

OKULUMU SEVİYORUM

AREL EĞİTİM KURUMLARI

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 86

2011



İÇİNDEKİLER

İLK ÇOCUKLUKTA BİLİŞSEL GELİŞİMİ KOLAYLAŞTIRMAK	2
FAZLA “HAYIR” DEMEK	4
BABA-ÇOCUK İLİŞKİSİ	6
ÇOCUKLARLA İLETİŞİM	8
ÖZGÜVENLİ ÇOCUK YETİŞTİREBİLME	10
OTİZM	13
ANNE-BABAYA YAPIŞMAK	16





İLK ÇOCUKLUKTA BİLİŞSEL GELİŞİMİ KOLAYLAŞTIRMAK

KAYNAK

- Gander Mary J./ Gardiner Harry W, Çocuk ve Ergen Gelişimi, 2001

Öğretmenlerin olduğu kadar anne-babaların da çocukların bilişsel gelişimini destekleme ve kolaylaştırma sorumlulukları vardır. Çocuklar anaokuluna veya kreşe başladıktan sonra bile ev, önemli bir uyarım ortamı olma özelliğini korur. Çocukların kavramları ve düşünme yetenekleri her yerde, her zaman gelişebilir ve anne-babalar genellikle öğretmenlerin sağlayabileceğinden çok daha fazla çevre, malzeme ve yaşantı sunabilirler. Yetişkinler çocuklara uyarıcı malzemeler, sorular, sorunlar sağlayabilir, çocukların dikkatlerini öğrenmeye hazır oldukları şeylere yönleltebilir, çabalarını pekiştirebilirler. Farklı hazır olma düzeylerindeki çocuklar aynı yaşantıdan farklı şeyler öğrenirler. Eğer çocuk belli bir deneyimden bir şey öğrenemezse bunun nedeni büyük olasılıkla etkinlik için gelişimsel olarak hazır olmamasıdır.

Anne-babalar ve eğitimciler okul öncesi dönemdeki çocukların zihinsel gelişimlerinin farklı görüşler ve materyaller kullanılarak kolaylaştırılabileceğini bilmelidirler.

Kapalı ve açık malzemeler sağlamak: “Kapalı” malzemeler çocukların belli bir biçimde düşünmelerini ya da bir şeyi belirli bir biçimde yapmalarını sağlamak için tasarlanmışlardır. Yap-boz oyununda olduğu gibi yalnızca tek doğru yöntem ya da yanıt vardır. Bunun gibi kapalı malzemeler sadece bir sonuç amaçlayan yakınsak düşünmeyi geliştirdikleri gibi kâğıtlar, bloklar, teller gibi açık malzemeler birçok olasılık sunar ve değişik görüşlere, olası çözümlere doğru ıraksak düşünmeyi geliştirirler.

Araştırıp keşfedebilmeleri için her iki tür malzeme de çocuklar için hazır olmalıdır.

Dışsal ve içsel geri bildirim sağlanması: Çocuğuna neyi doğru neyi yanlış yaptığını söyleyen anne ona dışsal geribildirim vermektedir. Yani dışsal geribildirim, çocukların kendi düşünceleri ve davranışları hakkında başkalarından edindikleri bilgidir.

İçsel geribildirim, çocukların kendilerinin edindikleri bilgidir. Kendilerini deneme yanılma yoluyla kontrol edip düzelttikleri içsel geribildirim sürecinde çocuklar pek çok bilgi kazanabilir ve bütünleştirebilir.

İçsel geribildirim, çocukların kendi başlarına nasıl öğreneceklerini öğrenmelerine yardım etmek açısından değerlidir. Dışsal geribildirim ise çocuklara kendi çabalarını tanıma olanağı verir ve onları devam etmeye özendirir.

Fırsatlardan yararlanma: Öğretmenler ve ebeveynler ortaya çıkan farklı fırsatlardan da yararlanarak çocukta düşüncenin gelişimine yardımcı olabilirler. Paltolar ve çizmeler giyilirken, dinlenme zamanlarında, sanat çalışmalarında, etkinliklerin arasında bu tarz fırsatlar yakalanabilir. Örneğin yine okulda veya evde beslenme zamanında çocuklara farklı meyve dilimleri arasında bir seçim yapma olanağı verilebilir. Meyveleri yemeden önce çocukların gözleri kapatılarak, dokunma, koklama ve tatma yollarıyla seçilen meyveyi betimlemeleri sağlanabilir.

Taklidi ve model almayı kullanma: Taklit ve model alma düşüncüyü uyarabilir ve becerilerin iyileşmesini sağlayabilir. Örneğin, bir annenin kızını taklit etmesi küçük kızın nesnelerle ilişki kurma, bir engellenmeyle başa çıkma tarzını değerlendirme olanağını verebilir.

Model alma da çocukların dikkatlerini daha önce farkına varmadıkları bir şeyin üzerine çekebilir. Kumla oynayan bir okul öncesi çocuğuna kumun bir kısmı ıslatıldıktan sonra bir kalıba konularak model olunabilir, daha sonra bu kalıp tersine çevrilerek, ortaya bir kum pastası çıkarmak için kalıp yavaşça kaldırılabilir.

Bu tarz çabaların uyarıcılığını anne-babalar çocukların anlatımlarından, sorularından fark edebilirler.

Çocukların yanlış yanıtları: Çocukların yanlış yanıtları aşırı vurgulanmamalı ya da eleştirilmemelidir. Aynı miktarda suyun iki farklı bardağa boşaltıldığını gören ve su düzeyi daha yüksek olduğu için uzun bardakta daha fazla su olduğunu söyleyen okul öncesi çağıdaki

bir çocuğa anne-babasının aşırı olumsuz tepki verdiğini düşünelim. Çocuğun yanıtı aslında içinde bulunduğu gelişim evresi açısından doğrudur ve yapabileceğinin en iyisidir. Bu yanıtıyla alacağı fazla olumsuz tepki, eleştirel yaklaşım onun kendisini başarısız hissetmesine ve yeteneklerinden kuşkuya düşmesine sebep olacaktır.

Benzerlikler, Farklılıklar ve Tanımlayıcı Özellikler: Çocuklar, kavram gelişimi için bir nesnenin özelliklerini ve niteliklerini, başka nesnelerle benzerliklerini ve farklılıklarını görebilmeye gereksinime duyarlar. Örneğin, çocuklar bir ormanda ya da parkta topladıkları yaprakların ne kadar benzer ya da farklı olduklarını incelemeye yönlendirilebilirler. Çocuklar orman, park, müze gibi gezilere götürüldüklerinde ve kendilerinden ayrıntıları gözlemlemeleri betimlemeleri istendiğinde daha keskin gözlem becerileri geliştirme fırsatını elde etmiş olurlar.

Dönüştürmeleri ve tersine çevirmeleri gözleme fırsatları: Okul öncesi çağı ve ilkökul çocuklarına dönüştürmeleri sözel olarak anlatmak, somut olarak kendilerinin yaşamasına izin vermek kadar yararlı olmamaktadır. Okul öncesi çocuklar tersine çevirmeler yaratarak, üzerinde işlem yaptıkları malzemenin özelliklerini olduğu kadar geçirdiği değişiklikleri de öğrenirler. Örnekler arasında, kum tepeleri yapma, onları bozup yeniden biçimlendirme, bir kaptan farklı büyüklükteki başka bir kaba sıvı boşaltma ve sonra sıvıyı ilk kaba geri boşaltma, yap-bozları bozup yeniden yapma sayılabilir.

Planlama ve örgütlenme: Bütün planlama ve örgütlemeleri yetişkinler yaptığında çocuklar bu bilişsel becerileri geliştirmek için uyarılmazlar. Bu beceriyi geliştirebilmeleri için kendi yaş düzeylerine uygun olmak kaydıyla bir takım planlama fırsatları sunmak yararlı olur.

Çoğu durumda yetişkinler her şeyi kendileri yapmaya çalışırlar, çünkü bunları daha hızlı, daha iyi biçimde, daha az karışıklık ve dağınıklıkla yapabilirler. Bu da yaşamı onlar için daha kolay yapar. Fakat çocukları başarmayı öğrenme ve bundan zevk alma fırsatlarından yoksun bırakırlar.

Çok ciddi olmamak kaydıyla çocuklara yanlış yaptıklarında sonuçlarını yaşama olanağı verilmelidir. Daha sonra hataların tartışılması yaşantılardan bir şeyler öğrenmeyi özendirir.

FAZLA “HAYIR” DEMEK

KAYNAK

- Wyckoff Jerry/ Unell Barbara C, Bağınp Çağırmadan ya da Dövmeye den Çocuk Terbiyesi, 2002
- http://www.bebek.com/davranis_bo_zukluklari/her_seye_hayir_diyen_cocuklar



“Hayır”, 1-3 yaş arası çocuklarda büyük olasılıkla en fazla duyulan kelimedir. Küçük çocuklar genellikle her şeyin altına, üstüne ve içine girerek anne babalarını “Hayır, dokunma!”, “Hayır, açma!”, “Hayır, bunu yapma!” deme noktasına getirirler. 2-3 yaşındakiler, neyi, kimi kontrol edebileceklerini görmek için ne zaman bir evet/hayır cevabı beklenen soruyla karşılaşsalar hemen “hayır” derler. Bu durumlarda çocuğunuza hayır dedirtecek olasılıkları sınırlamak, yani “evet/hayır” cevabı alacağınız sorulardan kaçınmak yararlı olacaktır. Bu durumun bir sorun haline gelmesini önleyebilmek için,

Çocuğunuzun kişiliğini tanıyın: Genel olarak çocuğunuzun isteklerini biliyorsanız, ne zaman gerçekten bir şeyi istemediğini bilirsiniz. Ne zaman “hayır” dediğinde aslında “evet” demek istediğini de tahmin edebilirsiniz.

“Hayır” demeden önce düşünün: Eğer çocuğunuzun o davranışı yapıp yapmaması çok önemli değilse, böyle durumlarda “hayır” demekten kaçının.

“Evet/Hayır” sorularını sınırlayın: “Hayır” ile cevaplandırılabilir sorular sormayın. Örneğin, meyve suyu isteyip istemediğini sormak yerine ne kadar meyve suyu istediğini sorun. Ya da arabaya binmesini istiyorsanız bunu isteyip istemediğini sormayın, “Şimdi arabaya biniyoruz.” deyin ve onu arabaya yönlendirin.

Kendi “hayır”ınızı başka bir kelimeyle değiştirin: Çocuğunuz sizin istemediğiniz bir şeyi yaptığında “hayır”dan farklı bir kelime kullanın. Örneğin “dur” deyin.

Çocuğunuza başka bir şey yaptırarak istemediğiniz davranışını durdurun: Çocuğunuzun yapmasını istemediğiniz davranışın yerine başka bir davranışı öğretin.

“Evet”e “hayır”dan daha fazla ilgi gösterin: Çocuğunuz kısa sürede “evet” demesinin ona övgü getirdiğini öğrenecektir.

Çocuğunuzun “hayır” demesine izin verin: Çocuğunuz sizin ondan istediğiniz şeyi yapmak zorunda olsa da “hayır” deme hakkı vardır. Çocuğunuzdan onun “hayır” demiş olduğu bir şeyi yapmasını istediğinizde ona durumu açıklayın. Örneğin, “kalemleri toplamak istemediğini biliyorum, ama benim istediğimi yaptıktan sonra ne istersen yapabilirsin” deyin. Bu durum kararınızın arkasında olduğunuzu fakat aynı za-

manda da çocuğunuzun kendini ifade etmesini istediğinizi ve onu dikkate aldığınızı gösterir.

“Hayır”ın kullanımını teşvik etmeyin veya gülmeyin: Çocuğunuzun fazlaca “hayır” demesine gülmek veya ilgi göstermek, onun sizden sadece bu tepkiyi almak için bu kelimeyi daha fazla kullanmasına sebep olacaktır.

Kızmayın: Bu evrenin okul öncesi çocuğun gelişiminin normal bir parçası olduğunu ve kısa sürede geçeceğini unutmayın. Kızgınlığınız çocuğunuz tarafından “hayır” dediğinde aldığı ilgi olarak yorumlanacaktır ve bu noktada ilgi onun en çok istediği şeydir.

Çocuğunuza kendisini ifade edebilmesi için fırsatlar tanıyın: Onun çocuk olması kendini ifade etmesini engellemez, bunu unutmayın, çocuğunuza kendini bir birey gibi hissetmesi için olanak sunun.

Çocuğunuz üzerinde aşırı kontrolcü olduğunuz izlenimi yaratmayın: Çocuğunuza hareket edebileceği alanlar bırakın, kendisi ile ilgili kararlar alabilmesi için ona fırsatlar sunun.

Akılcı, yaratıcı taktikler kullanın: Örneğin çocuğunuza odasını toplamasını emretmek yerine ona “hadi yarışalım, hangimiz daha önce odasını toplayacak!” diyebilirsiniz.

Çocuğunuz iyi bir şey yaptığında mutlaka motive edin ve onu bir daha aynı şekilde davranması için teşvik edin.

Erteleme sözcükleri kullanabilirsiniz: Örneğin “Hayır yapamazsın.” yerine “Öğlen yemeğini yedikten sonra yapabilirsin” ya da “Belki akşam yapabiliriz.” şeklinde yaklaştığınız zaman daha olumlu karşılık alabilirsiniz.



BABA-ÇOCUK İLİŞKİSİ

KAYNAK

- Yavuzer Haluk, Ana-Baba ve Çocuk,
2007
- <http://www.guncedanismanlik.net/>

Çocuk sahibi olmak, sahip olunan çocuğun büyümesi, ilk adımları, konuşması, söylediği ilk sözcükler vb. aileler için çok özel ve önemli süreçlerdir. Bugüne kadar tüm bu süreçlerden bahsedilirken annelerin rolünün üstünde önemle durulmuştur fakat özellikle son yıllarda, babaların çocukların bilişsel, psikolojik ve sosyal gelişimi üzerindeki etkisi gerek araştırmalarla gerekse uzmanlar tarafından sıkça vurgulanmaktadır.

Okul öncesi dönemde çocuk kendini özdeş tutacağı model olarak anne ve babasını alır. Onların özellikle-riyle değer yargılarını örnek alarak benimser, hareket, tutum, konuşma gibi davranışlarını taklit etmeye uğraşır. Çocuk dış dünyayı anne ve babasının aracılığıyla anlamlandırmaya çalışır. Okul öncesi dönemde anne ve babasını böylesine etkili birer model olarak alması, çocuğun gelecekteki kişilik yapısını, duygu ve düşüncesini doğrudan etkiler. Anne ve babanın bu dönemdeki olumsuz tutum ve davranışları da çocuğun kişiliğini olumsuz yönde etkiler.



İlk çocukluk döneminde görülen en önemli gelişimlerden biri, kız çocuğun anneye, erkek çocuğun babaya olan hayranlığından kaynaklanan taklit ve kendini onlarla özdeşleştirme eğilimidir. Kız çocuğu annesi gibi giyinmek, davranışlarını onunkine benzetmek hevesindedir. Erkek çocuksa babası gibi olmak, onun gibi davranmak ister.

Güçlü, kuvvetli bir babayla kendisini özdeş tutması, çocuk için önemli bir güven kaynağıdır. Çocuk bu yolla model olarak gördüğü babadan kendine yeterli düzeyde güç aktarmaktadır. Kendini yetersiz bir modelle özdeşleştiren çocuk endişeli ve güvensizdir.

Ailenin ruh sağlığı açısından aile içi görev ve sorumlulukların önemi büyüktür. Baba, annenin hamileliğinden itibaren ona destek olarak, çocuğunun sorumluluğuna ortak olmalıdır. Babanın çocuğun yaşamındaki rolü ve önemi doğumdan ergenliğe kadar uzanan bir sürece yayılır.

Doğum Sonrası Babanın Rolü

Evin yeni bireyi, gelişile, anne ve babasına hem büyük bir mutluluk hem de yeni sorumluluklar getirmektedir. Bu dönemde baba ile çocuk arasında duygusal bağın kurulması ve babanın en az anne kadar çocukla bire bir ilgilenmesi çok önemlidir. Çünkü çocukların bilişsel, psikolojik ve sosyal gelişiminde 0-6 yaş döneminin etkisi çok büyüktür.

Bu dönemde babaların, yeni doğan çocuğun bez değiştirme, mama yedirme, gaz çıkarma gibi rutin süreçlerine destek olması; çocukla tensel temasta bulunması, babalık rolünün oturması ve babanın kendisini yetkin ve yeterli hissetmesi açısından çok önemlidir.

Çocuğun Genel Gelişiminde Babanın Rolü

Her ilişki kurma sürecinde olduğu gibi, baba-çocuk ilişkisini de kurmak ve geliştirmek, zaman ve çaba gerektirecektir. Çocuk anne karnındayken başlayan bu ilişki süreci ergenlikten yetişkinliğe kadar uzanan yılların temelini oluşturmaktadır ve çocuğun olumlu benlik algısı geliştirmesinde ve kimlik gelişiminde çok önemlidir.

Babalar çocuklarıyla ilişki kurarken genel olarak şunlara dikkat edebilirler:

- Çocuklar doğdukları ilk andan itibaren annelerine olduğu kadar babalarına da ihtiyaç duyarlar.
- Çocuk ile ilişki kurmak için büyümesini beklemeyin. Birlikte zamangeçirmeye ne kadar çabuk başlarsanız aradaki ilişki o kadar güçlenecektir.
- Ebeveynler çocuklarını koşulsuz severler. Ancak çocuklar bunu anlamak için duymaya, hissetmeye ihtiyaç duyarlar. Çocuğunuza duyduğunuz sevgiyi göstermekten çekinmeyin.
- Baba tarafından yapılan yorumlar ve geri bildirimlerin çocuğun benlik algısı üzerindeki etkisi çok büyüktür. Özgüven ve olumlu benlik algısı çocuğun yakın çevresinden aldığı sözel ve sözel olmayan mesajlarla şekillenir.
- Çocuğunuz hata yaptığında, önce yanlış davranışını tanımlayın, dahasonra bekleneni, doğru davranışı belirtin, uyguladığında başarısını övün, benzer hataları tekrarladığında davranışının sonucunu yaşamasına izin verin. Olumsuz eleştirinizi çocuğunuzun kişiliği ile ilgili değil davranış ile ilgili olduğuna dikkat ederek ifade edin. "Ne kadar beceriksizsin, bir bardağı taşıyamadın demek yerine, suyu dökmeden taşımak için iki elinle taşımalsın gibi."
- Gün içinde birlikte olmak için kısa da olsa mutlaka zaman ayırmaya çalışın.
- Baba-oğul, baba-kız olarak etkinliklere katılın (sine-maya gitmek, alışveriş yapmak, bisiklete binmek, tamir yapmak, top oynamak, yüzmek, kitap okumak v.b.)
- Söylediklerinizden çok davranışlarınızla çocuğunuza örnek olduğunuzu unutmayın.
- Mükemmel olmaya çalışmayın, en önemlisi, onu her zaman sevdiğinizi bilmesini sağlayın.
- Anne ve babanın çocuğun gelişimini beraber takip edip sürece eşit ölçüde dahil olduğu durumlarda çocuğun ruhsal sağlık açısından da olumlu yönde etkileneceği göz önünde bulundurulmalıdır.



KAYNAK

- Evde ve Okulda Mutlu Çocuk Yetiştir
menin Temelleri

ÇOCUKLARLA İLETİŞİM

İletişim sosyal sürecin hayati noktasıdır. Özellikle çocukla kurulacak tutarlı ve etkili bir iletişim, çocuk eğitiminin ve mutlu bir yaşamın temel taşıdır. İletişimde kişiyi etkili kılan, insanlarla yapıcı olarak konuşmasını öğrenmedir. Aynı zamanda iletişimde temel ilke kabul etmedir. Başkalarını olduğu gibi kabul etmek, ilişkileri kuvvetlendirmede en önemli etkidir. Bu nedenle çocuğa yaklaşırken onu ana-baba veya öğretmen olarak olduğu gibi kabullenmeli ve bu haliyle sevildiğini, önemsendiğini hissettirmelidir.

Bir iletişimin sağlıklı olabilmesi için kelimelerin düşüncüyü en doğru şekilde ifade edecek biçimde seçilmesi, ses tonunun vurgulamak istenen konuyu netleştirmesi, beden dilinin de bunları destekleyerek anlatıma yardımcı olması gerekir. Beden dilinin, kelimelerin, ses to-

nunun özen göstermeden, rastlantısal kullanılması halinde amaçtan uzak kalınabilir ve yanlışlar ortaya çıkabilir. Bu yanlışlar özellikle 5-6 yaşlarına kadar olan çocuklarda daha etkili olur. Çocukların tepkileri de öğrendikleri modeldeki gibi gerçekleşir ve iletişimsizlikler yaşanmaya başlar.

Çocukların beden dili sosyalleşme sürecini tamamlamış mesajlar içerir. Doğuşumuzdan itibaren bedensel mesajlarla duygu ve düşüncelerimizi hareketle veya hareketsiz iletiriz. Bununla birlikte sosyal rollerle birlikte öğrenilen beden dilleri ve jestleri de vardır. Çocuklar bu sosyal beden dilini ebeveynlerinden öğrenirler.

Doğduklarında sosyal yapının ve kültürel özelliklerin kazandıracağı jest ve mimiklere henüz sahip olmadıkları için çok yalındırlar.



Bu yüzden de çocukların beden dili mesajlarını anlamamız çok kolaydır. Bu sosyal yapının, rollerin oluşmasından önce çocuğumuzla ne yaşadığımızı anlamamıza yardımcı olacak beden dilleri çok önemlidir. Bunları iyi anlar ve doğru yönlendirirsek aile içi verimli bir iletişim ortamının temellerini atmış oluruz. Çocuklar istenmeyen bir davranışta bulunduğu anda bununla ilgili duygu ve düşüncelerimizi onlara yansıtırma biçimimiz zamanla çocuğun bu tür davranışlarını açığa çıkartmamak için bazı kapatma jestleri kullanmaya başlamasına sebep olabiliyor. Kabul etmemiz gereken nokta çocukların da her insan gibi hata yapacaklarıdır.

Elindeki bardağı düşürüp kıran bir çocuğa ne kadar dikkatsiz olduğunu ya da bardağın değerini söyleyerek kızarsak kendi sıkıntımızı anlatmış ama onunkini dinlememiş oluruz. O da bir dahaki sefere böyle bir şey yaptığında bu durumu bizimle paylaşmaz. Bu şekilde duvarlar örülür ve iletişim engelleri ortaya çıkmaya başlar

Çocukların farklı ve bizim dışımızdaki bireyler olduklarını unutmamamız gerekiyor. Anne-baba kendi çocuklarının kendileri gibi olması gerektiğini düşündükçe çocuk ile aralarındaki iletişim bozulmaya başlıyor.

İletişimde dinlemenin rolü:

İletişim kurmak denildiğinde akla gelen genellikle dinlemek değil konuşmaktır. Doğru dinlemiyorsak doğru anlayıp, doğru şekilde iletişime geçme şansımız kalmaz. Dinleyerek anlarız, anladıktan sonra anlatırız, anladığımız ve anlattığımız uyuştuğu zaman da anlarız, yani iletişim kurmuş oluruz. Dinleme, hem düşünce hem duygu düzeyinde önemlidir. Karşımızdakini dinleyerek onun ne düşündüğü gibi ne hissettiğini de anlayabiliriz. Aynı duygu veya düşüncede olmasak da onu anlıyor olmamız iletişimi kolaylaştırıcı bir etkidir.

Çocukların kendilerini daha iyi ifade edebilmeleri için anne-babalar nasıl bir yaklaşım içinde olmalıdır?

Çocukların kendilerini daha iyi ortaya koymalarına olanak sağlamak anne-babaya düşen önemli bir sorumluluktur. Çocuklar kendilerini ifade etme konusunda çok farklı özelliklere sahip olabilirler. Kimisi daha heyecanlı, çok daha önde; kimisi de daha geride, daha az konuşkan olabiliyor. Anne-babalar çocuklarıyla iletişim kurmaları gerektiğinin mesajını genel olarak onlara “Nasılsın?”, “Bugün ne yaptın, ne yedin?”, “Şimdi ne hissediyorsun?” gibi sorular sormak olarak algılayabiliyorlar. Fakat bazı çocuklar böyle doğrudan doğruya kendilerine soru sorulduğunda, geçiririp tamamen içlerine kapatabiliyorlar. Ebeveynin çocuğunu açmasını sağlayacak en önemli konu ondan gelen mesajı doğru değerlendirebilmektir. Okuldaki bir arkadaşının söylediği bir şeyi sizinle paylaşan çocuğunuzun bu aktarımını pek önemsemediyseniz, belli bir süre sonra o gün okulda ne olduğunu ya da serviste ne yaptığını sorduğunuzda “Hiçbir şey!” yanıtını alırsınız. Çocuğunuzdan gelen mesajı zamanında ve uygun şekilde değerlendiremediğiniz için konuşmanın bir yere gitmesi artık mümkün değildir.

Mümkün olduğu kadar çocukların gündeme getirdiği konular üzerinde konuşmak önemlidir. Siz çocuğunuzun öğretmenleriyle ilişkisini öğrenmeyi düşünürken o size topa nasıl vurduğunu göstermeye çalışıyor olabilir. O an için anlattığı konu çok dikkatinizi çekmiyor olabilir. Fakat çocuğunuz için anlattıkları çok önemlidir. Onun konuşmaya girmeye hazır olduğu yeri kaçırsanız iletişim şansını kaybedebilirsiniz.

ÖZGÜVENLİ ÇOCUK YETİŞTİREBİLME



Özgüven; saldırganlığa ya da ezikliğe başvurmada, düşünce ve isteklerini olduğu gibi ifade edebilme; kendini değerlendirerek kendine yönelik iyi duygular geliştirme; kendini değerli, yeterli, başarılı bulma; hayal kırıklıklarına, yetersizliklere toleranslı ve kendisiyle barışık olabilme haline denir.

Özgüvenin esas temeli ilk çocukluk (0–6 yaş) döneminde atılmakla birlikte gelişimi orta çocukluk (6–12 yaş) ve ergenlik (12–18 yaş) dönemlerinde hız kazanmaktadır. Bu dönemlerdeki sorunlar bireyde olumsuz, benlik kavramına neden olmaktadır. Bu dönemlerdeki gelişim görevlerinin tamamlanması, özgüvenin sağlıklı bir şekilde gelişmesini sağlamaktadır.

Çocuk gelişimini bir bütün içinde düşünürseniz, bu bütünlüğün ilk halkası öz güvendir. Eğer, ilk halka sağlamlaştıysa diğer halkalar da sağlam olacaktır. Ama ilk halka sağlam değil ise, diğer halkaları güçlü tutamayacaktır. Güvensizliğe tutulmuş diğer halkalar da değişime uğrayacaklardır. Güvensizliğin ardından, anne – baba – bağımlılık, ya da sadece birine bağımlılık, suçluluk duyguları, yetersizlik duyumsamaları ve sevmeme, kendi ile barışık olamama durumunu getirecektir. Özetle söylemek gerekirse; özgüven, çocuğun kişiliğindeki ilk halkadır ve oldukça sağlam olmalıdır.

Çocuğunuzun ileride kendine güvenli, kendini değerlendirebilen, kendini eleştirebilen, hayattaki sorunlarla başa çıkabilen, başarısızlıklardan yıkılmayan ve yılmayan, hayatı sevdikleriyle paylaşabilen, kendi ayakları üzerinde durabilen, risklere girebilen ve yaşamaktan keyif alan bir yetişkin olmasını istiyorsanız ve aşırı koruyucu anne-baba tutumu sergiliyorsanız, bu davranışlarınıza bir an önce son vermeniz gerekmektedir.

ÇOCUKTA ÖZGÜVEN EKSİKLİĞİNİ BELİRTİLERİ NELERDİR?

- Çocuk kendi başına hiçbir karar alamaz, daima annesine sorar.
- Çocuk, hata yapmaktan müthiş korkar, hata yapacağı korkusu ile hiçbir girişimde bulunamaz.
- Çocuk içine kapanık ve sessizdir.
- Yaşıtlarıyla kolay iletişim kuramaz.
- Yaşıtlarından korkar ve çekinir.
- Kendisi yemek yiyemez ve tek başına uyuyamaz, karanlıktan, böcekten, gök gürültüsünden, asansörden vb. korkuları vardır ve iştahsızdır.

- Okul yaşantısı renksiz ve neşesizdir.
- Kendi haklarını koruyamaz ve kendini savunamaz.
- Anne – babasından korkar ve çekinir.
- Davranışları seri değil tutuktur.
- Sosyal iletişimi yok denecek kadar zayıftır.
- Aşırı hassastır ancak, anne – babasının korkusundan, ağlamaktan bile çekinir.
- Arkadaş edinmekte zorlanabilir.

ÇOCUKLARIN ÖZGÜVENLERİNİ SAĞLAMAK İÇİN NELER YAPABİLİRİZ?

1. Var olmalarının sizin için ne kadar önemli olduğunu onlara hissettirin.
2. Çocuğunuzun kendine has yeteneklerini ortaya çıkartmasında ona yardımcı olun.
3. Yaptıkları ve ilgilendikleri şeylerin sizin için ne kadar önemli ve değerli olduğunu gösterin.
4. Evinizde herkesin birbirine güveneceği sağlıklı bir iletişim ortamı oluşturun.
5. Çocuğunuza kendi davranışlarınızla örnek olduğunuzu unutmayın.
6. Beklentileriniz çocuğunuzun seviyesinde olsun, onu aşacak beklentilerden kaçınin.
7. Çocuklarınıza sorumluluklar verin.
8. Ne yaparlarsa yapsınlar onları başışlayın ve sevgi ile emniyette olduklarını hissettirin.
9. Çocuğunuzla ilgili problemleri onu suçlamadan ya da onun karakterini eleştirmeden tartışın
10. Birlikte vakit geçirin.

ÇOCUĞUNUZUN ÖZGÜVENİ ZEDELENMİŞSE NASIL YARDIM EDEBİLİRSİNİZ?

- Yaşama ve çocuğunuza bakış açınızı değiştirmelisiniz
- Artık, çocuğunuza güvenmeyi öğrenmelisiniz ki, o da kendine güvenebilsin.
- Çocuğunuzun yeteneklerini ortaya koyabilmesi için ona fırsatlar yaratmalısınız.
- Kendi yetiştiriliş tarzınızı, çocuğunuz için örnek almamalısınız.

- Çocuğunuzu başka çocuklarla kıyaslamamalısınız.
- Çocuğunuzun artık kendi başına yapması gerekli olan davranışlarda ona şans tanımalısınız, kendi başına yemesi ve uyuması gibi. Eğer direnç gösterirse, bu doğaldır. Siz kararlı olmalısınız.
- Çocuğunuzu başarısızlıklardan dolayı suçlamamalı ve aşağılayıcı kelimeler kullanmamalısınız.
- Çocuğunuzun arkadaş ilişkilerini kontrol etmeli, ancak ona bunu belli etmemelisiniz.
- Çocuğunuza haklı olduğu konularda "Aferin!" demeyi öğrenmelisiniz.
- Çocuğunuzu yaptığı olumlu davranışlardan dolayı takdir etmelisiniz.

Çocuğun en büyük gereksinimlerinden biri mutlu bir yaşam sürme ihtiyacıdır ve anne babanın da en büyük görevi bunu çocuğa yaşatmaktır.

NE YAPILMAMALI?

- 1- Suçlamak: "Yine kardeşini ağlattın."
- 2- İsim takmak: Ağlayıp duruyorsun. Bebeğin sen...

- 3- Tehdit etmek: "Bunu bir daha yaparsan seni evden atarım."
- 4- Emir vermek: "Hemen derslerini bitir."
- 5- Konferansa çekmek: "Kardeşini üzmenin ne kadar kötü bir davranış olduğunu bilmiyor musun, böyle yaparsan ilerde de kimseyle geçinemezsin."
- 6- Uyarılar: "O duvara çıkma, düşersin."
- 7- Acındırma cümleleri: "Böyle davranman yüzünden hastalanıyorum, görmüyor musun? Senin yüzünden ölüp gideceğim. Senin için saçımı süpürge ettim. Bak sen neler yapıyorsun?"
- 8- Kıyaslamalar: "Komşunun kızları ne kadar iyi davranıyorlar, sen neden onlar gibi değilsin?"
- 9- Alay etme: "Dersini ne kadar da çabuk bitiriverdin, sen bir dahi olmalısın!"
- 10- Geleceğe yönelik tahminler: "Böyle gidersen sen adam olamazsın."





Otizm, bireyin dış dünyadaki uyarınları algılamasını, aldığı bilgileri düzenleyip kullanmasını etkileyen, yaşam boyu süren gelişimsel bir bozukluktur. Kaynağı psikolojik değil, nörolojiktir, diğer bir deyişle beynin işlev bozukluklarına bağlıdır. Otizmin beynin ve merkezi sinir sisteminin yapısındaki organik farklılık ya da bozukluktan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Otizmin belirtileri üç temel alanda toplanabilir:

a- Sosyal İlişkilerde Güçlük: Otistik çocukların diğerleri ile ilişki kurabilme becerilerinde çeşitli düzeylerde yetersizlikler gözlenir. Bunlar arasında göz göze gelmekten kaçınma, başkalarının sevinç, üzüntü ve ihtiyaçlarına ya da çevresindeki olaylara tepkisiz kalma, arkadaşlık kurmama, tek başına olmayı tercih etme, sosyal kuralları anlayamama, kendi duygularını paylaşmama ve başkaları ile duygusal ilişki kurabilme eksikliği sayılabilir.

b- İletişimde Zorluklar: Sözel (konuşma) ve sözel olmayan (konuşma dışında jest ve mimikler) iletişimdeki yetersizliklerin, okul öncesi çağda görülmesi, otizmin en sık rastlanan belirtilerinden biridir. Konuşmada gelişmeme, gecikme, güçlük görülebilir.

Bazıları yaşamları boyunca hiç konuşma becerisi geliştiremezler. Bu gruptaki çocuklar iletişim sağlamak için taklit ya da işaret kullanımı girişiminde de bulunmayabilirler. Konuşabilen çocuklarda başkaları ile etkileşim başlatma ve sürdürme yetersizliği görülür. Yaşlarına göre konuşma becerilerinin beklenen düzeyde olmaması, monoton bir sesle konuşmaları, konuşulan dili ve karşısındaki kişinin yüz ifadesini, mimik ve jestlerini anlayamamaları, özellikle soyut kavramlarda güçlük çekmeleri, tehlikeyi algılayamama, otistik çocukların bu alandaki yetersizlikleri arasındadır.

Otistik çocukların konuşma özellikleri arasında, konuşmanın her üç elemanında; diğer bir deyişle kelime üretme, konuşmanın vurgu ve tınısını doğru kullanabilme, dil kurallarını uygulayabilmede bozukluklar görülür.

c- Sınırlı İlgı, Yineleyici ve Rutin Davranışlar: Sınırlı ilgi, yineleyici ve rutin davranışların görülmesi otizmin önemli belirtilerinden biridir.

Otistik çocuklar, çoğu zaman tek ve sınırlı bir ilgi alanına sahiptir. Bazı konulara yoğun ilgi gösterip dikkatlerini uzun süreli toplayabilir, ancak ilgilerini çekmeyen diğer konulara kayıtsız kalabilirler. Örneğin, müziği çok

seven otistik bir çocuğun bütün şarkı sözlerini okuması, ancak mevsimleri anlatan bir yazıyı okumaması gibi.

Yineleyici davranışların (ellerini sallama ya da çırpma, zıplama, sallanma, anlamsız sesler çıkarma gibi) otistik çocukların duyu algılamalarındaki farklılıktan kaynaklandığı ve duygusal olarak onları rahatlatıldığı düşünülür.

Bu davranışları boş kaldıklarında, çok fazla uyarın olduğunda, sıkıntılı ya da gergin oldukları ortamlarda sıkça yaparlar.

Rutin davranışlar ise basit anlamıyla, aynı mekânda, zamanda ve sırada, davranışların tekrarlanmasıdır. Örneğin, her gün aynı saatte, aynı yerde ve aynı kişiden simit almak, aynı yolu ve kapıyı kullanmak gibi. Otistik çocuklar ya da bireyler bu rutinlerde oluşan herhangi bir değişikliği kabul etmez ve bu değişikliklere tepki verirler.

Yukarıda anlatılan özellikler, 3 yaşın altında olan ve hala konuşmaya başlamamış olan çocuklarda gözlenir ise, anne ve babanın otizmden şüphelenmesi ve hiç vakit geçirmeden bir uzmana danışması gerekir.

Tam olarak otistik tanısı konulabilmesi için, çocuğun yukarıda belirtilen üç temel alandan birinde otistik özellik sergilemesi yeterli değildir. Yukarıda anlatılan alanlardan her üçünde de sorun olması gerekir, aksi halde çocuğun tanısı "Yaygın Gelişimsel Bozukluk" adı altındaki diğer gelişim sorunlarından biri olabilir.

Otistik çocukların çoğunda değişen derecelerde öğrenme güçlüğü ve zihinsel engel görülebilir. Bu çocukların % 80' i sınır Zekâ Bölümü (IQ) = 70' in altında bir zekâyâ sahiptir.

* Gillberg ve Schaumann (1981)' e göre otizme erken tanı koyarken öncelikle; sınırlı takip becerileri, seslere farklı tepkiler, uyku sorunları, sert nesnelerle oynama, nesnelerle farklı oynama, görsel inceleme, diğer çocuklarla oynamama, rahatsız edilmekten hoşlanmama, işitme kaybından şüphelenme, anlamsız bakma, farklı nesnelere bağımlılık, farklı davranma, yalnızlıktan hoşlanma, yetişkinin dikkatini çekmeye çalışmama, uygun zamanda gülümsememe gibi özellikler dikkate alınır.

OTİSTİK ÇOCUKLARIN ÖZELLİKLERİ

Otistik çocukların sosyal becerilerde (selamlaşmak, hoşçakalın demek, izin istemek, özür dilemek, sıra beklemek gibi) yetersiz oldukları bilinmektedir. Otistik çocukların sosyal becerilerinin gelişmesi için, uygun sos

yal etkileşim başlatmayı ve diğerlerinin başlattıkları etkileşime uygun tepki vermeyi ve onlarla olumlu ilişkiler kurmayı ve sürdürmeyi öğretmek gerekir. Örneğin, otistik olan bir çocuk, grup içinde diğerlerinin oynadığı oyuna katılmaması ile dikkat çekebilir. Otistik çocukların sevinçlerini, başarılarını ve ilginç buldukları şeyleri başkaları ile paylaşmadığı gözlenir. Bu çocuklar, ilgilerini çeken bir şeyi parmağı ile göstererek paylaşabilir ve 'baş baş yapma' gibi taklit ile öğrenilen sosyal davranışları göstermeyebilirler.

Çevredeki bireylerle iletişim kurmada yetersiz olma, otizmin en belirgin özelliklerinden biri olarak bilinmektedir. Karşısındaki kişinin yüzüne ve gözüne bakmama, mutluluk, üzüntü, öfke gibi duyguları ifade etmede güçlük, sözel olmayan iletişim becerilerinde (jest ve mimiklerle isteklerini göstermek) eksiklik, karşılıklı iletişim kurmak istemediğinde bağırma, vurma, çılgık atma gibi davranış sorunları görülmektedir. Otistik çocuklar, hiç konuşmama ya da konuşmayı sadece kendi gereksinimlerini belirtmek için kullanmaları (su isteme, acıktım deme) ve sosyal amaçlı (selamlaşma) kullanmamaları ile dikkati çekerler. Otistik çocukların sadece bir-iki kelime söyleme, anlamsız konuşma, ekolali konuşma ve zamirleri karıştırma gibi özellikleri de görülmektedir. Ekolali, duyulan kelimelerin anlamsızca tekrar edilmesi şeklinde tanımlanabilir. Otistik çocuklar duydukları bir kelimeyi defalarca düzgün biçimde tekrarlayabildikleri halde, o kelimenin anlamını bilmiyor olabilirler ve aynı kelimeyi anlamına uygun olarak kullanamayabilirler.

Bu çocukların ses, ışık, sıcaklık, soğukluk gibi dış uyaranlara karşı aşırı ya da az tepki verdikleri de gözlenir.

Diğer bir özellikleri ise oyun becerilerinde yetersiz olmaları ve oyuncakları amacına uygun olarak kullanmamalarıdır. Örneğin, arabayı sürmek yerine tekerleğiyle uzun süre oynamak gibi. Bununla birlikte sözel iletişim ve hayal kurmadaki yetersizlikleri, akranlarıyla birlikte oyun oynamalarını kısıtlamaktadır. Özellikle hayal gücünü kullanmaya yönelik oyunlar, hem konuşmayı hem de oyuncakları sembolik olarak kullanmayı gerektirir. Bu nedenle bu tür oyunları oynamaktan kaçınırlar. Örneğin; evcilik oynamak ya da yemek tabağını arabanın direksiyonu olarak kullanmak gibi.

TEDAVİ VE EĞİTİM YAKLAŞIMLARI

Otizm tedavisinde ve eğitiminde kullanılması şart olan üç terapi yaklaşımı vardır. Bu üç ana terapiye (özel eği-

tim, konuşma ve dil terapisi, uğraşı terapisi) olan ihtiyaç, otizmi olan çocuğun ilerlemesine ve gereksinimlerine göre zaman içinde farklılık gösterebilir.

a- Özel eğitim: Otistik çocukların tam bağımsız olmaları ya da en az bağımlı hale getirilebilmeleri için gerekli ve yaşına uygun özbakım, zihinsel, sosyal ve iletişim becerilerini kazanmaları, akranlarına benzer seviyeye gelebilmeleri için verilen eğitimidir.

b- Konuşma ve dil terapisi: Konuşma ve dil terapisi, otistik özellikleri olan çocukların konuşma ve konuştukları dili kullanabilme becerisini geliştirmek, düzeltmek, hızlandırmak ve ilişki kurabilmelerini sağlamak için verilen eğitimidir.

c- Uğraşı terapisi: Otistik çocukların özbakım becerilerini geliştirmek, denge ve koordinasyon, el ve göz koordinasyonu, kaba ve ince motor kaslarının geliştirmek için uygulanan terapidir. Öğrenme becerilerinin gelişebilmesi için duyu organlarıyla algıladıkları mesajları birleştirerek, anlamlı biçimde kullanabilmelerine olanak sağlayan, duyu bütünlemesi terapisi de bu grupta yer alır.





ANNE-BABAYA YAPIŞMAK

KAYNAK

- Wyckoff Jerry/ Unell Barbara C, Ba
ğırıp Çağırmadan ya da Dövmeden
Çocuk Terbiyesi, 2002

Annesinin eteğini çekiştiren, yemek pişirmeye ya da kapıdan çıkmaya çalışırken bütün gücüyle asılan çocuk imajı sık rastlanılan bir durumdur. Bu günlük yaşamın gerçek ve duygusal olarak yıpratıcı bir parçasıdır.

Çocuğunuzu bir çocuk bakıcısına bırakmak istiyorsanız ona yalnız oynayabildiği için en kadar gururlandığınızı ve geri döneceğinizi kararlı ve sevgi dolu bir biçimde söyleyerek ihtiyacı olan güveni vermeniz önem-

lidir. Sizin olumlu tavrınız her konuda olacağı gibi bu konuda da bulaşıcı olacaktır. Sizden ayrıldığında kendisini iyi hissedebilecek ve bağımsızlık süreci için yararlı adımlar atması sağlanabilecektir. Durup dururken çocuğunuzu bol bol öpmek ve sarılmak, onun kendisini fark edilmiyor hissetmesini ve sizin ilginizi çekmek için yapışmasını engeller. Yapışma sarılmadan farklıdır, bu hemen ve acil bir ilgi isteğidir.



Bu durumla karşılaşmamak için:

- Çocuğunuzu sizin her zaman etrafta olmayacağını düşünmesine alıştırmak için daha küçükken bazen kısa süreler için bırakın.
- Sizin yokluğunuzda ikinizin de neler yapacağını çocuğunuza anlatın. Gittiğinizde neler yapacağını çocuğunuza anlatmak siz ona günlük faaliyetlerini sorduğunuzda izlenecek iyi bir örnek olur. Birbirinizden uzakta iken sizin nerede olacağınızı ve onun neler yapacağını anlatın. Böylece size ve kendisine ne olacağı hakkında endişelenmez.
- Geri döneceğinize ilişkin çocuğunuza güven verin. Ona geri döneceğinizi söylemeyi unutmayın ve söylediğinizde sözünüze sadık kalın.

• Çocuğunuza siz yokken veya meşgulken yapabileceği faaliyetler hazırlayın.

• Çocuğunuzu ayrılık için hazırlayın. Hiçbir uyarıda bulunmadan giderseniz, çocuğunuz sizin tekrar ne zaman aniden gideceğinizi düşünerek endişelenebilir.

Çocuğunuz size yapışma davranışı gösteriyorsa,

• Ayrılacağınız zaman çocuğunuzun bunu istemediği ve engellemek istediği için çıkartacağı gürültüye kendinizi hazırlayın. Kısa bir süre siz olmadan da yaşayabileceğini öğrendikten sonra bu tepkinin yatışacağını hatırlayın.

• Ayrılık sırasında çocuğunuzu övün. Çocuğunuzun kendi başına oynama yeteneğiyle gurur duymasını sağlayın. Örneğin, "ben yemek yaparken kendi kendine oynayabildiğin için seninle gurur duydum, gerçekten büyüdün" diyebilirsiniz. Bu onu sizden ayrı geçirdiği zamanı ikiniz açısından da çok faydalı bir hale getirir.

• Çocuğunuzun sizinle geçirdiği zamanlar kadar siz olmadan geçireceği zamanlara da ihtiyacı olduğunu kabullenin. Hem anne-babalar hem de çocuklar için arada bir uzaklaşmak gereklidir. Bu nedenle çocuğunuz onunla oynamanın dışında başka bir şey yapmanızı protesto etse de, arada bir bıraktığınızda huzursuzlansa da bu tutumunuzu sürdürmeniz yararlı olacaktır.

• Ayrılmalara yavaş yavaş başlayın.

Bu durumda ne yapılmamalıdır?

• Çocuğunuz sizi bırakmadığında sinirlenmeyin. Çocuğunuzun alışılagelmiş bir durumla karşı karşıya olduğunu ve sadece sizin birlikteliğinizi istediğini düşünün.

• Çocuğunuzun sizi bırakmadığı için cezalandırmayın.

• Karmaşık mesajlar vermeyin. Çocuğunuzun tutarken, sarılırken veya okşarken ona gitmesini söylemeyin. Bu onun kalmak ve gitmek konusunda kafasını karıştırır.

• Hastalığı bir rutin bozma haline getirmeyin. Çocuğunuz hastayken genelde onaylanmayan şeyleri yapmasına izin vererek hastalığı sağlıklı zamanlarından daha eğlenceli hale getirmeyin. Yetişkinlerde ağrıyla başa çıkma kapasiteleri konusunda yapılan araştırmalara göre, çocukken hastalıklarında çok özel ilgi gören yetişkinler kronik ağrıların daha az üstesinden gelebiliyorlar.

AREL OYUN GRUBU



Çocuğunuzla AREL OYUN GRUPLARI'na katılmanın farkını yaşamak istemez misiniz?

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.

www.arel.k12.tr



International
Baccalaureate



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