
- www.aktuelpsikoloji.com.tr

TOURETTE SENDROMU DURDURAMIYORUM

Tiklerle kendini gösteren ve ilk kez Fransız hekim Georges Gilles de la Torette tarafından tanımlanan kalıtsal, nörolojik bir hareket hastalığıdır. Aynı şekilde tekrar tekrar meydana gelen istençdışı, hızlı, ani hareketler veya sesler içeren tiklerle karakterize edilen nörolojik veya "nörokimyasal" bir rahatsızlıktır. Çoğunlukla göz kırpması ve gırtlak temizleme şeklinde tekrarlayıcı bazı basit davranışlar olarak görülür. Çoğu insan bunların "huy" olduğunu düşünür. Tikler bazen daha ağır da olabilir. Her yüz çocukta bir tanesinde çok sayıda motor tik (hareketler) ve vokal tik (sesler) görülür ve yıllarca kalabilir. Başka bir sağlık sorunu olmadığı saptanan bu çocuklarda tourette sendromunun olduğu kabul edilir. Tourette bozukluğu DSM-IV tarafından şöyle tanımlanmıştır: Birden fazla motor tik ve en az bir vokal tik'in bir arada bulunması (aynı zamanda birlikte bulunması şart değil), 12 aydan daha uzun sürmesi, artış ve azalmalar göstermesi ve 21 yaştan önce başlamasıdır.



Tourette Sendromu önceleri nadir olduğu düşünülürken, artık oldukça yaygın olduğu kabul edilmektedir. Bozukluğun kesin sebepleri henüz açığa çıkarılamamıştır. Tanı için herhangi bir biyolojik testin olmaması nedeni ile genellikle semptomlara dayalı tanı konmaktadır. Sadece tiklerin göz önüne alınarak tanının konması karışıklıklara yol açabilmektedir. Tiklerin sebepleri; “alışkanlık”, “stres”, “emesyonel bozukluklar”, bazen “dikkat vermeyi gerektiren durumların sonucu” ve “cinsel istismarın sonucu”nda da olabilmektedir.

Tourette Sendromu’ndaki tiklerin artma ve azalma dönemleri vardır. Tikler 3 ay yok olup bambaşka bir şekilde çıkabilir. Tourette Sendromu tipik olarak 5-7 yaşlar arasında başlar. Çoğu hasta tiklerini gerginlik gibi hoş olmayan duyular olarak veya vücudun özel kısımlarındaki artmış duyarlılık olarak tanımlarlar. Tikler genellikle koordine kas gruplarında, nöbetler halinde gelmeye meyilli ani istemsiz hareketler olarak tanımlanır.

En sık tikler; aşırı göz kırpması, boğaz temizleme, baş sallama ve yüz buruşması tarzındadır. Daha çok vücudun üst kısımlarında görülür. Genellikle vücudun üst kısımlarından basit tikler olarak başlar ve zamanla vücudun diğer kısımlarına yayılır. Tiklerin şiddeti ve sıklığı; heyecan, gerginlik, sıkıntı ile artar. Erkeklerde belirgin olarak daha sık gözlenir. Tourette Sendromu yaşam boyu süren bir bozukluktur. Tikler sıklıkla çocuklukta en şiddetlidir. Ergenlik döneminde de artış gösterebilir. Çocuklukta tiklerdeki şiddetin derecesi ilerisi için gidişi belirlemez.

Tourette Sendromu’nun belirtileri :

1. Her zaman aynı anda olmasa da rahatsızlığın bazı dönemlerinde birden fazla bedensel tiklerin ve bir veya daha fazla sesle ilgili tiklerin varlığı;
2. Tiklerin hemen hemen her gün birçok kez (genellikle nöbetler halinde) veya bir yıldan daha uzun bir süre boyunca aralıklı olarak meydana gelmesi;
3. Tiklerin sayısında, sıklığında, türünde, yerinde, şiddetinin artışında ve azalmasında dönemsel olarak görülen değişiklikler. Belirtiler bazen haftalarca veya aylarca ortadan kalkabilir;
4. Atak yaparak 18 yaşından önce yeniden ortaya çıkabilir.

Takıntı (Obsesif) düşünceler, tekrarlayıcı (kompulsif) hareketler ve diğer sıkıntı ve gerginlik belirtileri oluşabilir. Tourette Sendromu olan çocuklarda aynı zamanda “dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu” belirtileri de bulunabilir.

Tourette Sendromlu birçok kişinin söz konusu belirtilerin bir bölümünü kontrol altına alabilmektedir. Tourette Sendromu tiklerini tanımlamak için kullanılan “istençdışı” terimi akılları karıştırabilir. Ancak gözlemlere göre tiklerin ortaya çıkmasını önlemek için belirtilerin saatlerce baskı altında tutulabilmesi, bunların daha şiddetli bir biçimde yeniden ortaya çıkmasını yalnızca geciktirmektedir. Tikler de tıpkı hapsirme dürtüsü gibi

karşı konulmaz bir dürtüdür ve sonuçta mutlaka bir şekilde ortaya çıkması kaçınılmazdır. Tourette Sendromlu kişiler sıklıkla okulda veya işyerinde erteledikleri belirtileri serbest bırakmak için gözden ırak bir köşe ararlar. Tipik olarak tikler, gerginlik ve stres sonucunda (fakat bu nedenle değil) artmakta, gevşeme veya ilgi çekici bir iş üzerinde dikkatin yoğunlaşmasıyla azalmaktadır. Tourette Sendromlu kişiler sadece rahatsızlığın kendisiyle uğraşmakla kalmayıp, genellikle bir de bunlara eklenen utanç yükünü taşımak zorunda kalırlar.

En yaygın olarak görülen ilk belirti yüzde oluşan bir tiktir, örneğin hızla göz kırpması veya ağızda seğirme. Bununla birlikte, ilk işaret örneğin boğaz temizleme ve burun çekme gibi istençdışı sesler veya kol bacak tikleri de olabilir. Bazılarında, rahatsızlık birden çok hareket ve sesle birdenbire başlamaktadır. Nedeni tam olarak anlaşılamamıştır.

Tourette Sendromu tanısı, belirtilerin gözlenmesi ve bunların başlangıçta ortaya çıkış öyküsünün değerlendirilmesiyle konmaktadır. Tourette Sendromu’nun tanımlanmasında etkili olabilecek hiçbir kan tahlili, röntgen veya başka tıbbi tahlil yoktur. Herhangi bir zamanda belirtilerde hafifleme ya da sönme görülebilir. Tik belirtileri yetişkinlikte durağanlaşma ve çok daha hafifleme eğilimi gösterebilir. Bu nedenle Tourette Sendromu tanısı konmuş kişiler ilerde normal bir yaşam sürmeyi bekleyebilir.

Erken teşhis ve tedaviye başlamak önemlidir. Görünen belirtiler yaşlıların, komşuların, öğretmenler ve hatta rastgele çevrede bulunanların alaylarına ve dışlanmaya neden olabilir. Anne baba çocuklarının davranışlarındaki acayiplikten olumsuz etkilenebilir. Çocuk tehdit edilebilir, aile aktiviteleri dışında bırakılabilir ve kişilerarası normal ilişkilerden zevk almaktan yoksun kalabilir. Bu güçlükler özellikle nörolojik bir problemin üstesinden gelmeye çalışan bir genç için diğerlerine göre daha da zorlu geçen ergenlikte iyice artabilir.

Tourette Sendromlu çocukların anne babaları anlayışlılık ve aşırı koruyuculuk arasındaki ince çizgide ilerlemek zorundadır. Zorlu dönemlerde ebeveynler uygun tepkilerin neler olacağını önceden belirlemek zorundadır. Çocuk, mümkün olduğunca sosyal ortamda kabul edilemez davranışları kontrol altında tutmaya ve bunun yerine kabul edilebilir bir davranış getirmeye teşvik edilmelidir. Anne babalar, Tourette Sendromlu çocuklarına olanaklar elverdiğince bağımsızlık fırsatı vermeye yönelmeli, ancak bazı çocuklar bu tür belirtileri çevresindekileri kontrol altına almak için kullanmaya kalkışabileceğinden bunu önlemek amacıyla katı olmayan, fakat kesin sınırlamalar getirmelidir.

Kaynaklar:

- L. Salk,,Çocuğun Duygusal Sorunları, Remzi Kitabevi, 1998
- D.Cüceloğlu, İnsan ve Davranış, Türk Kitabevi, 1996
- www.bosanmisanneler.com.tr

BOŞANMANIN ÇOCUK RUH SAĞLIĞI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ ve YAPILMASI GEREKENLER

Boşanma; ülkemizde özellikle son yıllarda giderek artan bir konudur. Boşanmayla ilgili çeşitli sebepler gösterilmektedir. Şiddetli geçimsizlik, eşler arasında yıllar ilerledikçe daha da artan uyumsuzluk, karı kocanın birbirlerine karşı yaptıkları psikolojik ve fiziksel baskılar, zaman zaman görülen saldırılar... vs. bunun gibi pek çok neden sayılabilir.

Ne oluyor da gün geçtikçe ülkemizde ve dünyamızda boşanma olayları bu derece artıyor? Eşlerin birbirlerine olan güvenleri ve inançları azalıyor, bu şekilde devam eden evlilik sürecinde de mutlu bir beraberlik ve sevgiyle süren evlilikler yerini boşanmaya bırakıyor. Aslında boşanmayla ilgili pek çok konu konuşulabilir. Ama hazırladığım bu yazımda özellikle dikkat ettiğim ve üstünde durduğum konu boşanmanın çocuklara, çocuk ruh sağlığına etkisi.

Boşanma gerçekten önemli bir konu ve eğer devam eden beraberlik eşleri mutsuz ediyor ise yapılması gereken tek şey belki de. Ama ya boşandıktan sonra çocuklarımız, onların ruh sağlığı, hayatlarını sağlıklı sürdürebilmeleri için gerekecek ortam, onlara nasıl davranmamız gerektiğiyle ilgili bilmemiz gerekenler. İşte bütün bunların hepsi boşanmayla birlikte karşımıza çıkacak diğer problemler. Bu yüzden boşanma kararı alan çiftler öncelikle bu kararlarını çocukları için bir kez daha gözden geçirmeli. Eğer devam eden evlilik çocukları ve kendilerini mutsuz ediyor ise o halde bu kararı onaylayıp ardından çocukları için ne yapabilecekleri üzerinde düşünmelidirler. Gerekirse bir danışmandan, psikologdan bu konuyla ilgili yardım almalılar.

Çocuklar arasında yapılan tüm araştırmalar çocukların boşanma olayını kabul etmediklerini göstermektedir. Çocuklar kötü bir evliliği boşanmaya yeğ tutmaktadır. Elbette çocuklar için boşanma soğuk ve olmaması gereken bir karardır. İlk başta verilen tepkiler hiç de hoş olmayacaktır. Fakat bilinmesi gereken şey bir müddet sonra bunun kabul edileceği bu yüzden de çocuklara en sağlıklı şekilde bu kararın açıklanması ve devamında yapılması gerekenler.



Boşanma kararı çocuklara nasıl anlatılmalı nasıl bir ortam oluşturulmalı önemli olan sorulardan biri de budur.

Çocuğa eşler, kendi ailelerini de toplayarak (babaanne, hala, dayı vb.) hep birlikte bir toplantı yapmalı ve çocukla ilgili alınan kararlardan herkesin haberi olmalıdır. Böylece herkes çocuk için işbirliğinin kaçınılmaz olduğunu hatırlatmış olur, çocuğun bu durumdan çok etkilenebileceğinin ve bu konuda herkesten duyarlılık beklendiğinin altı çizilir ve kararlarda herkesin katkısı olduğundan kurallar daha az çiğnenir.

Çocuktan ayrı yaşayacak olan eş, kademeli olarak evden ayrı kalmaya başlamalıdır; bu süreç haftada bir günden 5-6 güne kadar çıkarıldığında çocuk ayrılığa daha kolay adapte olur. Boşanmadan sonra, çocuklar her iki eşle de sürekli ve düzenli olarak görüşmeye devam etmelidir. Siz artık sevgili veya karı-koca olmayabilirsiniz ama onun için halen anne-babasıdır. O sizleri beraber anne ve babanın birbirlerinden ayrılmalılarının çocuklarından ayrılmalılarını anlamına gelmediğini anlatın. Hep birlikte sık sık bir araya gelin.



Sürekli ağlayan bir anne çocuğa durumun kötü olduğu, neşeli ve çabalayan bir anne ise her şeyin yolunda gittiği izlenimini verecektir.

Eşler çocukları kesinlikle birbirlerine karşı kullanmamalıdır; çocuk hiçbir şekilde taraf ve tanık tutulmamalıdır. Yeni düzenlemelerle ilgili kararlar alırken çocuğun onayı da alınmalıdır.

Çocuk, boşanmış bir anne-babanın çocuğu olmayı çevresine karşı bir silah gibi kullanmamalıdır. Her konuda gereksiz tavizler vererek çocuğun boşanmadan alacağı yaralar yalnızca artırılır, azaltılmaz. Her gün çikolata yemesine izin vererek çocuğunuzun boşanma olayından daha az etkilenmesini sağlayamazsınız, sadece çikolataya daha çok alışmasını sağlarsınız.

Çocukla ilgili her konuda eşler birbirleriyle çelişen davranışlarda bulunmamaya gayret göstermeli, ortak bir yol izlenmelidir. Babanın evinde izin verilen bir şeye, annenin evinde yasak konulmamalıdır. Çocuklar anne-babalarının boşanmasından kendilerini suçlayabilirler. Bu yüzden, boşanma sebebinin çocukla hiçbir ilgisinin olmadığı, bunun anne ile babanın arasındaki anlaşmazlıktan kaynaklandığı açıkça anlatılmalıdır.

Çocuk anne-babasının yerine kimseyi koymak istemez, buna saygı duymak gerekir. Boşanma sonrası eşlerden biri yeni bir ilişki yaşıyorsa çocuğun bunu boşanmayı kabullenene kadar bilmemesi gerekir. Boşanma sırasında, çocuklar mahkeme, eşya dağılımı, nafaka gibi konulardan haberdar edilmemelidir.

Boşanma sürecinde çocukların sık sorduğu sorular;

- Neden boşanıyorsunuz?
- Sen ve babam/annem tekrar bir araya gelecek misiniz?
- Benim yüzümden mi boşanıyorsunuz?
- Okulumu değiştirmek zorunda kalacak mıyım?
- Annemi/babamı ne sıklıkta göreceğim?
- Arkadaşlarımı görebilecek miyim?
- Büyükannemi ve büyükbabamı görebilecek miyim?
- Fakir mi olacağız?
- Yaz kampına gidebilecek miyim?
- Tatillerimi kiminle geçireceğim?

Bütün bu sorularla ilgili net açıklamalar yapılmaz. Çocukların hayatında meydana gelecek değişiklikler belirtilmeli, belirsizlikler olabileceği kadar azaltılmalıdır.

Kabul edilmeyen bu gerçek karşısında çocuk çeşitli duygusal ve davranışsal sorunlar yaşayacaktır.

Boşanmanın olduğu ilk yıl hem çocuk hem de boşanan çiftler için en karışık ve zor yıllardan biridir. Bazı psikologlar çocuğun boşanma anındaki yaşına bakarak, boşanmanın onu nasıl etkileyeceği konusunda bazı genellemeler yapmışlardır. Amerika’da boşanmış olan 48 ailede yapılan araştırmada boşanmanın ilk yılında çocukların daha huzursuz oldukları, zamanında yemek yemedikleri ve yatağa girmedikleri daha arsız ve söz dinlemez hale geldikleri görülmüştür..

Örneğin, süt çocuğunun boşanmadan fazla zarar görmediği savunulmaktadır. Buna neden olarak da süt çocuğunun ana-baba arasındaki tartışmaları anlamaması ve taraf tutmaması ve genellikle çocuğun anaya bırakılması olarak gösterilmektedir

7-8 yaşlarındaki okul çocuklarının bir kısmı depresif belirtiler göstermişlerdir. Zihni, devamlı babanın gidişiyle meşgul olan çocuk babasının dönmesini istemiş ve annenin yeniden evlenmesinden korkmuştur.

Çocukların bazıları, babanın gidişini kendisinin terk edilmesi olarak algılamışlardır. Erkek çocuklar babalarının kaybı için annelerini suçlamışlardır

9-12 yaşlarındaki çocuklarda ayrı anne ve babadan birini problemler için sorumlu bulmuş ve taraf tutmuşlardır. Her iki ebeveyne veya ikisinden birine şiddetle kızmışlardır. Bu çocukların okul başarıları düşüş göstermiştir.

Gençlerin boşanmaya tepkileri ise gençten gence değişmiş ve çok büyük farklılıklar gözlenmiştir. Ergenlik çağındaki gencin boşanma olayını daha objektif değerlendirebileceği boşanmadan



Bu çağda ve okul öncesi döneme kadar olan sürede bizzat ona, boşanmanın olumsuz etkisinde kalmış ise çocukta da olumsuz davranışlar gözlenmektedir. Bunlar korku, inatçılık, uyku bozuklukları, beslenme güçlükleri, yatak ıslatma, kekemelikler.

Buna karşın çocuk boşanmadan en çok okul döneminde etkilenmektedir. Çocuk, anne ve babası arasındaki anlaşmazlığı görmeye ve ikisi arasında taraf tutmaya başlamıştır. Boşanma çocuğun anne veya babasına, bazen her ikisine birden güvenini yitirmesine neden olabilir. Bu dönemde çocuktaki olumsuz davranışlar, okul başarısızlığı, yalan söyleme, çalma, cinsel sapıklık vs...Ayrıca çocuklar çeşitli sorunlarla karşılaştıkça yetersizlik duygusuna kapılabilmektedirler.

daha az etkileneceği ileri sürülmektedir. Bu çocuklarda da zaman zaman çeşitli davranış bozuklukları ortaya çıkmaktadır.

Sonuçlara baktığım zaman; boşanan çiftlerin çocukları ile normal çiftlerin çocukları arasında önemli farklılıklar olduğu görünüyor. Özellikle benlik saygısı ve kendini ifade etme biçimleri, yaşanan duygusallıkla birlikte yalnızlık duygusu çocuğu daha bağımlı hale getirebiliyor.

Farklı bir sonuç ise; eğer mutsuz her gün kavga içinde yetişen çocuklara sahip olmaktansa ayrılığın çocuğa anne baba tarafından gerekirse bir psikolog yardımı alarak sağlıklı bir şekilde anlatılması ve gerekli açıklamaların çocuğa yapılması. Bu konuda özellikle anne ve babalara çok fazla iş düşüyor.

Kaynaklar:

- Shelley E. Taylor, Letitia A. Peplau, David O. Sears, Sosyal Psikoloji, Pegem A Yayıncılık, 2007
- Laurence Steinberg, Ergenlik, Pegem A Yayıncılık, 2007
- www.psikoloji-psikiyatri.com.tr
- B. Dilek Karaduman, Dikkat Toplama Eğitim Programının İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Dikkat Toplama Düzeyi, Benlik Algısı ve Başarı Düzeylerine Etkisi, Doktora Tezi, 2004

DEĞİŞEN BENLİK ALGISI

Benlik, kendimize ilişkin inançlarımızın bütünüdür. Güçlü ve zayıf yönlerimiz, önemli özelliklerimiz, tercihlerimiz ile neleri iyi yaptığımıza ilişkin düşüncelerimiz benlik algımızın göstergeleri arasındadır.

Benlik saygısı ise bizim kendimiz hakkında yaptığımız değerlendirmelerimizdir. Yani sadece hangi niteliklere sahip olduğumuzla değil, aynı zamanda bu nitelikleri nasıl değerlendirdiğimizle de ilgilidir. Benlik saygısı yüksek olan bireyler kişilik özelliklerinin neler olduğu konusunda fikir sahibidir, kendileri hakkında olumlu düşünceleri vardır ve kendilerine uygun amaçlar belirlerler. Benlik saygıları düşük olan bireylerin ise kendileri hakkındaki düşünceleri olumsuzdur. Kendileri ile ilgi amaç koymaktan kaçınırlar ya da gerçekçi olmayan amaçlar koyarlar. Genellikle kötümserdirler, eleştirilerden olumsuz olarak etkilenirler. Stres ya da engellemelerle karşılaştıklarında diğer bireylere göre depresyona daha açıktırlar. Benlik saygı durumuna ek olarak belirli

alanlardaki niteliklerimize ilişkin özgül değerlendirmelerimiz de benlik değerimizi etkiler. Benlik duygusunun gelişimi yaşam boyu devam eden bir süreç olmakla birlikte ergenlikte ve genç yetişkinlikte büyük öneme sahip olmaktadır. Genç yetişkinler sağlam bir kimlik duygusu geliştirdikten sonra iş ve meslek planları yapmak ve yakın ilişkiler kurmak için bir temel oluşturmuş olurlar. Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemi benlik duygusunun gelişmesinde önemli evreler olmasına rağmen bebeğin çevresindeki her şeyden ayrı bir birey olduğunu fark etmesiyle başlayan bu süreç yaşam boyu devam eder.

Benlik kavramının oluşmasında çevrenin önemli bir etkisi vardır. Anne ve babalar, öğretmenler ve arkadaşlar çocukluk döneminden itibaren bireye belirli tarzda davranırlar, çocuklar da birçok toplumsal ve kültürel etkinliklerde yer alırlar. Bütün bunlar da benliğin gelişimi üzerinde etkilidir. Toplumsallaşma erken deneyim ve yaşantıların temelini oluşturur. Bu deneyimler de benliğin önemli bir yönüdür. Başkalarının bize tepki veriş biçimine ilişkin algılarımızda benlik algımızı etkiler. Bazen de başka insanlar özelliklerimiz konusunda bize açık bilgiler verir. Ergenliğin başlarında özellikle akranlardan gelen açık bilgiler daha önemli olmaya başlar. Ayrıca öğrencilere öğretmenlerinden de doğrudan geri bildirimler gelir. Özellikle bu geri bildirimler ve düşünceler birçok insan tarafından paylaşıldığında birey için önemli bir unsur olur ve benlik algısı üzerinde etki yaratır.

Bireyin kendi benliğine ilişkin atfettiği değer de oldukça önemlidir. Bireyin kendisiyle ilgili düşünceleri, kanatları, yargıları kendi benlik bilincini etkiler. Benliğe ilişkin bireyin düşünceleri her zaman gerçeği yansıtmayabilir. Kişi yaptığı işte çok başarılı olduğu halde kendini yetersiz olarak değerlendirebilir.

Bu durum daha olumlu veya gelişmiş bir benlik geliştirme çabasından kaynaklanabilir. Bireylerin olumlu ve güçlü bir benlik ideali geliştirmeleri için koşulsuz sevgi ortamının oluşturulması önem taşımaktadır.



BENLİK KAVRAMINDAKİ DEĞİŞİKLİKLER

Yakın çevre ile ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki benlik gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir. Özellikle ergenlik döneminde anne baba ile çocuk arasındaki iletişim önem kazanmaktadır. Ergenlerin hem ailesi ile olan ilişkilerini hem de bireyselliğini ve özerkliği destekleyen ebeveyn tutumu gençlerin yeterliliklerini ortaya koymasını sağlamakta ve olumlu bir benlik algısı oluşturmada katkı sağlamaktadır.

Ergenlikle birlikte bireyin kendini niteleme biçimi yani benlik kavramında değişiklikler meydana gelmeye başlamaktadır. Kendilerini basit, somut kavramlarla tanımlayan çocuklar ergenlikle birlikte kendilerini soyut ve karmaşık kavramlarla tanımlamaya başlarlar. Ergenlik döneminde daha karmaşık olan bu benlik yapısının oluşmasında bireylerin kendi zayıf yönlerini tanımları etkili olmaktadır. Bireyler ergenlik dönemiyle birlikte gerçek benlik, ideal benlik ve korkulan benlik arasında bir ayırım yapabilmektedir. Gerçek benlik, "gerçekten kim olduğunuz", ideal benlik, "kim olmak istediğiniz", korkulan benlik ise "kim olmaktan en çok korktuğunuz" dur. Sağlıklı bir benlik kavramına sahip olmanın yolu ise korkulan benliği dengelemek için gerçek benlik ile ideal benlik arasında denge kurmak ve ideal benliğe ulaşmak için çaba göstermektir.

Benlik saygısında değişimler olmakla birlikte ergenlik döneminde benlik saygısında göze çarpan bir düşüş dikkat çekmemektedir. Ancak ilköğretimin son yıllarında ergenlerin kendileri hakkındaki duyguların günden güne düzensiz olarak değiştiği bununla birlikte sekizinci sınıftan sonra benlik saygısının görece sabit kaldığı görülmektedir.

OKUL YAŞAMI VE BENLİK ALGISI

Eğitimin amaçlarından biri de bireyin benliğine karşı gerçekçi ve olumlu bir anlayış sergilemesine yardımcı olmaktır. 6-11 yaşlarını kapsayan dönem akademik ve kişilerarası yeterliliğin gelişmesi ve benlik şemalarının oluşumu açısından da önem taşımaktadır. Bu dönemde benlik algısıyla ilgili olumlu uyarılarla karşılaşan birey kendisine saygı duyup güçlü bir benlik geliştirecektir.

Okul yaşantılarının bu dönemde önemli bir yer tuttuğu düşünüldüğünde okul başarısı ya da başarısızlığının bireyin ruhsal gelişimi açısından önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Özellikle ilköğretimde sürekli olarak başarı göstermiş öğrencilerin olumlu bir benlik algısı geliştirdikleri gözlemlenmiştir. Yapılan araştırmalarda da benlik algısı yüksek olan öğrencilerin okul başarısının da yüksek olduğu saptanmıştır.

Çocukların benlik algıları öğrenme ve okulla ilgili deneyimlerinden etkilenmektedir. Çocukların başarı ve onaylanma ya da başarısızlık ve onaylanmama gibi durumlarla karşılaşması onların genel yargılara varmasına neden olacaktır. Bireyi bu ve benzeri durumlarda benliğine ilişkin yargıları onun benlik saygısını etkileyecektir.

Çocukların benlik saygısını desteklemek için aşağıda belirtilen bazı hususlara dikkat etmek yararlı olacaktır.

- Ergenlik dönemiyle birlikte çocuklar giderek daha çok akranlarının fikir ve değerlendirmelerine önem vermeye başlarlar. Aileler ve öğretmenlerin de bu açıdan çocukların kendi akranları ile sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olabilirler.
- Çocukların arkadaşları ile olan ilişkileri arttıkça ev içinde öğrendiği kalıplardan farklı olarak da değerlendirme yapmaya başlar. Çocuğun deneyimleri ve kendine ilişkin değerlendirmeleri konusunda objektif bir tutum sergilemek yararlı olabilir.
- Bazı ailelerin kendileriyle veya işleriyle çok fazla meşgul olması, çocuklarıyla yeteri kadar ilgilenememelerine neden olabilir. Çocuklar kendi hallerine bırakılıp ihmal edildiğinde değersizlik, yalnızlık ve güvensizlik duyguları geliştirebilir. Bu nedenle çocukların ihtiyaçlarını göz önüne almak, onlarla birlikte vakit geçirmek için uygun ortam ve zaman yaratmak yararlı olacaktır.
- Çocuklar her durumda kendilerini iyi hissetmeyebilirler. Çocuk evde ve yakın çevresinde kendine güvenebilir kabul görebilir fakat okulda, arkadaşları arasında ya da başka ortamlarda kendini böyle hissetmeyebilir. Bu gibi durumlarda çocuklara güven vererek, yapacakları konusunda cesaretlendirerek, kabul göstererek yardımcı olunabilir.
- Çocuklar fikirlerini bizimle paylaştıklarında, onların düşüncelerine değer vermek, saygı duymak ve dinlemek önem taşımaktadır.
- Çocukların başarılı olduğu zamanlarda yanlarında olduğumuz kadar, başarısızlık durumlarında onların yanında olmak, bununla başa çıkarken ona destek olmak benlik algısını olumlu yönde etkileyecektir.
- Benlik saygısı düşük olan çocuklar genel olarak kendilerinden ve yaptıkları işlerden hoşnut değillerdir. Bu nedenle bu çocuklara yaptıkları çalışmalarla ilgili olumlu geribildirimler vermek yararlı olacaktır.
- Benlik saygısı düşük olan çocuklar ve yetişkinler gerçek kişiliklerini ortaya koymaktan çekinirler. Bu yüzden yetişkinler çocukları duygu ve düşüncelerini ifade etme konusunda cesaretlendirilebilirler.
- Anne babaların aşırı eleştirel tutumu çocukta suçluluk duygusuna ve asla yeterince iyi olmayacağı duygusuna neden olabilir. Bu durum çocuklarda düşük benlik saygısına yol açabileceğinden çocuklara karşı aşırı eleştirel bir tutum sergilemekten kaçınılmalıdır.
- Aşırı koruyucu ailelerde yetişen çocuklar da kendilerini aşırı güvensiz hissedebilirler ve yapabilecekleri işler konusunda negatif bir düşünceye sahip olabilirler. Bu çocukların başarabileceği işler konusunda dahi kendine güveni olmayabilir. Bunun için çocukların bireysel çabaları desteklenmesi önemlidir.
- Anne babaların çocuklarının duygu ve düşüncelerine önem vermesi, çocuklarıyla sağlıklı iletişim kurmaları, her durumda koşulsuz sevgi göstermeleri, çocukların sağlıklı bir benlik gelişimi göstermeleri açısından değerlidir.

Kaynak:

- M. Stiefenhofer, Çocuğunuzun Öfkesini Gidermek İçin 55 Öneri, Erdem Yayınları, 2003
- M. Borba, Bana Tavrı Yapma!, Kuraldışı Yayınevi, 2005
- www.dbe.com.tr

ÖFKE KONTROLÜ



Öfke tüm insanların farklı doz ve sıklıkta hissettiği, uygun ifade edildiği takdirde son derece sağlıklı bir duygudur. Ancak öfkenin şiddetli ve sık yaşandığı gözlemleniyorsa, kişi yaşadığı öfke ile baş edebilmekte zorlanıyorsa ve bu durum yaşam kalitesinde olumsuzluklara yol açıyorsa öfke dikkat edilmesi gereken bir konu haline gelir. Bir de söz konusu çocuk ise müdahalede bulunmak oldukça gereklidir.

Öfkeyi doğru şekilde ifade edebilme becerisine "öfke kontrolü" denir. Öfke kontrolünde temel amaç; saldırganlıktan uzak, şiddet içermeyen, çocuğun kendisine ve çevresindekilere zarar vermeyecek şekilde duygusunu ifade etme becerisini kazanmasıdır.

Öfkesini kontrol etmekte zorlanan bir çocuğa sahipseniz bağırp çağırmak, kavga etmek, vurmak, sırasını beklemekte zorlanmak, hayal kırıklığına uğradığında ya da kaybettiğinde kızmak çocuğunuzda sık rastladığınız davranışlardan olacaktır. Ancak bu belirtiler öfke kontrolü olmayan bir çocuğu teşhis etmede yeterli değildir. Çünkü bahsedilen davranışlar herkesin zaman zaman içinde olabileceği durumlardır. Bazı çocuklar diğerlerine göre daha çabuk parlar ancak kızgınlığını idare edebilir. Öfkesini kontrol etmekte zorlanan çocukta ise şu noktalar önemlidir:

- Neden? Çocuğunuzun böyle bir tavra sahip olmasının altındaki neden ne? İstediklerini elde etme çabası, başka birinde

görerek davranışı taklit etme, sakinleşmek için ne yapması gerektiğini bilmeme, son zamanlarda yaşadığı bir stres veya hayal kırıklığı ve buna benzer birçok etmen onun öfkeli davranışlarının sebebi olabilir.

- Ne? Onu her zamankinden çok sinirlendiren belli meseleler var mıdır? Örneğin kardeşiyle ettiği kavgalar, ev ödevleri ya da sıkı bir program gibi durumlarda öfke duygusu tetiklenir mi?
- Kim? Herkese karşı bu öfkeli tutumu mu sergiliyor yoksa buna maruz kalmayan birileri var mı? Varsa kim ve neden bu şekilde davranıyor?
- Ne zaman? Normalinden daha öfkeli olduğu belli dönemleri var mıdır? Eğer bir değişim yaşandıysa başlangıç noktası ve sebebi nedir?
- Nerede? Normalinden daha çok sinirlendiği belli yerler var mıdır?

Öfke ve Şiddetin Nedenleri:

Aile, okul, kitle iletişim araçları ve toplumsal mitler olarak dört başlık altında toplayabiliriz. Öfkeyi hazırlayıcı, geliştirici ve besleyici etkileri aşağıda görebiliriz.

- Çocuğun psikolojik ihtiyaçlarının yerine getirilmemesi
- Çocuğun, ergenin yetiştiği aile, arkadaş, okul çevresinde yaşadığı olumsuz travmatik yaşantılar
- Sosyo-ekonomik seviyenin düşük olması
- Ailenin oyun sırasında zarar gören çocuğuna “senin elin armut mu topluyor sen de vursaydın.”, “iyi yapmışsın.” yaklaşımıyla olumsuz davranışı pekiştirmesi
- Saldırganlığın bir erkek özelliği olarak hoş görülmesi, desteklenmesi
- Otorite figürü olarak babanın fiziksel ceza yaklaşımı, çaresizlik ve kısa süreli sonuç alma amaçlı annenin fiziksel ceza yaklaşımı veya aile içi şiddet uygulanması
- Anne babanın ya da öğretmenin sorunlarını çözme yöntemini öfke ve saldırgan davranışlarla göstererek model olması
- Okulda akranları tarafından istismar edilmek (Aşağılanma, küçük düşürme, fiziksel taciz, dışlanmak, alay edilmek...) ve akademik başarı ve ilginin düşük olması
- Parçalanmış aileler
- Tutarsız disiplin
- Televizyon, sinema ve bilgisayar oyunlarındaki öfke ve şiddet unsurlarının kısa ve uzun sürede duygu, düşünce, tutum ve davranışlar üzerinde tetikleyici, hızlandırıcı ve özendirici etkisi

Öfke kontrolü duygusal, düşünsel ve davranışsal önlemlerle aile, okul ve toplumda sağlanabilir. Bunun için yukarıda söz

edilen hususları gözden geçirmek ve çocuğunuzun öfkeli iken sıkıştığı noktaları tespit etmek gerekmektedir. Ardından ise ona öfkesini yatıştırması için çeşitli yollar önerebilir ve bu süreci beraber yaşayabilirsiniz. Öfkeyi yatıştırmak için birçok yöntem vardır. Dikkat edilmesi gereken, çocuğunuza en uygun olanların seçilmesi ve alışkanlık haline getirilmesidir.

1. Öfkesini Hafifletmek İçin Bir Şeyler Yapmak: Yumruğunu sıkmak, oyuncak hamuru ile oynamak, evde var ise bir kum torbasiyla oynamak, basket atmak gibi bedensel aktiviteler çocuğunuzun öfkesini dışavurumunu kontrol edecek bir süre sonra alışkanlık haline alacaktır.

2. Sakinleşeceği Bir Yere Gitmek: Öfke duyduğu anlarda bulunduğu ortamda değişiklik yapması örneğin evde bir başka odaya çekilmesi faydalı olacaktır. Böylelikle sakinleşmesi için fırsat oluşacaktır.

3. Uzaklaşmak: Öfkesine hakim olamayacağını ve kendini güvende hissetmediği anlarda sadece yürüyüp gidebileceğini çocuğunuza anlatın.

4. Bir Öfke Resmi Boyamak: Çocuğunuza öfkeli olduğunda kullanabileceği boya kalemleri ve kağıdı temin edin. Böylelikle siz de o resim üzerinden fikir edinebilirsiniz.

5. Öfkeyi Bağırarak Boşaltmak: Öfkeli olan çocuğunuza telkinde bulunmak yerine kimseyi rahatsız etmeyeceği bir yerde bağırmasına izin vermek çocuğunuzu rahatlatacak ve öfkenin altındaki etmenleri anlamanıza yardımcı olacaktır.

6. Kendi Kendine Telkinde Bulunmak: Kendisine “Şimdi durup biraz sakinleş.” “Bunu başarabilirim.” gibi basit ve olumlu cümleler söylemesini öğretin.

7. Derin Derin Nefes Almak: Kontrolünü kaybetmeye başladığı anda çocuğunuza kendine “Sakin ol” demesini ve ardından yavaşça nefes almasını söyleyin. Beyne oksijen gitmesi rahatlamayı çabuklaştırır.

8. Öfke üreten düşünce yerine ilgiyi mutlu eden başka yöne kaydırılmak

9. Öfkesini kontrol etmekte zorlanan çocuğunuzla duygular hakkında etraflıca konuşun. İnsanların hangi duyguları hissettiğini, hangi olaylara nasıl tepkiler verdiklerini çevreden örneklerle paylaşın. Bu konuşma esnasında kızgınlık duygusunun hangi öfkeli davranışlara sebep olduğunu ve bunun insanların hayatında nasıl olumsuz durumlara yol açtığını ayrıntılarıyla konuşun.

Bunların dışında ise çocuğunuzun iyi bir iletişim kurma becerisine sahip olmasını sağlayıcı etkinliklerde bulunmanız oldukça önem taşımaktadır.

Çünkü duygularını ifade edebilme becerisi geliştikçe çocuk için öfkesini dışavurum şekli sağlıklı hale gelmektedir.



İletişim becerileri zayıf olan çocuklar, kendilerini ifade ederken zorlandıklarında agresifleşirler. Bu sebeple onlara kendini ifade etmesi için değişik ortam ve durumlar yaratmanız faydalı olacaktır. Örneğin:

● Olaylar hakkında konuşurken küçük yaşlardan itibaren etkili konuşma yollarını çocuğunuza öğretin. “Ben ____ hissediyorum, çünkü sen _____ yaptın ve şimdi senden ____ yapmanı istiyorum” gibi.

İletişim becerilerinin yanı sıra karşılaştığı problemleri çözme becerisi zayıf olan çocuklar herhangi bir sorunla karşılaştığında paniğe kapılıp öfkeli davranışlar sergileyebilirler. Bunun için; başınızdan geçen ufak problemlerden onun yaş dönemine uygun olanlarını anlatıp beraber çözüm yolları oluşturabilirsiniz. Bir oyunmuş gibi hayali durumlar yaratıp (Örneğin; iki kişide elma yemek istiyor ama bir elma var, ne yapabilirler?) sonrasında beraberce çözümler oluşturabilirsiniz. Ayrıca sorunlarla başa çıkmak için ona analitik düşünmesini öğretmelisiniz. Karşısına çıkan problemle ilgili karşısındakine vurmak, dinlememek, bahaneler üretmek yerine önce var olan sorunu tanımlamalı; karşısındakine değil soruna odaklanmalı ve yapacağı davranışların sorumluluğunu almasını öğrenmelidir.

Öfkeli veya saldırgan bir davranışını ödüllendirmemeye özen göstermelisiniz. Örneğin alışveriş merkezinde istediği alınmadı diye ağlayıp çevreye vuran bir çocuğun durması için sonunda istediğinin yapılması onun bu yolu öğrenmesine sebep olacaktır.

İletişime geçtiği insanın, sözsüz hareketlerinden ne hissettiğini okumayı başarabilirse onları daha iyi anlayacaktır. Bu tip çalışmaları evde yaparken televizyonun sesini kısıp şimdi “Ne hissediyor” oyunu oynamak veya gazetelerdeki büyük resimlerdeki yüz ifadelerinden “Ne oldu da ne hissediyor?” oynamak etkili olacaktır.

Çocuğun grup halinde oynanabilecek oyunlara veya yapılacak sporlara katılmasını desteklemek gereklidir. Kazanmak veya kaybetmek grubun tamamına mal olacağından buradaki davranışları sorunları çözmeye yönelik olacaktır.

Çocuğun öfkeyi kontrol etme becerisinde ebeveynin rolü oldukça önemli bir yer kaplamaktadır. Ebeveyn tavırları çocuklar için canlı birer ders kitabı niteliğindedir. Bu yüzden çocuğunun öfke kontrolünü sağlama çabasında olan ebeveyn, kendi davranışlarını ve aksiliklerle başa çıkma yöntemlerini dikkatle gözden geçirmelidir. Ayrıca çocuğun öfkesine boyun eğildiği ve öfkesiyle istekleri yerine geldikçe bu davranışların sıklığı ve şiddeti devam edecektir. Karşılık verme hakkını görmek, rahatlatma ve boşalma sağladığına dayandırmak özellikle gençler arasında yaygındır. Onlara öfkenin öfkeyi, şiddetin şiddeti doğurduğu anlatılmalıdır. Eğer yapılan müdahaleler yeterli gelmiyor ise ilişki becerisi ve düşünceyi yeniden yapılandırmak gibi teknikler için uzman desteğine de başvurularak bireysel ve grup terapisi alınabilir.

Kaynaklar:

- Crick, F. (2009), Şaşırtan Varsayım, Ankara, Tübitak Yayınları
- Yavuzer, H. (2010), Çocuğunuzun İlk 6 Yılı, İstanbul, Remzi Kitabevi
- <http://web.mit.edu/>

Her anne-baba çocukları yalan söylediğinde gizli veya açık bir panik yaşar. Çocuklarının dürüst biri olmayabileceği endişesi oluşmaya başlar. Oysa dürüstlük ailede öğrenilir. Buna uygun davranış gösteren, birbirlerine, çocuklarına ve çevrelerine karşı dürüst davranarak bu şekilde çocuğuna model olan ailelerde yetişen çocukların da aynı özellikleri göstermemesi için bir neden yoktur. Çocukların vicdan eğitimi ve ahlak gelişimlerinin evde yapıldığı ve çok erken yaşlarda başladığı unutulmamalıdır.

YALAN SÖYLE-ME



Yalan söylemek insanın savunma mekanizmasıdır. Kişi iç dünyasını tehdit eden ya da tehdit etme potansiyelinde olan dış etkenlere karşı kendisini savunmaya geçer ve tepki gösterir. Yalan söyleme davranışı da kişinin gösterdiği tepkiler içinde yer alır. Yetişkinler savunma davranışlarına çok fazla başvurmazlar ancak kendilerini çok fazla bunaltan durumlar olduğunda savunma davranışları devreye girer. Savunma davranışlarına fazla başvurulduğunda kişi iç dengelerini kaybedebilir, kendi gerçekliğini ve gerçeğini yadsıyıp görmezden gelebilir ve sonunda davranış bozuklukları geliştirebilir. Çocuklar için durum biraz daha farklılık gösterir. Çocuklar biz yetişkinler gibi ara sıra değil de daha sık savunma davranışlarına başvururlar.



Çocuk iç dünyasını koruma anlamında bir yetişkin kadar donanımlı olmadığı için savunma davranışlarını daha sık ortaya koyar. Çocuğun yalana başvurması tıpkı bir yetişkin insanın yalana başvurması kadar, kendini, öz benliğini ve iç dünyasını koruma amaçlıdır.

İnsanlar yalancı doğmazlar, yalan söylemeyi öğrenirler. Bir çocuk belirli bir bilişsel olgunluğa ulaşmadan yalan söyleyemez. Çocukların kaç yaşında yalan söylemeye başladıkları bir tartışma konusu olsa da, bir çocuğun yalan söyleyebilmesi için öncelikle diğer insanların düşüncelerinden haberdar olması gerekir.

Bazı araştırmacılara göre çocuklar üç buçuk yaşına kadar diğer insanların fikirlerinden habersizdir. Bu yaşlardaki çocuklar kandırma davranışını daha çok büyüklerini memnun etmek ya da cezadan kaçmak için önceden öğrendikleri tepkileri sergileyerek gerçekleştirirler. Bir araştırmada yaklaşık üç yaşındaki çocuklara masanın üzerine konan oyuncağa bakmamaları tembihlenir (deney bir duvarı aynalı bir odadan videoya kaydedilir). Araştırmacı odayı terk eder ve beş dakika sonra geri döndüğünde çocuklara oyuncağa bakıp bakmadıklarını sorar. Çocukların % 85'i oyuncağa bakmıştır. Fakat sadece %35'i baktığını itiraf eder. Oyuncağa bakan bazı çocuklar ise cevap vermeyi reddeder. Erkek çocuklardan çok kız çocuklar kandırma davranışı sergilemiş ve onların bu davranışını yakalamak erkeklerinkine nazaran daha zor olmuştur. İlginç olan, yalan söyleyen çocukların yüz ifadeleri doğruyu söyleyenlerinkinden daha masumdur. Cevap vermeyi reddeden çocuklar ise aşırı kaygılı geliştirmişlerdir.

Okula başlama yaşına denk gelen dönemlerde çocuk, karşısındakinin fikirlerinden haberdar olmaya, onları yönlendirmeye ve daha iyi kandırma teknikleri kullanmaya başlar. Karşısındaki kişinin, onun niyetini ve yalanın içeriğini değerlendirdiğini fark eder ve bu nedenle de sözel olmayan davranışlar ve karşısındaki kişinin tepkilerini kontrol etme becerisiyle daha inanılır hikayeler geliştirmeye başlar.

Çocuklar okula başladıklarında yeni şeyler öğrenirler. Ailelerinin gerçeklerinin herkes tarafından kabul edilmediğini görür, kendilerine evde öğretilen değerler ve doğrularla, dışarıda karşılaştıklarının farklılık göstermesiyle bir çelişki yaşamaya başlarlar. Diğer yandan aile içi olayları sır olarak tutmaları öğretilir. Böylece ergenlik öncesi dönem, çocukların nasıl iletişim kuracaklarını, neyi dışarı verip neyi saklayacaklarını öğrendikleri dönem olur.

Okul çağına kadar yalan söyleme konusunda endişe etmeye gerek yoktur. Çünkü bu yaşlar çocuğun hayal gücünün en fazla çalıştığı yaşlardır. Çocuklar genellikle öyküler uydurabilir, olmadık şeyleri olmuş gibi anlatabilirler. Hayali arkadaşlar ve hayali olaylar yaratırlar. Bu bütünüyle normaldir.

Çünkü bu yaş çocuğu öykülerden hoşlanır ve gerçekte gerçek dışı arasındaki çizgi henüz belirsizdir.

Ancak bu dönemde de kimi zaman çocukların yalanlarla yaşamlarındaki bir boşluğu doldurmaya çalıştığı görülür. İhtiyaç duydukları ilgi, sevgi ve güveni yalana sığınarak sağlamaya çalışırlar. Anne babanın istikrarsız davranışlarıyla çocuğun güven duygusunu zedelemesi çocukta çeşitli kişilik bozuklukları yanında, yalanın da yerleşmesine yol açabilir. Yedi yaş öncesinde çocuk yalan söyleme araçlarından yalnızca birine, yani dile, o da pek gelişmemiş haliyle sahiptir. Bu dönemde bir olayın gerçek ve uydurma olarak iki ayrı yönü olabileceğinin bilincinde değildir. Yalan söyleyebilmek için önce gerçeği bilmesi ve yaşadığı durumları tek gerçeklik olarak algılayabildiği ben merkezci düşünme dönemini aşması gerekir. Bu dönemi yedi yaş sıralarında aşacaktır. Bu bir bakıma çocuğun sosyal ve ahlaki yönden normal gelişim çizgisini izlediğinin bir göstergesidir.

Yedi yaş civarındaki çocuklar bilerek söylenen yalan ve yapılan bir hatayı ayırt edebilmelerine rağmen, her iki davranışı da yalan olarak kabul ederler. Sekiz - dokuz yaşına geldiklerinde hata ve yalanı ayrı değerlendirirler. Ancak on yaşından sonra yalanın, bilerek ve planlanarak yapılan bir hata olduğunu fark ederler. Bu yaştaki çocuklar somut sonuçlar veren yalanları daha ciddi olarak algılar, yalanları sonuçları ve etkilerine göre değerlendirirler. Sonuçta biri cezalandırıldıysa o ciddi bir yalandır.

Zeka düzeyi düşük çocukların, gerçeğe çok aykırı yalanlar, normal ve üstün zekaya sahip olanların ise mantığa daha uygun yalanlar söyledikleri gözlenmektedir.

Yapılan araştırmalar kız çocuklarının söyledikleri yalanlar ile karşılarındaki kişiden bilgi saklarken, erkek çocukların bilgiyi çarpıtarak aktardıklarını ortaya çıkarmıştır.

Ana babaların birçoğu, çocuğun gerçeğe sadık kalmasını çok erken bir dönemde isterler. Oysa 3 yaş çocuğunun inanılmayacak öyküler uydurması ve taklit oyunlarından hoşlanması doğaldır.



Çocuk zeki ve hayal gücü geniş olduğu ölçüde bunda başarılı olur. Öykü uydurma ve taklit oyunu yalan söylemek değildir ve bunu engelliyici hiçbir girişimde bulunulmamalıdır.

Yaşamın ilk 5 yılında çocuğun yalan söylemesi konusunda endişe etmeye gerek yoktur. Gerçeğe sadık kalma çocukta giderek gelişen bir olgudur. Çocuğun gerçeğe sadık kalması konusunda ısrar etmek ve çocuğa yalan söylediğini kanıtlama girişiminde bulunmak yanlıştır. Çocuk açıkça anlaşılan bir yalan söylediği zaman endişeyle karşılanmamalıdır. Ancak çocuk 4 yaşına geldiğinde, yalan salt övünmekten öte bir amaçla söylenmişse, düş gücü ürünü ya da bir şaka değilse, o zaman annenin çocuğa, eğer doğruyu söylemezse ona ne zaman inanacağını bilemeyeceğini söylemesi yeterlidir. Sert cezalar, suçlanmadan kaçmak için çocuğun yalan söylemesine yol açar .

ÖNERİLER:

- Küçük çocuğun yalanları bir hata gibi görülmemelidir. Böyle bir davranış karşısında değer yargılarını anlatmak ya da kızgınlıkla cezalandırmak yanlış olur. Önceden çocuğa doğru söylemenin övülmeye değer bir davranış olduğu anlatılmalıdır.
- Yetişkinler çocuğa iyi birer örnek olmalı ve davranışlarında, çocuklarında görmek istemedikleri hatalara yer vermemelidirler.
- Aşırı duygusal çocuk kaygı ve çekingenlik yüzünden yalan söylüyorsa ona güven verilmeli, öfke ve kınama tepkilerinden kaçınılmalıdır.
- Oluşmuş bir yalan karşısında mücadele, kötünün iyisini yapmaktan başka bir şey değildir. Yalan söyleme davranışını iyileştirmek önlemekten daha zordur. Önemli olan, çocuğu yalana itecek durumlara meydan vermemektir.
- Çocuklarının kendileriyle birlikte ya da kendi yerlerine yalan söylemelerini isteyen ailelerin sayısı, ne yazık ki az değildir. Çoğunlukla yalan böyle bir örnekten kaynaklanır.
- Yalanın engellenme biçimi çocukta gerilim yaratabilir. Aşırı kızgınlık, çocuğun yalanını engellemek açısından olumsuz bir davranıştır. Bu yolla yaratılan suçluluk duygusu, çocuğu yalandan uzaklaştıracak yerde, daha çok yaklaştırır.
- Genelde yalan bir hata gibi görülür ve suçluluk duygusu itirafa son bulur. Çocuğun itiraf etmesine yardımcı olunmalıdır. Ancak çocuğu kendisi ve çevresiyle barıştırmazsa itirafın değeri yoktur.
- Yalan söyleyen çocuk bu mücadeleyi anlamını, onun iyiliği için böyle davranıldığını bilmelidir. Burada bir güç gösterisi değil, yardım söz konusu olmalı ve ona güven vermelidir.
- Kısaca yalancılık olayı çevresel ilişkilerle birlikte ele alınmalıdır. Önce çocukta yalancılığın gelişmesini kolaylaştıran nedenlerin bulunması gerekir. Sonra da aile çevresiyle işbirliği yapılır, çocuğa doğruluğun yararları, getireceği haz ve avantajlar elle tutulur biçimde öğretilmelidir.

Kaynaklar:

- Murat Başar, Ailedeki Yanlış Başarı Algısının Öğrenciler Üzerindeki Etkisi, Sosyal Bilimler Dergisi, 2007
- Özcan Türkoğlu, Ailenin Eğitim ve Gelir Düzeyinin Öğrencilerin Derse Olan Tutumuna ve Başarısına Etkisi, Yüksek Lisans Tezi, 2008
- www.egitimim.com.tr
- www.okulweb.meb.gov.tr

BAŞARIDA AİLE FAKTÖRÜ

Geleneksel eğitim anlayışı doğrultusunda her şeyin belli merkezlerce düzenlenmesi, birçok kararın alınmasında öğretmenlerin, velinin ya da diğer kişilerin etkili olması, benlik ve duygusal gelişimi güçlendirici bir çalışmaların yapılmasına ağırlık verilmemesi öğrencilerin ilgi ve yeteneklerinin ortaya çıkmasına engel olabilmektedir. Bu doğrultuda öğrencinin istekleri yerine ebeveynin istekleri ön plana çıkabilmekte ve yanlış bir başarı beklentisi oluşabilmektedir.

Başarı öğrencinin zihinsel yetenekleriyle olduğu kadar bu yeteneklerin geliştirilmesine, uygun ortam ve koşullara da bağlıdır. Öğrencinin okulda başarılı ya da başarısız oluşu öncelikle içinde bulunduğu aile ortamına bağlıdır. Yaşanılan ev, kendine ait oda, kardeş sayısı, ek çalışma olanakları, okul öncesi bir eğitim kurumunda eğitim imkânı, boş zamanlarını değerlendirme, gazete, kitap gibi uyaranlarla karşılaşma, devam edilen okulun sahip olduğu olanaklarla da ilişkilidir.

BAŞARI

Başarı Türk Dil Kurumu'nca bir işten elde edilen yararlı sonuç olarak tanımlanmıştır. Wolman, başarı kavramını istenilen bir sonuca ulaşma yönünde bir ilerleme olarak betimlemiştir. Batlaş ise başarıyı; birey için anlamlı olan amaçların günlük programlarla adım adım gerçekleşmesi olarak tarif etmiştir. Birçok uzman tarafından yapılan başarı tanımlarının çoğunda dikkat çeken nokta planlı ve bir amacının olması gerektiğine vurgu yapmasıdır. Biz başarıya ulaşmış insanların amaçlarını belirlemiş ve bu amaca yönelik bir plan yapmış insanlar arasından çıktığını görüyoruz.

Başarı kavramı farklı uzmanlar tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmasına rağmen eğitimde başarı denildiğinde okulda alınan notlar ve test puanları anlaşılmaktadır. Ancak çağdaş başarı anlayışında tek bir alanda ürün verilmesi ve başarılı olunması değil hayatın her alanına yayılan müzik, sanat, spor gibi birçok farklı alanda verilen ürünler önem kazanmaktadır.

Öğrenciler için başarılı olmak bir ihtiyaç olarak her zaman var olmuştur. Fakat bu ihtiyacın olumsuz yönü kimi zaman ortaya çıkabilmektedir. Bu olumsuz yön başarısızlık korkusu ve başarısızlıktan kaçınmaktır. Bu iki unsur insanlarda farklı düzeylerde bulunabilmektedir. Bazı öğrenciler başarısız olmaktan korktukları için gerekli performans göstererek başarılı olabilecekleri görevleri üstlenmekten çekinmektedirler. Bu durum başarıma güdüsüyle de ilişkilidir. Yüksek başarı güdüsü taşıyan öğrenciler zor problemlerle uğraşmayı sevmekte, geri bildirim istemekte ve başarısızlık durumlarda kolayca yılmamaktadırlar. Başarı güdüsü düşük olanlar ise orta zorlukta problemleri tercih etmekte, çok sık pekiştirme ve geribildirim istemekte, yanlışlıkların başkaları tarafından duyulmasından hoşlanmamaktadır.

Öğrenme açısından önemli olan, başarısızlık durumunda öğrencinin niçin başarısız olduğunu öğrenmesi için gerekli çabayı göstermesidir.



ANNE BABALARIN ÇOCUKLARIN BAŞARISI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Eğitim ailede başlamakta ve kişilik yapısı ile temel davranışları da büyük ölçüde ailede kazanılmaktadır. Bunların sonradan değiştirilmesi de güç olmaktadır. Sağlıklı bir gelişim için aile çocuğun öz saygısını, güvenini geliştirmeye katkı sağlamalıdır. Ancak ebeveynin mükemmeliyetçiliği, sabırsızlığı, yüksek beklentide olması çocuğun bu özellikler altında ezilmesine ve mutsuz olmasına neden olmaktadır. Ailedeki çatışma ortamı da öğrenci davranışları üzerinde olumsuz etki yaratabilmektedir.

Aileleri tarafından az desteklenip çok kontrol edilen çocuklar aşırı hareketli davranabilmekte, insan ilişkilerinde daha az düşünceli davranmaktadır. Görev uyumlu olmadıklarından başarıları da düşük olmaktadır. Ebeveynin beklentisi çocuğun çabası üzerinde etkili olmaktadır. Beklentinin çok yüksek ya da çok düşük olması olumsuz etki yaratabilmektedir. Anne baba çocuğundan gurur duyduğunu belli etmeli onu başarı konusunda cesaretlendirmelidir. Ebeveynin kabul edici tavrı bağımsızlık duygusunu destekleyerek çocuğun olumlu benlik gelişimine de katkı sağlamakta, bu da okul başarısını etkilemektedir. Aileleri tarafından yüksek düzeyde kabul gören ve desteklenen öğrencilerin, kabul görmeyen, sürekli eleştirilen ve yeteri kadar desteklenmeyen öğrencilere oranla daha yüksek başarı motivasyonuna sahip olduğu da görülmektedir.

Ailelerin geleceğe yönelik beklentileri doğrultusunda çocukların ilgi, yetenek ve isteklerini göz önüne almadan, baskıya kadar gidebilecek bir yönlendirme yapmaları çocuklarda içe kapanma, hırçınlık, saldırganlık gibi davranışlara neden olabilmektedir. Günümüzde meslek sahibi olmaya, başarıya verilen önem gün geçtikçe artmaktadır. Ailelerin de bu ve benzeri konularda çocuklarının yetenek düzeylerini dikkate almadan, kendi istekleri doğrultusunda üstün başarı beklentisi içinde olmaları çocuklar üzerinde baskı ve endişe yaratabilmekte ve başarısızlık korkusuna neden olabilmektedir. Bu yüzden çocukların ebeveynleri ile kurdukları ilişki yüksek öneme sahip olmaktadır.

Çocuğun kendi potansiyelini keşfetmesinde ve var olan potansiyelini geliştirmesinde anne ve babaların çocuklarıyla ilişki biçiminin önemli olduğu bilinmektedir. Çocuk için uygun ortam hazırlandığında birçok alanda hızlı bir gelişimin olduğu görülmektedir. Aile ortamının çocuğun her türlü gelişiminde olduğu gibi okul başarısında da önemli bir yeri vardır. Çocuğa sevgi, güven, disiplin konularında olumlu yaklaşımlarda bulunan bir aile, çocuğun başarısı konusunda da önemli etkiye sahip olmaktadır. Aile içinde işlerin yolunda gitmediği, çeşitli sorunların gündemde olduğu durumlarda ise başarısızlık tepkisel bir davranış olarak çocuk tarafından ortaya konulmaktadır. Aile içi yaşantılar, beceri ve tutum ve değerler okulda öğrendiklerini destekler nitelikteyse çocuğun okul başarısının da artacağı söylenebilmektedir. Anne babalar çocukları için her türlü fedakârlığı yaptığını ve başarılı olmaları için onlara birçok imkân sağladıklarını düşünebilmekte ve kimi zaman başarılı

olma konusunda yanlış olduğunu bildikleri halde çocuklarının üzerinde baskı oluşturabilmektedir. Yapılması gereken çocukların gelişim düzeylerinin belirlenmesi, onların yeterince tanınması ve bu doğrultuda onların seviyelerine uygun beklentiler içinde olunmasıdır.

Ailenin eğitim düzeyi de çocuğun başarısı üzerinde etkili olmaktadır. Ebeveynlerin eğitim düzeyinin yüksek olması öğrencinin derslere hazırlıklı gelmesi, verilen ödevleri yapması, planlı çalışması ve sınavlardan yüksek puan almasını kolaylaştırdığı saptanmıştır. Ayrıca çocuğun okul başarısı konusunda motive olması konusunda etkilidir. Bu çocukların daha istekli, azimli, dikkatli, çalışkan ve disiplinli olduğu gözlemlenmiştir.

ÖNERİLER

Çocukların okul başarısını artırmak için anne babaların aşağıdaki hususlara dikkat etmesi yararlı olacaktır.

- Anne babaların çocuklara evde uygun ders çalışma koşullarını sağlaması önemlidir. Mümkünse çocuğa ait sessiz ve fazla uyarılardan arındırılmış bir oda ve masa ayarlanmalıdır. Eğer çocuk aile bireyleri ile aynı odada ders çalışması gerekiyorsa aile bireyleri çocuğun ders çalışmasını engelleyici faaliyetlerde olmamalıdır.
- Çocuklar başarısızlıklarından dolayı sürekli eleştirilmemeli, olumlu davranışları ve başarı desteklenmelidir.
- Anne babaların çocukların yapabileceklerinden çok şey beklemesi onların başarısını etkilemektedir. Ailenin çocukla ilgili birtakım gerçekçi olmayan beklentilerini çocuğa yansıtması öğrencide kaygı yaratabilir. Bu da çocuğun kendine olan güvenini azaltır ve başarısızlık korkusu geliştirmesine neden olabilir. Bu nedenle çocuğun gelişim seviyesine uygun hedeflerin belirlenmesinin daha yararlı olacaktır.
- Anne babaların çocuklarını kardeşleriyle ya da başka çocuklarla hiçbir zaman kıyaslamamalıdır. Böyle bir kıyaslama çocuğun okulda çalışmayı bırakmasına neden olabilir. Önemli olan çocuğun başarısının diğer çocuklarla karşılaştırarak değil kendi içinde değerlendirilmesidir. Çocuğun dün ile bugünü arasındaki somut gelişme ve değişimleri görerek bunu çocuğa yansıtılmalıdır.
- Yanlış iletişim biçimleri anne baba ve çocuk arasında iletişim kopukluklarına yol açabilir. Bu yüzden çocuklar bir sorunu dile getireceği zaman ortam düzenlenmeli, anne ve babalar ilgilenmeleri gereken işleri bir süre ertelenmelidir. Konuşma esnasında ebeveynler kendi duygu ve düşüncelerini belli etmemeli, çocuğun yaşamış olan durumdan dolayı hissetmiş olabileceği duyguları anlamaya çalışarak paylaşımlarda bulunmalıdır.
- Ebeveynler çocuklarına ders çalışma konusunda sürekli baskı yapmak yerine, zamanını iyi kullanma ve sorumluluklar konusunda bilinç kazandırmalıdır. Başarıda etkili olan çok çalışmak değil etkili ve verimli çalışma olduğu unutulmamalıdır.

Kaynaklar:

- H. Yavuzer, Resimleriyle Çocuk, Remzi Kitabevi, 2004.
- H. Yavuzer, Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, 2006.
- www.cocukgelism.com/
- www.rehberogretmen.biz/

RESİMLERİYLE ÇOCUK

Çocuk resimleri, çocuğun zeka, kişilik, yakın çevre özellikleriyle iç dünyasını, olaylar hakkındaki duygu ve düşüncelerini yansıtmaya yarayan önemli bir ifade aracıdır.

Resim, bireyin kendisine göre düzenlemeye çalıştığı karmaşık dünyasını açıklayış biçimi, zihinsel ve bedensel gelişiminin paralel bir göstergesidir.

Çocuklar, resim yoluyla dünyayı kendi açılarından, özentisiz ve yalın bir anlayışla verir. Belirgin kas olgunluğuna eriştikten sonra her çocuk, kağıt üzerinde birtakım çizgi ve figür denemelerinde bulunur.

Bireysel zeka ve kişilik faktörlerinin yanı sıra, çocuğun çevre ile olan etkileşimi ve günlük deneyimleri bir çocuğun çizgisini başka bir çocuğun çizgisinden farklı kılar.

Resim etkinliğinin sözsüz bir dil oluşturması ve bu yolla anlatımın kolay olması, sözlü iletişim kurmakta güçlük çeken çocukları tanımada da tercih edilen bir yöntem olmasını sağlar.

ÇOCUK RESMİNDE DİKKAT ÇEKEN ÖZEL DURUMLAR

1.Büyüklik

a.Büyük Resimler: Sayfanın tümünü kaplayan büyük resimler çoğu kez iç kontrolü zayıf olan saldırgan çocuklar tarafından çizilebilmektedir. Hiperaktif çocukların sayfanın tümünü kontrolsüz şekilde kullandıkları görülebilmektedir. Ender olarak çekingen ve ürkek çocuklar zayıf benlik kavramları nedeniyle büyük figürlere yer vermektedirler, bu da daha güçlü olma arzularını dile getirme şekilleri olarak düşünülebilmektedir.



b.Küçük Resimler: Birkaç cm. büyüklüğündeki resimlerin çoğunlukla korkak, çekingen, içe dönük çocukların ürünü olduğu gözlemlenebilmektedir. Küçük boyut, güvensizliklerinin bir göstergesi olabilir. Ender olarak saldırgan çocukların da yine zayıf benlik algıları nedeniyle küçük figürlere yer verdikleri de görülebilmektedir.

2.Abartılı Çizimler

Abartılı olarak çizilen beden parçası, niteliğine göre, çocuğun iç dünyası hakkında değişik bilgiler verebilmektedir:

Baş: Büyük veya küçük çizilen kafa, zihinsel bakımdan kendisini yetersiz gören çocuklar tarafından çizilebilmektedir.

Ağız: Konuşma ve dil problemi olan çocuklar, anne-babalarına bağımlı çocukların resimlerinde ağız alanına takıldıkları görülebilir.

Gözler: Göz bebeği olmadan çizilen boş ve anlamsız gözler görme problemi olan çocuklar tarafından çizilebilir.

Ayaklar: Ayakların büyük çizilmesi kendine güven duyma arzusunun simgesi olarak görülebilir.

Burun: Solunum güçlüğü çeken çocuklar burun çizgilerini vurgulayarak ya da çok büyük çizebilirler.

Kulaklar: İtme zorluğu olan çocukların ya da başkaları tarafından kendi hakkında konuşulduğunu düşünen kuşkucu çocukların kulak figürünü abartılı şekilde çizdikleri görülebilir.

Dişler: Saldırganlığın ve dürtü kontrolü zayıflığının ifadesi olarak görülebilir.

3.Eksik Bırakılan Çizimler

Eller: Güvensizliği ve çevreye uyumda güçlüğü simgeleyebilmektedir.

Kollar: Güvensizliği, güç ve kuvvetin azlığını simgeleyebilmektedir.

Bacaklar: Çocuğun kendini desteksiz ve hareketsiz algılamasıyla aşanlamli olarak görülebilir.

Ayaklar: Çocuğun kendisini güvensiz ve yardımsız hissetmesini yansıtabilir.

Burun: Çocuğun gücüyle ilgili birtakım eksikliklerin bilgisini verebilir.

Ağız: İlişki kurmada zorlanmayı ifade edebilir.

ÇOCUK RESMİNİN GELİŞİM AŞAMALARI

1.Karalama Dönemi (2-4 yaş)

18. ay dolaylarında çocuğun ilk karalamalarının başladığı görülür. Genelde araştırmacılar ilk dönem karalamalarının çocuk tarafından bir şeyi temsil etmek niyetiyle değil yalnızca oyun ve alıştırma amaçlı olduğu noktasında birleşirler. Başlangıçta rastlantısal olan bu çizimler zamanla yeniden canlandırılmak istenen bir zevkin kaynağı olur. Bu dönemdeki gelişim kontrollü karalamalar, isimlendirilmiş karalamalar, bir rahatsızlığı dile getiren karalamalar olarak ilerler. Karalama döneminde anne-

babanın yönlendirmesi, çocuğa çizme olanağı hazırlama ve malzemeyi kullanmaya cesaretlendirme şeklinde olmalıdır.

2.Şema Öncesi Dönem (4-7 yaş)

Bu dönemde çocuk canlandırmak istediği obje veya kavramla ilişki kurma kaygısı yaşamaya başlar. Bu ona büyük bir doyum sağlar. Çizilen resimler çocuğun düşünme sürecinin somut bir göstergesidir. 5 yaş civarında insanlar, evler, ağaçlar tanınmaya başlar ve genellikle amaçlı resim yaparlar. 6 yaşa gelindiğinde resimler daha gerçekçi olmaya başlar, ayrıntılar çoğalır, renk kullanımı artar. Şema öncesi dönemdeki çocuklar genelde yaptıkları resimleri göstermek ve açıklamak arzusundadırlar.

3.Şematik Dönem (7-9 yaş)

Yaklaşık 7 yaş civarında başlayan bu dönemde şekil kavramı gelişir ve şemalar zenginleşir. Çocuklar, insan figürlerini kol, bacak, gövde dışında göz,burun, ağız, boyun gibi organların da yer almasıyla detaylandırır. Mekan ve nesneler arasında ilişki kurarak resim yaparlar. Çocuğun resimleri ilgi, yetenek ve sosyal etkileşimleri hakkında bilgi verir. Resimde görülen abartılı, eksik ya da ihmal edilen çizimlere dikkat edilmesi gerekir. Bu yaş evresinde çocuk okulla tanıştığı için yön değiştirip okulda öğrendiği diğer becerilere yönelebilir. Bu noktada ailenin ve okulun yönlendirmesi önemlidir.

4.Gerçekçilik (Gruplaşma) Dönemi (9-12 yaş)

Bu yaşlardaki çocuk artık toplumun bir üyesi olduğundan haberdardır ve bu haberdar oluşu çizgilerine yansımaya başlar. Daha ayrıntılı çizimler çizdiği ve daha gerçekçi bir yaklaşımda olduğu görülür. Çocuklar, giderek resimlerini göstermekten hoşlanmaz ve onları açıklamaz. Teşvik ve desteğe ihtiyaçları vardır. Renkler gelişigüzel seçilmek yerine , gerçeğe uygun bir biçimde seçilmeye başlar. Sosyal ilişkiler ve arkadaşlar konu olmaya başlar. Konu seçiminde cinsiyet farklılıkları görülür.

5.Görünürde Doğalcılık Dönemi (12-14 yaş)

Ergenliğin başlangıcına rastlayan bu dönemde çocukların giderek doğal çevrelerinden haberdar oldukları dikkat çeker. Yakın çevrede görülen objelerin orantılarını, boyutlarını, derinliklerini yansıtmaya çalışırlar. İnsan figürü ayrıntılarıyla ve cinsiyet özellikleri belirginleşerek çizilir. Renkler en iyi biçimde kullanılır. Bu dönemde çoğunlukla yazılı anlatımın tercih edildiği görülür.

ÇOCUK RESMİNİN ÖZELLİKLERİ

1.Realizm

Yapılan incelemeler çocuk resimlerinin gerçeği yansıttığını göstermektedir. Köpeği tasmasıyla, atı koşarken, ördeği yüzerken, yaprağı düşerken çizmeyi tercih eden çocuk gerçekçi detaylara titiz bir şekilde bağlı olduğunu dile getirmektedir. Bu gerçeğe uygunluk amacı onu zaman zaman objelerin önemsiz detaylarını bile çizmeye yöneltir.

2.Tekrar ve Simetri

Simetriye çocuk resimlerinde sık rastlanır. Çocuk güneşi, çiçeği, elleri resmederken simetri ilkelerine uymaya özen gösterir. Müzikal ritim ve danslarda nasıl tekrar varsa, çocuk resminde de önceleri anlamsız olan birtakım figürlerin, daha sonraları ise anlamlı motiflerin tekrar edildiği görülür.

3.Oranti

Çocuk, farklı nesnelerin büyüklükleri hakkında yapısal bilgiye sahiptir ve bu bilgisini doğru bir şekilde kağıda aktarabilir. 4 yaşından itibaren çocuklar kağıt üzerinde belirli konuların büyüklükleri hakkında bilgi verme kapasitesine sahiptir.

4.Espri

Esprili çizgilerle resme oyun karakteri vermek, çocuk resminin özellikleri arasındadır. Bu yüzden çocuk, çiçeğe, güneşe bir insan yüzü yapar; evin bacasını çeşitli figürlerle süsleyebilir.

5.Kurallara Uygunluk

Bir araştırmaya göre; küçük çocuklar, resimlerinde nesne hakkında, görüş alanının dışında da olsa tanımlayıcı bir özellik taşıyan yapısal bilgi sunmayı tercih etmekte, büyük çocuklar ise, bir nesnenin tanımlayıcı özelliği olsun olmasın yalnız görülebilir özelliklerini ele almayı tercih etmektedir.

6.Simgesellik

Küçük çocukların yaptıkları ilk resimler sundukları konuları tanımlamaktan çok, bunları işaret eden geleneksel simgeler olarak işlev görürler. Anlatmak istedikleri şeylerin yapıları veya görünüşleri hakkında çok az bilgi taşırlar.

ANNE-BABA VE OKULUN ROLÜ

- İlk yaşlardan itibaren çocuğa serbestçe çizim yapma olanağı sunulmalıdır.
- Resim yapmaya yeni başlayan çocuğa yöntem öğretilmemelidir. Çocuğun kendini keşfetmesi ve yaratıcılığını kullanmasına olanak sağlanmalıdır.
- Çocuğa ne gibi sanatsal etkinliklerde bulunacakları konusunda karar verme özgürlüğü sağlanmalıdır. Konu, malzeme seçimi ve süreçler yönünden kararları kendi vermelidir.
- Yetişkinlere yanlış görülen bazı çizim hatalarını çocuk isteyerek yapar, bunları resim kurallarına uymasa bile olumlu karşılamak gerekir.
- Çocuğun kendini özgürce ifade edebilmesi için cesaretlendirilmesi ve resim etkinliğinde ihtiyacı olan malzemelerin hazırlanması, anne-baba ve öğretmenlerin temel görevi olmalıdır.



Kaynaklar:

- Ayşegül Turan, Sevgi Dili Konuşan Çocuklar, Sistem Yayıncılık, 2000, İstanbul
- Selçuk Budak, Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, 2005, Ankara
- www.aysegulturan.com
- www.agape.com.tr

ÇALIŞAN ANNE OLMAK

Günümüzde kadınların çalışma hayatında yer almasının sebeplerine baktığımızda ;

ekonomik zorunluluklar- aile bütçesine katkıda bulunmak

yaşam standartlarını yükseltmek

meslek sevgisi

toplumda prestij kazanmak

çevre edinmek

yeni insanlar tanımak

eşinin yanında konumunu yükseltmek...

gibi bir dizi psikolojik nedenler görülmektedir.

Çalışmalar her yaş grubunda çocuğun bu durumdan farklı şekillerde olumsuz etkilendiğini gösteriyor ki aslında sorun annenin çalışmasıyla ilgili değil; annenin kaygılarıyla, endişeleriyle ve bu kaygıyı gidermeye yönelik yaptıkları hatalı davranışlardır. Peki anneler üzerindeki bu kaygı ve endişe durumunu azaltmak için neler yapılabilir. Buna baktığımızda çalışan anneler için bazı önerilerde bulunmak mümkün:

“ Çalışan anne klasik anne değildir.”

“ Çalışan anne yetersiz anne olmakla aynı şey değildir, yeter ki çocuklara kaliteli zaman ayrılabilsin” cümlelerini hiç akıldan çıkarmayarak işe başlayabiliriz.

- Önceliklerinizi belirleyin ve yapacaklarınızı öncelik sırasına göre dizin. Eve gittiğinizde çocuğunuzla mı zaman geçireceksiniz, kendinizle ilgili yapmanız gereken bir şeyler mi var? Hangisi daha öncelikli hangisi daha ihmal edilebilir? Elbetteki, bu öncelikler günden güne değişiklik gösterebilir, esnek olup yapacaklarınızı sıralarken, zamanın sınırsız sizin de biyonik kadın olduğunuz, şeklinde bir yanılgıya düşmemeye gayret edin.

• Her şeyin, her yaptığınızın mükemmel olması gerekmiyor. Bir şeyi mükemmel yapmak pek çok irili ufaklı, haz verebilecek veya gerekli şeyi ihmal etmek anlamına gelebilir.

• Çocuğunuzla geçireceğiniz zamanı onunla birlikte programlayın ve bu programa olabildiğince sadık kalmaya çalışın. Eve girdikten sonra çocuğunuz sizi sürekli kovalayıp ilginizi çekmeye çalışırsa, hem siz sıkılırsınız hem de o gerilir. Öncesinde çocuğunuzla anlaşıp ona ayıracağınız zamanı söylerseniz o da sizi bekleyebilir, yeter ki sözünüzde durun ve ona ayırdığınız zamanda başka şeylerle ilgilenmeyin. Birlikte geçirilen zamanın içeriğini oluştururken, çocuğunuzun hakkı sizden biraz daha fazla olmalı. Ancak siz de çok istemediğiniz bir şeyi çocuğunuzun hatırı için -en azından sürekli olarak- yapmamaya çalışın, istemediğiniz bir şeyi yaparken daha çabuk sıkılır ve öfkelenebilirsiniz; bunu hisseden çocuk da huzursuz olur ve ikinize ayrılan zaman verimsiz geçmiş olur. Oyun zamanında çocuğunuz başka şeylerle ilgilenir, zamanını boşa geçirirse; bunun sonucunda sizinle oynayamayacağını, çünkü zamanın dolmuş olduğunu ona söylemekten kaçınmayın. Çocuğunuz zamanını iyi kullanması gerektiğini bu şekilde öğrenecektir.



Zaman dolduğunda oyunun bitmesi çocuğun sizinle olan hem birleşme hem de ayrışma gereksinimlerini karşılamış olacak, annesiyle ne zaman vakit geçireceğine dair kaygıları kaybolacaktır. Ayrıca, eve girdiğiniz andan itibaren çocukla ilgilenmenin ve bu sürenin sınırsız olmasının yaratacağı başka sıkıntılar da olabilir. Çocuk annenin tamamen kendisine ait olduğunu düşünür ve tüm gereksinimlerini onun üzerinden karşılamaya çalışır. Annesiyle arasındaki sınırı algılayamadığından sürekli sınırı tanımlamaya çalışır ve denemeler yapar. Bu durum her iki taraf için de üzücü olabilir ve çocuğun sınır çizme ve çizilen sınırlara uyma konularında sorunları olabilir. İyi ve yeterli anne olmanın, tüm zamanını çocukla geçirmek olduğu şeklindeki yanlış inancınızdan vazgeçin.

- Annelik konusunda iyi niyetli ve yeterli olduğunuza inanın.
- Çocuğunuzu mutlu etmek için elinizden gelen her şeyi yapsanız bile, bazen çocuğunuz mutlu olmayabilir. Bu durum onun gereksinimlerini karşılayamadığınız, yetersiz olduğunuz anlamına gelmez.



Elinizden geleni yaptığınıza ilişkin duygu ve düşüncelerinizi çocuğunuzla paylaşın ve mutlu olmanın artık büyük ölçüde kendisine bağlı olduğunu söyleyin.

Mutluluk, çocuk için bile olsa, verilen değil de kazanılan, çabayla elde edilen ve kişinin kendi yarattığı bir şeydir.

- Ters giden bir günün sonunda kendinizi suçlamayın, ertesi güne yeniden başlayın.
- Son söz olarak da, çocuğunuzun size olduğu kadar sizin de arkadaşlarınızla, sevdiklerinizle ve hatta kendinizle olmaya gereksiniminiz olduğunu hiç unutmayın, kendinizi ihmal etmeyin. Siz mutluyunuz, çevrenize de bu ışığı yayabilirsiniz.

Araştırmalar çalışan annenin iş yerinde bir şeyler ürettiği için kendini faydalı hissettiğini ve bunun evine, ailesine, çocuğuna olumlu katkıları olduğunu belirtiyor. Bununla birlikte çalışan annelerin çocuklarının sorumluluk alma ve kendini ifade etme becerilerinin diğer çocuklara göre daha fazla gelişmiş olduğunu gösteriyor. Yaşamın pek çok alanı artık anne ve baba tarafından paylaşıyor. Bu sayede baba da üzerine düşen sorumluluğu üstlenip çocuğuyla daha fazla zaman geçirebilme olanağı buluyor. hem ev işlerine hem de çocuğa ait yapılacaklara daha fazla ilgi göstermek, daha katılımcı olmak durumunda kalıyor. Baba ile çocuk arasındaki iletişim, bu yolla daha artmakta, bu durum babaların ve özellikle de çocukların yaşamına çeşitli artılar getirmektedir.

Elbette ki, annenin çalışıyor olmasının olumsuz yanları da var. Ancak bunlar çocuğu dolaylı olarak etkileyen olumsuzluklar. Annenin ev ve aile yaşamındaki sorumluluklarını çalışmadan önceki kadar iyi yerine getirmek istemesi kadının yıpranmasına, bir imkansız dendiği için sonuçta kendini beceriksiz ve yetersiz hissetmesine, yaptıklarından ve dolayısıyla kendinden memnun olamamasına neden olabiliyor. Ayrıca, bu karmaşanın arasında aksayan eşlik rolü anne baba arasında çatışmalara yol açabiliyor ve belki de pek dikkate alınmayan, ancak önemli bir kayıp daha yaşanır; annenin kendine ayıracak zamanı neredeyse hiç kalmaz.

Daha önce de sözünü ettiğimiz çocuğa karşı suçluluğa bağlı gelişebilen hatalı davranışlar -şımartma, her istediğini yapma/alma, aşırı tahammül, tüm zamanını ona ayırma vb.- anne çocuk ilişkisini olumsuz yönde etkileyebilir. Anne giderek öfkelenir, çocuk annesinin daha da fazla ilgisini çekmek için huzursuzluğunu artırır. Her işe yetişmeye çalışmaktan ve yapamamaktan yorulan anne, zamanı daha da kötü kullanmaya başlayıp giderek işlevsizleşebilir, evdeki diğer kişiler ve özellikle de çocuk bu durumdan oldukça olumsuz etkilenebilir. Sonuçta da, çocuğunu kötü görmek, onu ve eşini üzdüğünü düşünmek annenin suçluluğunu ve değersizlik duygusunu daha da artırır.

Kaynaklar:

- O. G. Özkardeş, Baba Olmak, Remzi Kitabevi, 2010
- J. Rogge, Çocuklar Büyüyor, Rota Yayınları, 2001
- www.tavsiyediyorum.com

BABA OLMAK



Aile dinamik bir sistemden oluşur. Her birey bir diğerinden etkilenirken bir yandan da onları etkiler. Aileye bir çocuk katıldığında üyeler arasındaki ilişki de karmaşıklaşmaya başlar. Ancak yine de çocuklar söz konusu olduğunda daha çok anne-çocuk arasındaki ilişki üzerinde durulur. Babalar bu etkileşim içerisinde sanki unutulmuşlardır.

Çocuğun eğitiminde babalar çok uzun dönem unutulmuşlardır. Babalar aile içerisinde uzunca bir süre evi geçindiren, akşam saatlerinde varlığı hissedilen, otorite figürü olan ve iletişimde anneye oranla daha az göze çarpan kısmı oluşturmuşlardır. Toplumların yapılanması ve anababalığa bakışı, bu durumun oluşmasında büyük ölçüde etkili olmuştur. Ancak özellikle 70'li yıllardan sonra toplumsal yapıdaki değişimlerle babanın aile

içindeki rolü, çocuğun üzerindeki etkisi yeniden sorgulanmaya başlanmış, konuyla ilgili birçok araştırma yapılmıştır. Sonuçlar ise çocuğun hamilelikle birlikte babadan da büyük ölçüde etkilendiğini ortaya koymuştur. Yapılan araştırmalardan bazılarının sonuçlarına bakıldığında aslında babalık kavramının çocuk için önemini ve unutulmamasının gerekliliğini görebiliriz:

- Babalar, çocuklarıyla yeterince zaman geçirdiklerinde bebeğin tepkilerine anneler kadar duyarlı olabilmektedirler.
- Babaların çocuklarıyla, özellikle de oğullarıyla kurdukları yakın ilişki çocuğun kişiliğini yakından etkilemektedir. Babasının kendisini sevdiğini düşünen erkekler akran ilişkilerinde daha popülerdir ve liderlik özellikleri gösterir.



yetkin bir baba ile iletişimde bulunmak kız çocuğu için karşı cinsle ilişkisine yansıtılabileceği temel bir deneyim oluşturur. Bu yüzden babası ile ilişkisi olumlu olan kız çocuklarının karşı cinsle ilişkilerinin daha sorunsuz olduğu görülmüştür.

- Doğum sonrasında bebek ilk yılda, anneye bağlanabildiği gibi gerekli koşullar sağlandığında babaya da bağlanabilmektedir.

- Baba ile kurulan olumlu ilişki, çocuğun hem zekasını hem de okul başarısını olumlu etkilemektedir.

Belirtilen bu bilgiler dikkatle incelendiğinde dinamik bir yapıya sahip olan aile içerisinde her rolün etkileşiminin kıymetli olduğunu, ancak bilhassa babalık rolünün çocuk üzerinde ciddi etkiler bıraktığını görebilmekteyiz. Babaların hareket alanını incelediğimizde ise iki taraf için de bu alanın dar ve zorlayıcı olduğu bilinen bir gerçektir. Şöyle ki, çok baskın davranmak rahatsız edicidir çocuğun kendini sıkışmış hissetmesine neden olur. Çok esnek davranmak ise kısa bir zaman sonra çocuğun ebeveyni ve babayı yanlış anlamasına yol açabilir. Ayrıca babaların genellikle çalışmaktan kaynaklanan zaman problemi de alışlagelmiş söylemleri beraberinde getirmektedir. Bunlara örnek ise:

- İş temposunun içinde nasıl zaman ayırabilirim ki?
- Zamanımı zaten istediğim gibi kullanamıyorum.
- Eve geldiğim zaman çocuğum çoktan uyumuş oluyor.
- İşten öyle yorgun ve stresli dönüyorum ki hemen televizyonun karşısına geçip dinlenmek istiyorum.
- Bütün hafta çalışıyorum. Bir tek pazarım var. Onu da canımın istediği gibi geçirmek istiyorum.

Bu listeyi uzatmak olasıdır. Ancak çocuğun gelişim aşamalarının tümünü içeren eğitim olayına babanın da katılması sağlıklı bir işleyiş için gerekmektedir. Çünkü babanın çocuğunun eğitimine yapacağı katkı, annenin yaptıklarının tamamlayıcısı ve zaman zaman bazı yanlışlarının düzelticisi işlevini de görür. Babanın çocuğunun eğitimine ve yaşantısına, işlerine ve yoğunluğuna rağmen katılabilesine yardımcı olabilecek bazı yollar bulunmaktadır. Bunlardan bazıları aşağıda bulunmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki her baba kendi yaratıcılığını da kullanarak çocuğu ile kendilerine özel bir etkileşim alanı yaratabilir.

- Kendinize “Babalık Etkinlikleri” adlı bir görev tanımlayarak ajanda, takvim, telefon gibi nesnelerin de yardımı ile uygun bir hatırlatma sistemi kurun.
- Ajandanızda çocuğunuz için zaman ayırın ve bu zamanı başka olaylar, etkinlikleri ile değiştirmemeye çalışın.
- Kahvaltı saatlerini çocuğunuzla geçirin. Bu hem sizin hem de aileniz için güne verimli bir başlangıç olacaktır.
- Fırsat bulduğunuz günlerde onu okuldan siz almaya çalışın. Gün içinde onu telefonla arayın ve gününün nasıl geçtiğini sorun.
- Çocuğunuzun okul zamanları dışında kalan vakitlerde onu ara sıra iş yerinize götürün, onun ev dışındaki insanlarla nasıl iletişim kurduğunuz gözlemlemesi için olanak tanıyın ve aynı gözlemi siz de onun için yapın.

- Şefkatli ve sevecen babanın çocuğu, olumlu benlik kavramı, babaları tarafından kabul görmeyen veya ihmal edilenler ise olumsuz benlik kavramı geliştirmektedir.

- Cinsel gelişim üzerinde babanın etkisine bakılırsa; erkek çocukların cinsiyet rollerini benimsemesinde babanın büyük bir önemi bulunmaktadır. Babanın erkeksiliği, evdeki kuralları koyan kişi oluşu, şefkati gibi belirleyici etmenler bulunmaktadır. Ayrıca babaların çocukların kendi cinsiyet rollerine uygunluğuna annelerden daha çok dikkat ettiği bulunmuş veriler arasındadır.

- Kız çocuğu ise babası ile kurduğu ilişki sonucu karşı cinsle olan ilişkisini ve erkeklere nasıl davranması gerektiğini belirler. Babanın kabulü ve desteği, kadınsı davranış geliştirmekte,

- Sizi yalnızca evde değil değişik ortamlarda tanınmasına fırsat sağlayın. Örneğin birlikte alışverişe gidin, spor yapın.
- Onunla ilgili etkinliklere katılın, öğretmeniyle görüşün.
- Hafta içi çok yoğun çalışıyorsanız hafta sonu çocuğunuzla birlikte ufak tatiller düzenleyin.
- Akşam yemeğini birlikte yemeye özen gösterin ancak bunu yapamıyorsanız yani koşullar uygun değilse, bazen beraber öğle yemeklerine çıkın.
- Çeşitli kutlamalar için olanak yaratın ve onun için özel olduğunu bildiğiniz günlerde yanında olun.
- Akşamları birlikte eğlenceli şeyler yapın. Eğer yorgun iseniz bu çok eğlenceli bir etkinlik olmak zorunda değildir. Televizyondaki bir çizgi filmi beraber izlemek veya ona bir fıkra anlatmanız bile yeterli olacaktır.
- Yalnızca otorite figürü olmaktan kaçının. Kuralları hatırlatan ve izin almak için var olan bir baba olma tuzağına düşmeyin.
- Ortak ilgi alanları bulmaya çalışın.
- Yaşadığınız stresleri ondan her zaman saklama gayretinde olmanız onu da sizi de yoracaktır. Unutmayın ki çocuğunuz da sizin ses tonunuz, mimiğiniz gibi birçok yolla gerçek hislerinizin farkındadır. Ona karşı dürüst olun ve anlayabileceği bir dille sıkıntınızın kaynağını anlatın.
- Sorunlar oluştuğunda o anda tepki vermek yerine bazı

durumlarla ilgili planlar oluşturun. Eğer var olan koşullarda bir planınız yoksa çocuğunuzun gereksinimlerini göz ardı etmeyin.

- Sadece çocuğunuza ve eve maddesel bir şey getiren biri olmak yerine onunla fiziksel temas kurmaktan öpüp okşamaktan çekinmeyin.
- Baba olarak çocukla ilişki kurmak için büyümesini beklemek yerine, güçlü bir ilişki kurmak için onunla daha erken yaşlarda zaman geçirmeye çalışın.
- Çocuğunuza en yakın modellerden biri olduğunuzu unutmayın ve ona sadece sözlerle değil davranışlarınızla da model olun.
- Onun olumsuz davranışlarını sürekli eleştirmek yerine olumlu davranışlarını dile getirmeye özen gösterin.
- Çocuğunuzla geçirdiğiniz zaman onunla sadece aynı havayı solumak değildir. Bu zaman çocuğunuzun sevgi, güven gibi temel gereksinimlerini karşılamamız, onun yaptıklarıyla gerçekten ilgilendiğiniz, söylediklerini can kulağıyla dinlediğiniz; onu ilgilendiren şeyleri önemseydiğiniz; çocuğunuza değerli olduğunu hissettirebildiğiniz için size verilen fırsat olarak düşünülebilir.

Sayılan bu öneriler ve buna benzer birçok yöntem ile çocuğunuz ile aranızda duygusal açıdan sağlam ve sağlıklı bir ilişki kurabilmeniz mümkün olacaktır. Sağlıklı olan bu ilişki temelinde güveni barındırdığı için babanın iş yaşamı nedeniyle uzaklığı daha olumlu karşılanacak ve oluşması muhtemel olumsuz etkiler ortaya çıkmayacaktır.



Kaynaklar:

- Evde ve Okulda Mutlu Çocuk Yetiştirmenin Temelleri, Yayın Yönetmeni Pelin Özkan, Çocuk ve Aile Kitapları, 2010
- <http://www.chryslorioo.k12.tr>
- <http://www.engelsizdostlar.com>
- <http://www.on5yirmi5.com>
- <http://www.hurriyet.com.tr>

ATAERKİL Mİ? ÇOCUKERKİL Mİ?

Kent merkezlerinde, ataerkil aileden çocukerkil aile yapısına doğru bir geçiş görülüyor. Artık ebeveynler, yaşayacakları semtleri, yaşam biçimlerini, tercihlerini çocuklarına göre belirliyorlar.

Ailelerin çocuklarıyla ilgili en çok yaşadıkları sorunlar, çocuğun söz dinlememesi, ders çalışmaması, beklenen başarıyı gösterememesi, korkuları, aşırı hareketliliği, okulda arkadaş ilişkilerinde yaşadığı uyum sorunlarıdır. Bu sorunların bir kısmı aşırı koruyan kollayan aile tutumundan kaynaklanır. Kocaman çocukların ağzına yemekleri veriliyor, kendi kendine yemeleri sağlanamıyor. Çocuklar üşümesinler, korkmasınlar diye anne-babalarının yanında uyuyorlar. Okul çağına gelindiğinde ise çocuk bu aşırı koruma ve kollama sonucunda artık kendi kanatlarıyla uçamayacak hale getirilmiş oluyor. Aileden ayrıldığında bocalıyor. Arkadaşlarıyla ilişkisini ayarlayamıyor.

Evde her dediğini yaptıran çocuk, okulda sınıyor, bir köşeye çekiliyor, arkadaşlarına sokulamıyor ya da kendini koruyamıyor. Kimi ailelerde de sınırsızlık hakim oluyor. Çocuk hiç sınırlandırılmadan, disiplin uygulanmadan büyütülüyor. O zaman da sınır tanımayan çocuklar ortaya çıkıyor. Bütün bunlar davranış bozukluğuna ve uyumsuzluğa sebep olabiliyor.

Son yıllarda çocukların eğitimleri ile birlikte ruh sağlıklarına verilen önem de artıyor. Aileler, yanlış yapıp yapmadıklarını sorguluyorlar. Doğru davranışları bulmaya çalışıyorlar. Çocuk nasıl hissediyor, onunla daha iyi nasıl diyalog kurulabilir gibi düşünceler ön planda bulunmaya başladı. Çocuğun düşüncesi, tercihleri, önem kazanmaya başladı. Fikirleri sorulmaya başlandı. Bu durumun abartılması sonucunda ise neredeyse çocukerkil aileler ortaya çıktı. Eskinin ataerkil ailelerinin yerini, çok kültürlü ve çağdaş olduğu düşünülen çocukerkil aileler aldı. Bütün kararların odak noktasında çocuklar yer alıyor. Yani evi yöneten kişi çocuk olmaya başladı. Hangi televizyon kanalının seyredileceğine, hafta sonunda nereye gidileceğine, arabanın markasına kadar her şeye çocuk karar veriyor. Anne-baba kardeş isteyip istemediğine çocuğuna utana sıkıla soruyor, bu konudaki tercihi de ona bırakıyor. Çocuğa değer verilmelidir. Fakat bu bahsettiğimiz koşullarda çocuğun sınırlarını görmesi, nerede duracağını bilmesi, 'hayır'ı öğrenebilmesi mümkün olmamaktadır. Her isteği gerçekleşen, çocuk bencil olur. Hep başkasından bekler. Öğretmenini, arkadaşlarını, ailesini, çevresindeki herkesi kendisine karşı borçlu görecektir. Ailede gördüğü el üstünde tutulma davranışını başkalarından da bekleyecektir.



Yapılan araştırmalara göre çocukerkil aile yapısı ile 90' lı yıllarda tanışan Türkiye'de bu sayı gün geçtikçe artmaktadır. Çocukerkil yapı, genelde yüksek öğrenim görmüş, orta yaşın üzerinde çocuk sahibi olan, tek çocuklu, maddi durumu iyi ailelerde daha çok görülmektedir. 'Ben giymedim çocuğum giysin, ben sıkıntı çektim o çekmesin diyen ailelerde görülme sıklığı daha yüksektir.' Bu bakış açısı ailelerin çocuklara karşı fazla tavizkar davranmalarına sebep olur ve bu aile modelinde çocuklar anne babaları üzerinde güçlerini kullanırlar. İleride anne-babası dışındaki insanlar çocuğa bu şekilde davranmayacağı için diğer insanlara karşı güveni azalabilir. Çocuk çok içine kapalı ya da saldırgan olabilir. Doğruyu, yanlış ayırt etmekte, bir başka deyişle, içdenetim geliştirmekte zorlanabilir.

Çocukerkil aileler genelde çocuğun her dediğini yapar, çocuğa herhangi bir sınır koymazlar. Yetki kontrolsüz biçimde çocuğa sunulur. Çocuk doyumsuz hale gelir. İlk başta sadece cep telefonu isterken bir süre sonra kameralı olanından ister; sonra o da yetmez başka özellikleri olanından ister. Ailenin bütün işleyişi çocuğa göre düzenlenir. Evde neyin izleneceği, yemeğin nerede yeneceği; hatta dışarı çıkmalar bile çocuğa göre olur. Çocuk istemez ise dışarı da çıkılmaz. Kısacası evin reisi çocuk olur.

Çocukerkil aile yapısı aile içindeki düzeni bozmakta ve rolleri belirsiz hale getirmektedir. Çünkü ailede belli sınır ve kurallar olmalıdır. Sınırsız bir çocuk ve kuralsız bir ailenin olması düşünülemez. Çocukerkil ailede yetişen çocuğun sınırlarında problemler oluşur. Ne zaman ne yapacağına kimseden yardım almadan kendisi karar vermek ister. Bu tip çocuklar sorumluluk duygusundan da yoksun olarak yetişirler. Hiçbir zaman kendilerine hayır denilmemiş ve sınırları olmamıştır. Sosyal hayatta da çok zorlanırlar. Okul yılları ile beraber sosyal hayata geçiş yapan çocuk, evi ile sosyal çevresi arasında ikilemler yaşar. Evde her istediği olurken sosyal çevrede her istediğine, istediği zaman ulaşamaz ve hayal kırıklığı yaşayabilir. Yaşadığı bu ikilem çocuğu olumsuz yönde etkiler.

Çocukerkil ailelerde sınırlarının farkında varmadan yetişen çocuklar genellikle ilk sıkıntıyı okula başladıklarında yaşarlar. Okul ortamı ev ortamından farklıdır. Belli bir programı vardır. "Evet"leri olduğu gibi "Hayır"ları da olacaktır. Fakat bu çocuklar orada da hep kendi istekleri olsun isteyecektir. Okulda ailelerinin onlar için evde sağladığı, onların koşulsuz hakimi olduğu ortamı bulamadıkları için sıkıntı yaşayacaklardır. O zamana kadar çocuklarına sorumluluk vermeye çalışmamış ya da bu konuda fazla bir beklentiye girmemiş aileler okulla birlikte çocuktan birçok şeyi aynı anda istemeye başlayacaktır. Sosyal-duygusal, akademik birçok beklenti çocuğu hem isteksizlik hem de başarısızlık duygusu ile baş başa bırakacaktır. Bu durum aileleri de çıkmaza sokacaktır.

Çocukerkil yapı, eşler arasındaki ilişkiyi de olumsuz yönde etkilemektedir. Anne baba otoriter bir aile yapısından kaçarak

demokratik bir aile olmaya çalışırken sınırları bir türlü koruyamaz ve evin otoritesi çocuk haline gelir. Anne baba için ilk başta her şey güzel iken çocuğun büyümesi ile problemler de artar. Aile düzeni ve ailede ilişkiler bozulur, rol karmaşası yaşanır. Eşler arasında karşılıklı suçlamalar başlar. Problemi çözmeye çalışmak yerine suçlamalarda bulunmak problemi daha da çözümsüz hale getirir.

"Çocukerkil" ailelerden gelen çocukların geleceği planlama gibi bir ufukları olmayacaktır. Örneğin, çocuk bazen okula gitmek istemediğinde bu tip ailelerde, "Tamam bugün okula gitme ne olacak!" denilip gönderilmeyebilir. Böylelikle çocuk okulun gerekliliğini kavrayamamış ve o gün okulda öğrenmesi gereken ve gelecekte çok fayda sağlayacak bilgiyi ve beceriyi öğrenememiş olacaktır. Verilebilecek bir başka örnek de çocuk bir şey istediğinde ailenin "hayır" diyememesidir. Bu durumda ailelerin unuttuğu, çocukta iktisadi planlama diye bir duygunun, düşüncenin olmadığı, dolayısıyla her gördüğü yeni şeyi gerekli ya da gereksiz ayırt etmeden isteyebileceğidir.

Aile kurulurken karı-kocanın çocuk eğitimi hakkında ortak bir görüşü benimsemesi çok önemlidir. Çocukları dünyaya geldikten sonra ise anne-baba öncelikle çocuğun yanında birbirlerine karşı saygı ve sevgi göstermelidir. Eşlerin birbirine karşı saygılı olduğu ve sevgisini ifade edebildiği ailelerde çocuk da ebeveynlerine karşı saygılı olur. Eşlerin birbirine karşı saygısız olduğu ve sevgiye dair hiçbir ifadenin geçmediği ailelerde çocuğun da ebeveynlerine ve toplumdaki diğer insanlara karşı saygısız olma ihtimali çok yüksektir.

Çocukerkil ailelerde yetişen çocuklar; paylaşma kapalı, bencil, sürekli ilgi bekleyen, uyumsuz, mızıkçı olma gibi özellikler gösterebilirler. Hiçbir şeyden tatmin olmamayı alışkanlık haline getiren çocuk hayatının ilerleyen dönemlerinde de evliliğini devam ettirmekte zorlanabilir, iş hayatında sıkıntı yaşayabilir.

Aileyi ebeveynler yönetir. Çocukların fikrini almak, çocuğun fikirlerine önem verildiğini düşünmesi açısından faydalıdır, ama özellikle önemli konularda son karar yetişkinlerin olmalıdır. Çünkü çocuklar kısa dönemli düşünür ve kararların sonuçlarını gerçekçi biçimde değerlendiremeyebilir. Örneğin "kardeşin olsun mu" ya da "boşanmayı düşünüyoruz ne dersin?" türünden sorular çocuğun doğru değerlendirebileceği ve sonuçlardan dolayı sorumlu tutulabileceği sorular değildir. Anne babalar çocukları mutlu olsun diye onları üzmetten korkarlar. Ama sınırlar ailede öğretilmediğinde çocuk dışarda bunları çok daha acımasız biçimde öğrenmek zorunda kalacaktır.

Çocuklar doğdukları andan itibaren bize güvenmek isterler. Eğer onlar adına verdiğimiz kararlarda tereddütlüysek, onlar da öyle olacaklardır. Bazı durumlarda "Hayır" demek, sınırlarını belirlemek, onun karar veremeyeceği konularda gitmesi gereken yönü belirlemek çocuğa güven verecektir.

Kaynaklar:

- Selçuk Budak, Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, 2005, Ankara
- www.ncfliving.org

ÇOCUĞUNUZUN DAVRANIŞLARINI ANLAMAK

Bir gün odanın penceresinden okul bahçesini seyrederken; tasasız keyifle oradan oraya koşan, arkadaşları ile yürüyen öğrencilerin 20 – 25 yaşlarında nasıl bir yaşamları olacağını düşündüm. Bazıları çok başarılı, hedefledikleri okulları bitirmiş, başarılı bir iş hayatı kuracaklar. Bazıları ise belki okul hayatlarını sürdüremeyecek, belki aileleri ile sorunlar yaşayacaklar, belki uygun eş seçimlerini yapamayacaklar, belki....., belki..... Bu belkileri istediğimiz kadar çoğaltabiliriz.

Çocuklar daha sonraki hayatlarında belirli bir soruna sahip olacağını tahmin edemezken, aslında çocukluğunda yetişkin olduğunda yaşayacağı sorunların sinyallerini veriyor olabilir. Biz yetişkinler bu sinyalleri iyi yorumlarsak sorun haline dönüşmeden çocuklarımıza yardımcı olabiliriz.



Tehlike sinyalleri olarak nitelendirilebilecek sürekli yapılan 14 davranış :

1-Zarar verici davranışlar: Çocukların çoğu, zaman zaman oyuncaklarını kırar, onları atar ya da oyun içerisinde oyuncaklarını öldürür. Bu o dönemde yaşadığı yoğun stresli yaşantı veya etrafında duydukları, gördükleri ile ilgili olabilir. Ancak çocuk sürekli olarak arkadaşları ve oyuncakları ile sert oynuyorsa, bilerek onlara zarar veriyorsa, bunu yaparken sürekli öfkeli ve sinirliyse, yaptıklarından pişmanlık duymuyorsa o zaman ebeveynlerin dikkat etmesi gerekir. Çocuk bu davranışları ile bize ne anlatıyor ona bakmalıyız.

Çocuk bu tür tekrarlanan olumsuz davranışlar gösterdiğinde bize anlatmaya çalıştığı kızgın ve sinirli olduğudur. O kendisine yapıldığını düşündüğü haksızlığın intikamını almak için diğer insanlara ve oyuncaklarına kötü davranıyordur. Bu çocuklar çok mutsuz çocuklardır. Ebeveynlerin gerekirse uzmanlardan destek alarak mutsuzluk nedenlerini bulmaları bu davranışın değişmesine neden olabilecektir.

2-Aşırı ilgi çekme davranışı: Tüm insanlara sevgi ve ilgi gereklidir. Hepimiz sevgiyi ve ilgiyi almak için istedik davranışları yaparız. Farkında olmadan kabul görmek için geliştirdiğimiz bazı özelliklerimiz vardır.

Kimimizin çok iyi bir mizah yeteneği vardır ve girdiğimiz toplumda fark ediliriz. Kimimiz değişik giyim stilleri ile fark edilmeye çalışırız. Yani zaman zaman bizi herkesten farklı kılacak yollara başvururuz. İlgi ve dikkat çekmek için yapılan bu davranışlar bir saplantıya dönüşmediği sürece sorun yoktur. Bazı çocuklar için kabul görmek ve ilgi çekmek her şeyin üstündedir. Onlar dikkat çekmek için planlı bir şekilde hareket ederler. Bulundukları her ortamda ya grubun yaramazı ya da palyaçosudurlar. Başarıları ile övünmeyi çok severler ve bunu abartırlar. Bazen görenlerde tepki uyandırmak için bilerek tuhaf giysiler giyerler.

Çocuğunuz sürekli her ortamda dikkat çekmeye çalışıyor ve rahatsız edici davranışlar sergiliyorsa aslında kendisini iyi hissetmediğini söylüyordur. O yeterince ailesinde sevildiğini ve takdir edildiğini hissetmiyor olabilir. Ebeveynleri tarafından yeterince kabul görmüyor olabilir. Çocuk ebeveynleri tarafından yeterince odaklanmış saf sevgiyi hissetmelidir.

3-Yaşının çok üstünde olgun ve ciddi davranışlar sergileyen çocuklar: Çocuk gelince akla gelen ilk şey şüphesiz gülüşmeler, kıkırdamalar, bitmek bilmeyen bir enerji ve genel olarak tasasız bir dünyadır. Bazı çocuklar tabii ki zaman zaman hayal kırıklıkları, arkadaş ya da okul sorunları v.b. nedenlerle mutsuzluk yaşarlar. Ama tüm bunlar yetişkinlerin yardımı veya çocuğun kendi özellikleri ile aşılar. Fakat bazı çocuklar her zaman çok ciddi ve katıdır. Çok az gülümserler ve bu gülümsemede bile mutsuzluk vardır. Hiçbir şeye beklenen tepkiyi vermezler. Çocuk sürekli durgun ve donuk bir görüntü sergiliyorsa, hiçbir şeyden zevk almıyorsa duygularında ciddi bir tahribat olabileceği düşünülebilir. Sürekli bu durumda olan çocuklar için ileride fiziksel sorunların da oluşabileceği düşünülebilir. Ebeveynlerin uzun soluklu böyle bir davranış sergileyen çocukları için uzman desteği almaları gerekir.

4-Hızla değişen ruh halleri: İnsanlar makine değillerdir ve ruh halleri içinde bulundukları duruma göre değişim gösterir. Çeşitli koşullar altında farklı tepkiler veririz. Bizler canlı organizmalarız, hava değişimi, yediğimiz gıdalar, renkler, sıcaklık hepsi bizde farklı ruh halleri ve davranışlar oluşturur. Çocukların duygusal iniş çıkışları çok hızlı olabilmektedir. Fakat bazı çocukların duygu durum değişimi normal kabul edilebilecek aralığın dışında olabilir. Uzun süre çok sakin ve olumluyken, birden durmadan konuşan, sinirli yerinde duramayan bir hale geliyorsa, daha sonra tekrar yorgun, iştahsız, hüzünlü oluyorsa, uyku düzeni bozuluyor, benlik algısı zayıflıyorsa bu iniş çıkışlar çok sık oluyorsa dikkat edilmelidir. Sürekli tekrarlanan bu belirtiler potansiyel bir psikolojik sorunun belirtisi olabilir. Mutlaka bir uzman desteği alınmalıdır.

5-Sosyal İzolasyon: Hepimiz biliriz ki sınıfın popüler bir çocuğu mutlaka vardır. Onlar doğal becerileri ile ya da kişilikleri ile kız ve erkek çocuklar arasında kolayca kabul ve ilgi görürler. Bazı çocuklar ise biraz daha utangaç ve sıklıgandır. Kendileri gibi birkaç arkadaş seçer ve onlarla yetinirler. Bazen çocuklar aralarında

bazı çocukları kendilerine göre çeşitli nedenlerle reddedebilirler. Bu dışlanmayı yaşayan çocuklar dünyanın onlara karşı olduğunu ve sevilmediklerini hissetmeye başlayabilirler. Onların kendilerini iyi hissetmeleri ve anlamlı dostluklar geliştirebilmeleri için ailelerinin, öğretmenlerinin bu olayı mümkün olduğunca çabuk fark ederek yardımcı olmaları gerekir.

6-Yalan söylemek: Herkes yaşamı boyunca bir ya da birkaç kez içinde bulundukları durumları düzeltmek için küçük beyaz yalanlar söylemiştir. Küçük çocukların gerçekle hayal arasındaki ayrım becerisi gelişmediği için bazen gerçek olmayan şeyleri gerçekmiş gibi anlatırlar. Onlara anlatılan tüm peri masallarına inanmaları gibi. Çocukların anlattığı hayal ürünü hikâyeler yalan olarak nitelendirilemez. Çocuklar büyüdükçe gerçekle hayal arasındaki çizgi belirginleşir. Çocuklar birçok nedenden dolayı yalan söyleyebilirler. Bu yalanlar bazen onların daha iyi görünmesini ya da kabul görmesini sağlamak için kullanılmış olabilir. Yalanlar sayesinde kalplerinde olmasını istedikleri derin özlemlerini ifade ederler. Bazı çocuklar başları derde girmesin ya da ceza almasın diye yalan söyler. Bu yalanlar bir amaç için kullanılan uzun sürmeyen davranışlardır. Ancak çocuk yalan söylemeyi alışkanlık haline getirmişse, bize aslında anlatmak istediği "Ben aslında yaşamla olduğu gibi başa çıkamıyor ve bazı şeyleri çarpıtarak hafifletmeye çalışıyorum" demektedirler. Bu çocukların yaşamda kendilerini mutsuz eden şeyler için yardıma ihtiyaçları vardır. Ebeveynlerin dönüp çocuklarına nasıl davrandıklarını gözden geçirmeleri gerekir.

7-Çalma davranışı: İzin almadan başka insanlardan bir şey alındığında bu çalmak olur. Çocuklar küçükken kendisine ait olanı ve başkasına ait olanı ayırt edemez. Büyüdükçe mülkiyet kavramı gelişir ve kendisine ait olanla olmayana ayırt eder. Bu kavramı ayırt etmesine rağmen alma eylemine devam ediyorsa bunun altında otoriteye duyduğu yoğun öfke ve isyan olabilir. Çocuk sırf bencillikten ya da hayatın adil olmadığını düşünerek alır. Böylece kendini tamamlanmış hissedebilir. Örneğin bir çocuk şeker ya da yiyecek maddeleri çalıp bunları sonra arkadaşlarına dağıttığında, onlar arasında ilgi ve kabul gördüyse, çalmanın yanlış bir davranış olduğunu bilmesine rağmen bu davranışı sürdürebilir. Çünkü sevgi ve kabul görme davranışını geçici olarak da olsa sağladığını fark etmiştir. Eğer çocuğunuz kendisine ait olmayan şeyleri alma davranışını uzun süre devam ettirirse bu konu üzerine ciddiyetle eğilmeli ve profesyonel yardım almalısınız.

8-Takıntılı davranışlar: Birçok çocuk ve yetişkinde birkaç takıntı haline gelmiş davranış olabilir. Anahtarını hep sol cebinde taşımak, dolaplarını sürekli düzgün tutmak v.b. Birkaç tane takıntılı davranış ya da düşünce sorun olmayabilir. Ancak takıntılı davranış bir ritüele dönüşürse o zaman üstünde durulması gerekir. Bir örnek verecek olursak çocuk her gün evden okula gideceği mesafeyi yürüyerek gidiyor olsun. Bu mesafeyi her iki adımda bir durup etrafında bir tur dönüp sonra elini çırparak kat ediyor olsun.

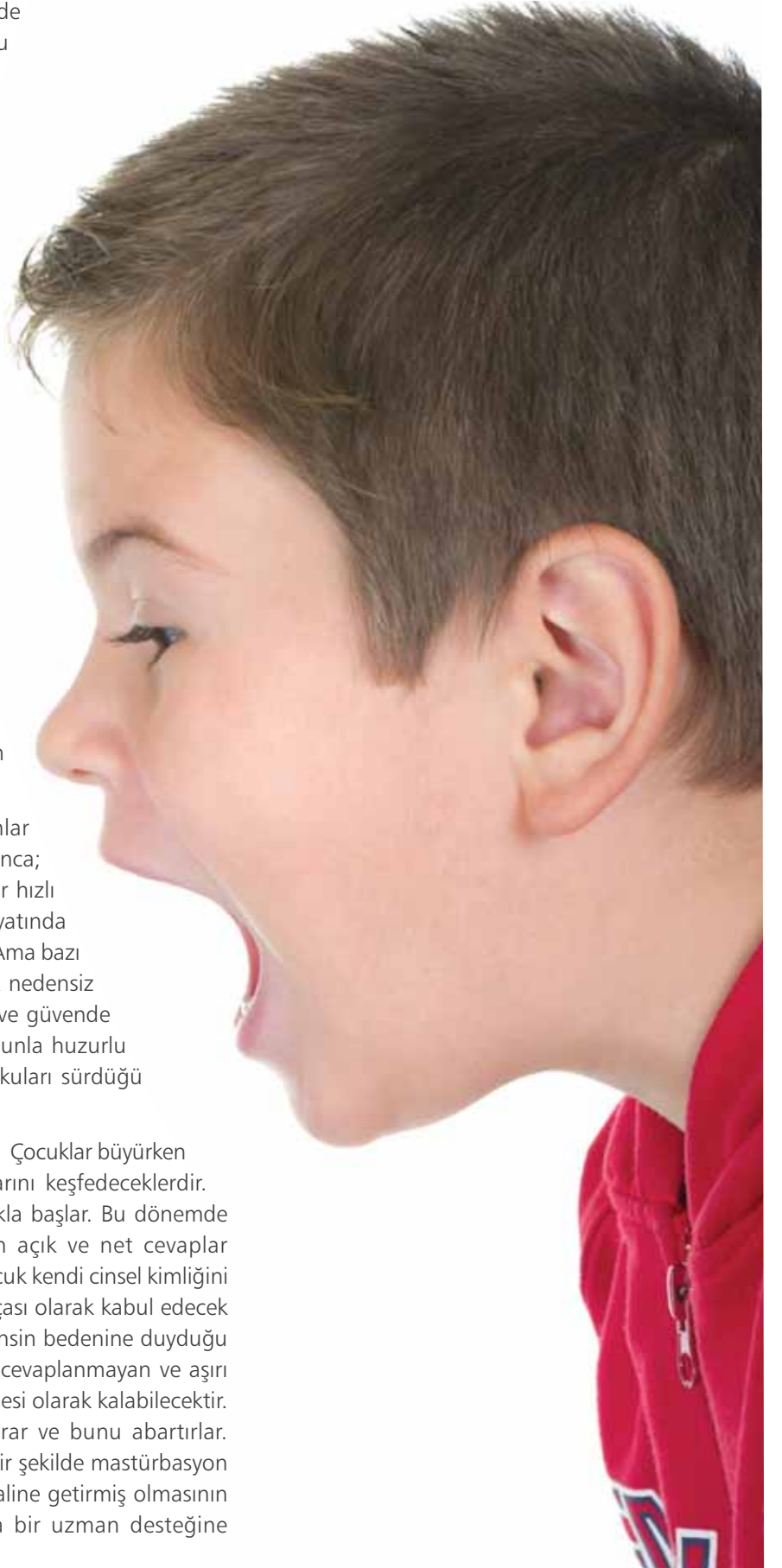
Bunu yapmaktan kendini alamıyorsa ve bu şekilde okula gitmese o günün kötü geçeceğine inanıyorsa bu takıntılı davranıştır. Takıntılı davranışta içten gelen bir zorlama vardır. Çocuk bu ritüelleri yaptığında anlamadığı bir şekilde geçici olarak bazı anksiyete ve suçluluk duygularını gidermektedir. Bir tür ağrı kesici gibi gelmektedir.

Takıntılı davranışın temelinde bilinçsiz olarak kötü bir şeyi olacağı ve bu ritüeli yaptığında bunun önleneyeği inancı vardır. Çocuğun hayatının büyük bir kısmına takıntılı davranışlar hâkimse bu sağlıklı bir duygusal durumu gösterir. Takıntılı davranışlar zaman içinde çocukla birlikte büyüyebilir ve mutluluğunu, performansını, hayat kalitesini olumsuz etkileyebilir.

Çocuğunuz sürekli olarak kendi kontrolü dışında gibi görünen küçük ritüeller yapıyorsa ve bunları gerçekleştirmediğinde husursuz oluyor ve bazı şeylerin yolunda gitmeyeceğini düşünüyorsa bu konu üzerine ciddiyle eğilmelisiniz. Muhtemelen kendisini suçlu, baskı altında ya da güvensiz hissediyor olabilir. Bu duygusal sıkıntıların çözümü için bir uzman yardımına başvurmanız yararlı olacaktır.

9-Korkular: Hayatta korkulacak bir çok durumlar var. Hele bir de buna çocuk dünyasından bakınca; elektrik prizleri, tehlikeli hayvanlar, zararlı insanlar hızlı giden arabalar v.b. Sonuç olarak bir çocuğun hayatında korkularının olması beklenir ve bu sağlıklı olandır. Ama bazı çocuklar sürekli ve her şeyden korkarlar. Çocuk nedensiz her şeyden çok fazla korkuyorsa yanında rahat ve güvende hissedeyeği bir ebeveyne ihtiyaç duyuyordur. Onunla huzurlu ortamlar ayarlayıp daha fazla vakit geçirin. Korkuları sürdüğü takdirde bir uzman desteğine başvurun.

10-Cinsellik: Cinsellik hayatın normal bir parçasıdır. Çocuklar büyürken kendi cinsel kimliklerini kazanacaklar ve vücutlarını keşfedeceklerdir. Bu nasıl olduğuna ilişkin yoğun sorular ve merakla başlar. Bu dönemde ebeveynler çocuğun gelişim seviyesine uygun açık ve net cevaplar vermelidirler. Merakı uygun bir dille doyurulan çocuk kendi cinsel kimliğini kazanacak ve cinselliğin yaşamın normal bir parçası olarak kabul edecek ve soruları azalacaktır. Kendi bedenine ve karşı cinsin bedenine duyduğu ilgi normal düzeye inecektir. Ancak bu soruları cevaplanmayan ve aşırı tepkiler verilen çocuklarda bu bir merak ve ilgi objesi olarak kalabilecektir. Bu çocuklar sürekli cinsel konularda sorular sorar ve bunu abartırlar. Cinsel organları ile ilgili şakalar yapar. Saplantılı bir şekilde mastürbasyon yapabilirler. Bu durum sağlıklı değildir. Takıntı haline getirmiş olmasının birçok nedeni olabilir. Ebeveynler bu durumda bir uzman desteğine başvurmaları yararlı olacaktır.



11-Uygunsuz dil ve küfür kullanımı: Çocukların çoğu duyduklarını tekrar eder. Evde, okulda, toplumda duyduğu dili alacak ve bunu kullanacaktır. Eğer etrafında kullanılan ifadeler uygunsuzsa o da bunları alacaktır. Özellikle çocuk öfkeli olduğunda küfürlü konuşarak büyümüş olduğunu ispatlamaya çalışacaktır. Küfürlü konuşma bir dikkat çekme eylemi olarak da kullanılıyor olabilir. Anne baba, çocuk küfürlü konuştuğunda olumsuz olsa bile ilgileniyorsa, çocuk bunu ilgi için daha çok yapacaktır. Çocuk küfürlü ya da uygunsuz konuştuğunda sizden yardım istiyor olabilir. Bağırarak, kızmak yerine ne demek istediğini, o an hangi duyguyu yaşadığını anlamaya çalışın. Onu duyduğunuzu nazikçe belirtin. Siz sakin ve olumlu konuştuğunuz ve onun küfürsüz konuşmalarını pekiştirdikçe, o da bu dili bırakacaktır. Küfürlü konuşmayı nereden öğrendiğini bulmaya çalışın. Kendini küfürle ifade ettiğindeki duyguya yoğunlaşmak ve sakin olmak sorunu çözmenize yardımcı olacaktır.

12-Okul başarısızlığı: Okul başarısı zekasal farklılıkların yanı sıra, motivasyon, uygun çalışma ve ev ortamı gibi bir çok faktöre bağlıdır. Eğer çocuğun başarısızlığı öğretmenin ve ebeveynlerinin çabalarına rağmen sürüyorsa, dikkatini toparlayamıyor ve konsantrasyonunu sürdüremiyorsa o zaman dikkat edilmelidir. Bunlara yoğun hareketlilikte eşlik ediyorsa günümüzde sık karşılaşılan dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu düşünülebilir. Böyle bir durumda uzmana başvurmak yararlı olacaktır.

13- Uzun süreli fiziksel şikayetler: Bazen çocuklar çeşitli fiziksel şikayetlerde bulunurlar. Bu duruma ailenin verdiği tepki tabii ki ilgilenmek olacaktır. Bu gerçek bir tıbbi rahatsızlık olabilir. Çocuk

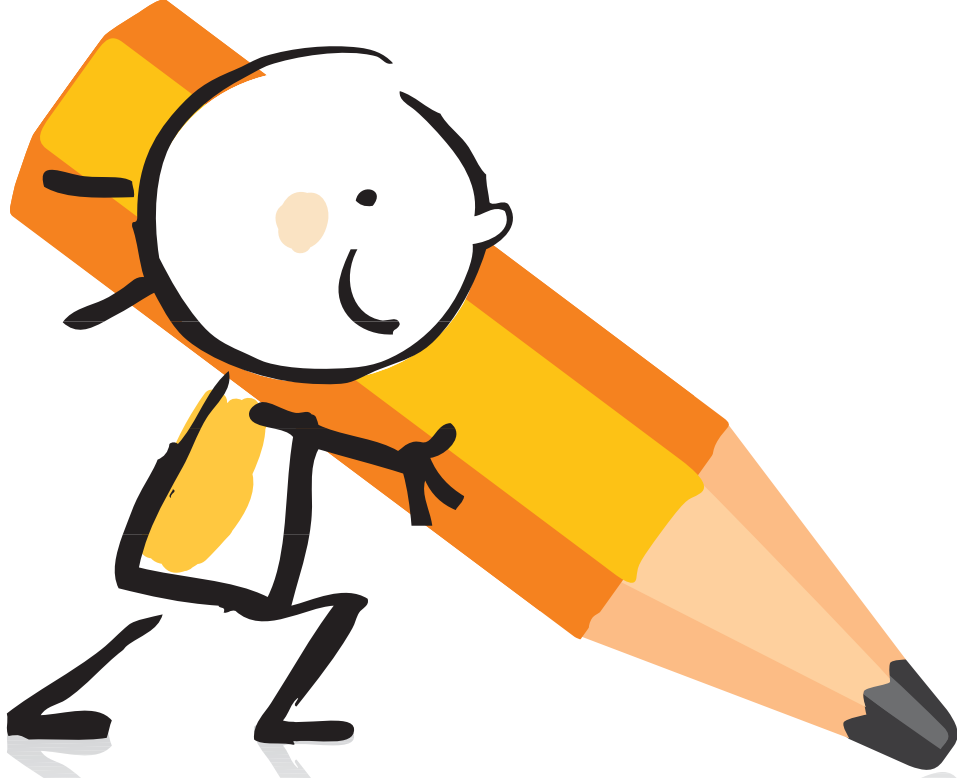
hastalığı boyunca okula gitmemek ve diğer sorumluluklarından kurtulmak gibi ayrıcalıklar yaşayacaktır. Bu durum bazen çocuğun zorlanmalı dönemlerinde kaçış için kullanacağı bir yöntem haline gelebilir. Hepimiz çocukluğumuzda zaman zaman yalancı karın ağrıları çekmişizdir. Bazı çocuklar ise yoğun duygusal stresten kaynaklı fiziksel şikayetlerde bulunabilirler. Ebeveynler çocuklarının fiziksel şikayetlerini ciddiye almalı, tıbbi kontrolden sonra bir neden çıkmıyorsa bu durumun aşırı stres ve duygusal yoksunluktan olabileceği olasılığını düşünmelidirler. Gizli tıbbi ya da psikosomatik (psikolojik kökenli) sorunları olan çocuklar, yetişkinlikte daha ciddi sorunlar yaşayabilirler. Eğer şikayetlerinde tıbbi bir neden yoksa bir uzmana başvurmak yararlı olacaktır.

14-Mücadele ve suçlama eğilimi: Her insan zaman zaman hayatla mücadele etmek zorunda kalmıştır. Bunların üzerimizde yarattığı gerilim duygusu hiç de hoş değildir. Çocuklar henüz olgunlaşmamış olduklarından mücadelecilik ve karşısındakini suçlayıcıdır. Ancak çocuk tüm arkadaş ilişkilerini ve yetişkinlerle olan ilişkilerini kavga ve suçlama üzerine kurmuşsa yoğun düşmanlık duyguları besliyordur. Umutlara, hayallere ve güvene inanmıyor olabilir. Böyle bir durumda çocuğunuza yardım gerekebilir. Çünkü yetişkinliğinde de kişilerarası iletişimde sorun yaşama olasılığı yüksek olacaktır.

Özetle yukarıda belirtilen durumlardan bir ya da birkaçı sürekli olarak çocuğunuzda varsa tehlike sinyalleri alıyor demektir. Öncelikle eşinizle konuşun ve ortak karar alarak çocuğunuzun büyüme evresini daha sağlıklı geçirmesi için yardım alacağınız kabul edin.



AREL ANAOKULU



Eğitim-Öğretim

Anaokulumuzda Uluslararası Bakalorya Organizasyonu'nun 3-12 yaş grubunu kapsayan "Sorgulayıcı Öğrenme" ilkesine dayalı ve "Öğrenci Merkezli" PYP (Primary Years Program - İlk yıllar programı) uygulanmaktadır.

Bu programla öğrencilerimiz uluslararası bir eğitim anlayışı ile;

- Sorgulayan,
- Eleştirel düşünen,
- İletişim kurabilen,
- Risk alan,
- Bilgili,
- Prensipten sahibi,
- Duyarlı,
- Açık fikirli,
- Dengeli,
- Analiz eden,
- bireyler olarak yetişirler.



Aktivitelerimiz

- Bilgisayar
- Müzik - Görsel Sanatlar
- Bale - Halk Oyunları
- Satranç - Drama
- Jimnastik - Yüzme

Sosyal Etkinlikler

- Yaratıcı Sanat
- Fen ve Doğa Çalışmaları
- Çevre İnceleme Gezileri
- Portfolyo Sunumları
- Kulüp Çalışmaları

Yabancı Dil Eğitimi

Anaokulumuzda 4-5 ve 6 yaş grubunda, Türk ve yabancı öğretmenler eşliğinde yoğun İngilizce eğitimi verilmektedir.

AREL Anaokulu'nda 4-5-6 yaş tam gün, 4 yaş yarım gün grupları ve 22-36 ay oyun grupları bulunmaktadır.

www.arel.k12.tr

AREL ANAOKULU

Merkez Mahallesi, Hacı Arif Bey Sokak, No: 1 34197 Yenibosna-Bahçelievler/İstanbul

Tel: (0212) 550 49 30 (pbx) Faks: (0212) 550 77 82 e-posta: arel@arel.k12.tr



AREL Anaokulu Oyun Gruplarına katılın.
Çocuğunuzdaki Gelişimin Farkına Varın!



AREL OYUN GRUBU

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 çocuğınızı **ücretsiz deneme dersine** davet ediyoruz.

www.arel.k12.tr



AREL EĞİTİM KURUMLARI Merkez Mah. Hacı Arif Bey Sk. No. 1, 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