

OKULUMU

SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 98

2014



İÇİNDEKİLER

BABALAR, ÇOCUĞUNUZ İÇİN ÖNEMLİSİNİZ!	2
DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE (DEHB)	5
ÜSTÜN YETENEKLİ BİR ÇOCUĞA SAHİP OLMAK	10
SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR?	14



AREL Koleji

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

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

e-posta: arel@arel.k12.tr

Okulumu Seviyorum Dergisi - 2014

Yayın Kurulu: Rehberlik Birimi



BABALAR, ÇOCUĞUNUZ İÇİN ÖNEMLİSİNİZ!

Okulöncesi eğitim dönemini oluşturan ilk yıllar, çocuğun gelişiminde ailenin en etkili olduğu dönemdir. Bu dönemde anne babaya düşen görevlerden söz edilirken, genellikle annenin görevleri üzerinde durulur. Unutulmaması gereken, aile içinde babanın da en az anne kadar etkin bir role sahip olduğudur. Bu role sahip çıkan, doğru kullanan babalar çocukları üzerinde ne kadar olumlu etkiye sahip olduklarını rahatlıkla gözlemleyebilirler.

Özellikle yaşamın ilk yılını oluşturan bebeklik döneminde, çocuğun bütün ihtiyaçlarını karşılayan genellikle annedir. Çocuğun tüm sorumluluğunu annenin yüklendiği ailelerde, babanın, çocuğunun eğitiminde devreye girmesi, genellikle ikinci yılda veya ikinci yılın sonlarında gerçekleşir. Artık bebeklikten çıkmaya başlayan çocuk hareketleri ve yarım konuşmasıyla babasının dikkatini çeker. Çocuğu iki yaşlarına vardığında ona yakınlaşmaya başlayan bir babanın bu konuda geciktiği söylenilebilir.



Baba, çocuğu doğduğu andan itibaren, hatta daha çocuk anne karnındayken ona ilgi duymalı, sevgi ve şefkat beslemelidir. Annenin gebeliğin ilk anlarından itibaren babanın desteğine ihtiyacı olacaktır. Hamilelik zamanından başlayarak doğumla birlikte devam eden “çocuk yetiştirme” serüveninde yanında babanın varlığını ve katkısını hisseden anneler çok daha huzurlu ve mutlu olur, çocuklarına sevgi ve güven duygularını daha rahat aşılar.

Çocuk bir ailenin içine doğmaktadır. O ortamın özelliklerine uyum sağladığı gibi o ortamı etkileme hatta değiştirme gücüne de sahiptir. Anne babanın davranışlarıyla, birbirlerine karşı tutumlarıyla şekillenen bu ortam çocuğu etkilediği gibi, çocuğun davranışları da anne babanın tutumlarını etkileyecektir. Dolayısıyla huzurlu, mutlu bir çocuk yetiştirebilmek için öncelikle ev ortamındaki huzuru sağlamaya çalışmak, bu konuda çaba sarf etmek gereklidir.

Anne - çocuk ilişkilerinin de, baba - çocuk ilişkilerinin de temeli ilk yıllarda atılır. Babalar çocuklarının ilk yıllarında, kendilerini anneden daha az gerekli zannederler. Oysa çocuk dünyaya geldiği andan itibaren baba sevgi ve ilgisine ihtiyaç duyar. Babasının kucağında kendini güvende hisseder. Babanın varlığını hissettirmesiyle çocuk annesinden farklı bir modelin var olduğunu, annesinin dışında bir dünya olduğunu öğrenir. Çocuğun gözünde baba, dış dünyanın simgesidir, çünkü bütün gününü evin dışında geçiren, dış dünya ile devamlı temas halinde olan, dış dünyayı çocuğa tanıtan kişidir. Çocuğun ve annesinin dışındaki dünyada geçerli olan kuralları, hak ve sorumlulukları öğretene, ona saygı, itaat ve otorite kavramlarını kazandıran babadır. Çocuğun gelecek yıllarda yakın ve uzak çevresi ile kuracağı ilişkilerde, babası ile kurduğu ilk ilişkilerin etkisi olacaktır. Onun dış dünyada başarılı ve güvenli olabilmesi için, kendisini, babasının yanında huzur ve güven içinde hissedebilmesi gerekir. Babanın otorite kavramını kazandırması, çocuğa kızması, büyük cezalar vermesi, kıyaslaması, rencide etmesi anlamlarına gelmemektedir. Çocuk babasından belli durumlarda çekinmeli, fakat korkmamalıdır. Çekinmek sevgi ve saygıdan gelir. Çocuk karşısındakini sevdiği, ona güvendiği, onun da kendisine güvenmesini istediği için çekinir ve kurallara uymaya çalışır. Korkmak ise çocuğun

kendisini tehlikede hissettiğini gösterir. Korktuğu için otoriteye ve kurallara uyan çocuk otoritenin olmadığı yerlerde kurlsız davranır, otokontrolünü sağlayamaz. Çocuğun baba ile birlikteliğinden mutlu olması, iyi vakit geçirmesi, devamlılığını istemesi babanın da aynı şeyleri yaşaması ve hissetmesi ile olacaktır. Geç saatlere kadar çalışan, eve geldiği zaman gürültü istemeyen, televizyonun karşısında oturmayı tercih eden babanın beklentileriyle onun işten gelmesi için sabırsızlanan, gününün nasıl geçtiğini anlatmak, oyun oynamak isteyen çocuğunun beklentilerinin birbiriyle uyuşmadığı aşikârdır. Böyle bir durumda çocuk sürekli babaya yaklaşmaya, onun dikkatini çekmeye çalışacak, baba da sürekli onu geri çevirecek, sessiz olması, kendi başına oynaması gerektiğini hatırlatacaktır. Başka bir olasılık da babanın çocuğun oyunlarına katılır gibi yaparak televizyon izlemeye ya da gazete okumaya devam etmesidir. Bu da ilk durumdaki gibi çocuğun ihtiyacını karşılamayacak, huzursuz olmasına, babaya daha ısrarlı ve hırçın davranmasına ya da onu görmezden gelmeye başlamasına sebep olacaktır. Baba o an için yorgunluğunu atıp kafasını dinleyebildiği için memnun olacak, fakat ilerleyen zamanlarda oluşabilecek iletişim eksikliği karşısında sıkıntı yaşayacak, bunu telafi etmek için daha fazla çaba harcaması gerekecektir.

Çocuğun bütün isteklerini o an yerine getirmek, hiçbir zaman “hayır” dememek doğru değildir. Fakat çocuğa “hayır” ı kabul ettirebilmek ve öğretebilmek için “evet” ten yola çıkmak gerekir. “Evet, oyun oynayabiliriz, ben banyodan çıktıktan sonra.”, “Evet, senin okulda yaptıklarını çok merak ediyorum, yemeğimizi yerken bana anlatmanı çok isterim.”

“Evet” mesajı veren, fakat çocuğu sınırlandıran cümleler, “Hayır” mesajı veren ve çocuğa isteğinden tamamen vazgeçmesi gerektiğini hissettiren cümlelerden çok daha işlevseldir. İsteklerinin, ihtiyaçlarının dinlenmesine ve dikkate alınmasına alışan çocuk, yani “Evet” i duymuş ve yaşamış çocuk, “Hayır” ının gerekçelerini daha kolay kavrar ve hemen olmasa da kabullenmeye başlar. Kısacası, üç gün üst üste çocuğuyla ilgilenen, birebir vakit geçiren ve bundan mutluluk duyan babanın çocuğu, dördüncü gün baba yorgun olduğu için onunla oynayamayacağını söylediğinde bunu daha kolay kabullenir.

Çocuk reddedilmekten hiçbir zaman memnun olmaya-
caktır. Fakat bu yolla sizin de ihtiyaçlarınız olduğunu,
zaman zaman yorgun olabileceğinizi fark edecektir.

Günümüzde babalar, çocuk bakımında da, eğitimin-
de de, en az anneler kadar başarılı olabileceklerini
göstermektedir. Çocuğun beden ve ruh sağlığına
sahip olabilmesi için bir anne, bir de baba modeline
ihtiyacı olduğu unutulmamalıdır. Baba annenin yerini
tutamaz, anne de babanın yerini dolduramaz. Her
birinin cinsiyetlerine uygun olarak yerine getirmekle
yükümlü olduğu görevler farklıdır. Bu nedenle anne
de baba da kendi payına düşen görevi üstlenmeli;
çocuğun bakım ve eğitiminde birlikte rol almalıdır.

Erkek çocuğun özdeşim kurabileceği bir baba mode-
line çok ihtiyaç duyduğu bir gerçektir. Çocuk babayı
izler, onun davranışlarını öğrenir, benzer durumlarda
benzer tepkileri vermeye başlar. Baba gibi güçlü olmak
ister, yeri geldiğinde onunla çatışır. Annenin ilgisi ve
sevgisini babadan uzaklaştırmak ister. Erkek çocuk
ve baba ilişkisi, çocuğun erkek olma rolünü babayla
özdeşim kurarak ve mücadele ederek öğrenmesini
sağlar. Kısacası erkek çocukların cinsel kimlik gelişimi
açısından babanın rolü çok önemlidir. Kız çocuğun
da gelişim sürecinde babaya ihtiyaç duyduğu bir
gerçektir. Baba kız çocuğunun hayatındaki ilk erkek
olduğu için karşı cinse ve kadın-erkek ilişkilerine
dair ilk izlenimi ona veren kişidir. Bir kızın babasıyla
kurduğu ilişki ve içinde bulunduğu etkileşim onun
ileriki yıllarda karşı cinsle olan, eşiyle, patronuyla,
arkadaşlarıyla ve çalışma arkadaşlarıyla kuracağı
ilişkiyi de belirleyici olacaktır.

Birlikte Neler Yapılabilir?

Babanın çocuklarıyla ilgili olması ve kaliteli ilişki
kurabilmesinin çok önemli olduğu kesinlikle unu-
tulmamalıdır. Birlikte geçirilecek zamanı ayarlamak
ya da yapılacak şeye karar vermek zor olabilir. Hafta
sonu dışarı çıkıp, alışveriş merkezine gitmek birçok
anne-baba tarafından yeterli görülebilir. Fakat bu
aktivite kaliteli zaman geçirmenizi sağlamaz.

**Çocuğunuzla birlikte yapabileceğiniz bazı
aktiviteler hem sizin hem de çocuğunuzun
geçireceğiniz süreden keyif almanızı ve yarar-
lanmanızı sağlayacaktır.**

- Ev dışındaki oyunları birlikte oynayın. Birlikte bi-
siklete binin, top oynayın, parka gidin.

- Ev içinde de birlikte oyun oynayın, resim yapın.
Birlikte oyun oynamak hem eğlencelidir, hem de
çocuğunuzun daha yakından tanımanıza olanak
sağlar. Aynı zamanda o da sizin hakkınızda daha
fazla bilgiye sahip olur.

- Evdeki sıradan nesneleri kullanarak oyun alanı
yaratın. Yastıklardan kale inşa edin, kap ve kaşıkları
kullanarak müzik yapın.

- Çocuğunuza kitap okuyun. Gün içinde veya o uyu-
madan önce kitap okumanız onun için hem duygusal
hem de bilişsel anlamda çok yararlı olacaktır.

- Çocuğunuzun ilginç bulduğu şeylerden konuşun.
Konuşurken onu sorguya çekmeyin. Keyif aldığı
aktiviteleri öğrenmeye çalışın.

- Zamanınızı bilgisayar oyunları, tablet veya televizyon
karşısında geçirmeyin. Bu şekilde vakit geçirmeniz
çocuğunuzun tatmin etmeyecek, bittikten sonra yine
sizinle oyun oynamak isteyecektir.

- Çocuğunuzun mutlaka dinleyin. Sizinle geçirdiği kısıtlı
zamanda mutlaka bir şeyler paylaşmak isteyecektir.
Yaşadıklarına, düşündüklerine ve hissettiklerine dair
daha fazla bilgi sahibi olmak sizi de mutlu edecektir.

Unutmayın!

- Bütün çocuklar sevgiye ve desteğe ihtiyaç duyar.
Siz de baba olarak bu sevgiyi ve desteği sağlamada
büyük bir rol oynuyorsunuz.

- Baba olarak çocuklarınızın yaşamlarına ilgi duy-
manız onlara değerli ve önemli olduklarını, güvende
olduklarını hissettirir.

- Çocuğunuza hissettiklerinizi gösterin, sarılın, ku-
caklaşın.

- Mükemmel olmaya çalışmayın. Çocuğunuzun her
zaman mutlu edemezsiniz. Bazen sınırlandırmanız
da gerekir. Sınırlar konusunda net olun, ama öfkeye
kapılmamaya dikkat edin.

- Eşinizle çocuğunuza uygulayacağınız sınırlar ko-
nusunda uyum içinde olun.

- Güçlü, sağlam ve güvenilir bir baba modeliyle bir
arada olması çocuğun okul öncesi dönemde yaşa-
yacağı bir takım korkuları daha kolay atlatmasını
sağlayacaktır.

DİKKAT EKSİKLİĞİ ve HİPERAKTİVİTE (DEHB)

- Ercan, E. S., Erdoğan, İ., & Tamar, M. (1998). Dikkat eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Etiyolojisinde Genetik, Nörolojik ve Perinatal Etkenlerin Önemi. Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları
- Soysal, A. Ş., & Özdemir, B. (2004). Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğuna Genel Bir Bakış.
- Şenol, S., İşeri, E., & Koçkar, A. İ. (2006). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu. HYB Yayıncılık.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu'nun (DEHB) temel özelliği, kalıcı ve sürekli olan dikkat süresinin kısalığı, engellemeye yönelik denetim eksikliği nedeniyle davranışlarda ya da bilişte ortaya çıkan ataklık ve huzursuzluktur. Bunun sonucu olarak çocukta bulunduğu gelişim dönemine uymayan dikkatsizlik ya da aşırı hareketlilik vardır. Başlangıcı genellikle üç yaş dolaylarında olmakla birlikte, tanı düzenli öğrenim için gerekli dikkat süresi ve yoğunlaşmanın gelişmesinin beklendiği ilkökul yıllarında konmaktadır.

DEHB'nin Üç Temel Belirtisi:

1.Aşırı Hareketlilik: Her çocuk hareketli olabilir, düşer, kalkar, oynar, zıplar. Bunları doğal karşılarız ancak hiperaktivite denince aklımıza gelen çocuk, akranlarına göre aşırı kıpır kıpır ve hareketlidir. Yerinde oturamama, hareketsiz duramama söz konusudur. Ancak bu durum kontrolsüzce düz duvara tırmandıracak boyutta değildir. Hiperaktivite okul öncesi dönem (3-6 yaş arası) çocuklarında daha belirgin olarak fark edilir. Bu çocuklar oturmayı sevmezler, ev içinde koşuşturur, “dur” ve “yapma” sözünden anlamazlar. Oturmak zorunda kaldıkları durumlarda ise elleri, ayakları kıpır kıpırdır. Zıplamayı, yüksekleri tırmanmayı ve atlamayı çok severler. Ders çalışırken, yemek yerken, hatta TV seyredirken dahi şekilden şekile girerler. Çok konuşur, iki kişi konuşurken sık sık lafa girerler. Masanın başında oturamadıkları için, derslerini masada çalışmayı sevmezler. Yetişkinlikle birlikte hiperaktivite de belli oranda azalabilir.

2.Dikkat Eksikliği: Dikkat eksikliği çocuğun dikkat süresinin yaşına göre kısa olması ve özellikle okuma, yazma ve matematik gibi akademik alanlarda dikkatinin kolay ve çabuk dağılması anlamına gelir. Okulun başlamasıyla birlikte öğrenmeye karşı ilgisizdirler. Ödev yapmayı sevmez, anne, baba ya da öğretmenin zoruyla ödev yaparlar. Çeşitli bahanelerle (tualete gitme, su içme gibi) sık sık masa başından kalkarlar. Ders çalışırken sürekli yanlarında birini isterler. Üzerlerine aldıkları bir işi bitirmekte zorlanır, bir işi bitirmeden başka işe geçerler.

3. Dürtüsellik: Çocuklar, hayatın ilk yıllarında dürtüleriyle hareket eder ve bu durum aile ve çevre tarafından yadırganmayan, beklenen bir durumdur. Yıllar geçip büyüdükçe bu dürtüsel davranışlar kontrol altına alınır ve daha kabul edilebilir davranışlar kazanılır.

Çocuklar” büyüdükçe sonunu düşünmeden eyleme geçme” olarak tarif edilebilecek olan dürtüsellik, sosyal uyumlarını bozan en ciddi belirtidir. Sabırsızlıkları, sırasını beklemekte güçlük çekmeleri ve yönergeleri dinlememeleri tipik özellikleridir. Kendileri ve çevresindekiler için zararlı olabilecek ani hareketleri ve sınır tanımadaki zorlukları davranış sorunlarının ilk habercileri gibidir. Akranlarıyla birlikte geçirdikleri vakitlerde, olaylara aşırı tepki vermeleri ve fiil ve sözle

arkadaşlarını rahatsız etmeleri nedeniyle toplum içinde istenmeyen çocuk ilan edilirler. Bu çocuklar disipline olmadaki zorlukları nedeniyle kuralları sevmezler ve kurallara ve otoriteye karşı gelirler. Kendi düşüncelerine göre hareket etmeyi sever ve tercih ederler, hatalardan ders çıkaramazlar.

Ailenin sürekli konuşup nasihat etmesi, yanlışları konusunda çocuğu uyarması, çocuğun hatalarından dönmesini sağlamaz. Dürtüsellığı olan çocuklar yalnızca anne baba ve yakın akrabalarıyla olan ilişkilerinde sorun yaşamazlar. Ancak sosyal ortamlara girdiklerinde çevresindeki insanlarla uyum sorunu yaşarlar. Özellikle okul öncesi eğitime başladığında yuva ya da anasınıfında var olan kurallar onları hayli rahatsız eder. Genellikle de gösterilen bütün olumlu yaklaşıma rağmen sınıf ortamının düzenini bozma, diğer arkadaşlarını rahatsız etme, hatta bazen diğer arkadaşlarına zarar verme davranışı da devam eder. İşitsel dikkati bozuk olan çocuklar, sanki konuşuldu dinlemiyormuş görüntüsü verirler. Bir komutu bir kaç defa söyledikten sonra yerine getirirler. Bir komut verdiğinizde “tamam” der ancak söyleneni yapmazlar. Sınıfta öğretmeni dinlemekte zorlanırlar ve dışarıdan gelen uyarılarla hemen dikkatleri dağılır. Elindeki kalem, defter ve oyuncak gibi malzemeyle uğraşır, dersi takip edemezler. Derste sıkılmaları nedeniyle sınıfın dikkatini ve huzurunu bozacak konuşma, arkadaşlarına laf atma ve garip sesler çıkarma gibi davranışlar sergileyebilirler. Bazıları ise ders anlatılırken dalıp gider ve akıllarından başka şeyler geçirir, gün içinde olanları ya da olacakları düşünür hayaller kurarlar. Bu durum dersleri kaliteli dinleme ve takip etmelerine engel olur. Sınıf öğretmeni çocuğun ya derste çok konuştuğundan ya da derste daldığından şikâyet eder.

Okuma ve yazma kaliteleri yaşlıtlarından kötü, defter düzeni ve yazıları bozuk olabilir. Okurken sık hata yapabilirler. Genellikle kelime uydurma, hece atlama ya da eklemelerine sık rastlanır.

Unutkan olabilirler, öğrettiğiniz ve iyi öğrendiklerini düşündüğünüz bir bilgiyi de çabuk unutabilirler. Zaman yönetimleri iyi değildir, organize olamazlar. Kendilerine uygun bir çalışma düzeni ve sistemi geliştiremezler.

Yaşanan tüm bu öğrenme zorluklarına sınavlarda dikkatsizce yapılan hatalar da eklenir. Sabırsızlıkları ve çabuk sıkılmaları, sorulan soruları yanlış okuma ve dolayısıyla da yanlış anlamalarına neden olur. Çok iyi bildikleri soruyu dahi basit hatalarla yanlış cevaplayabilirler. Bazıları sınavları yetiştirememe sorunu yaşarlar. Sonunda bilgileri ve bildiklerinden daha azı oranında not alırlar.

Dikkat eksikliği olan çocuklar evde ise günlük yapmaları gereken işler konusunda sorumluluk almak

istememezler. Genellikle dağınıktırlar ve kurallardan hoşlanmazlar. Dikkat sorunu olan çocuklar sevdikleri ve zevk aldıkları etkinliklerle ise uzun süre ilgilenebilirler. Daha çok kurallı öğrenmeye karşı isteksizdirler.

Dikkat eksikliği olan çocukların bir kısmı aşırı hareketli değil hatta çok ağır hareket eden çocuklar olabilir. Bu çocuklara hipoaktif çocuklar da denir. Çocukluk döneminde hiperaktivitesi olanların bir kısmı ergenlik dönemine girdiklerinde aşırı hareketlilikleri kalmaz ve hipoaktif olabilirler.



Dikkat Eksikliği Hipoaktivite Belirtileri:

- Unutkanlık
- Dalgınlık, hayal âleminde gibi olma
- Dağınıklık
- Tembellik
- Zevk aldığı işler dışındaki işlerde aşırı isteksizlik
- Sürekli TV seyretme ya da bilgisayar oyunu oynama
- Bir yere giderken sürekli geç kalma
- Boş vermiş bir tavır sergileme
- Hırslı olmama, olanla yetinme
- Sakarlık, beceriksizlik, spora yatkın olmama
- Zamanı iyi kullanamama, sürekli oyalanma, zaman yönetiminin iyi olmaması
- Başladığı bir işi bitirememe
- Çabuk sıkılma
- Evdeki basit sorumlulukları yerine getirmeme (temizlik, düzen, vs.)
- Erteleme ve öteleme
- Verilen bir komutu "tamam" ya da "bir dakika" deyip yapmama
- Ödev yapmanın çok uzun sürmesi
- Hayali oyunları fazlaca sevmeye
- Verilen komutları sanki duymuyormuşçasına hareket etme, komutları yerine getirmeme.

Bu çocuklar aile içinde ve okul yaşantısında sorun yaşarlar, "tembel ve sorumsuz" olmakla suçlanırlar. Yaşadıklarının bir rahatsızlık olduğu anlaşılmamışsa eğer, cezalar, aşağılamalar ve aşırı baskı ile karşılaşır. DEHB'nin belirtileri ana çizgileriyle; dikkat eksikliği, aşırı hareketlilik ve dürtüsellik bileşenleri olarak özetlenebilir. Bu bileşenlerin ortak etkileşimi sonucunda da; başladığı bir işi bitirememe, aynı anda birden fazla işle meşgul olma, doyumsuzluk, engellenme eşiğinin düşük olması, tutarsızlık, kararsızlık, yetersiz sosyal yargılama, kaba motor aktivite düzeyinde aşırı hareketliliğe karşın ince motor becerilerin yaş grubu altında olması, dikkatini toplayabilme ve duruma odaklanma becerilerinin düşük olması en önemli özellikleridir.

Zorlayıcı yaşam olayları, aile düzenindeki bozulma ve diğer anksiyete yaratan nedenler DEHB belirtilerinin

ortaya çıkmasında ya da sürmesinde etkili olabilmektedir. Eğilim yaratan nedenler arasında çocuğun huyu, genetik-ailesel nedenler ve toplumun davranış ve başarı ile ilgili beklentileri vardır. DEHB olan çocukların birinci dereceden kan bağı olan akrabalarında da bozukluğun sık olduğu bulunmuştur.

Klinik örneklemelerde yapılan aile çalışmalarında DEHB olan çocukların anne babalarında DEHB olma riskinin 2 ile 8 kat fazla olduğu saptanmıştır. DEHB olan kişilerin hem anne babalarında hem de kardeşlerinde DEHB riskinin yüksek olması dikkat çekicidir.

Bozukluğun yaygınlığının ve seyrinin belirlenmesi açısından en az iki farklı ortamda (ev ya da okul gibi) belirtilerin ortaya çıkması gerekmektedir. Bu ölçütlere ek olarak DEHB tanısını destekleyen ek özellikler de bulunmaktadır. Bireyde gözlemlenen saldırgan davranışlar ve davranım bozuklukları, akademik başarıdaki düşüklük, akranlarla uyumsuz ilişkiler, aile içi iletişim tanı aşamasında önemli ip uçlarıdır. DEHB tanısı ile izlenen çocuklarda ergenlik ve erişkinlik döneminde yüksek oranda eş zamanlı psikiyatrik bozukluklar görülmektedir.

Depresyon, kaygı bozuklukları, karşıt olma karşıt gelme bozukluğu, özkıyım, tourette sendromu ve enürezis nokturna DEHB ile birlikte en sık görülen rahatsızlıklardır. Bu bozuklukların da eklenmesi tedavi sürecinin uzamasına ve farklı sorun alanlarının ortaya çıkmasına yol açmaktadır.

DEHB tüm dünyada olduğu gibi, ülkemizde de yaygın olarak görülmekte, tedavi edilmediğinde yaşamın ileriki dönemlerinde yaşam kalitesini düşürmekte ve pek çok psikiyatrik bozukluğa yol açabilmektedir. Bu nedenle, hastalığın uygun psikiyatrik yaklaşımlarla tedavi edilmesi gerekmektedir.

Dikkat Eksikliği Bozukluğu, yapısal bir sorundur. Beynimizin dikkat merkezinde yaşanan biyokimyasal bir problemdir. Çocuğun elinde olmadan gelişen bir klinik tablodur. Bu durumda çocuğun tedavi edilmemesi aslında çocuğa yapılan bir haksızlıktır. Hak etmediği bir muamele ile karşılaşan çocukta, uzun vadede özgüven sorunu olması kaçınılmazdır.



Aile öncelikle, çocuğunda dikkat eksikliği bozukluğu probleminin varlığını kabul etmeli ve çocuğun davranışlarını yönlendirirken bu durumu mutlaka göz önünde bulundurmalıdır. Dikkat sorunu çocuğun yaşam kalitesini olumsuz olarak etkiliyor ve/veya akademik başarısını düşürüyor ise mutlaka ilaç tedavisi uygulanır. Aile bu konuda bilgi sahibi olmalı ve bir çocuk psikiyatristi ile tedaviyi sürdürmelidir.

Doğru Bilgilenme ve Aile-Okul İşbirliği

DEHB tedavisinin ilk şartı, aile, okul ve hekim arasında sıkı işbirliği ve doğru bilgilenmedir. DEHB evde olduğu kadar okulda da sorun yaşanmasına neden olur. Öğrenmeyle ilgili sorunlar yanında arkadaş

ilişkilerinde yaşanan sorunlar ve kurallara uyma güçlüğü aile ve okulun ortak ve sağlıklı yaklaşımlarıyla aşılabılır. Çocukla olan ilişkimizi düzenleyebilmek için DEHB belirtilerini yanlış yorumlamamak gerekir. Çocuğun davranışlarını ya da derslerle ilgili zorluğunu yaramazlık ya da tembellik olarak yorumlayan anne babalar çocukla ilişkilerini bozacak derecede sürekli ceza verme eğilimindedirler. Oysa bu çocukların cezalardan pek anlamadıkları kısa süre içinde görülecektir. Tedavide çocukla yeniden sağlıklı ilişki kurabilmenin yolları aranır. Ailenin çocuğa yönelik tutumları gözden geçirilerek yanlışlar ayıklanmaya çalışılır. Anne baba ve eğitimcilerin DEHB konusunda yazılmış bilimsel eserleri okuması gerekir.

ÜSTÜN YETENEKLİ BİR ÇOCUĞA SAHİP OLMAK

Üstün ve özel yetenekli olarak nitelenen çocukların avantaj olarak görülen özelliklerinin aile, sosyal çevre ve eğitim ortamında önyargı ve yanlış anlaşılmlarla dezavantaja dönebildiği sıklıkla görülebilmektedir. Ülkemizde ne yazık ki üstün yetenekli çocuklar için yapılanlar yok denecek kadar azdır. Verilen eğitim alanında yetersizlikler ve ne yapılacağının aile ve okul tarafından bilinmemesi bu çocukların toplumda kaybolup gitmesine neden olmaktadır.



Üstün Zeka / Yetenekli Çocuk Kime Denir?

"Zihinsel yeteneklerinin ya da zekalarının birden çoğunda akranlarına göre üstün performans gösteren ya da gizil güce sahip, yaratıcılık yanı güçlü olan ve başladığı işi tamamlama, üstesinden gelmede yüksek görev anlayışı bulunan çocuklar üstün zeka / yetenekli olarak tanımlanmaktadır." (Ataman, A.)

Bu tanımın dışında MEB, üstün ve özel yeteneği; zeka, yaratıcılık, sanat, spor, liderlik özelliği ve akademik

başarı bakımından yaşıtlarına göre daha üst seviyede performans gösterme olarak tanımlamıştır. Aynı zamanda 3 alt başlık altında kategorilendirilmiştir:

Üstün Zekalı Çocuklar: Yaşıtları arasında % 98'inden daha üstün başarı gösteren ve zeka testlerinde sürekli 130 ve yukarı bir zeka bölümü sağlayan çocuktur.

Özel Yetenekli Çocuklar: Bu çocukların zeka bölümleri sürekli olarak 120 ve üzerindedir. Matematik, fen, teknik ve güzel sanatlar gibi alanlarda yaşıtlarından belirgin ölçüde üstündürler.



Parlak Çocuklar: Normalin üstü çocuktur. Üstün zekalı çocuklar ile aralarında farklılıklar bulunur.

Üstün zeka veya özel yeteneklilik 5 temel insan özelliği arasındaki etkileşimden oluşur.

1. Ortalama Üzeri Yetenek Düzeyi
2. Ortalama Üzeri Motivasyon ve Tükenmeyen Enerjileri
3. Ortalama Üzeri Yaratıcılık
4. Ortalama Üzeri Görev Algıları
5. Ortaya Zihinsel ya da Maddi Bir Ürün Koyabilmeleri

Parlak Çocuk

Yanıtları bilir
Soruları yanıtlar
Kolay öğrenir
3-5 tekrarla tam öğrenir
Düşünceleri anlar
Anlamı yakalar
Okulu sever
Bilgileri emer
Doğru, ardıl sonuçtan hoşlanır
İyi fikirleri vardır
Dikkatini yoğunlaştırır
İyi ezberler
Teknikçidir
Çok çalışır
Öğrendiği kadarıyla tatmin olur
Üst grubu oluşturur
Ayrıntılarla ilgilidir

Üstün Çocuk

Sorular sorar
Ayrıntıları görür, tartışır, zenginleştirir
Zaten biliyordur
Tam öğrenmesi için 1-2 tekrar yeterlidir
Soyutlamalar yapar
Varsayımlar ortaya atar
Yeni bir desen yaratır
Öğrenmeyi sever
Bilgilerle oynar
Karmaşıklıktan hoşlanır
Çılgın, saçma düşüncelere sahiptir
Hem zihinsel hem de fiziksel olarak katılır
İyi tahmindir
İcatçıdır
Çalışmaz görünse de sınavlarda başarılıdır
Çok fazla özeleştirir
Grubun ötesindedir
Yetişkinleri tercih eder

Üstün Yetenekli Çocukların Temel Özellikleri

Okul Öncesiinden Okul Sürecine

Fiziksel Özellikler:

- Göz-el koordinasyonları erken gelişir.
- Gelişim evreleri bazen hızlı atlanır. (Emeklemeden yürümek)
- Bebeklik döneminde olağanüstü hareketlidirler.
- Olgunlaşma daha hızlı gerçekleşir.
- Aşırı duyarlı sinir sistemine sahiptirler. Duyusal uyarımlara çok güçlü tepki verirler.
- Hastalıklara karşı dirençlidirler.

Sosyal Özellikler:

- Yaşıtları yerine kendilerinden büyük çocuklarla ya da yetişkinlerle oyun oynamak isterler.
- Ses, mimik ve konuşmalara duyarlılık içerisinde olduklarından, kişilerin kişilikleri hakkında çıkarımda bulunabilmektedirler.
- Yeni ve değişik koşul ve durumlara kolay uyum sağlarlar.
- Çoğunlukla lider olma eğilimindedirler.
- Espri yetenekleri gelişmiştir.

Kişilik Özellikleri:

- Amaç ve idealleri yüksektir.
- Bağımsız olma özellikleri vardır. Bu özellikleri çalışma ortamlarında da gösterirler.
- İçten denetimlidirler. Bir işe başlamak için dışarıdan bir desteğe ya da yönergeye ihtiyaç duymazlar.
- Özgüvenleri oldukça yüksektir.
- Mükemmeliyetçidirler.
- Aşırı duygusal olabilirler. Sosyal meselelere aşırı duyarlılık gösterirler. (Savaş, ölüm, küresel ısınma)

Zihinsel Özellikler:

- Kısa süreli ve uzun süreli hafızaları çok iyidir. Kolayca ezberleyebilirler.
- Okumayı çoğunlukla kendi başlarına öğrenirler.
- Sayılara erken yaşta ilgi duyarlar. Kendilerine özgü hesaplama yöntemleri olabilmektedir. Matematiksel akıl yürütme başarıları yüksektir.
- Okuduklarını çok iyi anlar ve analiz ederler.
- Sebep - sonuç ilişkisine ilgi duyarlar.
- Ayrıntılara odaklanırlar.
- Aynı anda iki işi birden yapabilirler.

- Sözcük hazneleri çok geniştir.
- Kavram oluşturabilme özellikleri vardır.
- Genelleme ve soyutlama yapabilme güçleri yüksektir.

Üstün Yetenekli Fakat Düşük Performanslı Çocuklar

Bu çocuklar, zeka potansiyeli fark edilir şekilde ortalamanın üzerinde olmasına karşın okul performansları ile beklentilerin az ya da çok gerisinde kalan çocuklardır. (Wagner, H.)

Özellikleri:

- Kaygılıdır.
- Stres ortamında düşünsel süreçleri kolayca bozulabilir.
- Değiştirme gücüne sahip olamadıklarını düşünürler.
- Kısmi performans gösterebilirler. (Yavaş yazma, motor becerilerindeki gerilik ya da 87 yerine 78 yazmak gibi.)
- Hiperaktivitesi olan ya da olmayan üstün yetenekli çocuklar dikkat kaybı yaşadıklarında çok dağınık olmaktadır. Ayrıca motive olamamaktadırlar.

Unutulmamalı ki;

Üstün yetenekli çocuklar çok farklı özellikler gösterebilirler. Bu özellikler onların fark edilmesini kolaylaştırdığı gibi zorlaştırabilir de...

Üstün yetenekli çocuklar aileleri, öğretmenleri, arkadaşları ve sosyal çevresi ile iletişim kurarken bazı tutum ve önyargılarla karşı karşıya kalırlar:

Aileler:

- Çocuklarının potansiyelinin farkındadırlar.
- Çocuklarından beklentileri oldukça yüksektir ve çoğu zaman onları bir yetişkin olarak algırlar.
- Çocuklarını olduklarından başarılı gören aile sayısı azdır. Bunun nedeni ise ebeveynlerin çoğunlukla bardağın boş tarafını doldurma eğiliminde olmalarıdır.
- İlerleyen süreçte anne ve babalar daha çok çocuklarının mutlu olmalarını önemserler.

Öğretmenleri:

- Üstün yetenekli çocukların yarısından fazlası malesef öğretmenleri tarafından fark edilememektedir.
- Öğretmenler bazen temel potansiyel yerine mevcut potansiyeli dikkate alabilmektedir.
- Potansiyelin performansa dönüşmediği durumlarda hayal kırıklığına uğralar.

- Üstün yetenekli olmak sadece bir potansiyeldir. Unutulmamalı ki potansiyel her zaman performansa dönüşemeyebilir. Hatta çoğunlukla çocukların ileri zekalı olarak tanımlanmalarına neden olan durum yüksek akademik performans değil okulda sorun yaşıyor olmasıdır.

Arkadaşları:

- Oyunun kurallarını kendisine göre belirleyen ve değiştiren
- Zorlayıcı
- Bilgiç
- Ukala
- Anlaşılmaz şeylere dikkat çeken kişiler olarak tanımlarlar.

Ailelere Destekleyici Öneriler:

- Çocuğunuzun merakını mutlaka gidermelisiniz. Konu hakkında bir bilgiye sahip olmanız bile birlikte araştırarak yanıt aramalısınız.
- Anne ve babaların iyi birer dinleyici olmaları önemlidir. Kendi yaşıtları yerine düşüncelerini, değerlendirmelerini ya da çıkarımlarını bir yetişkinle paylaşmaktan hoşlanırlar.
- Çocuğunuza diğer çocuklardan farklıymış gibi davranmanız kendisini arkadaş ortamından soyutlamasına neden olacaktır. Üstün yönlerini ortaya çıkaracak olanaklar sağlanacağı gibi arkadaşları ile ortak yapabilecekleri çalışmalara katılması da desteklenmelidir.

- Sürekli olarak soru sorması size “Yeter artık.” dedirtmemelidir. Gerçekten öğreneceği çok şey olduğuna inanmaktadır ki sınırsız öğrenme potansiyeline sahiptir.
 - Çocuğunuzun ilgi alanını ya da alanlarını doğru gözlemlemeli ve o alanlara yoğunlaşmalısınız.
 - Okul ve öğretmenleri ile işbirliği içerisinde olmalısınız.
 - Beklentilerin yüksek olduğu ailelerde üstün yetenekli çocukların boş veya gereksiz vakit harcamaları yadırganabilmektedir. Onların da çocuk olduğu unutulmamalıdır.
 - Zihinsel ilerlemesi kadar fiziksel ve toplumsal becerilerini geliştirmesine destek olmalısınız.
 - Çocuğunuzu asla diğer arkadaşları ve akranları ile kıyaslamamalısınız.
 - Başarılarını ne abartmalı ne de olduğundan daha aşağıda değerlendirmemelisiniz.
 - Evin PATRONU olmasına izin vermemelisiniz. Anne ve babanın tutarlı davranışları ile belirlenmiş kurallara uymasına önem vermelisiniz.
- Sonuç olarak, adına üstün yetenek ya da ileri zeka desek de bu özelliğin bir potansiyel olduğu ve desteklenmediği sürece köreleceği bir gerçektir. Ailede başlayacak olan farkındalık, okulda işbirliği ile devam etmelidir.**



SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR?



Çocuklar gelişim süreçleri içerisinde pek çok şeyi merak eder ve anlamak isterler. Aynı zamanda ne kadar ileri gidebilecekleri, neleri yapıp yapamayacakları, dokunursa ne olacağı... gibi pek çok şey onun dünyasında merak ve keşfetme konusudur. Bu süreçte sınırlar çok önemli bir işleve sahiptir. Sınırlar çocukların kendilerini güvenli ve doğru hissettikleri alanlar yaratır.



Çocuk kendi sorumluluğunu üstlenir, kendi kararlarını verebilecek cesarete erişir, sorunlarını çözme gücüne ulaşarak, ilerde karşılaşılabileceği görevlere onu hazırlayacak pek çok deneyim kazanmasına olanak verir.

Sınırlamalar çocuğa belli durumlarda nelerin yapıp nelerin yapılamayacağını gösterir. Çocuk kendine özgü varlığının farkına varır. Kendine ve böylece başkalarına saygısı gelişir. Kendini başkalarından ayırt edebilir ve dolayısıyla sosyalleşme sürecinde başkalarının da kendisinden farklı yönleri olduğunu ve onları da o şekilde kabul etmesi gerektiğini öğrenir.

Bu yönüyle de çocuğa sınır koymak, çocuğa destekleyici, koruyucu ve yaşama hazırlayıcı bir işleve sahiptir.

Sınırlar aynı zamanda çocuğa onaylanan davranışların yolunu gösterir.

Bir yerden başka bir yere giderken adres bilmediğimiz zaman işimiz zorlaşır ve kafamız karışır. Aynen çocuk için sınırlar koyarken de durum böyledir. Sınırlar açıkça belirlendiği ve belirlenen sınırlar tutarlı olduğu sürece çocukların bu yolu anlayıp ilerlemesi kolaylaşır. Belirsiz ve tutarsız sınırlar olduğunda çocuklar yoldan çıkıp kaybolur.

Sınırlar ilişkileri belirler

Çocuk bir davranışta bulunduğu anda anne babasının gözünün içine bakar ve nasıl bir tepkiyle karşılaşıacağını ve davranışının onaylanıp onaylanmayacağını merak eder. Bu sayede de başkalarına karşı ilişkilerinde nasıl bir yol izlemesi gerektiğini belirler. Bütün bunlar çocuğun dünyasında adım adım oluşurken, esas önemli olan alan çocuğun evidir. Çünkü çocuk evinde anne ve babasıyla birlikte bütün bu yaşananlarla dış dünyaya hazırlanır. Okulda meydana gelen sınırsızlıklar aslında çocuğun ev ortamında yaşadığı özgür davranışlarıyla birlikte okula getirdikleridir. Çünkü bütün bu deneyimlerinin ilk merkezi çocuğun evidir. Ev çocukları dış dünyaya hazırlayan eğitim yeri gibidir. Çocuk evde yaşadığı tecrübeler neticesinde yapacağı davranışların ne kadarının katlanılabilir olduğunu okulda görmek, denemek ister.

Sınırlar olmazsa, bireysel özellikler ve kişilik oluşmaz. Sınırlar olmazsa var olabilme ve kendi kararlarını kendi verebilme yeteneği çocukta gelişemez. Durum böyle olduğunda da ebeveynler ilerde daima çocukların kuralları zorlayan hareketleriyle uğraşmak göreviyle karşılaşır.

Sınırların erken yaşlardan itibaren konulmaya başlanması çok önemlidir. Özellikle 3 yaş bu süreçte çok önemlidir. Çünkü çocuklar o dönemde anne babalarına kayıtsız şartsız güvenirler. Bu işimizin kolay kısmıdır. Fakat zor olan kısmı ise ebeveynlerin sınırları belirlerken, çocuğun birtakım deneyimleri yaşamasını engelleyerek veya aşırı tepkiler vererek ve sınırları çok dar tutarak çocuğa farkında olmadan zarar vermesidir. Sesimizin yükselmesi zaman zaman kontrolsüz atılan tokatlar ya da gereksiz cezalar bu süreçte çocuğun kafasının karışmasına ve bu cezayı neden aldığını bilmemesine yol açar. Bu yüzden ebeveyn olarak kontrollü olmamız çok önemlidir. Çocuklar her zaman anlamı açık sınırlamalar isterler. Sınırları koymak ebeveynlerin görevidir.

Bu sorumluluğu yüklenmeli ve sonra da çocukları bu sınırlara uymaya ikna etmeliyiz.

Hiçbir sınır koymadan çocuğu yetiştirmeye çalışmak, çocuğun yalnız kalmasına ve kişi olarak hiç ilgi görmediğini hissetmesine yol açmak demektir. Böyle olduğunda çocuk kendisini terk edilmiş hisseder. Bazı sınırlamalar getirilerek çocuğun kendini bir gruba, diğer insanlara ve ailesine ait hissetmesi sağlanır.

Çocukla yoğun bir bağlantı kurulursa çocuğun kendine güveni gelişir ve diğer insanlarla ilişki kurar. Alışılmış, kabul görmüş davranışlarla, alışılmamış davranışlar arasındaki farkı, kendisi denemeksizin anlayabilir. Çocuk bir yönlendirme duygusunu yaşar. Bu ne kadar güçlüyse, çocukta önünde gördüğü örnekler göre o kadar yoğun ahlaki değerler oluşur. Duygusal açıdan sağlam bağlarla çevrelenmiş çocuk, diğer insanlarla ilişki kurmada cesaretli olur, yeni deneyimlere girişmekten kaçınmaz.

Kararlı davranmak cezalandırmak demek değildir.

Cezalar çocuğun rahatsız edici davranışını değiştirmez aksine sadece o durumu geçici olarak sonlandırır. Mesela 'artık sinirlenmeye başlıyorum' sözü çocuk için sadece o anlık alınan bir uyarıdır fakat uzun

vadede bir işlevi olmayacaktır. Asıl önemli olan sınırların aşılması halinde kararlı davranılmasının ne kadar önemli olduğudur.

Küçük çocuklara sınırlamalar getirirken yapılan iki önemli hata:

1- Ebeveynler çocuklarıyla iletişim halindeyken genellikle çok söz söyleyip davranışlarında o netliği çocuklarına hissettiremezler, bu da açık iletişim kuramaları anlamına gelir. Çocuklar, bizim kurallarımız ve beklentilerimiz konusunda net ve açık mesajlar almalıdır ki doğru davranışlar sergilemeyi öğrenebilsinler. Bunu başarmaları bize bağlıdır.

2-Çocuk sobaya yaklaştığında 'bu tehlikeli ' diye ikaz etmek çocuğu tedirgin eder fakat nedenini bir türlü anlayamaz. Halbuki elini uzattığında sıcaklığı hissettiğinde nedenini anlayacaktır. Bu yüzden durumun tehlikesini çocuğa kavratmak istiyorsak önce anlamasını sağlamalıyız.

Çocuklar her zaman ebeveynlerinin anne baba gibi davranmalarını beklerler. Kararlı ve net olduğumuzu hissetmek isterler. Aksi halde kafaları karışır. Anne baba olarak yetkinliğimizi hissettirdiğimizde sınırlamalar çocuğumuza güven duygusu verecektir.

Çocuklarımıza güçlü mesajlar vermeliyiz:

Ben senin her zaman yanındayım.

Bana güvenebilirsin.

Ben senin annenim- babanım.

Sınır koymalı ama nasıl?

Sınır koyarken:

-Anne ve babanın aynı fikirde olması oldukça önemlidir.

Aksi halde anne baba olarak kurallar koyarken yaşadığımız uyumsuzluklara şahit olan çocuğumuz durumu fark edecek ve hangi ebeveynin ne istediğini anlayamayacağı gibi nasıl davranması gerektiği konusunda da kafa karışıklığı yaşayacaktır.

-Sınırın iyi tanımlanması çok önemlidir.

Sınırın neden ve hangi durumlarda ne için konulduğu çocukla açık bir dille net olarak ifade edilmelidir.

-Sınırın esnek ve değişken olmaması (Bu, yaş ilerledikçe değişebilir.)

Ebeveyn tarafından koyulan sınırlar çocuğun gelişim sürecine göre değişiklik gösterebilmeli ve bu anlamda esnek sınırlamalar konulmalıdır.

-Sınırlara uyulması takdir edilmeli.

Çocuk ebeveyn tarafından konulan sınırlara uyum gösterdiği takdirde sözlü ya da ufak bir hediyeyle davranışı ödüllendirilmeli, takdir görmelidir. Bu durum ebeveyn tarafından da çocuğun davranışının takip edildiği hissini verecektir çocuğa.

-Anne baba kararlı olmalı.

Anne ve baba koyduğu kuralları birlikte takip etmeli. Belirlenen kurallarla ilgili bir kez görmezden gelip diğerinde izin vermezsek bu sefer koyduğumuz kuralın yaptırımı olmayacaktır. Bu defa çocuktan koyduğumuz sınırlarla ilgili beklediğimiz uyumu göremeyiz.

-Çocukla gereksiz güç mücadelesine girilmemelidir.

Çocukla inatlaşmak ve o an konulan sınırlarla ilgili söz münakaşasına girip sesimizi yükseltmemiz ve kontrolümüzü kaybettiğimiz durumlarda gücümüzü kullanmamız oldukça olumsuzdur. O an ebeveyn olduğumuzu ve sınırları bizim takip edeceğimiz hissini mutlaka çocuğa hissettirmeli, bir yandan da çocukla münakaşaya girmeden net olduğumuz göstermeliyiz. Çocuğumuz davranışlarımızda, ses tonumuzda ve mimiklerimizde o netliği hissettiği zaman eylemine son verecektir.

Ebeveyn olarak çocuklarımıza birtakım sınırlar koyarken nasıl bir yöntem kullandığımız çok önemlidir. Aşırı kısıtlayıcı sınırlar; çocuğa hayatı tecrübe etmek ve birtakım deneyimler kazanması anlamında çok az özgürlük verdiğinden uygun değildir.

Çok geniş sınırlar ise beraberinde yetersiz kontrolü getirir. Çocuk denetlenmediğini ve her şeyi yapabileceğini hissettiğinde denemek ve pek çok şeyi keşfetmek için fazla özgürdür. Bu da sosyal ilişki kurması açısından ve anne babayı zorlaması anlamında sonsuz bir boşluk meydana getirir. Böyle çocuklar sorumluluk almayı öğrenemezler. Sınırları görmezden gelirler ve onaylanan pek çok davranışında dışına çıkarlar. Çünkü ortada hesap vermesi gereken bir durum yoktur.

Kontrolün karışık olduğu tutarsız sınırlamalarda ise; kendimizi iyi hissettiğimizde birtakım davranışlara göz yumduğumuz fakat tahammülümüzün olmadığı durumlarda ise davranışa müsaade etmediğimiz zaman tutarsız davranmış oluruz. Çocuğun kafası karışır. Hal böyle olunca da çocuk o davranış sınır

koysak bile denemek ister ve izin vermediğimiz zaman isyan eder. Burada asıl problem konulan kuralların her zaman geçerliliğinin ve denetimin olmamasından kaynaklanır.

Dengeli sınırlar; eğer çocuk kendisinden ne istendiğini net bir şekilde öğrenir, aynı zamanda kurallara uymadığı zaman nelerle karşılaşacağını bilirse sınırlar dengeli konmuş olur ve çocuk itiraz etmez ya da bu sınırları zorlamak için çabalamaz. Dengeli bir şekilde verilen sınırlamalar da çocuğa sorumluluklara dayanan özgürlüğü getirir. Bu durum çocuğun deneme isteğini artırdığı gibi çocuğun büyümesi için de sağlıklı bir ortam yaratır.

Çocuklar yaşadıkları ortamın sınırlarını ve kuralları anlayıp öğrenmek isterler. Aynı zamanda kendilerinden ne istendiği, kontrolün anne babada mı yoksa kendisinde mi olduğunu, sınırları biraz zorladıklarında neyle ya da nelerle karşılaşabileceklerini deneyip yaşamak isterler. Önemli olan bu süreçte yukarda detaylı anlatıldığı gibi ebeveyn olarak nasıl bir yöntemi izlememiz gerektiğidir.

Unutmamalıyız ki ebeveyn olarak çocuklarımıza koyduğumuz sınırlamalar çocuklarımızın kendi varoşlularını keşfetmelerine hem de yaşadıkları ortamı kavramalarını sağlar. Çocuğumuza birtakım sınırlar koyarken her yaş grubu için bu sınırlamaların farklı gelişim gösterdiği unutulmamalı. Bu yüzden yaş ilerledikçe ve koşullar değiştikçe sınırlamalar konusunda esnek kurallar konulmalıdır.

Unutulmaması gerekenler:

Çocuğa yaşanan sorun mutlaka ana hatlarıyla anlatılmalı. Olumsuz ve kişiliğine yönelik 'Sen yaramaz bir çocuksun' gibi söylemler asla kullanılmamalı.

Ebeveyn olarak çocuğun gerçekten sorunu anladığından emin olmalıyız. Sorunu çözmek adına kendi bildiklerimizi çocuğa tekrar ettirmek anlamsızdır. Önce çocuk ikna olmalıdır. Yetişkinin kendisi ve çocuk çaba göstermeden bu kararlar yaşama geçirilemez. Bu ebeveyn ve çocuk birlikteliğinde takip edilmesi gereken bir süreçtir.

AREL KOLEJİ

Anaokulundan Üniversiteye Köklü Bir Eğitim Kurumu



KAYITLARIMIZ BAŞLADI

- AREL Anaokulu
- AREL İlkokulu
- AREL Ortaokulu
- AREL Fen Lisesi
- AREL Anadolu Lisesi
- AREL Üniversitesi



www.arel.edu.tr

(850) 850 27 35

www.arel.k12.tr

(212) 550 49 30

