

EĞİTİMDE

YANSIMALAR

AREL KOLEJİ

SAYI: 41

2017



İÇİNDEKİLER

Index

EBEVEYNİ Mİ OLMALIYIM, ARKADAŞ MI?	2
BABA ROLÜNÜN ÇOCUK GELİŞİMİNDEKİ ÖNEMİ	4
ÇOCUKTA DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME EĞİTİMİ	7
DİKKAT TOPLAMA VE KONSANTRASYON	10
MESLEK SEÇİMİ VE ETKİ EDEN FAKTÖRLER	15
ÜSTÜN ZEKÂLI VE YETENEKLİ ÇOCUK YETİŞTİRMEK	18
DUYGUSAL ZEKÂ – EQ	22
ERGENLİK VE KARŞI CİNS ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ	26
ÇOCUĞUNUZUN ZEKA TÜRÜNÜ VE ÖĞRENME STİLİNİ KEŞFEDİN	30



Yeniden Merhaba,

AREL ailesi olarak her yeni eğitim- öğretim yılı içerisinde iki sayı olarak çıkarılan “Eğitimde Yansımalar” dergisini sizlerle paylaşmaktan mutluyuz.

Hedefimiz; duyarlı, kendine güvenen, yaratıcı düşünen, araştıran- sorgulayan, bilgili, dönüşümlü düşünen, ilkeli, meraklı, dengeli, riski göze alabilen, açık görüşlü, iletişim becerilerini geliştirip sağlıklı ilişkiler kurabilen bireyler yetiştirmektir.

Hedeflerimizi gerçekleştirirken siz velilerimizin desteği ve okulumuzla kuracağımız güven dolu işbirliğimiz bizler için çok önemli. Eğitimde Yansımalar dergisinin bu sayısında öğrenciler ve siz velilerimizle yaptığımız görüşmeler ışığında gerekli gördüğümüz konularla ilgili daha derinlemesine bilgileri sizlerle paylaşmayı amaçladık.

Keyifle okumanızı diliyor, sevgi ve saygılarımızı sunuyoruz.

AREL Koleji
Rehberlik Bölümü



AREL Koleji Yayın Kurulu: Rehberlik Bölümü

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 web: www.arel.k12.tr

Eğitimde Yansımalar Dergisi - Sayı: 41 - 2017

Kaynaklar:

- Uzman Psikolojik Danışman, Ece Akın Bakanay, www.guncedanismanlik.net
- Prof. Dr. Nevzat Tarhan, Sen Ben ve Çocuklarımız, Timaş Yayınları
- Uzm. Klinik Psikolog Pelin ÖZAYDIN, www.pedamed.com.tr

EBEVEYİNİ Mİ OLMALIYIM, ARKADAŞ MI?

Ebeveynlerin çocuklarına nasıl yaklaşacakları, geleneksel sınırlar içerisinde onlara anne babalık etmeye çalışmalarının mı yoksa onlarla arkadaş olmayı denemelerinin mi daha iyi olacağı anne babaların zihnini sürekli kurcalayan sorulardan biridir.

Çocuğumuzun öncelikle ebeveyniyiz. Bunu unutmamalıyız. Ebeveynlik sorumluluklarımızı bilip bu duyguyu çocuğumuza da yansıtmalıyız ki çocuğumuzu eğitirken, öğretirken zorluk çekmeyelim. Çocuklar öncelikli olarak güçlü aileler isterler. Çocuğuna ebeveyn olmanın ağırlığını hissettiremeyen aileler için gerekli yerlerde sınırları çizmek ve belli bir düzeni devam ettirmek için kurallar koymak oldukça zor olacaktır.

Çocuğumuzun aynı zamanda da arkadaşıyız. Çünkü arkadaş olamazsak onun ne hissettiğini, nelerden hoşlandığını, zevklerini ve yaşam tarzını doğru şekilde çözemeyiz. Oysa çocuğumuzla güzel iletişim kurabilmek için bu bilgilere ihtiyacımız vardır. Her ilişkide olduğu gibi çocuğumuzla ilişkimizde de her şeyi dengede tutmalıyız.

Peki anne babalar neden çocuklarıyla arkadaş olmak isterler?

Bunun pek çok sebebi vardır aslında. Öncelikle, çocukluklarında anne babaları ile yakın bir ilişkinin özlemini çekerek büyümüş olan ebeveynler daha çocukluk yıllarında kendilerine bu sözü vermişlerdir. Bu şekilde yetişen ebeveynler anne baba olduklarında kendi çocukları ile daha yakın bir ilişki kurmak isterler. Bir başka sebep ise çocukları ile yakın bir iletişim kurmak ve çocuklarıyla ilgili hiçbir detayı kaçırmamaktır. Bu sayede iletişimde gizli saklı şeyler olmayacak ve anne baba her şeyden haberdar olacaktır. Bütün bunları düşündüğümüzde doğru olan yaklaşım şekli hangisidir? Ebeveynler çocuklarına nasıl yaklaşmalı? Arkadaş mı, ebeveyn mi olmalı?

Anne-baba ve çocuk arasında uzak bir ilişkinin olduğu, çocuğun ebeveynleri ile paylaşımının çok az olduğu, anne-baba-çocuk arasında yakınlıktan çok korku ve çekinmenin baskın olduğu bir aile ortamının çocuğun gelişimdeki olumsuz etkileri bilinmektedir.

Bu şekilde yetişen çocukların sosyal ilişki kurarken güvensiz bir tutum sergiledikleri görülmektedir. Bu güvensizlik öncelikle öz güven eksikliği olarak çocukta görülmekte, bir sonraki aşamada ise dış dünyaya olan güvensizlik olarak devam etmektedir.

İnsan sosyal bir varlıktır ve sosyalleşmeye mutlaka ihtiyaç duymaktadır. Çocuğun psikolojik ve ruhsal gelişimi için bu süreç oldukça önemlidir. Birçok ebeveyn artık çocukları ile daha yakın bir ilişki kurmak istemektedir. Anne-babalar çocuklarının kendileri ile her şeyi rahatça paylaşmalarını, baskı endişesi yaşamadan özgürce istek ve duygularını ifade etmelerini, daha da önemlisi birlikte keyifli zaman geçirebilmelerini istemektedir.

Çocukları ile arkadaş gibi olmak için çaba gösteren anne-babaların dikkat etmesi gereken en önemli nokta ise anne-babalık rolünün arkadaşlık rolünün arkasında kalmamasıdır. Çünkü çocukların hayatları boyunca birçok arkadaşları olacaktır ama sahip olacağı bir tek anne-babaları vardır. Ve çocuklar hayatı, sorumlulukları, temel güveni anne-babalarından öğrenebilirler.

Çocuk ile anne-baba arasında sağlıklı ve yakın bir iletişimin olması gerçekten önemlidir. Çocuğun her zaman anne-babası tarafından anlaşıldığını ve kabul edildiğini hissetmesi kişilik gelişimini olumlu olarak etkileyen en önemli faktördür. Arkadaş gibi olmak ise bazen aradaki sınırların kaybolmasına neden olabilir. Çocuklar her ne kadar özgür olmak isteseler de anne-babanın rehberliğine ihtiyaç duyarlar. Anne-baba ve çocuk arasındaki olumlu iletişimin sırrı çocuk ile birebir geçirilen zamanlarda onu gerçekten dinlediğinizi hissettirmek, koşulsuz olarak sevdiğinizi göstermek, yaptığı olumlu davranışları övmek (bazen yapılmaması gerekenleri söylemek yerine yapılması gerekenlere odaklanmak daha etkili olabilir), yaşına uygun sorumlulukları yerine getirmesini desteklemektir. Buna karar vermek için öncelikle çocuğun içinde bulunduğu üç önemli yaş dönemini bilmek gerekir.

Bu yaşlar:

- 0-6 yaş arasını kapsayan okul öncesi dönem,
- 7-15 yaş arasını kapsayan okul dönemi,
- 15 yaş ve üzerini kapsayan ergenlik dönemidir.

Bu üç yaş grubuna göre anne-baba tutumunun değişiklik göstermesi gerekir.

Dostluk, arkadaşlık, şefkat, sabır, dürüstlük, sözünde durma, yalan söylememe, cömertlik gibi temel erdemlerin çocuğa sürekli olarak, yumuşak bir ısrarla aşılanması gerekir.

Anne-babalar buldukları her fırsatı çocuklarına bu erdemleri aşılamak için değerlendirmelidirler. Verilecek mesajlar, doğrular bellidir, değişmez ama yaşa göre veriliş tarzı değişiklik gösterir.

Hangi yaş grubunda hangi davranışlarda bulunulmalı?

0-6 yaş arası çocuklar yakın temasla öğrenirler. Bu yaş döneminde bir çocukla top oynanabilir, koşturulabilir, güreş yapılabilir; bu sırada da bazı güzel duygular aşılanabilir; çocuğun beyninin sevgiyle, şefkatle ilgili alanları geliştirilebilir.



7-15 yaş arasındaki çocuklarla arkadaş olmak gerekir. Ama bu sırada laubali olmamaya dikkat edilmelidir. Arkadaşlık almak değil, vermek üzerine kurulur. Çocuğuyla doğru zamanda arkadaş olabilen ebeveynler ona vermeyi öğretebileceklerdir. Ama vermenin ölçüsünü iyi ayarlanmalıdır. Çocuğa karşı aşırı verici olmak çocuğu ileride bencil yapacaktır.

Çocukla nasıl bir aktivite yapılacağı, spora mı gidileceği, saklambaç mı oynanacağı, yoksa satranç müsabakaları mı yapılacağı çocuğun ilgi alanına göre değişebilir. Çocukla birlikte kitap okumak, kitap hakkında fikrini sormak, birlikte yabancı dil çalışmak da tercih edilebilir.

Bu sırada çocuk, “çocukluğu gereği” bazı hatalar yapabilir. Oyun arkadaşı gibi gördüğü anne-babasına oyun sırasında kötü bir söz söyleyebilir. Burada çocuğa kızmak yerine ona büyük insanmış gibi değer verildiğini hissettirerek açıklama yapmak,

doğru olanın ne olduğunu anlatmak gerekir. Çocuk bu hataları yaparak doğrunun ne olduğunu anlayacak; nerede sınır koyması gerektiğini, ihtiyaçlarını nerede, nasıl karşılayacağını öğrenecek; sosyal beceri kazanacaktır.

Çocukları 15 yaşından büyük olan anne-babalar ise çocuklarını ayrı bir birey gibi kabul etmeli, onlara fikirlerini sormalıdır. Örneğin, eve bir eşya alınacağı zaman çocuğun hangi eşyayı neden istediğini öğrenmek aralarında sağlıklı bir iletişim kurulmasına fırsat tanıyacaktır.

Kısacası, çocuğumuzla yerine ve zamanına göre hem ebeveyn hem arkadaş olmalıyız. Çocuğumuz bizim ebeveyni olduğumuzu, bundan dolayı konulan kurallara uyması gerektiğini, aynı zamanda bir arkadaş gibi bizimle vakit geçirip paylaşımlarda bulunabileceğini, bir arkadaş gibi bizimle sorunlarını, korkularını, sevinçlerini vb. paylaşabileceğini bilmelidir.

Kaynaklar:

- Psk. Dr. Neslihan Zabcı, www.arsiv.salom.com.tr
- www.slingomom.com
- www.biltek.tubitak.gov.tr/gelisim/psikoloji/kisilik
- Life Without Father, David Popenoe. Kitabın, Mensight dergisi
- Gençlikte Davranış Bozuklukları ve Suçluluk, Prof. Dr. Atalay YORUKOGLU
- Şeyma Demirlikan, Klinik Psikolog www.psikodenge.com
- www.ekipnormarazon.com
- Uzman Psikolojik Danışman, Ece Akın Bakanay, www.guncedanismanlik.net

BABA ROLÜNÜN ÇOCUK GELİŞİMİNDEKİ ÖNEMİ

Anne çocuk arasındaki bağ anne hamile kaldığı andan itibaren başlamaktadır. Baba da ise durum daha farklıdır. Ne zaman ki çocuk dünyaya gelir ve baba onu kucağına alır işte o zaman ilişkinin ilk temelleri atılmaya başlar.

Anne çocuk ilişkilerinin de baba çocuk ilişkilerinin de temeli ilk yıllarda atılır.

Baba-çocuk diyalogunun ilk yıllarda kurulduğu ailelerde, küçük yaştan itibaren anne modelinin yanı sıra baba modeline sahip olan çocuk daha o zaman annesinin dışında bir dünya olduğunu keşfeder.

Dış dünyanın bütün olumlu ve olumsuz yanlarını çocuğa tanıtan kişi babadır. Çocuğun ileriki yıllarda kuracağı sosyal ilişkilerinde nasıl olacağı, babasıyla olan ilişkisi çerçevesinde şekillenir. Çocuğun dış dünyada başarılı ve güvende olabilmesi için çocuk kendisini babasının yanında güvende ve huzur içinde hissetmelidir. Babasından çekinse de ondan korkmamalıdır. Çünkü insan korktuğu bir modele yaklaşamaz, onunla ilişki kuramaz.

Babanın en etkin rol oynaması gereken dönem ne zamandır?

“Ödipal” dönemde (3-6 yaş arası) özellikle erkek çocuk anneye aşiktir, babayı rakip olarak görür ve babayı anneden uzaklaştırmak ister. Aynı zamanda babayı da sevdiğinden kafasında bir karmaşa yaşar. Bu durum kız çocuklarında da babaya olan aşk ve anneyi rakip olarak görmekle aynıdır. Bu dönemde çocuğun, anne ve babanın bir çift olduğunu ve kendisinin üçüncü konumda olduğunu idrak etmesi gerekir.

Her gelişim döneminin çocuk için yapılandırıcı bir yönü vardır. Bu yaşın yapılandırıcı yönü vazgeçebilmek, her arzuya ve her isteğe sahip olamayacağını idrak etmektir. Çocuk tüm düşlüdür, “bütün dünya benim ve benim olmalı” diye düşünür. Ödipal dönemde çocuktan beklediğimiz dönüşüm ise çocuğun bu düşünceden vazgeçmesidir. Çocuk sonsuz bir doyum arayışında olan bir varlıktır. Bu arayış çeşitli evrelerde kırılmaktadır.



Örneğin; tuvalet eğitimi, memeden kesilme ve en son noktayı koyan asıl hüsrana “Anneye sahip olamam, annem ve babam bir çift, ben bu işin dışındayım.” düşüncesini kabullenmekle aslında geleceğe dönük olarak çok sağlıklı bir düşünce temeli atmış olur. Bu sebepten babanın bu dönemde var olması ve aktif olması çok önemlidir.

Sağlıklı bir ailede anne, baba, çocuk üçgeninin oluşturulması çok önemlidir.

Bu üçgen de anne babanın bir çift olması, birbirlerinden gerekli doyum alabilmeleri oldukça önemlidir. Anne ya da baba bu doyum birbirlerinden alamadıkları durumda adeta çocuk hedef haline gelmektedir. Birbirlerinden yeterli duygusal doyum alamayan ebeveynler o eksikliği çocuklarıyla kurdukları ilişkide telafi etmeye çalışmaktadırlar.



Sıkça karşılaştığımız bir tabloda baba çok yoğun çalışmaktadır ve evde çok kısıtlı zaman geçirmektedir. Bu durumda anne eşinden alamadığı sevgi ve ilgiyi oğlundan almaya çalışmakta sonucunda da bağımlı bir anne, oğul ilişkisi ortaya çıkmaktadır.

Tam tersi bir tabloda ise;

Kız çocuğunun babası ile bir çift olduğunu, kız çocuğunun adeta annenin yerini almaya çalıştığını görüyoruz. Bu durumda da anne-kız arasında çatışma kuvvetli bir hal almaktadır.

Her iki örnekte de bu tür durumlar çocukta dürtüsel davranışları tetiklemektedir. Bu durumda çocuk her istediğinin yapılabileceğini düşünür ve durum aile için oldukça karışık bir hal alır. Aile içinde zaman zaman bu dengelerin değiştiğine şahit oluruz.

Önemli olan ve dikkat edilmesi gereken durum çocuğun yerini bilmesidir. Bunun için de anne babanın arasındaki ilişkinin

dinamiği, çiftlerin duygusal olarak dengeli ve birbirlerinden beslenmeleri çok önemlidir.

Çocuğun anne ya da babayla özdeşim kurabilmesi için anne ve babanın birbirlerine olan bakışları ve duruşları çok önemlidir.

Anne babayı beğeniyorsa, erkek çocuk da baba ile özdeşleşmek isteyecektir. Çünkü "Annem babamı beğeniyorsa ben de babam gibi olmalıyım" diyecektir. Ancak anne babaya bakmıyorsa, onu yeterli bir eş olarak görmüyorsa, çocuğun tanık olacağı şekilde babayı aşağılıyorsa çocuk da baba ile özdeşleşmek istemeyecektir. Çünkü babayı yetersiz görecekler.

Bu durum aynı şekilde kız çocukları için de babanın anneye olan ilgisi ile doğru orantılı olarak gelişir. Babanın anneyi hiç beğenmediği durumlarda kızlar annelerinin tam tersi olma eğilimine kayarlar.

İkinci bir etken ise ailede güç kimde ise çocukların o kişiyi model alma ihtimalleri yüksektir.

Baba, erkek çocuk için rol model; kız çocuk içinse karşı cinse dair algılarını şekillendiren bir erkek figürüdür. Eğer ev içinde baba çocuk ya da anne baba arasında sağlıklı bir ilişki yoksa erkek çocuğun babayı model alması zorlaşmaktadır. Kız çocuk ise yetişkinlikte erkeklere güven duymakta zorlanacaktır.

Baba figürünün yokluğu ya da silikliği hem çocukluk döneminde hem de ergenlik döneminde davranış problemlerine yol açabilirken yetişkinlikteki ilişki biçimlerini de etkilemektedir.

Yapılan çalışmalar babanın çocuk disiplinine dahil olmasının anne çocuk ilişkisini de olumlu etkilediğini gösteriyor. Babanın ev içi disiplinde anne ile ortak bir tutum sergilemesi çocuk gelişimi için ve aile içi huzur için son derece gereklidir. Ancak, bazı ailelerde babaların ev içinde otorite kurmaktan korkarcasına vazgeçtiklerini ve bu boşluğu çoğu zaman annenin doldurmaya çalıştığını görüyoruz. Oysa hiçbir otorite kurmayan baba ile aşırı otoriter baba olmanın çocuk üzerindeki etkileri bir süre sonra benzeşmektedir. Her iki durumda da çocuğun özdeşim kurabileceği bir babası olmaz ve ev içinde sağlıklı disiplin yoksunluğundan dolayı iç disiplin sağlanamaz. Bu tutumlarla yetişen çocuklar kendine güven sahibi olmayan, pasif bireyler olabilir ya da saldırganca davranışlar geliştirebilirler.

Bir çocuğun ihtiyacı olan yalnızca maddi ihtiyaçlarını karşılayan biri, hiç sınır koymayan bir oyun arkadaşı ya da cezalandırıcı birisi değildir. Ne otoriter ne de pasif olan ama **sınır koyan, güven veren, sözünü tutan, iletişim kuran, özel vakit ayıran ve dış dünyayı keşfe teşvik** eden bir baba ise her çocuğun doğumdan itibaren ihtiyaç duyduğu kişidir.

Güçlü ve sevgi dolu bir baba, çocuk için güven kaynağıdır. Güçlü fakat çocuğun ulaşmakta, ilişki kurmakta zorlandığı baba endişe ve korku kaynağıdır.

Çocuğun vicdanının oluşumunda ve değer yargıları edinmesinde etkili olan baba, çocuğun hayranlık duyduğu kadar, zaman zaman da rahatsızlık duyduğu bir imajdır. Çocuğun bu konuda gelgitleri olabilir, bir taraftan babaya hayranlık duyup onu izlerken bir yandan babayı anneye arasında bir engel gibi görebilir. Fakat burada babaya büyük görev düşmektedir. Anlayışla ve sabırla çocuğunu anladığını hissettirmeli, her durumda yanında olduğunu sözleriyle ve davranışlarıyla verebilmelidir.

Hiçbir evde, hiçbir aile ilişkileri mükemmel ve ideal olamayabilir ancak bilinçli davranmak, keskin uçlarda yer almamak sağlıklı

çocuk yetiştirmenin en önemli ve temel kuralıdır. Anne babanın arasındaki söz ve davranış birliği bu temelin üstüne atılacak ilk sağlam adım olmalıdır. Çünkü çocukları belirsizlikler ve karmaşalar endişelendirir.

Baba, anne ile çocuğun ayrışmasında, çocuğun sosyalleşmesinde, dış dünyaya açılan kapısıdır.

Annenin hayatında babanın olmadığı durumlarda ise bir iş, bir sevgili sayesinde anne gözünü bebekten alabilmelidir. Anne kendisinin başka sıfatları da olduğunu hatırlamalı ve herkes kendi bireyselliğini yaşayabilmelidir.

Araştırmalar babanın, çocuğun zihinsel gelişimine büyük yardımlarda bulunduğunu gösteriyor. Babanın etkisi sanıldığından da erken, bebek yaklaşık 6 aylıktan kendini hissettiriyormuş.

Baba, çocuğun kişiliğini etkiliyor!

Baba ile ilişkisi sağlıklı olan çocuğun kendisiyle barışık olduğu, akademik olarak başarılı olduğu, uyumlu ve liderlik vasıflarının ön plana çıktığı gözlemlenmiştir.

Baba, çocuğun zeka gelişimini etkiliyor!

Çocuğuyla en az annesi kadar ilgilenen, öz bakımı konusunda görev alan, onunla konuşan bir babanın zeka gelişiminde olumlu etkisi gözlemleniyor.

Baba, çocuğun cinsel gelişimini doğrudan etkiliyor!

Sadece erkek çocuk için değil kız çocuklar için de baba figürü önemlidir. Çünkü çocuk cinsel kimliğini taklit ederek, gözlemleyerek ve özdeşleşerek buluyor. Erkek çocuk, babasına bakarak neye benzeyeceğini görüyor. Kız çocuk ise, baba modeli sayesinde karşı cinsi tanıyor. İlgili, sevgi dolu bir baba, kız çocuğunun ileriki yaşlarda karşı cinsle sağlıklı ilişkiler kurmasını sağlıyor.

Babasız çocuklar daha çok hasta oluyor!

Fransa'da yapılan araştırmada baba figürünün eksik olduğu ve eğitimin sadece anneye kaldığı ailelerin çocuklarının daha sık hastalandığı saptanmıştır.

Özetle;

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.

Çocuklar güçlü gözlemcilerdir ve unutmazlar.

Kaynaklar:

- Eva Essa, A. Practical Guide to Solving Preschool Behavior Problems.
- Ergin, H. Çocuklarda Davranış Değiştirme Seminer Notları

ÇOCUKTA DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME EĞİTİMİ

Disiplin çocuğa istenilen davranışları ve alışkanlıkları öğretmek, kendi kendini denetleme ya da iç denetim demek olan ahlak gelişimini sağlama noktasında önemlidir. Etkili bir disiplin oluşturabilmenin ilk şartı ebeveyn ile çocuk arasında bir uyum sağlayabilecek bir ilişki kurmaktır. Aile içinde herkes rollerinin ve statülerinin farkına varmalıdır. Bu uyum çocuğunuz yürümeye ve konuşmaya başlayınca kadar genelde olumlu aile yapısına sahip anne babalar tarafından gerçekleştirilebilmektedir ama bu devreden sonra ebeveynlerde geleneksel görev sayılan “iş buyuruculuk” başlamakta ve bu uyum bozulmaktadır.

Olumsuz Davranışı Değiştirmek İçin Nasıl Planlama Yapılmalı?

Davranış değiştirme şu planlama ile gerçekleşmelidir:

1. Sorun Tanımlama

Bir çocuğun sorununun, davranış sorunu mu, yoksa kişilik sorunu mu olduğuna ilişkin karmaşa yaşanabilmektedir, önce bu aşamanın açıklığa kavuşması gerekmektedir. Örneğin; “utangaç”, “anneye bağımlı”, “saldırgan” vb. etiketlemeler çocuğun sorununun değişmez bir özellik olarak belirlenmesine ve etiketlenmesine

yol açmaktadır. Ancak sorunu çocuğun davranışı olarak ele almak o davranışı değiştirme noktasında daha yardımcı bir tutum olmaktadır.

2. Amaç Saptama

Belirleyeceğimiz amaç, neyi gerçekleştirmek için uğraşacağımızı ortaya koymaktadır. Değiştirmek istediğiniz davranışla ilgili olarak en kolay amaç belirleme şekli, çocuğun davranış tanımına “yapmaz” ifadesini eklemek olmaktadır. **Davranış: Ayşe başkalarının çantasından eşyalarını alır. Amaç: Ayşe başkalarının çantasından eşyalarını almaz.**

3. Amacı Gerçekleştirmenin Yollarını Çocukla Paylaşma

Takdir edin:

Olumlu davranışı takdir etmek, onun tekrar ortaya çıkma olasılığını arttırmaktadır.

Önceden açıklamalar yapın:

Beklentilerinizi davranıştan önce açık bir dille anlatmak önemlidir: Evimizin ve senin odanın her zaman düzenli olmasını istiyorum. Oyuncakların çok dağınık oluyor, onların dağınık olmasını istemiyorum, onları toplamak diğer işlerimle birlikte olunca beni yoruyor. Ne yapalım dersin? gibi cümlelerle ya da başka bir örnek: “Alışverişe gittiğimizde ağlayarak bir şeyin alınmasını istersen çok sinirleniyorum. Benden bir şey istediğinde bunu ağlamadan söylemelisin, tamam mı?” gibi durumu önceden çocuğa anlatmak önemlidir.

Çocuğa beklenen davranışların neler olduğunu anlatmanın yanında nasıl yapılacağını da göstermek açıklayıcı olmaktadır. Yalnızca “Ders çalışmalısın.” yerine neden ve hatta nasıl verimli çalışılacağı ile ilgili destek olmak gerekmektedir. Çocuğa istenilen alışkanlığı kazandıktan sonra “Ders çalış.” demek yeterlidir. Sorumlulukları ve dersi onun yerine yapmayın, uzun süre onunla kalmayın.

Çocuğunuzda istemediğiniz davranışları azaltmak için, önceden tedbir almak amacıyla çevre üzerinde değişiklikler gerçekleştirmek etkili olmaktadır. Oyuncakların dağınıklığına sinirlenmemek için oyuncak alanını çocuğun odasıyla sınırlandırmak vb.





Model olun:

Anne ve baba çocuğundan beklemiş olduğu davranışları kendisi de örnek olarak gerçekleştirmelidir. Basit bir örnek olarak sigara alışkanlığı olan bir ebeveynin çocuğuna yaptığı uyarı kendi davranışları ile ne kadar paraleldir? Bunun sorgulanması gerekir. Ya da kardeşine uyguladığı şiddeti çocuğa uygulamış olduğunuz şiddetle çözme davranışı içine girmek ne kadar model davranıştır?" noktası tartışmaya açıktır.

Seçenek sunun:

Sadece bu davranışı yapma ya da şunu yap şeklindeki söylemler

yerine çocuğun önüne seçim yapabileceği şıkları sunmak daha etkili ve çocuğu geliştirebilecek nitelikte bir çözüm olmaktadır. Alışverişteyken alabileceği iki seçenektan birini seçmesini istemeniz vb. Bu yöntem aynı zamanda sınırlarını fark etme açısından da sürece katkı sağlayacaktır.

Ben dilini zaman zaman kullanın:

Bu iletişim tarzı, içinde duygu ve etkiyi barındırır. Çocuk, davranışının karşı taraf üzerinde bırakmış olduğu etkiyi anlama fırsatını bulur. "Elektrikli süpürgeyi fişini sen prizden çektiğin hem zamanımı boşa harcamış oluyorum, sinirleniyorum hem de sana bir şey olacak diye endişe ediyorum."



şeklinde söylediğiniz de mesajın içinde duygunuzu açıklamış olmanız daha mümkün hale gelecektir. Davranışlarının sonuçları ile baş başa bırakmak da davranış değişikliği yaratma üzerinde etkili bir yöntem olmaktadır. Baş başa bırakılan davranış da çocuğun altından kalkabileceği nitelikte olmalıdır. Uyarmış olmanıza rağmen duvarı boyayan çocuğunuzdan duvarı silmesini isteyebilirsiniz. Duvarı silerken hem olumsuz davranış üzerinde de düşünme fırsatı bulacaktır.

Çocuğu davranış değişikliğine iten faktörler:

Bazen çocukların giderilmemiş ihtiyaçlarını fark etmemiz davranış

değişikliğinde bizlere anahtar olmaktadır. Yeni doğan kardeşini kıskanması çocuğu ilgiyi üzerinde toplamak için farklı davranışlara itebilir: Mızızlanabilir, hırçınlaşabilir, karanlıktan korkuyorum diyebilir, sizinle uyumak isteyebilir vs... Yeni kardeş faktörü özellikle davranış değişikliğinin temel sebeplerindendir. Bazen istenmeyen davranışları görmezden gelmek mümkün olmayabilmektedir. Eğer davranışlar tehlikeli ve yıkıcı ise o zaman hayır demek gerekli olmaktadır. Ya da çocuğu belli noktalarda kısıtlamak gerekmektedir. Sürekli eleştiri bir süre sonra çocuk için anlamını yitirir. Bu sebeple hayır denilecek noktaların hakikaten önemli ve tutarlı olması gerekmektedir.

Kaynaklar:

- Can, G. (1990). Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Etmenler. Anadolu Üniv. Eskişehir.
- Lauster, U. (1999). Konzentrationsspiele 1. Für die 1. und 2. Klasse. München: Lentz Verlag.
- Selçuk, Z. (2000). Dikkat Eksikliği ve Hiperaktif Çocuklar. Pegem Yayıncılık Ankara.

DİKKAT TOPLAMA VE KONSANTRASYON

- Ders çalışırken canım sıkılıyor.
- Dikkatimi konu üzerinde yoğunlaştırıyorum.
- Öğrendiklerimi hatırlayamıyorum.
- Bildiğim problemleri çözemiyorum.
- Kendimi sık sık hayaller içinde kendimi buluyorum.
- Sınav başladığında sanki bütün bilgileri unutuyorum.
- Evde çözdüğümde yapamadığım soruları yapıbiliyorum.
- Çalışmam gerektiğini biliyorum ama çalışmaya başlayamıyorum.
- Çalışmama rağmen puanlarım istediğim gibi değil, hatta puanım her denemede düşüyor.
- Çalışma masasında başka işler yapıyorum.
- Sınavda çözemediğim soru ile karşılaşınca sinirlenip sınavı yarıda bırakıyorum.
- Çok telaşa kapılıyorum.
- Uzun soruları hiç okumuyorum.
- Kitapçıkta işaretlediğim bütün soruları sınavın sonuna doğru, toplu olarak optiğe geçiriyorum.
- İlk doğru gördüğüm cevabı işaretliyorum, diğerlerine bakmıyorum.
- Genelde dikkatsizlikten dolayı çok soru kaçıyorum!
- Sınav bir an önce bitsin istiyorum, sıkılıyorum.
- Zamanı yetiştiremiyorum.
- Sorulara takılıp kalıyorum.

Olumsuz soru köklerini, hep olumlu gibi algılıyorum... gibi yakınmaları çoğu öğrencide duymuşsunuzdur. Bu şikâyetlerin çoğunun altında sınavla ilgili yanlış alışkanlıklar yatmaktadır.

Pek çok öğrencinin en fazla şikâyetçi olduğu konu, sınav hazırlığına yeterince odaklanamama, kendini verememe olarak belirlenmiştir. Konsantrasyon sağlamanız, hem hedefe ulaşmada hem de kendinizi vererek çalışma ile daha kısa sürede öğrenerek zamandan kazanmada size yardımcı olacaktır.

Konsantrasyon verimli çalışmanın anahtarıdır. Konsantrasyon, bir konuya zihinsel olarak belli bir süre odaklanabilmektir. Konsantrasyon süresi, kişiden kişiye değişebildiği gibi aynı kişide konu ve yapılan işe göre de değişiklik gösterebilir. Genellikle sevdiğiniz, merak ettiğiniz, önemseydiğiniz ve yapabildiğiniz işlere daha uzun süre konsantre olabilirsiniz.

Dikkatin dağılması, konsantrasyonun bozulması sebebiyle çalışma veriminin düşmesi, hem ders başında geçen sürenin uzamasına, hem de zevk veren etkinliklere daha az zaman ayırmaya yol açar. Diğer taraftan başarının düşmesi ve zevk veren etkinliklere zaman ayıramamak okuldan ve eğitimden uzaklaşmaya sebep olur.

Öğrenme verimini artırmak ve başarıya ulaşmak için, fiziksel ve zihinsel enerjiyi çalışılan noktaya yoğunlaştırmak ve bilinçli çalışmak gerekir. Verimli bir çalışmanın oluşması için olumsuz etkilicilerin tesirinde kalmadan, çalışılan konuya dikkati verebilme, konsantre olabilme ve yoğunlaşma becerilerinin kazanılması gerekir. Yoğunlaşma; Edison'un da deyimiyle, "bezginlik duymadan, fiziksel ve zihinsel enerjiyi tek bir noktaya sürekli uygulama yeteneğidir." Yoğunlaşma dediğimiz şey kısaca; bir konu üzerinde çalışırken, zihnimizi o konu üzerinde tutup diğer etmenleri dışlayarak dikkat süremizin artırılmasıdır.

Dikkat ve Konsantrasyonumuzu Bozan Nedenler

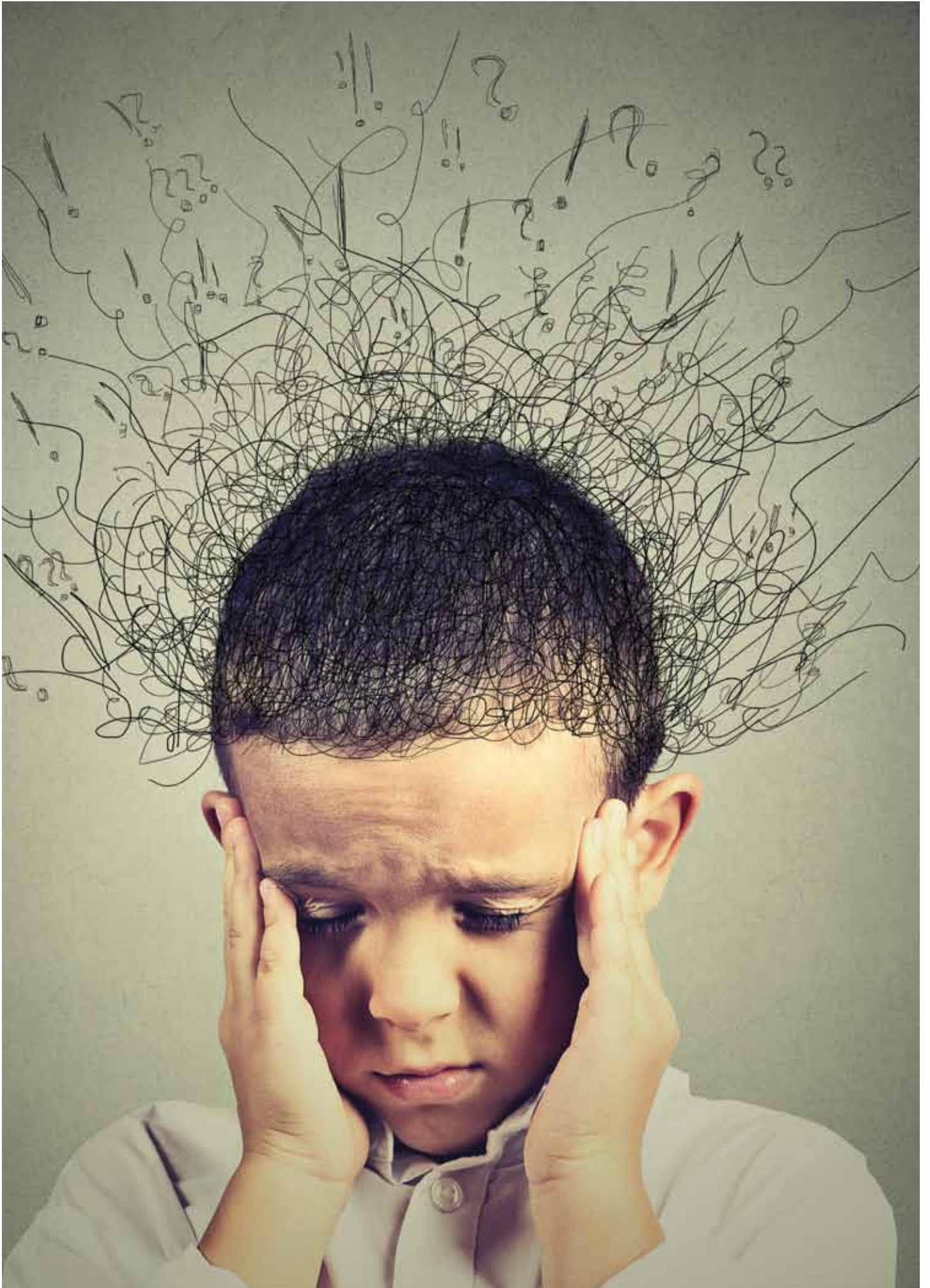
Hedeflerimizin gerçeklerimize uygun olmayışı, çalışsak dahi başaramayacağımıza inanmamız, ergenlik döneminde gelişimsel sorunlar, çeşitli sağlık problemlerimiz, ailede, okulda, çevrede çeşitli sorunlar, çalışma alışkanlıklarımızın olmayışı, kendimize karşı olumsuz düşünceler (aşağılık kompleksi, üstünlük kompleksi, düşük benlik saygısı, iradesizlik, sürekli negatif düşünceler üretme...), gürültülü ortamlar, aynı anda iki işi birden yapmaya çalışma, ders çalışma, tv seyretme, müzik dinleme, sohbet etme vb., aşırı gerilim, stres, ana fikri yakalamadan soruları okuma vb. nedenler ve konsantrasyonumuzu bozar.

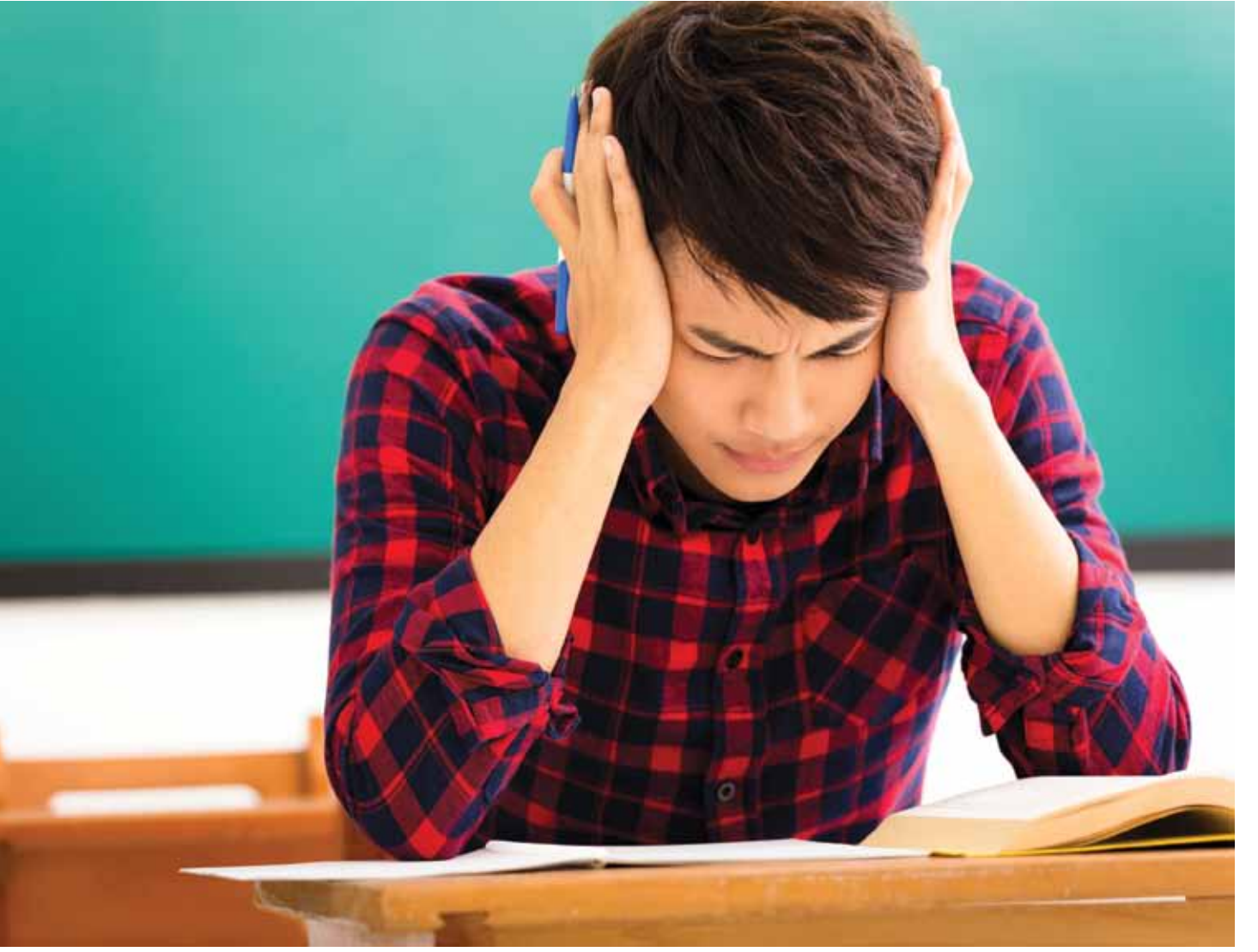
Ders çalışırken dikkati verememe, bir türlü konsantre olamama en çok yaşanan sorunların başında gelmektedir. Bu faktörler genelde üç şekilde oluşur:

a) Okurken, çalışırken, dinlerken, zihinde konuyla alakalı veya alakasız görüntüler oluşur. Oluşan görüntüler alakasız olayları bizlere hatırlatır ve bir türlü konuya odaklanamayız.

b) Zihinde; konuyla alakalı veya alakasız, olumlu veya olumsuz iç konuşmalar, sorgulamalar, tartışmalar oluşur. İç konuşmalara takılıp kalırız. Bu durumda konudan kopar ve iç dünyamızda başka diyalara gideriz.

c) Okuduğumuz veya dinlediğimiz konuları iç dünyamızda yaşamaya ve hissetmeye başlarız. Hissettiğimiz duyguların çağrıştırdığı başka duygulara kapılıp gideriz. İç dünyamızda oluşan görüntü, ses ve duyguların etkisinde kaldığımızda ve konudan uzaklaştığımızı hissettiğimizde, kendimizi konuya odaklanmaya zorlarız. Bazen ise öyle diyalara gitmişizdir ki bir daha çalışılan konuya dönemeyiz.





Konsantrasyon Sorunlarının Çözümü

Önce kendimizi tanıyarak çalışmamızı engelleyen faktörleri tespit etmeli ve sorunlarımızı çözmenin yollarını bulmamız gereklidir.

Eğer sorunumuz yoksa iradesizlikten çalışamıyorsak kendimize inanıp krizi en iyi şekilde yönetmeliyiz. Gerekirse kişiliğimizi, davranışlarımızı ve çalışma alışkanlıklarımızı düzenlemeliyiz.

Dikkat, konu üzerinde yoğunlaşma olduğuna göre, bu alışkanlığı kazanabilmek için izlenecek belirli yollar vardır:

Çalışma amacının belirlenmesi

Öğrenmek amacı ile yapılan her işin kendine özgü belirli bir amacı bulunur. Amaçsız çalışma olamaz. Amaç, yapılan işin neden yapıldığını belirler. Öğrenci, "Ben bu çalışmayı neden yapacağım?" diyerek kendisine sorduğunda, bu soruya vereceği yanıt, o çalışmanın öğrenci için ne amaçla yapıldığını gösterir. Yaptığı işin amacını bilmek, öğrencinin bu işi benimseyip, ona sahip çıkmasına ve iş için kendisini güdülemesine yardımcı olur.

Çalışma için karar verme

Neyi, ne zaman, nerede ve nasıl çalışacağını bilmeyen bir kişinin, yapacağı çalışma için, gerekli olan dikkati gösterebileceğini söylemek olanaksızdır. Çalışılacak konu üzerinde dikkatin toplanabilmesi için, gerekli kararların verilmiş olması gerekir.

Hangi ders daha önce çalışılacaktır? Çalışılacak ders için hangi yöntemler kullanılacaktır? Çalışmada kullanılacak araç - gereçler nelerdir? vb. türdeki bütün soruların yanıtlarını vermeden çalışmaya başlamamak gerekir. Çünkü bu yapılmadığından belirtilen türdeki sorulara verilecek yanıtların çalışma sırasında aranması durumu ortaya çıkarır ki bu tür bir kararsızlık çalışmanın gerektirdiği dikkatin gösterilmesini engeller.

Konuya merak duyma

Öğrencinin kendisini konuya vermesinde, ona karşı merak duymasının ayrı bir önemi vardır. Merak, dikkati toplamayı sağlayan itici güçtür. Bir şey ancak merak edildiği oranda öğrenilir.

Fiziksel çevrenin düzenlenmesi

Çalışma ortamında dikkati toplamayı zorlaştıran fiziksel koşullar çalışma için uygun duruma getirildiğinde, dikkat, konuya daha kolaylıkla toplanabilmektedir. Öğrenme için en uygun fiziksel koşulları yaratmaya çalışmak, dikkatin toplanabilmesi için bir gerekliliktir.

Öncelikle çalışma uygun bir ışık altında yapılmalı ve ışık arkadan gelecek biçimde oturulmalıdır. Çalışma yeri çok sıcak olmamalı, oda ısısı 20 C dolayında (ya da size göre çok sıcak sayılmayacak bir düzeyde) bulunmalıdır. Masanızın üzerinde çalışacağınız konuyla ilgili olmayan eşyalar yer almamalıdır.

Sistemli çalışmayı bilme

Dikkati konu üzerinde toplama, kendi başına kazanılacak bir alışkanlık değildir. Bu aynı zamanda, birçok alışkanlığın kazanılmış olmasını gerektirir. Bu alışkanlıklardan birisi de planlı çalışmaktır. Planlı çalışma, dikkatin konuya toplanmasına yardımcı olan bir alışkanlıktır. Planlı çalışma yoluyla öğrenci konuya kendisini daha kolayca verdiği gibi, dikkatinin hemen dağılması da önlenerek çalışmada etkinlik süresi arttırılır.

Çalışmada çeşitlilik sağlama

Uzun süreli olarak, tek düze biçimde sürdürülen bir çalışma, öğrencinin kendisini konuya vermesini güçleştirir ve onda çalışmaya ve konuya karşı genel isteksizlik yaratır. Oysa dersin değişik teknikler uygulanarak çalışılması, dikkatin dağılmasını önler, anlama ve kavramayı kolaylaştırır. Bu nedenle, çalışırken olabildiğince çeşitli çalışma teknikleri (okuma, yazma, anlatma vb.) kullanılabilir.

Çalışmada hedef saptama

Çalışmaya geçmeden önce öğrencinin kendisine erişebilir bir "hedef" seçmesi ve bu hedefi gerçekleştirmeden çalışmayı bırakmaması gerekir. Hedef doğrultusundaki bu tür bir çalışma kararlılığı, dikkati toplamada itici güç olacaktır. ("..... adet soru çözeceğim" vb.)

Kendine güvenme

Öğrencinin yaptığı çalışmaya kendini vermesi, her şeyden önce o işin üstesinden geleceği konusunda kendine güvenmesini gerektirir. Yetersizlik duyguları içindeki bir öğrencinin, başarı sağlamak için, dikkatli bir çalışma ortamı içinde bulunması güçtür.

Öğrenmenin temeli, dikkatin konu üstüne toplanmasına dayandığına göre; konuya kendini vererek öğrenen kişi, kendisine karşı bir öz saygı duygusu da geliştirmiş olacaktır. Genellikle, bir işi başarma yolunda kendine güvenen bir kimsenin, bu işin gerektirdiği dikkate de sahip olduğu kabul edilmektedir.

Anne-Baba Olarak Neler Yapılabilir?

Evde uygun bir çalışma ortamını hazırlayın.

Çocuğunuza hazırlayacağınız ortam, sağlıklı bir şekilde ders çalışabilmesi için oldukça önemlidir. Yüksek ses, çok sıcak veya çok soğuk oda ısısı, rahatsız edici ışıklandırma, çok yüksek veya alçak çalışma masası ve sandalye, kalabalık ev ortamı, sık sık misafir gelmesi gibi öğrencinin ders çalışmasını olumsuz yönde etkileyecek elverişsiz çalışma koşullarını mümkün olduğunca en aza indirgeyin.

Çalışma odası ve masasının düzenli olmasını sağlayın. Çalışma odası çok sıcak ve çok soğuk olmasın. İyi havalandırılmış ve sessiz olsun. Çalışma masasında çalışmaya alternatif oluşturacak bilgisayar, telefon, televizyon... vb gibi bir şeylerin olmamasına dikkat edin.

Çocuğunuzun kaygısını artırmayın.

Anne ve baba olarak, çocuğunuzun gelecek yaşantısını düşünmeniz ve bu nedenle kaygılanmanız doğaldır. Fakat çocuğunuzun sınavda göstereceği başarıya ilişkin endişelerinizi, hiçbir zaman kendisine hissettirmemeye çalışın.

Sınava girecek bir öğrenci iki tür kaygı yaşar. Bunlardan birisinin nedenleri doğaldır. Çünkü genç hayatının akışını etkileyecek, hayatının kırılma noktalarından biri olacak bir sınava hazırlanmaktadır. Ancak ikinci sebebi doğal değil, zihinseldir. "Anne, babama sınavı kazanamazsam ne diyeceğim?", "Anne, babam çok masraf yaptı kazanamazsam onların yüzüne nasıl bakacağım?" vb. gibi düşünceler sınavına hazırlanan gencin kaygı seviyesinin tavan yapmasına neden olur. Ailenin gençten sürekli bir beklenti içerisinde olması ve onu başkalarıyla kıyaslanması onun kaygı seviyeni artırmaktan başka hiçbir şeye neden olmaz. Çocuğun ders çalışması için aileler tarafından masumane olarak söylenen; "bu kadar çalışmayla kazanamazsın.", "Bu kafayla gidersen zor kazanırsın.", "Dayının oğlu tıbbi kazandı, sen de bizi aman mahcup etme" gibi sözler genci teşvik etme yerine, yüksek bir kaygı içerisine girmesine ve adeta "çocuğun bloke" olmasına neden olur. Bu nedenle çocuğunuzun kaygı seviyesini artırıcı sözlerden ve davranışlardan sakının.

Yanlış ve olumsuz odaklı olmayın.

Bizler çoğunlukla bir şeyi tenbih ve nasihat ederken olumsuzluklardan yola çıkarak devam ederiz. "Dersine çalışmazsan başarısız olursun" yerine "Başarılı olmak için şunları yapmalısın" veya "Şöyle yaparsan daha başarılı olursun" gibi. Çünkü bilinçaltı olumluyu algılama eğilimindedir. Çocuğumuzu okula ya da kursa karşı negatif etkileyecek; okulla ya da kursla, öğretmeniyle ve okumakla ilgili olumsuz eleştirileri onun yanında yapmayalım. Çocuğumuzun hayatında neyi çoğaltmak istiyorsak ona vurgu yapalım, değiştirmek istediğimiz davranışını odağa alalım.

Çocuğunuzun sınırlarını zorlamayın.

Çoğu anne baba kendi özlemlerini, çocuklarının yakalamasını isterler. Öncelikle çocuğunuzun ilgi ve yeteneklerini tanıyıp onları zihinsel kapasiteleri, ilgileri doğrultusunda yönlendirin. Çocuğunuzun ilgi ve yetenekleriyle orantılı gerçekçi beklentiler geliştirin ki aksi halde yaşayacağınız hayal kırıklığı çocuğunuza olumsuz yansiyabilir. Bu da gencin kendine olan güvenini yitirmesine neden olabilir.

Her insanın kapasitesi yani sınırları bellidir. Çocuğunuzun kapasitesinin üstüne çıkmasını istemeniz onda başarısızlıktan başka hiçbir şeye neden olmaz. Şunu asla unutmayın çocuğunuzun belki sayısal zekâsı düşük olabilir, ama belki de sanatsal zekâsı yüksektir. Her çocuk bir bireydir. Ve bu bireylerin özellikleri farklıdır. O kesinlikle siz değildir. Onu o olarak kabul edin. Çocuğa yapılabilecek en büyük iyilik budur.

Sınavda başarılı olamazsa yaşayacaklarını cezaymış gibi göstermeyin.

Çocuğunuza sınavını kazanamadığı takdirde oluşabilecekmiş gibi olumsuz bir tablo çizmeyin. "Sınavı kazanamazsan askere gidersin o zaman gününü görürsün.", "Sınavı kazanamazsan seninle hiçbir kız evlenmez.", "Eğer burayı kazanmayıp şu bölümü kazanırsan senden hiçbir halt olmaz." vb. cümleler onun askerliği, evliliği veya kazandığı başka bir fakültede okumayı sevmemesine neden olabilir. Hatta bu tür aile yaklaşımları çocuğun ailesini, hayatını ve yapacağı işi sevmesini engeller. En önemlisi de kendisine olan güvenini yitirmesine neden olur.



Çocuğunuza, başarısızlıklarında da gerekli moral desteğini ve hoşgörüyü gösterin. Yeniden başarılı olabileceğine inanırsa, hedefine ulaşması için gerekli motivasyonu sağlaması daha kolay olacaktır. Hem bu dönemlerde her zamankinden daha fazla desteğinize ihtiyaç duyacağını unutmayın. Başarısızlığının nedenlerini yapıcı bir dil kullanarak kendisiyle birlikte araştırın.

Sınavın bir araç olduğunu unutmayın.

Çocuğunuzu ders çalışmaya teşvik edebilmek için, ona sınavı kazanamadığı durumda kaybedeceklerini anlatmak yerine, üniversiteyi kazandığında elde edeceği imkânlardan bahsetmeniz çok daha etkili olur.

Ayrıca çocuğunuza yanlış emirlerde bulunmayın. “Hadi yavrum dersine çalış” ...gibi

Bunun yerine “Dersine yemek yemeden önce mi yemeğini yedikten sonra mı çalışmak istersin?” gibi bir soru sormak çocuğa tercih hakkının olduğunu gösterecektir.

Ülkemizde yapılan bir araştırmada ders başarısı düşük 7–17 yaş grubu çocukların yarısının anne baba ilişkilerinin kötü olduğu, yarısından fazlasında ise babalarının çocuklarına vakit ayıramayacak kadar meşgul oldukları görülmüştür.

Çocuklarınıza nasihat vermek yerine örnek olun.

Ana-babalar çocuklarının hatalara düşmesini istemezler. Bu nedenle de onlara bazen de baskıyla da olsa düşebilecekleri

hatalar konusunda sık sık ve ses tonu ayarsız bir şekilde nasihatler verirler. Aileler şunu asla unutmamalıdır: Çocuklar nasihatlere kapalıdır. Nasihat vereceğinize siz ona bir model olun.

Ailede mutlu ve sevgi dolu bir ortam oluşturun.

Aile içi sorunlar varsa, çocuğunuzun sınava hazırlanma sürecinde, çalışma temposunu olumsuz yönde etkileyeceği için, bunları ona yansıtmamaya özen gösterin, çocuğun yanında asla kavgaya etmeyin. Çocuğunuzun farklı sorunlar yaşaması, ders çalışma konusunda dikkatini toplayamamasına neden olabilir, ders çalışma azmini ve başarı motivasyonunu düşürür.

Hep ders yerine aktivitelere de zaman ayırın.

Çocuğunuz çok çalıştığında değil, etkili ve verimli ders çalıştığında başarılı olur. Tüm gününü ders başında geçirmesi yerine zamanı, planlı bir şekilde kullanarak başka aktivitelere de zaman ayırması konusunda kendisini desteklerseniz, bu zorlu dönemi daha az stresle ve daha verimli geçirmesine yardım etmiş olursunuz.

Çocuğunuzu başkalarıyla kıyaslamayın.

Çocuğunuzun başkalarıyla kıyaslanması, ders çalışması konusunda aşırı baskı, onu çalışmaya teşvik etmez. Bu tür yaklaşımlar, gencin desteğinize çok fazla ihtiyacı olduğu bir dönemde aranızdaki ilişkinin gerginleşmesine ve kendisine zarar verecek düzeyde sınav stresi yaratmasına neden olabilir. Kısaca, onların ruh sağlıklarının iyi bir eğitimden daha önde geldiğini unutmamak gerekir.

Kaynaklar:

- Kuzgun, Y., Meslek Rehberliğine ve Danışmanlığına Giriş. Nobel Yayın Dağıtım, 3.Basım, Ankara, 2006.
- Sarıkaya, T., Khorshid, L. Üniversite Öğrencilerinin Meslek Seçimini Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi: Üniversite Öğrencilerinin Meslek Seçimi. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, Bahar 7(2), 393-423, 2009.
- Yanıkerem, E., Altınparmak, S. ve Karadeniz, G. Gençlerin Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler ve Benlik Saygıları. Nursing Forum Dergisi. 7(2):61- 62, 2004.

MESLEK SEÇİMİ VE ETKİ EDEN FAKTÖRLER

Gençlik çağı hayatın en önemli ve en kritik dönemlerinden birisidir. Genç insan çocukluktan kurtulmanın ve yetişkinliğin sorumluluğunu almaya başlamanın tedirginliğini yaşar. Genç bu dönemde yetişkin rolünü benimseyerek seçim yapar ve sorumluluk yüklenmeye başlar. Bu seçim doğrultusunda beklenti ve isteklerini gerçekleştireceği ve geçimini sağlayacağı ilgi ve yetenekleri doğrultusunda bir meslek seçer. Bu dönemin son 3-5 yılında sıkça zihinleri meşgul eden konu, hayatını hangi mesleğin sahibi olarak geçireceğidir. İnsan hayatının en önemli dönüm noktalarından birisi olan meslek seçimi insan yaşam biçiminin de seçilmesi demektir.

Kendine uygun meslek seçmiş olan kişilerin işlerini severek yaptığını, mesleğinde ilerlediğini, böylece hem coşkulu hem mutlu hem de verimli olarak yaşamlarını sürdürdüğünü gözlemekteyiz. Buna karşılık yetenekleri ve ilgilerine uygun olmayan meslek seçen kişilerin ise çalışmaya karşı isteksiz, işe devamsız oldukları, iş verimleri düşük, yeniliklere direnen ve her zaman mesleklerini değiştirme gayreti içinde olan bireyler oldukları görülmektedir. Bu, hem mutsuzluğu yaşayarak çalışmaya gayret eden kişi için hem de işveren için çalışma hayatında istenmeyen bir durumdur.

Meslek, bireylerin hayatını kazanmak için yaptığı kuralları toplumca belirlenmiş ve belli bir eğitimle kazanılan bilgi, becerilere dayalı etkinlikler bütünü olarak tanımlanabilir. Meslek kişinin kimliğinin en önemli kaynağı olup, onun etraftan saygı görmesine, başkaları ile ilişki kurmasına, toplumda bir yer edinmesine ve işe yaradığı duygusunu yaşamasına olanak veren bir etkinlik alanıdır.

Meslek seçimi, bir kimsenin, çeşitli meslekler arasından en iyi yapabileceğini düşündüğü faaliyetleri içeren ve

kendisine en üst düzeyde doyum sağlayacağına inandığı bir mesleğe yönelmesidir. Çağdaş bir toplumda kişinin en önemli gelişim görevlerinden biri mesleğini seçmesidir. Bu seçimi yaparken önemli olan, bir kişinin sahip olduğu özellikleri en iyi kullanabileceği ve beklentilerini en iyi biçimde karşılayacak olan mesleği seçebilmesidir. Çünkü meslek kimlerle etkileşimde bulunacağımızı, ne giyip ne giymeyeceğimizi, evliliğimizi ve bunun gibi birçok şeyimizi etkileyecektir. Meslek seçmek, hayat biçimini seçmek demektir. Bu nedenle doğru ve gerçekçi seçim yapılması önemlidir.

Meslek seçimi, bireyin yaşamında çok önemli bir olaydır. Meslek seçerken bir birey, kendine belli bir çalışma, belli bir yaşam biçimini seçmiş olur. Seçtiği bu yolda da başarısıyla kendini kanıtlamaya çalışır. Birey; yetenek, ilgi ve istekleri doğrultusunda meslek olarak seçtiği alanda başarılı, verimli ve mutlu olur. Özelliklerini göz önünde tutmadan rastgele seçim yaptığında başarısız, verimsiz ve mutsuz olur. Bu nedenle birey, meslek seçerken kendi özellikleri ile seçeceği mesleğin nitelikleri arasında uygunluk olmasına dikkat etmelidir. Meslek sadece para kazanma aracı değildir. Meslek, her şeyden önce yetenekleri kullanma, kendini gerçekleştirme ve geliştirme yoludur. Kişi kendisine haz veren bir iş yaptığı zaman yorgunluk duymaz dolayısıyla stres denilen iş hastalığına da tutulmaz.

Doğru Bir Meslek Seçme İşlemi Yapabilmek, Başka Bir Deyişle Sağlıklı Karar Verebilmek İçin;

Kişinin hangi işleri ne derece yapabildiğinin farkında olması, çeşitli konulardaki yeteneklerini doğru, gerçekçi ve ayrıntılı olarak değerlendirebilmesi önemlidir.

Kişinin bir eğitim ortamından, bir çalışma alanından, kısaca bir meslekten neler beklediğini açık ve net bir biçimde ifade edebilmesi, mevcut seçenekleri inceleyip başka seçenekler olup olmadığını araştırması gerekmektedir.

Seçeneklerin her birinin isteklerine ve koşullarına ne derece uygun olduğunu değerlendirerek; istenen yönleri en fazla, istenmeyen yönleri en az ve erişme olasılığı en yüksek olana yönelmesi gerekir.

Meslek Seçimini Etkileyen Faktörler

Yetenek

Yetenek, meslek gelişimini etkileyen en önemli özelliktir. Bireyin bir işi başarma potansiyeline işaret eder, belli bir eğitim ve hazırlıktan sonra gelebileceği noktayı anlatır. Bu anlamda yetenek daha çok bir bireyin öğrenme gücü, belli bir eğitimden yararlanabilme gücü anlamına gelir. Böylece yetenek, bireyin gelecekte elde edebileceği başarı düzeyini kestirmemiz konusunda ipuçları verir.



Beceri

Beceri; bireyin bilişsel, psikomotor veya fiziksel işlev görmesi olarak tanımlanan alanlarda şu andaki performans düzeyidir. Bir anlamda beceri bireyin ekstra bir eğitime ve hazırlığa gerek duymadan, ondan istenen işi yapabilecek düzeyde bir potansiyele sahip olması anlamına gelir.

Cinsiyet

Toplumda icra edilen mesleklerde kadın ve erkek oranlarının dengeli olmadığı bilinen bir gerçektir. Kız ve erkek çocuklarında cinsiyeti belirleyen bedensel farklılıkların dışında, meslek seçimini belirleyen genel ve özel yeteneklerin ileri yaşlarda ortaya çıktığı bilinmektedir. Kadın ve annelik rollerini aksatmayacak meslekler geleneksel olarak kadınlara önerilmelidir.

Çevre faktörü ve aile yapısı

Bireyin dünyaya geldiği ve içinde yaşadığı sosyal çevre, meslek seçiminde etkilidir. Bir kimsenin ailesinin sosyoekonomik durumu onun göreceği eğitimin düzeyini, o da sonunda seçeceği mesleği belirler. İstisnalar olmakla birlikte ülkemizde yapılan çalışmalarda bu görüşü desteklemektedir. Anne ve babalar, çocuklarının bazı yeteneklerini geliştirirken bazı yeteneklerini bastırmada, bazı mesleklere karşı olumlu ya da olumsuz tavır almalarında ve çocuğun kendini algılamasında etkili olmaktadır. Ana babalar çocuklarının başarı şansını değerlendirerek onlara belli meslek değerleri aşılamaktadırlar. Bu değerler ana ve babanın sosyoekonomik düzeyi ile bağlantılı görünmektedir. Değişik sosyal sınıflardan bireylerin sahip oldukları yetenekler ve geliştirdikleri beceriler yaşam koşullarını belirlemekte, yaşam koşulları da meslek değerlerini biçimlendirmektedir.

İlgi

İlgi, bir kimsenin bir kişiye, nesneye veya faaliyete karşı gösterdiği hoşlanma, hoşlanmama ya da kayıtsız kalma şeklinde verdiği tepkidir. İlgi, belli faaliyetlere isteyerek yönelme, bu faaliyetleri kısıtlayıcı koşullar altında bile başka faaliyetlere tercih etme ve bu faaliyetleri yaparken yorgunluk yerine dinlenmişlik, bıkkınlık yerine devam etme isteği duyma durumlarında varlığına hükmettiğimiz bir iç uyarıcıdır. Bir anlamda ilgi bir etkinliğin özünden elde edilen doyumdur.

Meslek değerleri

Bir mesleğe girme sonucunda o mesleğin getirilerinden elde edilen doyumdur. Örneğin; mesleğin ya da faaliyetin kazandırdığı statü, prestij, saygınlık, kazanç, yan olanaklar, güvenli gelir elde etmenin sonucu kendini güvende hissetme gibi.

Psikolojik ihtiyaçlar

İnsan davranışlarının önemli bir kısmı psikolojik gereksinimlerden kaynaklanmaktadır. Ancak çeşitli psikolojik gereksinimler yönünden bireyler arasında farklar olduğunu ve yine çeşitli gereksinimlerin bir kimsede farklı derecelerde bulunduğu gözlenmektedir. Bu durumda insan davranışlarının yönünü ve etkisini belirleyen psikolojik gereksinimlerin meslek etkinlikleri ile ilgili olması ve bireylerin meslek seçimi kararlarında psikolojik gereksinimlerin de rol oynaması beklenir. Düzen, başarmak, ilgi görme, yakınlık, duygularını anlama, saldırganlık gibi özellikler meslek seçiminde önemlidir. Fiziksel yeterliliklerde; boy, ağırlık, kemik ve kas yapısı gibi özellikler meslek seçiminde önemlidir.

Mesleklerle İlgili Neler Bilinmelidir?

Meslekî rehberlik hizmetlerinin ilk basamağı, gencin özelliklerini tanıma; ikinci basamak ise meslekleri inceleme ve tanıma, sonra da bu bilgileri eşleştirerek uygun bir karara gitmeyi kapsar. O halde ikinci aşama da gencin çeşitli meslekleri tanıması için yardım etmek gerekir. Çünkü birey kendini ne kadar iyi tanırsa tanısın, meslekler hakkında doğru ve yeterli bilgiye sahip değilse uygun bir meslekî seçim yapamaz. Bir meslek nasıl incelenir?

Bir meslek hakkında ne yönlerden bilgi toplamalıyız? Bu sorular aşağıdaki şekilde listelenebilir:

- 1) “Mesleğin gerektirdiği faaliyetler, yapılan işin özellikleri nelerdir? İşte gereken sorumluluklar, görevler, güçlükler nelerdir? Bu meslek ne gibi etkinlikleri kapsamaktadır?” gibi işin esas yapısını ortaya koyacak bilgiler.
- 2) “Çalışma ortamı ve koşulları nasıl? İş nasıl bir ortamda yürütülüyor? Bu ortamda neler kullanılıyor, kimlerle ilişki kuruluyor? Günlük, haftalık çalışma saatleri; çalışma koşullarının güç olup olmadığı” gibi bilgiler.
- 3) “Bu meslekle uğraşanlarda aranan nitelikler nelerdir? Yaş,

cinsiyet, boy, ağırlık, duyu organlarının hassaslığı gibi nitelikler yönünden bir sınırlama ya da tercih durumu var mı? Genel ve özel yetenekler açısından iş, ne gibi yetenekler gerektiriyor? Bunun yanında yabancı dil bilme, bilgisayar kullanma vb. yeterlilikler gerektiriyor mu?” gibi bilgiler.

4) “Mesleğe hazırlanma ve giriş nasıl olmaktadır? Meslek nasıl bir eğitim gerektiriyor? Eğitimi veren kurumlar, eğitim süresi, bu okullara giriş koşulları, okuldan sonra staj-uygulama şartları... İşe giriş sınavla mı, işe giriş koşulları nasıl?” gibi bilgiler.

5) “Meslekte ilerleme ve gelir durumu vb. mesleğin başlangıçtaki kazanç ve statüsü nasıldır? Bu statü ve gelir nelere bağlı olarak ve nasıl artmaktadır? Meslek ömür boyu sürecek nitelikte midir? Emeklilik koşulları nasıldır?” gibi bilgiler.

Anne – Baba Olarak Neler Yapabiliriz?

Anne-babalar olarak bizim üzerimize düşen görev, yaptığı tercihler ve attığı adımlarda onlara destek olmaktır. Günümüzde artık meslek bilincinin ve yapılacak meslek tercihinin önem kazanması, tercih edilecek meslek alanlarının çoğalması bireylerin yapacakları tercihlerde de kararsızlıklara kapılmasına neden olmaktadır. Bu nokta da anne-babalar olarak üzerimize düşen görevlerden biri de çocuğumuz kararsız kaldığı meslek dalları arasında en doğru kararları vermesine yardımcı olmaktır. Bunun için onun ilgi, yetenek ve isteklerinin farkında olmak, onunla ilgilendiğimizi ona göstermek çocuğumuzun bunaldığı anlarda bize koşmasını sağlayacaktır. Toplum içinde yaşayan bireyler olarak hepimizin zaman zaman yardım alma ihtiyacı duyduğumuz anlar olmuştur. Çocuğumuzun böyle bir anında ona yardımcı olmak ve doğru kararlar vermesinde ona alternatifler sunmak bizim görevlerimiz arasındadır. Meslek tercihinin insan hayatı için bu kadar önemli olduğu bir dönemde kendimizi bu sürecin dışında tutmak ve sorumluluğu başkalarının üzerine atmak sadece bu işten kaçmaktan başka bir şey değildir. Sorumluluklarımızın bilincinde olmalı ve bu sorumluluklar doğrultusunda hareket etmeyi kabul etmeliyiz. Onlara sorumluluklar vermeli daha küçük yaştan bazı sorumlulukları alması ve uygulaması gerektiği bilincini onlara kazandırmalıyız. Bu sayede çocuklar kendi yetenek, ilgi ve isteklerinin farkında olacak, alacağı kararlarda yere daha sağlam adımlarla basacak ve kendini gerçekleştirmiş, ne istediğini bilen ve bunlara ulaşmak için ne yapması gerektiğinin bilincinde olan bireyler olarak toplumda yer alacaklardır.

Toplumsal kalkınmanın ve geleceğimizin teminatı olan çocuklarımızı yetiştirmek için üzerimize aldığımız her türlü görev gibi bu meslek bilincinin kazandırılması ve doğru meslek tercihi konusunda gerekli yardımın sunulması amacıyla gerçekleştireceğimiz her türlü faaliyet çocuklarımızın mutlu ve huzurlu olmasını ve dolayısıyla içinde yaşadığımız toplumunda mutlu ve huzurlu olmasını sağlayacaktır.

Kaynaklar:

- Akarsu, F. (2001). Yetiştirmedüğümüz Çocuklar: Üstün Yetenekli Çocuklar ve Sorunları. Ankara: Eduser Yayınları.
- Dağlıoğlu, H. T., & Alemdar, M. T. (2010) Üstün yetenekli bir çocuğun ebeveyni olmak. Kastamonu Üniversitesi Eğitim Dergisi, 18(3), 849.
- Karakuş, F.T. (2014) Üstün yetenekli çocukları olan anne babaların çocuklarının eğitimine yönelik algıları. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33(1), 289.
- Webb, J.T., Gore, J. L., Amend, E.R., & DeVries, A. R., (2007) A Parent's Guide to Gifted Children. USA: Great Potential Press, Inc.

ÜSTÜN ZEKÂLİ VE YETENEKLİ ÇOCUK YETİŞTİRMEK

İstatistiklere göre üstün zekâlı ve üstün yetenekli bireyler toplumun yüzde ikilik bir dilimini oluşturmaktadır. Üstün zekâlı ve üstün yetenekliler yüksek akademik başarı, sanatsal veya sportif alanlarda yeteneklilik, liderlik, anlamaya ve keşfetmeye dönük yoğun ilgi ve merak gibi özellikler gösterirler. Üstün çocuklar özellikle bilişsel alanlarda yaş grubunun üstünde gelişim gösterirler. Bazı çocuklar bilişsel gelişimin yanında sosyoduygusal bakımdan da yaş düzeyinin üzerinde gelişim gösterir. Bu çocuklarda dili etkili kullanma, çabuk öğrenme, güçlü bellek, aşırı duyarlılık, mükemmeliyetçilik gibi özellikler gözlenir. Ayrıca, üstün çocukların okumaya ve araştırmaya düşkün oldukları, yeni koşullara kolay uyum sağladıkları, eleştirel düşünme becerisine sahip oldukları, gelişmiş bir mizah duygusuna sahip oldukları, problem çözebilme ve strateji geliştirme alanlarında yüksek performans gösterdikleri ayrıca bir konuyla ilgilenirken sıra dışı yöntemlere başvurabildikleri bilinmektedir.

Üstün çocukların sosyal yaşantıları incelendiğinde bu çocukların genellikle kendilerinden yaşça büyük çocuklarla arkadaşlık kurdukları gözlenmiştir. Bazı üstün çocuklar ise kolay hükmedebilecekleri akranları veya yaşça küçük çocuklarla ilişki kurmaya yönelebilmektedirler. Üstün çocuklar sınıf ortamında kendileri kadar yetenekli ve olmayan sınıf arkadaşlarıyla geçinmek konusunda güçlükler yaşayabilirler. Üstün yetenekli kız çocukları cinsiyet rolü ile başarıyı bağdaştırmayan bir ortamda olduklarında sıkıntı yaşayabilirler. Böyle bir ortamla karşılaşan çocuk sahip olduğu yetenek ve bilgiyi saklayabilir.

Üstün bir çocuğun yetiştiği aileler incelendiğinde bu çocukların entelektüel bakımdan gelişmiş ve destekleyici ebeveyn tutumu benimseyen aile ortamlarında üstün olmayan çocuklara nazaran daha fazla destek gördükleri anlaşılmıştır. Üstün bir çocuğa sahip olan anne-babaların ise karşı karşıya kaldıkları belirli güçlükler ve bazı özel durumlar söz konusudur.



Üstün zekâlı ve yetenekli çocuklar yetişkin desteği ve rehberliğine daha sık ihtiyaç duyarlar. Üstün bir çocuğa sahip olan anne ve babalar çocuğunun ihtiyaçlarını nasıl anlayacağı ve destekleyeceği konusunda yeterli bilgiye ulaşmak konusunda zorluklar yaşayabilirler. Çocuğun ihtiyaçlarını ve taleplerini karşılamak konusunda entelektüel, duygusal veya finansal bakımdan yeterince hazırlıklı olamamak anne ve babaların yetersizlik duygusu yaşamasına yol açabilmektedir. Ulaşılabilir kaynaklar hakkında yeterli bilgiye sahip olmamanın yanında üstün çocuklara karşı düşmanca tutum, yanlış bilgilendirme ve çarpıtılmış inanç ve mitler de üstün bir çocuğu yetiştirmeyi zorlaştırabilir.



Kuşkusuz ailenin çocuğun yaşantısı üzerindeki etkisi doğumdan önce başlayıp yaşamının sonuna kadar devam etmektedir. Her çocuk kendi potansiyeli ile dünyaya gelir üstün çocukların ise gerçekleştirebilecek potansiyelleri daha fazladır. Bu çocukların sahip oldukları potansiyelleri gerçekleştirebilmeleri, uygun seçimler yaparak geliştirebilmeleri ve görünür kılarak başarılı olmaları erken dönemde ve kritik evrelerde yeterince desteklenmeleri koşulu ile yüksek oranda ilintilidir. Üstün çocukların yetiştirilmesi için bu durum göz önünde bulundurulduğunda ilk akla gelen anne-babalar ve aile ortamı olmaktadır. Ebeveynlerin çocuklarının gelişiminde öncelikli ve kritik bir pozisyonda bulunduklarını anlamaları atılacak ilk önemli adımdır. Ailede bu çocuklara

sağlanacak güven duygusu, disiplin ve destekleyici tutumlar çocuğun başarılı olmasının ön koşuldur. Çocuğun işlevsel ve verimli çalışabilmesi için uygun çalışma alışkanlıkları kazanması sağlanmalıdır. Çocuğun bu konudaki sınırları bozucu tutum ve kafa karışıklığı uygun sınırlar hatırlatılarak giderilmelidir. Bazı ebeveynler çocuklarının üstün yetenek ve zekâlarının iyi değerlendirilmediği veya boşa gittiğini düşünerek yoğun kaygı duyabilirler. Bu kaygı beraberinde ikincil duyguları da beraberinde getirebilir ebeveyn bu durumda üzgün ve çaresiz hissedebilir ya da öfke duyarak öfkesini kendisine (yetersizlik olduğunu düşünüyorsa) ya da (suçlayıcı tavrı takınıyorsa) başkasına (çocuğu, eşi, çocuğun öğretmeni vb.) yansıtabilir.

Bazı ailelerde ise kararsızlık ve umutsuzluk duygusu hâkimdir bu durumda çocukların kafa karışıklığı ve çatışma yaşama olasılıkları belirgin oranda artmaktadır. Ailenin önemi ve deneyimleyebilecekleri güçlükler düşünüldüğünde bu noktada anne-babaların bakımı önemli bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır. Anne babaların kendi aralarında yapacakları görev dağılımı (çocukla geçirilecek zaman konusunda her iki ebeveynin de eşit veya yakın derecelerde katılımcı olması gibi), ailenin yakınların aldığı destek, ebeveynlerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarının yerinde olması gibi etkenler de anne-baba bakımı için belli başlı etkenler olarak düşünülmelidir.

Son Olarak Üstün Bir Çocuğa Sahip Olan Anne Babaların Çocuklarıyla İlişkilerini Kolaylaştırma ve Düzenleme Konusunda Bazı Öneriler:

Çocuğunuzu mutlaka dinleyin. Bazen çocuğunuzun bitmek tükenmek bilmeyen soruları ve sizi şaşırtan soruları karşısında yetersiz veya yorulmuş hissedebilirsiniz. Bunu önlemek için birlikte belirlediğiniz bir zaman aralığında çocuğunuzun merak ettiği soruları tartışmaya veya araştırmaya çalışın. Bu aralığa 'paylaşım zamanı' gibi bir isim verebilirsiniz. Çocuğunuzun merak ettiği konuya dair kendi fikrinizi söylemek yerine bu konuda onun neler yapabileceğini sorun. Bir problemini sizinle paylaştığında ona derhal çözüm önerisi getirmek yerine öncelikle duygusuna odaklanıp duygusunu aynalamak ve kendi duygusunu fark etmesini ve görüldüğünü hissetmesini sağlayacak böylece aranızdaki bağı güçlendirecektir.

Sağlıklı ve mutlu bir ev ortamının sürekliliğini sağlayın.

Çocuğunuz oldukça yüksek duyarlılığa ve gelişmiş bir algıya sahiptir. Aile ortamındaki rahatsızlık verici koşullar onu sizin varsaydığınızdan daha yoğun şekilde olumsuz olarak etkileyebilir.

Çocuğunuza değerli bir hediye sunun: Zaman. Çocuğunuzun anlayışlı, ona ihtiyacı olan, zamanı ayırabilen ebeveynlere ihtiyaç duyduğunu unutmayın. Çocuğunuz sizinle ilginç fikirleri ve değerleri tartışmak, merak ettiği soruları sorabilmek için dikkatinizi çekmeye çabalayacaktır. Unutmayın üstün çocuklar için onları dinliyor ve karşılıyor olmak kendilerini seviliyor hissetmelerini sağlayan önemli bir koşuldur.

Üstün çocuğunuzu bastırmaya çalışmayın. Çocuğunuzun ilginç fikirlerini hayata geçirmeye çalışırken baltalayıcı olmak, sorduğu soruların yoğunluğundan sıkılarak daha az soru sormasını veya susmasını istemek çocuğunuzun yeteneklerini ve merakını körelmesini sağlayabilir. Onları karşılayamadığınız durumlarda çocuğunuzu bastırmak yerine diğer kaynaklara başvurması konusunda cesaretlendirmek faydalı olacaktır.

Entelektüelliğe yatırım yapın. Çevreyi entelektüel olarak uyarıcı olacak şekilde donatmak üstün çocukların zenginleşmesi

için önemlidir. Çocuğun ders dışında kütüphanesinde türlere göre kitaplar bulunmalı çocuk bu alandan araştırmaları sırasında faydalanmalıdır. Ayrıca koleksiyonlar, çizimler, seyahat, teknoloji, güzel sanatlar ve etkinliklere yönelik sağlanacak imkânlar çocuğun öğrenme ve merak alanlarını pekiştirmesini sağlayacaktır.

Arkadaşlık kurmaları için cesaretlendirin. Çocuklar tıpkı kendileri gibi olan akranlarına ihtiyaç duyarlar, kendi yaş grubundaki arkadaşları ile oyun oynayabilir ve fikirlerini paylaşabilirler. Çocuğunuzun gerçek arkadaşlıklar kurması için arkadaşları ile birlikte kısa sohbetler gerçekleştirebilirsiniz.

Özel zevklerini keşfedin. Çocuğunuzun hangi alanlara ilgi duyduğunu, özel zevklerini ve hobilerini tanıyarak bunları yaşantısının bir parçası yapması ve sürdürmesi teşvik edin.

Beklenmedik soruları karşısında heves kırıcı yanıtlardan kaçının. Üstün yetenekli çocuğunuzun hayal gücü oldukça gelişmiş olabilir. Anlatıldığında kulağa tuhaf gelen düş ve hikâyeler sizi rahatsız edebilir. Ancak bunları kırıcı ifadelerle karşılamak ve anlattıklarına gülmek yerine onunla birlikte eğlenmeyi deneyebilirsiniz.

Gündelik yaşantısı için ağır programlar düzenlemeyin.

Pek çok aile üstün çocuğu için fazladan dersler aldırır ve destekleyici etkinliklere katılması için pek çok plan yapar. Bu durumda çocuk zamanın azlığından yakınabilir ve gündelik yaşantısından aşırı sıkılabilir. Çocuğunuzun başarılı olması ve gelişimini desteklemesi için bir çok imkânınızı seferber ettiğiniz planların heba olmaması için çocuğunuzla birlikte karar almanız gerekir. Onun ihtiyacından fazlasının yer almadığı eğlenmesi ve dinlenmesi için de yeterince zaman ayrıldığı bir program yaparak sağduyulu hareket etmekte fayda var.

Çocuğunuza ve onun bildiklerine saygılı olun. Çocuğunuz hatalı olduğunu düşündüğünüz bir bilgi sunduğunda bunu derhal yanlışlamak yerine yeterince ifade etmesi için fırsat verin. Benzer şekilde çocuğunuz sizin alışmadığınız ve yeni duyduğunuz bir yöntem anlattığında bunu görmezden gelmek ve sözünü keserek kendi bildiğinizin daha iyi olduğunu söylemek yerine onun bilgisini dinlemek ve aklındaki tarif etmesine müsaade etmek gerekir. Aksi takdirde çocuğun benlik algısı zarar görecektir.

Çocuğunuzun çocuk olduğunu hatırlayın. O hala bir çocuk. Çocuğunuz bilişsel ve sosyal alanda yaş grubunun üstünde gelişim gösteriyor olabilir ancak duygusal olarak aynı oranda geliştiğini söyleyemeyiz. Üstün çocuklar da diğer çocukların duyduğu ihtiyaçları duyarlar; sevgi, ilgi ve dikkat. Üstün olmalarına rağmen yetişkin anne babalarının karşılaştıkları problemleri (ölüm hastalık, işsizlik vb.) son derece açık bir şekilde algırlar. Böyle durumlarda çocuğunuza yeniden güven vermek gerekmektedir.



Kaynaklar:

- Başarı ve İlişkide Duygusal Zeka'nın Rolü – Özge ÖZGEN
- Duygusal zekâ ve liderlik – Yrd. Doç.Dr. Fusün Acar
- Duygularımızla Anlaşmak; İletişimde Farkındalık – Yrd. Doç.Dr. Müjde Ker-Dinçer

DUYGUSAL ZEKÂ – EQ

Zekâ kavramını sadece bilişsel yeteneklere dayandıran bilim adamları, araştırmalarından elde ettikleri sonuçları değerlendirerek, zekâ tanımına bireyin çevreye uyumu ve çevresindeki kişilerle ilişkisi boyutlarını da dahil etmişlerdir. İnsan zekâsının kapsam ve işleyişi, mantık ve diğer bilişsel süreçlerle birlikte duygusal süreçleri de içerir.

90'lı yılların sonunda ortaya atılan duygusal zekâ kavramı daha önce oluşturulmuş sosyal zekâ kavramının temeline dayanmaktadır. Ayrıca duygusal zekâyı, "sosyal zekânın bir formu olarak bireyin kendine ve başkalarına ait duyguları izleyebilme, bunlar arasında ayırım yapabilme ve bu süreçlerden elde ettiği bilgiyi düşünce ve davranışlarında kullanabilme yeteneği" olarak tanımlamaktadırlar.

Duygusal zekâ konusunda yapılan çalışmaların temel varsayımına göre, "bireylerin duygularını algılama, anlama ve bu duygusal bilgiyi kullanabilme yetenekleri birbirinden farklıdır ve bireyin duygusal zekâ seviyesi gerek entelektüel gerekse duygusal başarısına ve gelişimine çok önemli katkı sağlar. Duygusal zekâ sadece tek bir özellik veya yeteneği ifade etmez, bireyin kendinin ve başkalarının duygularını değerlendirmeye ve ifade etmeye katkıda bulunan, kendinin ve başkalarının duygularını kontrol etmeye yardımcı olan ve bireyin kendi yaşamında motivasyon ve başarıyı sağlayıcı duyguları kullanmayı sağlayan çok sayıdaki yeteneklerin bir kombinasyonudur.

Duygusal zekâ kavramının hayatımıza girmesi ise düşünme, hayal kurma ve hissetme gibi içsel süreçlerle insan beyninin işleyişini izlemeyi mümkün kılan teknolojik gelişmeler sayesinde gerçekleşti. Duygusal zekâ kavramının doğuşu ile birlikte bu kavram en çok eğitim ve iş dünyasının ilgisini çekti. Okul dönemi sonrası başlayan iş yaşamı kişisel ve sosyal becerilerin en yoğun kullanıldığı alanlardan biridir.





“Yaşamda kullandığımız pek çok beceri, gücünü düşüncelerimizden ve duygularımızdan almaktadır.” İfadesi tüm dünyada artık bütün bilim adamları tarafından kabul gören bir görüştür. Bu önemli görüş doğrultusunda diyebiliriz ki duygusal zekâ yaşadığımız hayatın en yoğun belirleyicilerindendir.

Duygusal zekâ, esas olarak iki yetkinliğin bileşkesidir.

Bu yetkinliklerden birincisi “kişisel yetkinlik”, ikincisi “sosyal yetkinlik” tir.

Kişisel Yetkinlikler:

Kendiyle ilgili farkındalık: Kişinin kendi iç dünyasını tanıması, tercihlerini yapabilmesi, sahip olduğu kaynakların ve gücün farkında olması olarak açıklanabilir. Kişinin kendi duygularını ve bunların doğurduğu sonuçları fark etmesi, bunları dile getirmesi duygusal farkındalığı örneklendirebilir. Kişinin kendi gücünü ve zayıflıklarını bilmesi, sınırlarının nereden geçtiğini fark etmesi ve bunu kabullenmesi kişinin kendini değerlendirme kapasitesini örneklendirebilir. Kişinin yetkinliklerinin farkında olması ve bu yetkinliklerle” değerli olduğuna inanması” özgüvenin tanımı olarak ele alınabilir.

Kendini yönetme: Kişinin sahip olduğu dürtüleri, istekleri kontrol etmesi ve yönlendirmesidir. Kişinin dürtülerini ve içinden gelen olumsuz duyguları kontrol edebilmesi; olumsuz duygularla başa çıkabilmek, duygusal olgunluk açısından çok önemli bir ölçüttür. Kişinin beklenmedik durumlara ve değişikliklere uyum sağlayabilmesi stresle başa çıkma becerileri açısından da temeldir. Kişinin ortaya çıkan sonuçlarla ilgili sorumluluk üstlenmesi, başkalarını suçlamak yerine kendini sorgulaması içselleşmiş sorumluluk anlayışının temelini teşkil eder.

Motivasyon: Kişinin amaçlarına ulaşmak için duygularını yönlendirebilmesi, mükemmellik düzeyine ulaşmayı hedeflemesi ve sürekli gelişim çabası içinde olması, içinde bulunulan ekibin amaçlarından ve hedeflerinden heyecan duymak, fırsatları fark etmek ve zorlukları fırsata dönüştürmek için harekete geçmesi, engeller ve güçlükler karşısında amacını izlemek konusunda kararlı olmak olarak tanımlanabilir.

Sosyal Yetkinlikler:

Empati: Kişinin başka insanların duygularını, ihtiyaçlarını anlayabilmesi, başka insanların duygularını ve bakış açılarını fark etmesi, bu konuda duyarlılık geliştirmesi ve onların kaygılarıyla, yargılamadan ve savunmaya geçmeden samimi olarak ilgilenmesidir.

Sosyal beceriler: Başka insanları kendi istediği yönde

yönlendirebilmek, karşımızdakini anlamak için dinlemek ve kişiyi ikna etmek için mesajın, üslubu kadar önemli olduğunun farkında olmak, karşıdaki kişide ya da grupta istek uyandırıp heyecan yaratmak, anlaşmazlıkları müzakere ederek ve uzlaşarak çözüme yönelme, başkalarıyla ortak amaçlar doğrultusunda iş birliği yapmaktan zevk duymaktır.

IQ ile EQ Arasındaki Farklar:

- IQ zihin odaklı sosyal ortamdan yalıtılmış bir yığın beyin odaklı işlemimizi tanımlamak için kullanılırken EQ sosyal ilişkileriniz içindeki sizi ifade etmektedir.
- IQ’ya matematik diyeceksek EQ’ ya psikoloji demeliyiz.
- IQ’yu bir problem karşısında alternatif çözüm yolları bulmak olarak ifade edeceksek EQ’yu bir problem karşısında duyguyu yönetebilme, yeni yeni uyum kapıları bulabilme kabiliyeti olarak tanımlayabiliriz.
- IQ daha çok kişinin zeka katsayısını vermekte ve zeka fonksiyonlarını değerlendirmektedir. EQ ise kişinin duygusal sentez, tespit ve fonksiyonlarını bize bildirmektedir.

Duygusal Zeka Neden Daha Önemli ?

Çok yüksek matematiksel bir başarıya ya da geniş bir kültür yelpazesine sahip olabilirsiniz fakat bu tür yeteneklerin belirtildiği bir ortama girmediğiniz sürece kimse sizin farkınıza varamaz. Fakat sempatik, popüleritesi yüksek bir kişiyse; yüksek IQ değerlerine sahip olmasanız da fark edilmeniz çok daha kolaylaşır. Hatta “aranan kişi” bile olabilirsiniz ki bu duygusal zeka olarak tanımlandığında sizin istenilirliğinizi artırıcı bir özelliktir.

Duygusal Zekanızı Geliştirmek İçin Öneriler:

- Kendinizi tanıyın.
- Duygularınızı ve onları kontrol etmeyi öğrenin.
- Kendinizi, kişisel özelliklerinizi başkalarına açık tutunuz.
- İletişim kurma becerilerinizi geliştiriniz.
- Problem çözücü olun.
- Eleştiriye açık olun.
- İnsanlar ile ilgilenin.
- Hayatınıza daha fazla duygu katın.
- Duygusal tansiyonun yükseldiği zamanlarda konuyu daha sonra konuşmak üzere ara verin.
- Duygularınıza bağlı tepkilerinizi fark edebilmemiz için onları siz olarak değil üçüncü bir şahıs gözüyle seyretmeniz gerekir.



Kaynaklar:

- Steinberg, L. (2005). Adolescence. Stephen B. Rutter. Seventh Edition.
- Dökmen, Üstün. (1996). İletişim Çatışmaları ve Empati. 4.Baskı. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü (2010, Şubat-Mart), 11 Cilt: 5 Sayı: 20
- Aile ve Toplum Yılı: (2010, 20 Ocak-Şubat-Mart) 11 Cilt: 5 Sayı

ERGENLİK VE KARŞI CİNS ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ

Ergenlik dönemindeki arkadaşlık ilişkileri önemli olduğu gibi romantik akran ilişkileri de bu dönemin önemli konularındandır. Yapılan araştırmalar sonucunda hangi yaş döneminde olursak olalım karşı cins ile arkadaşlık ilişkilerine baktığımızda (evlilik, birliktelik, nişanlılık veya tanışma evreleri) aile, kültür ve düşünce yapısının etkilerinin büyük olduğunu görebiliyoruz.

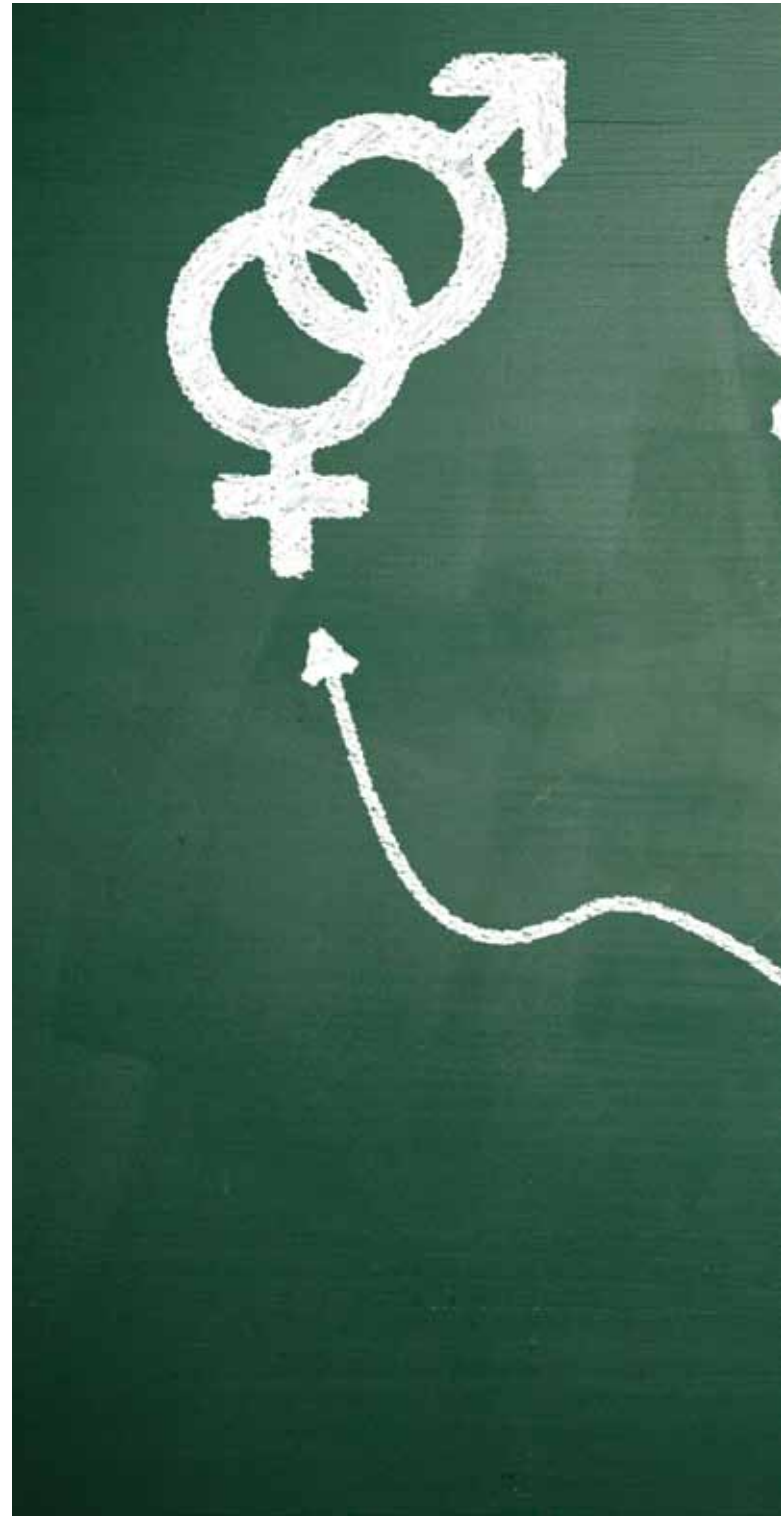
Ergenlik döneminde, ergen yoğun bir biçimde fiziksel ve hormonal değişimler yaşamaktadır. Bu hızlı değişimlere ayak uydurmaya çalışırken bir taraftan da ergenlerin duygusal açıdan yeni, farklı hisleri oluşmaya başlamaktadır. Ergenlik yıllarında bilişsel, sözel ve mantıksal değişikliklerle birlikte sosyal ve duygusal açıdan da değişiklik olduğundan ergenin ailesi ve arkadaşlarıyla olan iletişimi de çeşitlenmektedir.

Ergenlik dönemi; ön ergenlik, orta ergenlik ve son ergenlik olmak üzere üçe ayrılırken, karşı cinse olan aşırı ilgi eğilimi en çok orta ergenlik döneminde görülmektedir.

14-18 yaş arasındaki orta ergenlik döneminde gencin bedeninde, ruhsal gelişiminde ve cinsel gelişiminde, hızlı bir değişim vardır. Bu değişimlerin etkisi ile yaşadığı yoğun duygu akımı ve bağımsızlığını ortaya koyma çabası ile ergen, birine bağlanmaya ve bağımsızlık mücadelesinde birinin desteğine ve ilgisine ihtiyaç duyar.

Her insanın doğasında olan değerli olma ve fark edilme arzusu ergenlik dönemi ile birlikte yoğun hormonal değişimle birlikte üst seviyeye çıkmaktadır. Bu sebepten dolayı da fark edilmek ve karşı cinsin ilgisini çekmek için türlü yollar denenir, karşılıklı hoşlanmalar daha sonra arkadaşlığa (flört) dönüşür. Karşı cinsle ilk arkadaşlık kurma yaşı kişiye göre değişir. Bu yaşı hangi yaş dönemi olması ise tartışmaya açık bir konudur.

İster hem cinsleri arasında ister karşı cins ilişkisinde olsun ergenlikte temel ihtiyaç, onaylanma, kabul edilme ve beğenilmedir. Ergenin karşı cins tarafından nasıl görüldüğü büyük merak konusudur. Kendi imajına dair fikirleri karşıdan gelecek tepkilerle şekillenir, başka bir söyleyişle kendisini tanımaya başlar.



Bu açıdan bakıldığında, bu dönemde karşı cinsle yaşanan ilişkiler kişinin hem kendisini hem de karşı cinsi tanımak ve sınırlarını keşfetmek açısından çok öğreticidir ve geleceğe hazırlanmasında etkilidir. Ergenlikte akran ilişkileri ve duygusal ilişkiler kültürden kültüre farklılık göstermektedir. Kız arkadaş ya da erkek arkadaş edinme biçimleri ve süreçleri farklı kültürlerde ele alındığında ülkemizde bu durumun giderek normalleşmeye başladığını görebiliyoruz.

Ergenler Ailesinden Gördüğü Şekilde İlişki Kuruyor

Ergenlik döneminde ergenlerin bir kısmı karşı cinse karşı korku ve çekingenlik göstermektedir.



Bu çekingenliğin sebebi cinsel gelişimle ilgili eksik bilgiden ya da kötü şartlanmaktan, olumsuz akran ya da aile ilişkilerinden vb. kaynaklanabilmektedir. Ergene bu durumunun geçici olduğu ve kız-erkek arkadaşlığının korkulacak bir durum olmadığı anlatılmalıdır. Eğer ergen aile içinde bu tarz konuları konuşamıyor ise veya bu konular açıldığında utandırılıyor ise kendisinden utanç duyması kaçınılmazdır.

Bir diğer konu ise aile içinde anne ve babanın birbirlerine olan yaklaşımlarıdır. Ergen aile içinde mutlu bir evliliğin temel taşları olan güven ve bireysel farklılıklara değer verme düşüncesini görebiliyor ve hissedebiliyor ise yaşadığı arkadaşlık ilişkilerinde de bunu yansıtacaktır. Örneğin; kız arkadaşına aşırı baskı yapan, emir

cümleleri ile iletişim kuran bir erkek, ilişki başlatma ve sürdürme biçimini bu şekilde yorumlamayı nereden öğrenmiş olabilir?

Karşı Cinsle İlişkiler Konusu Ebeveynleri Kaygılandırıyor

Ergenliğin en temel özelliklerinden birisi arkadaş ortamında kendini ispatlama ve sosyal dış çevreye olan bağımlılıklarıdır. Eskisi gibi aile iletişimi güçlü olmayan ergen, kendisine yarattığı bir dünyada ailesinden sıyrılmaya çalışarak kendini tamamlama çabası içerisine girer. Aileler genellikle bu süreci çok anlamlandırmakta zorluk çekerler, çünkü çocuklarının kendilerinden uzaklaştığını, aradaki bağların koptuğunu düşünen aile kendisini yetersiz hissetmeye başlar ve kızgınlık duygusu ile hareket etmeye başlarlar.

Özellikle genç ergenlerin çabuk etki altında kalmaları, bir arayış içerisinde olmaları, özellikle cinsellik ve karşı cinsle ilişkiler konusu ebeveynleri çok kaygılandırır hatta çocuklarına nasıl davranacaklarını bilemezler. Genellikle de bu kaygı, gençlere kısıtlamalar ve yasaklamalar şeklinde yansır. Aileler bu özel dönemle ilgili ne kadar çok bilgi sahibi olursa kaygıları da büyük oranda azalacaktır. Ebeveynler, aynı yaş döneminde neredeyse dünyadaki bütün gençlerin benzer sorunları yaşadıklarını fark ederlerse yalnız olmadıklarını düşünecek ve bu dönemi kolayca anlayacaklardır. Ergen bireyin karşı cinsle ilişkilerini de bu bağlamda değerlendirmek, paniğe kapılmadan izlemek doğru olur. Böylece gencin sorular sormasının ve yakın bulunduğu ebeveyniyle bir şeyler paylaşmasının yolu açık tutulmuş olur.

Aileler Gerçek Kaygılarını Dile Getiremiyorlar

Ailelerin yaşadığı yoğun kaygı ve panik, aileleri yanlış tutum ve davranışlarda bulunmaya itiyor. Zaman zaman aşırı kısıtlamalar ve özel alanlara aşırı müdahale etme, karşı cinsle iletişimi engelleme, yasaklar koyma gibi davranışlar gençleri daha güvensiz kılmakta olup aile içi iletişimin de günden güne kötüye gitmesine neden oluyor. Sonuç olarak, gençler ailelerin gerçekte olan kaygılarını anlayamıyorlar ve gençler daha çok arkadaşlarıyla bu durumu paylaşarak rahatlamaya çalışıyor. Aile içindeki kaygıların nedeni ise gencin başına kötü bir şey geleceği, zarar göreceği ve üzüleceği korkusudur. Anne-babaların bu zorlu süreçte yapması gereken, çocuklarına destek olmak ve onlara ne kadar değerli olduklarını hissettirmektir. Değerli olduğunu bilen, sevilen, önemsenen bir genç, kendisini kanıtlamak için başını derde sokacak tecrübelerle ihtiyaç duymayacak ve kendisini korumayı bilecektir. Unutulmaması gerekir ki ergenlik boyunca biriken gözlemler, deneyimler, yapılan yanlışlar ve doğrular bir araya gelerek kişiliğin oluşmasında önemli rol oynar.

Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar:

Kendi dönemlerinizde yaşadıklarınızı çocuklarınızın dönemleri ile kıyaslamayın. Unutmayın. Aynı zamanda yaşamıyorsunuz. Çocuklarınızın duygularını yok saymayın. Hissettiklerine değer verip onları utandırmayın. Erkek arkadaş ya da kız arkadaş deneyimlerini paylaşmaları için onlara güven verin. Duygularını güvendiği kişilere ifade etmeleri onlar için önemlidir. Çocuklarınızın telefon, bilgisayar... gibi özel alanlarına aşırı müdahale etmek yerine çocuklarınıza gereken önemi ve güveni vermek daha doğrudur. Karşı cins denince geleceğe dair kötü senaryolar üretip çocuklarınızla paylaşmayın. Her arkadaşlık tehlikeli olmayabilir, tam tersi iyileştirici ve destekleyici de olabilir.

Ergen çocuğunuzun karşı cinsle arkadaş olduğunu öğrendiğinizde aile bireylerinden gizlenmesi gereken bir şey olmadığını aktarmak önemlidir. Örneğin, Türk toplumunda annelerin kız çocuklarının bu gibi durumlarını babalarından gizlemeleri gibi. Her genç çocuk, karşı cinsle olan arkadaşlığından dolayı akademik yetersizlik veya başarısızlık yaşamaz. Bu yüzden, çocuklarınız akademik anlamda istemedikleri sonuçlarla karşı karşıya kaldığında sorunu tek bir sebebe bağlı olarak değil, bir bütün olarak ele almalısınız.





Kaynaklar:

- <http://www.kigem.com/>
 - <http://www.pdr.gen.tr/kisisel-rehberlik/bireysel-farkliliklar/>

ÇOCUĞUNUZUN ZEKÂ TÜRÜNÜ VE ÖĞRENME STİLİNİ KEŞFEDİN

“Her Çocuk Özeldir.”

Günümüzde eğitim sistemindeki değişimler hayatımıza yeni kavramların girmesine neden olmuş ve öğrenme süreçleri ile ilgili yeni adımların atılmasını sağlamıştır. Aslında bizlere çok da yabancı olmayan fakat önemi yeni yeni anlaşılan bu kavramlardan biri de eğitim öğretimdeki bireysel farklılıklardır. Bu sayımızda eğitimde ciddi bir öneme sahip olan ve öğrencinin geleceğine yön vermesi konusunda ona ciddi ipuçları sağlayacak bir konuyu ele alacağız. Bireysel farklılıklarımızı oluşturan “Zekâ Türlerimiz” nelerdir? Öğrenme süreçlerimizi nasıl etkiler? Bireysel farklılıklarımız nasıl oluşur? Tüm bu soruların yanıtlarını yazımızda bulabilirsiniz.

Her birey kendine özgüdür ve toplumsal hayatın temel dinamiklerinden biri de bu özgünlüktür. Toplum dinamik oluşturma, üretim yapabilme, uygarlık kurma ve devamlılığı sağlayabilme gibi özellikleri bireysel farklılıklar aracılığıyla gerçekleştirmektedir. Bireysel farklılıklar kalıtım ve çevresel faktörlerin etkisi sonucunda oluşmaktadır.

Bütün bireylerin aynı özelliklere sahip olduğuna inanmak kişinin öznel dünyasını ortaya çıkarma konusunda büyük sorunlara neden olacaktır. Bu yüzden her öğrencinin güçlü ve zayıf yanlarıyla ayrı bir dünya olduğunu bilmek ve bunu keşfetmeye yönelik çalışmalar yapmak oldukça önemlidir.

Eğitim öğretim süreçlerinde daha çok zihinsel düzeye bağlı olan bireysel farklılıklar dikkat çekmektedir. Toplumun büyük bir kısmı belli bir zihinsel yeterliliğe sahiptir. Bu farklı zihinsel yeterlilik alanlarının sergileyebileceği potansiyellerin farklılıkları da göz önünde bulundurulmalıdır. Bireysel farklılıklar öğrencinin öğrenme hızını, seviyesini, öğrenmenin kalıcılığını, öğrenmeye ilişkin ilgi ve dikkatini belirlemektedir.

Howard Gardner çoklu zekâ kuramıyla eğitime farklı bir bakış açısı kazandırmıştır. Çoklu zekâ Kuramına göre insan beyni, sözel-dilsel, mantıksal-matematiksel, müziksel-ritmik, görsel-uzamsal, içsel, kişiler arası, doğa ve bedensel-kinestetik zeka alanlarını içermektedir. Geleneksel eğitim bunlardan ilk ikisini yani sayısal ve sözel alanı dikkate almaktadır. Oysa tek yönlü beslenme metabolizma üzerinde nasıl olumsuz etkiler oluştuyorsa, tek yönlü zekâ beslenmesi de zihin gelişimini potansiyel olarak sınırlamaktadır. Çoklu Zekâ Kuramı zekâyâ ilişkin geleneksel anlayışların eksiklerini vurgulamakta ve yeni bir pencere sunmaktadır. Zekâyâ ilgili eski ve yeni anlayışların kısa bir karşılaştırması aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Howard Gardner çoklu zekâ kuramı ile bireylerdeki beceri farklılıklarını kategorize etmiş ve bireysel farklılıkların geleceğimizi nasıl şekillendirdiği konusunda araştırmalar yapmıştır. Bireysel farklılıklarımızın oluşmasında çok önemli bir yere sahip olan zekâ türleri aşağıda ayrıntılı olarak yer almaktadır:

Sözel-Dilsel Zekâ, dili etkili bir şekilde kullanma, kelimelerle ve seslerle düşünme, dildeki kompleks anlamları kavrayabilme, dildeki farklı yapıları fark edebilme, yeni kalıplar oluşturabilme ve farklı dilsel kalıplarla ilgilenme becerilerini kapsamaktadır. Doğru değerlendirildiğinde iyi bir hitabet sanatçısı olabilmektedirler. Kelime hazineleri gelişmiştir, sözel olarak iyi bir iletişim kurarlar, karşılarındaki insanları etkileyebilirler, başka insanları ve konuşmaları taklit edebilirler. Kelime oyunlarına ilgileri vardır. Gürültülü ortamlardan hoşlanmazlar. Kitap okumaktan keyif alırlar. Bu zekâ türüne sahip kişiler yazar, şair, edebiyatçı, dil bilimci, hukukçu, siyasetçi olabilmektedirler.

Zekâyâ İlişkin Eski Bakış Açısı	Zekâyâ İlişkin Yeni Bakış Açısı
• Zekâ sabittir.	• Zekâ geliştirilebilir.
• Zekâ niceliksel olarak ölçülebilir.	• Zekâ herhangi bir performansta veya problem çözme sürecinde sergilendiğinden sayısal olarak hesaplanamaz.
• Zekâ tekildir.	• Zekâ çeşitli yollarla ortaya konulabilir.
• Zekâ gerçek yaşamdan soyutlanarak ölçülür.	• Zekâ bağlam/gerçek yaşam durumlarında ölçülür.
• Zekâ öğrencileri sıralamak ve olası başarılarını kestirmek için kullanılır.	• Zekâ bireylerin gizil güçlerini ve onların başarılı olabilecekleri farklı yolları anlamak için kullanılır.

Mantıksal-Matematiksel Zekâ, sayılar ve ilişkilerle düşünmeyi içerir. Tahminde bulunma, eleştirel düşünmeme, zıtlıkları keşfetme, mantıksal gerekçeler üretme, sınıflama, sıralama, kategorize etme gibi becerileri içermektedir. Akıl yürüterek, soyut kavramlardan yola çıkarak sayılar arasında bağlantı kurmak ve sonuca ulaşmak konusunda yetenekli oldukları düşünülmektedir. Şekiller, tablolar ve grafiklerle çalışmayı severler. Eleştirel ve sorgulayıcı bir düşünme yapısına sahiptirler. Bu zekâ türüne sahip insanlar, matematikçi, mühendis, mimar, istatistikçi, ekonomist, bilim adamı, bilgisayar uzmanı gibi meslekleri seçmektedirler.

Görsel-Uzamsal Zekâ, resimlerle, şekillerle düşünebilme, görsel dünyayı algılayabilme, şekil, renk ve dokuları zihninin gözleriyle görebilme ve bunları sanatsal formlara dönüştürebilme becerisidir. Görsel-mekansal zekâyâ sahip bireyler, öğrendikleri her şeyi somut ve görsel malzemeye dönüştürerek gözünde, beyinde canlandırabilirler. Eşyaların farklı açılardan perspektifini algılayarak birçok kişinin farkına varmadığı ayrıntıları yakalayabilirler. Düşündükleri her şeyi hayallerinde canlandırabilirler. Çok hayal kurarlar, özellikle harita, tablo gibi sistemleri çok rahat anlayabilirler. Yön duyguları çok gelişmiştir. Tasarım, çizim ve görüntülerden hoşlanırlar. Görsel sunumları sever ve bu şekilde çalışmayı tercih ederler. Ders çalışırken not almaya dikkat ederler. Görüntüsü olmayan uzun anlatımlardan hoşlanmazlar. Bu zekâ türüne sahip kişiler ressam, fotoğrafçı, mühendis, mimar, tasarımcı, görsel sanatçı ya da rehber olabilmektedirler.

Bedensel-Kinestetik Zekâ, aklın ve vücudun mükemmel bir fiziksel performansla birleştirilerek belli bir amaca yönelik faaliyetlerin sergilenebilmesi yeteneğidir. Dans, spor gibi alanlarda fark edilecek biçimde başarı gösterirler. Bedenlerini doğru kullanırlar, yüksek performans gösterme potansiyelleri vardır. Genellikle birkaç sporla veya faaliyetle aynı anda uğraşırlar. Çok hareketlidirler, sözel anlatılanlardan daha çok uygulamalara odaklanırlar. Çevrelerine karşı sorumlu ve duyarlıdırlar. Fiziksel çalışmalarda ki denge, estetik gibi becerileri çok gelişmiştir. Rol yapma, dans, spor gibi alanlarda aktif olarak yer alırlar ve yetenekli oldukları hemen fark edilir. Sağlıklı yaşam konusunda dikkatli ve ilgilidirler. Her tür öğrenmede zihinsel ve bedensel uyumu kullanırlar. Bu zekâyâ sahip bireyler genelde sporcu, dansçı, oyuncu, sanatçı, heykeltıraş gibi meslek dallarını tercih etmektedirler.

Müziksel-Ritmik Zekâ, sesler, notalar, ritimlerle düşünme, farklı sesleri tanıma ve yeni sesler, ritimler üretme, ritmik ve tonal kavramları tanıma ve kullanma, çevreden gelen seslere ve müzik aletlerine karşı duyarlı olabilmek becerisidir. Bu zekâyâ sahip bazı kişilerin hiçbir ders almadan bir alet çaldığını görmek mümkündür. Müziğin herhangi bir ya da birkaç alanında özel olarak yeteneklidirler. Notasını bilmeden müziği anlar, ritim tutabilirler. Müzikle hareketi birleştirip değişik figürler yaratabilirler. Şarkı, şiir hafızaları çok gelişmiştir. Öğrenmede müzikle çalışarak daha başarılı olabilirler. Farklı kültürlerle ve müziklerine karşı çok meraklıdırlar. Aşırı gürültülü ortamlara karşı tepki gösterirler. Meslek olarak, yorumcu, besteci, müzik

eleştirmeni, müzisyen, orkestra şefi gibi alanları seçtikleri görülmektedir.

Kişiler arası-Sosyal Zekâ, insanlarla birlikte çalışabilme, sözel ve bedensel zeka dilini etkili bir biçimde kullanarak çok farklı karakterlere sahip insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilme, insanları yönetebilme onlarla uyumlu çalışabilme ve insanları ikna edebilme becerisidir. İkna becerileri çok gelişmiştir. Espri yeteneğine sahip oldukları için bulundukları ortamda hemen dikkat çekerler. Geniş bir arkadaş çevresine sahiptirler, ilgi çekmeyi severler. Bulundukları ortama hemen uyum sağlayabilirler ve farklı ortamlarda bulunmaktan hoşlanırlar. Başka kültürlerle çok meraklıdırlar. Hoşgörülü, ikna gücü yüksek insanlardır. Grup çalışmalarından hoşlanırlar, paylaşımcıdırlar. Öğretmenlik, rehberlik, politika, danışmanlık, psikologluk, yönetim ve organizasyon uzmanlığı bu zekâ türüne sahip bireylerin yapabileceği mesleklerdendir.

Kişisel-İşsel Zekâ, kendimiz hakkındaki duygu ve düşünceleri şekillendirebilme, yaşamı sürdürebilme ve yaşadıklarımızdan öğrendiklerimizle, hayat felsefemizi oluşturabilme, yaşamımızı bu doğrultuda planlama kişisel istek ve hayaller oluşturabilme becerisidir. Çevrelerindeki olaylara ve kişisel olarak yaşadıkları her duruma ve olaya çok önem verirler ve anlamlandırmaya çalışırlar. Düşünme onlar için her şeydir. Özgürlüktürler, bireysel çalışmaları severler. Kendilerinin bilincindedirler ve kişisel olarak kendilerine önem verirler. Aynı ilgiyi başkalarından da beklerler. Yalnız çalışmaktan hoşlanırlar. Daha çok iç dünyalarına dönük bir yaşantıları vardır. Belirli hedefleri vardır ve bu hedefler aynı zamanda isteklendirme kaynaklarıdır. Daha çok yazar, sosyal hizmet uzmanı, iş adamı, ressam, sanatçı, heykeltıraş gibi meslekleri seçtikleri görülmektedir.

Doğa Zekâsı, doğadaki tüm canlıları tanıma, araştırma ve canlıların yaratılışları üzerinde düşünme becerisidir. İnsanlığın var oluşunu merak ederler ve öğrenmeye çalışırlar. Canlı türlerinin isimlerini kolaylıkla öğrenirler ve hafızalarına kaydederler. Doğaya dönük yolculukları severler, araştırma çalışmalarına katılmak isterler. Doğanın insan yaşantısı üzerindeki etkilerini merak ederler ve incelerler özellikle belgesel izlemekten hoşlanırlar. Bitki ve hayvan türlerine karşı özel bir ilgileri vardır. Çevrecidirler. Sorumluluk sahibi oldukları bilinmektedir. Canlıları ve materyalleri sınıflandırmaya çalışırlar, çevresindeki canlı cansız bütün maddelere karşı çok meraklı bir tutum içerisindeyler, ilgili ve duyarlıdırlar. Botanik, dağcılık, kimya, biyoloji, zooloji, meteoroloji, jeoloji, arkeoloji, tıp, fotoğrafçılık, izcilik. vb. gibi çok geniş bir alandaki mesleklerin tümü bu zeka türüne sahip kişilerin severek yapacakları işlerdir.

Bireysel farklılıklar sadece zekâ ile sınırlı bir kavram değildir. Bireylerdeki farklılıklar zamanla öğrenme stillerinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. **Öğrenme stili, kişinin öğrenmeye hazırlanırken, öğrenirken ve hatırlarken farklı ve kendisine özgü yollar kullanmasıdır. Bir başka deyişle; Bir bireyin öğrenme çevresini psikolojik olarak nasıl algıladığını, çevresi ile nasıl etkileşimde bulunduğunu ve nasıl tepki verdiğini belirleyen faktörler kümesidir.**

Bu kümenin içerisinde algısal tercihler ve güçlükler, motivasyonel farklılıklar, psikolojik faktörler ve bilgiyi işleme alışkanlıkları gibi kavramlar yer almaktadır.

Öğrenme stilleri görsel, duyuşsal ve dokunsal/ kinestetik olmak üzere üç temel başlık altında toplanmıştır:

Bilgiyi görsel olarak öğrenen çocukların gördüklerini ve okuduklarını akıllarında tutabilmekte ancak uzun zaman önce dinlediklerini hatırlamakta zorlanmaktadır. Bir konu üzerinde düşünürken görsel objeleri (resim, yazı) göz önünde bulundurdıkları, sözlü raporlardan çok yazılı raporları tercih ettikleri, not tutamadıkları sunum ve dersleri sevmedikleri, isimlerden çok simaları hatırladıkları, liste tutmayı sevdikleri, harita, poster, şema, grafik gibi görsel araçlarla bilgiyi daha kolay öğrendikleri ve bu araçlarla öğrendiklerini kolay kolay unutmadıkları bilinmektedir. Görsel öğrenme stiline sahip olan çocukların kitap okuyarak, film izleyerek, yazarken ve okurken önemli olduğunu düşündüğü kısımların altını renkli kalemle çizerek ve ufak notlar alarak daha iyi öğrendikleri ileri sürülmüştür.

Bilgiyi duyuşsal olarak öğrenen çocukların duyduklarını kolay kolay unutmadıkları, yazı yazarken aynı zamanda konuşabildikleri, oyunları ve resimleri sevmedikleri, yazdıkları notlara çalışırken yüksek sesle okuma yaptıkları, daha çok konuşarak ve tartışarak bilgiyi kalıcı hale getirdikleri ve bu sebeple de sınıfta oldukça aktif oldukları bilinmektedir. Duyuşsal öğrenme stiline sahip olan çocukların dersi derste dinleyerek, grup çalışmalarına katılarak, ders çalışırken enstrümantal müzik dinleyerek ve ses tonunun zaman zaman değiştiği bir anlatım biçimiyle daha iyi öğrendikleri gözlenmiştir.

Son olarak bilgiyi dokunsal/kinestetik olarak öğrenen çocukların ise gördükleri ve duyduklarını çabuk unuttukları ancak yaparak yaşayarak öğrendikleri bilgileri uzun süre hatırladıkları, bilgiyi edinirken sürekli hareket halinde oldukları ve dokunmak istedikleri, taklit ve uygulama yapmayı sevdikleri, plan ve programdan hoşlanmadıkları ve uyum sağlama da güçlük çektikleri, az ve öz konuştukları, ders çalışırken ellerini meşgul edecek nesnelerle oynadıkları ve ders çalışırken müzik dinleyerek rahatladıkları gözlenmiştir. Duyuşsal öğrenme stiline sahip olan çocukların dokunarak, öğrenilen konunun içinde fiziksel olarak yer alarak, öğrenilen konu ile ilgili gezilere katılarak ve küçük takım çalışmalarına katılarak bilgiyi edindikleri gözlenmiştir.

Bireysel farklılıklar konusunda zihinsel yeterlilik kadar yetersizlik veya özürüllük de önemlidir. Her birey kendi kapasitesi ve yeterliliği doğrultusunda eğitim alma hakkına sahiptir. Bu bireylerin belirlenerek insancıl bir yaklaşımla potansiyellerine uygun kurum ve kuruluşlarda eğitim almaları modern eğitim sisteminin temel şartlarından biridir. Özel eğitime muhtaç olan kişileri zihinsel engelli, üstün yeteneklilik, öğrenme bozuklukları, duyuşsal bozukluklar, psikososyal problemler, duygusal problemler ve genel sağlık problemleri şeklinde sıralamak mümkündür. Bu bireylere ilişkin eğitim yapısı ve niteliği farklılık göstermektedir.





AREL KOLEJİ

Anaokulundan Üniversiteye...



IB DÜNYA
OKULU

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

www.arel.k12.tr

Merkez Mahallesi, Selahattin Pınar Sokak, No:3, 34197 Yenibosna - Bahçelievler / İstanbul
Tel: (0212) 550 49 30 (pbx) - 630 35 05 (4 hat) Faks: (0212) 550 77 82 E-posta: arel@arel.k12.tr

