

OKULUMU SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK DERGİ

SAYI: 116 2018



İÇİNDEKİLER

SORUMLULUK DUYGUSU VE DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI ARASINDAKİ GÜÇLÜ BAĞ	4
ÇOCUKLARDA OKUMA YAZMA SÜREÇLERİ	8
ÇOCUKLARDA SOSYAL GELİŞİM	12
ÇOCUKLA KALİTELİ ZAMAN GEÇİRMEK	16
ÇOCUKTA CİNSELLİĞE İLGI	20
ANNE-BABA EĞİTİMİ: CİNSEL GELİŞİM	24
ÇOCUKLARDA ÖLÜM VE YAS	28



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-2018 Yayın Kurulu: Rehberlik Bölümü



www.arel.k12.tr

SORUMLULUK DUYGUSU VE DERS ÇALIŞMA ALIŞKANLIKLARI ARASINDAKİ GÜÇLÜ BAĞ



Tüm anne ve babalar ve öğretmenler çocuklarının sorumluluk sahibi bireyler olarak yetişmelerini istemektedir. Peki, sorumluluk nedir?

Sorumluluk bireyin yapması gerekenlerin farkında olması, zamanı ve becerilerini iyi bir şekilde kullanarak görevlerini yerine getirmesi, başkalarının haklarına engel olmadan kendi ihtiyaçlarını karşılaması ve bu davranışlarının sonuçlarına sahip çıkmasıdır.

Doğal gelişimin parçası olarak çocuk, yaşam ile ilgili becerileri aşamalı olarak edinir. Kazanılan her beceri çocuğun bireyselleşmesinde ve bağımsız, kendine yeten bir birey olmasında önemli adımlardır. Sorumluluklar ise çocuğun yeni edindiği bu becerileri hayata geçirmesi için önemlidir.

Kendi ihtiyaçlarını tek başına karşılama becerisini kazanan çocuğun, yetişkinlere duyduğu bağımlılık giderek azalır. Davranışlarının sonucunu yaşadıkça, gelişen becerilerini kullandıkça kendine olan güveni artar. Becerilerini kullanması ve geliştirmesi için fırsat verilmeyen çocukların ise yeterlilik duygusu ve özgüven gelişimi sınırlanır.

Kişisel farklılıklar söz konusu olsa da, sorumluluk kazandırmaya yönelik her sürecin temel ve değişmez öğeleri vardır. Bu öğeler şu şekilde sıralanabilir:

Bilgilendirme: Çocuğun davranışında istenen değişimin gerçekleşebilmesi için önce çocuğun bu değişim hakkında bilgilendirilmesi gerekir. Onun bu değişimi bir ihtiyaç olarak görebilmesi için nedenleri hakkında bilgi vermek önemlidir. Kuralların neden konduğu ve sorumluluğun önemi anlatılmalıdır. Çocuklar, niçin bazı işleri yapmak zorunda olduklarını bilirlerse ne zaman ailelerine yardımcı olmaları gerektiğini, ne zaman bağımsız davranabileceklerini de öğrenmiş olurlar.

Takip: Bilgilendirmeden sonra çocuğun söz konusu davranışı gösterebilmesi için ona bir süre tanınması gerekir. Bu süre içerisinde yapılan takip sonucunda sorumlu davranışın ortaya çıkıp çıkmadığına, ne sürede ortaya çıktığına, hangi zamanlarda davranışın yapıldığına ya da yapılmadığına dikkat edilmelidir.

Geri Bildirim: Belli bir süre sonra çocuğu, gidişat hakkında bilgilendirmek gerekir. Eğer istenen sorumlu davranışın sayısında artış varsa uygun pekiştiricilerle motive edilmelidir. Eğer beklenen sorumlu davranışın ortaya çıkmasında sıkıntılar varsa bu sıkıntılar ve olası nedenlerinin de çocukla paylaşılması gerekir.

Hatırlatma: İstenen davranış eğer gerçekleşmiyorsa yeniden hatırlatma sürecine gidilmelidir. Yeniden bilgilendirme ile başlayan bu süreç, davranış oturana kadar devam etmelidir.

Yukarıda anlatılan bu öğeler, sadece sorumluluk kazandırma sürecine ait değildir. Temel alışkanlıkların oturmasında, kuralların belirlenmesinde, kısaca yaşantımızı düzenleyecek her türlü önlemlerde bulunması gereken öğelerdir ve ancak kararlı ve sabırlı bir tutumla yaklaşıldığında davranışın oturması sağlanabilir.

Anne ve Babalara Öneriler

Çocuğa Seçme Hakkı Tanıma: Çok küçük yaştan başlayarak bir çocuğa seçme hakkının tanınmasıyla sorumluluk kazandırma eğitimi verilebilir. Seçim yapabilme fırsatlarının çocuğa sunulması, çocuğun kişilik gelişimini olumlu yönde etkiler.

Seçim Yapabilme: Karar verebilme ve seçimlerin sorumluluğunu alabilme becerisini geliştirir. Kendilerini daha iyi tanımalarını sağlar. Hayat boyu önlerine çıkacak zor durumlarla mücadele edebilmelerine yardımcı olur.

Model Olma: Birçok davranışta olduğu gibi sorumluluk bilincini kazandırma sürecinde yetişkinlerin örnek davranışları önemlidir. Yetişkinlerin kendi yaşantılarına ait sorumluluklara gereken özeni göstermeleri, çocukların dikkatini çeker ve çocuklar onların tutumlarını gözlemleyerek daha iyi öğrenirler.

Bilgi Sahibi Olma: Uygun sorumlulukların verilebilmesi için çocuğunuzun içinde bulunduğu gelişim döneminin özelliklerini bilmeniz ve kişisel özellikleri hakkında bilgi sahibi olmanız gerekir. Bu nedenle gelişim dönemi özellikleri hakkında kitaplar okumak ve çocuğunuzu gözlemlemek çok önemlidir.

Küçük Yaşlardan Başlama: Sorumluluk gelişimi için çocukların okula başlama çağını beklemek, geç kalmak demektir. Her yaş grubunun alabileceği sorumluluklar

mutlaka vardır. Küçük yaşlardan itibaren onlara yaşlarına uygun sorumluluklar vermelisiniz.

Sabırlı ve Destekleyici Tutum: Sorumluluk, yavaş gelişen bir kazanım alanıdır. Bu nedenle, hızlı bir gelişim beklememek ve sürekli destekleyici bir tutum içinde olmak önemlidir.

Sevgiye Dayalı ve Güven Verici Tutum: Bir çocuk sevgi, şefkat, yardımlaşma, işbirliği, sorumluluk duygularını ancak aile içinde öğrenebilir. Hayati bir tehlike olmadığı sürece çocuğun hareketlerine müdahale edilmemeli, arzularını gerçekleştirmesine izin verilmelidir. Çocuk ancak böyle hoşgörülü bir ortamda yeteneklerini keşfetme imkânı bulabilir.

Evdeki Yardımcının Rolü: Ev işlerine yardım eden kişilerin de çocukların sorumluluk bilinci kazanmasında etkisi vardır. Eğer her gün çocuğun yatağını biri topluyorsa uzun yıllar yatağını toplamayı öğrenmeye gerek duymayacaktır. Bu konuda hem yardımcınız hem de çocuğunuzla konuşarak sorumluluk alanlarını netleştirin.

Çocuklarda sorumluluk bilincini geliştirmek için küçük yaştan itibaren;

- Kendi ile ilgili sorumlulukları öğrenmesini desteklemek (çıkardığı kıyafetleri katlayıp yerine koymak, oyuncak ya da eşyalarını kullandıktan sonra yerlerine kaldırmak vb.),
- Daha sonra ev ile ilgili sorumlulukları paylaşmasını beklemek (yemekten sonra tabağını lavaboya koymak vb.),
- Son olarak da sosyal sorumluluklar konusunda model olmak (ağaç dikmek, ihtiyacı olanlara yardım etmek, yerlere çöp atmamak) sorumluluk bilinci kazandırmak için önemli adımlardır.

Sorumluluk Duygusu ve Ders Çalışma Alışkanlıkları

Çocuklarda sorumluluk bilincinin gelişimi doğrudan ödev alışkanlıklarını etkilemektedir. Sorumluluk duygusu gelişmiş bir çocuk ev ödevlerini zamanında ve eksiksiz yapmaya çalışırken sorumluluk bilinci yeterince

gelişmemiş bir çocuk ev ödevlerini de zamanında ve yeterli özeni göstererek yapmakta zorlanacaktır. Çocukların ödev ve ders çalışma alışkanlıklarının temelinde yatan sorun, genellikle erteleme davranışı olmaktadır. Ertelme davranışı genel olarak kişinin bir işi yerine getirmeyi, o işi yapmamaktan dolayı stres duyana kadar ertelemesidir. Ertelme davranışları akademik görevler (ödev, sınava çalışma gibi) söz konusu olduğunda da sıkça görülür. Ertelme davranışlarının bir kısmı normal olarak nitelenebilir. Birçoğumuz yapmayı sevmediğimiz şeyleri yapmayı mümkün olduğunca erteleriz. Ancak çocuk hayatının her alanında örneğin evde, okulda ve arkadaşlarıyla da bu davranışları sergiliyorsa bir uzmandan destek alınmalıdır. Çünkü çocuk işlevsel olmayan biçimde hayatının çok fazla alanında ertelme davranışlarını sergiliyorsa altta yatan farklı problemler var demektir.



Çocuklarda Erteleme Davranışlarıyla Nasıl Başa Çıkılabilir?

Sorun ve Anlatın: Çocuğunuza neden bu işi yapmayı ertelediğini sorun. Çocuğunuz bazı işleri neden yaptığını anlamayabilir ve gerekliliğini sorgulayabilir. Bu nedenle yapmayı devamlı erteliyor olabilir. Örneğin, zor bir ödevi neden yapması gerektiğini anlamayabilir. Neden bu ödevi yapması gerektiğini ve ödevin önemini açıklayın. Bazı işler ise çok sıkıcıdır (Kendi tabaklarını bulaşık makinesine koymak, odasını toplamak vb.). Bu gibi işlerin sıkıcı olabileceğini ancak hayatta her şeyi eğlenerek yapamayacağımızı, hayatımızı devam ettirmek için gerekli görevleri yerine getirmemiz gerektiğini anlatın.

Çocuklarınıza Zamani Planlama Becerisi Kazandırın: Çocuklar bir işin ne kadar süreceğini bilemeyebilirler ancak yetişkinler bunu tahmin edebilir. Sayfalar dolusu ödevin kısa sürede bitebileceğine inanıp yeterli süre kalmayana kadar yapmayı erteleyebilirler. Böyle

durumlarda bir işi iyi yapmanın ne kadar süreceğini beraberce hesaplayın.

Başarı Kaygısı ve Mükemmeliyetçilikle Başa Çıkmak: Bazen çocuklar (hatta yetişkinler) bir işe kendi hedefledikleri ya da beklenen performansı yakalayamayacakları korkusuyla bir türlü başlayamazlar. Çocuğunuza bu işin nasıl olması gerektiğini düşündüğünü, başkalarının ondan ve bu görevden ne beklediğini ve başarısız olursa neler olacağını sorun. Çocuğunuzla beraber bu işle ilgili gerçek ve ulaşılabilir hedefler belirleyin ve not alın.

Sorumluluk, başarıyı ve mutluluğu etkileyen en önemli kişilik özelliklerinden biridir. Aile içinde başlayan sorumluluk gelişimi, çocukların sosyalleşmesi ile birlikte girilen tüm ortamlarda devam eder. Dolayısıyla çocuğunun sorumluluk sahibi olması için her anne ve baba elinden geleni yapmalıdır.



- Özcan, F.A & Özcan, A.O. (2016). İlk Okuma Yazma Öğrenmede Çocukların Yaşadıkları Güçlükler, Nedenleri ve Çözüm Önerileri: Nitel Bir Araştırma. Cilt: 3 Sayı: 1, İstanbul.
- Güneş, F. (2013). Okuma Yazma Öğrenme Yaşı, Eğitimde Kuram ve Uygulama.
- Dönmezler, E. (2016). Okul Öncesi Dönemde Uygulanan Okuma Yazmaya Hazırlık Çalışmalarının Öğretmen Görüşlerine Göre İncelenmesi, 2016

ÇOCUKLARDA OKUMA YAZMA SÜREÇLERİ



Eğitim geleceğimizdir; geleceğimizin anahtarı ise okuma yazmadır. Okuma yazma bireyin öğrenme, gelişme ve geleceğine yön verme aracıdır. Bu nedenle küçük yaşlardan itibaren çocuklara okuma yazma öğretilmeye çalışılmaktadır. Okuma yazma öğretimine ilişkin bazı konulara vurgu yapılmakta ve üzerinde önemle durulmaktadır. Bunlar, okuma yazma öğretmek için uygun yaşın ne olduğu, ne zaman başlanması gerektiği, hangi yöntem ve tekniklerin kullanılacağı şeklinde sıralanabilir. Bazı eğitimci ve psikologlar okuma yazmanın dört-beş yaşlarında öğretilmesi gerektiğini savunmaktadır. Bazıları ise bu görüşlere karşı çıkmakta ve yedi yaşına kadar beklenmesini önermektedir. Ülkemizde ise bir çocuğın okula başlayabilmesi için yılın eylül ayı sonu itibarıyla 66 (normal koşullarda) ayını doldurmuş olması gerekmektedir.

Okuma alışkanlığı kazanma, okuduğunu anlama, dili doğru ve akıcı şekilde kullanma, dinleme, kendini sözel olarak ve yazı ile ifade edebilme becerilerinin gelişimi açısından erken çocukluk dönemi kritik öneme sahiptir. Çocuklar okumayı ve yazmayı öğrenmeden önce, sözlü dili algılamayı ve ifade etmeyi öğrenmektedirler. Çocuğun edindiği konuşma dili, görsel-işitsel ayırt etme, düşünme, sebep-sonuç ilişkisi kurabilme, sıralama, genelleme yapabilme okumaya hazırlık evreleri olup okul öncesi dönemden başlayarak gelişmektedir.

İlkokula hazırlık çalışmaları, çocukların okul öncesi eğitim kurumlarına devam ettiği süre boyunca sosyal, duygusal, motor, bilişsel, dil ve öz bakım becerileri gibi bütün alanlarda eşit şekilde desteklendiği çalışmaların bir bütünüdür. Okul öncesi eğitim programının bütünü aynı zamanda ilkokula hazırlık programıdır. Okul uygunluğu ancak bu şekilde kazanılabilir. Okuma yazmaya hazırlık çalışmaları ilkokula hazırlık çalışmalarının içerisinde yer alan ve çocukların ilkokula geçişini kolaylaştırmak, hazır bulunuşluk düzeylerini artırmak amacıyla yapılan etkinliklerdir.

Yukarıda ifade edilen becerilerin yanı sıra çocuklar okul öncesi dönemde, ses bilgisel beceriler, alfabe bilgisi, yazı kavramı ve sözlü dil becerileri gibi becerileri kazanırlar. İlk okuma yazma öğretimi ile beraber çocuk, o güne kadar öğrendiği dilin sözlü kodlarını çözmeyi ve bu kodları görsel kodlarla birleştirmeyi öğrenmektedir.

İlk okuma yazmada yazılı ve sözlü dilin işaretlerine yönelik görsel farkındalık ve ses farkındalığı son derece önemli iki alan olarak kabul edilebilir. İlk okuma yazma öğrenmeye başlama ve ilk okuma yazmayı beceri haline getirme özdeş değildir. İlk okuma yazma öğrenmeye başlama görsel motor koordinasyon, ses algısı, bellek süreçleri, duygusal ve bedensel işlevlerin olgunlaşması ve gelişimine bağlıdır. İlk okuma yazma becerisi ise görsel ve işitsel alanın bütünleştirilerek pekiştirilmesini gerektirmektedir.

İlk okuma yazmada her bir sesin algılanması ve seslerin görsel simgeleri olan harflerle ilişkilerinin kurulması öğretimin temel ilkelerinden biridir. Çocuğun seslerin işaretlerini sıraya koyma, düzenleme, birleştirme, ayırma ve kendi aralarındaki ilişkileri kurarken ortaya koyduğu yapılar, onun zihin ile ilgili işlemlerini yansıtır. Fonomik farkındalık, konuşulan kelimelerdeki her sesi duyabilme becerisi ve konuşmaların bu seslerden oluştuğunu anlamadır. Alfabe bilgisi ise harflerin farklı şekillerinin ve her birinin özel bir sesle ilgili olduğunun anlaşılmasıdır.

Okula yeni başlayan çocuk, sağ ya da sol elle yazmayı (el tercihinin gerçekleşmiş olması), her satırı soldan sağa takip etmeyi, harfleri soldan sağa hesap etmeyi öğrenmelidir. Kısacası dik bir düzlemden yatay bir düzleme harfleri aktarma becerisini kazanmış olmalıdır. Bunu başaramadığı zaman, aynadaki yazı gibi yazacaktır. Nesnelerin şekil, büyüklük, renk ve mekândaki durumlarını gözüyle kestirip tahmini bir şekilde yazması gerekmektedir. Çocuğun bu becerideki yetersizlikleri ortaya koyduğu yazıya da yansiyacaktır. Bu aşamalar yazma ile ilgili aşamalardır ve görme alanıyla ilişkilidirler. Araştırmalar çocukların harfleri ve rakamları ayna yazısına dönüştürerek yazma eğilimlerinin sayı ve harf çiftleriyle ilgili beceri eksikliği ve dikkat sürelerinin kısalığından kaynaklandığını ileri sürmektedir.

Çocukların okuma yazma süreçlerinde yaşadıkları zorlanmalar zaman zaman ebeveynleri endişelendirmekte ve çocuklarının gelişim süreçleriyle ilgili şüpheye ("Çocuğumda öğrenme güçlüğu olabilir mi?" şeklinde şüpheler) düşmelerine sebebiyet vermektedir. Bir çocuğun öğrenme güçlüğu tanısı alabilmesi için belirgin bir başarısızlık halinin olması gerekir. Bu başarısızlık durumunun yetersiz eğitim, sosyoekonomik sorunlar,

görme-işitme bozuklukları, depresyon, kaygı bozuklukları, dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu ya da zekâ geriliği gibi nedenlere bağlı gelişmemiş olması önemlidir.

Bilgi eksikliği (yetersiz eğitim) ve öğrenme güçlüğü sıkça karışan iki kavramdır. Öğrencinin öğretmeniyle duygusal açıdan iyi bir ilişki kuramamış olması veya eğitim sürecindeki eksiklikler bazen öğrenme güçlüğü gibi görülebilmektedir. Bunların yanı sıra aşırı koruyucu tutumlarla büyütülen bağımlı çocuklarda da aileden ayrılıp bir öğrenci bilincine sahip olmakla ilgili bazı zorluklar yaşanabilir. Kendi öz bakımını yerine getiremeyen, sorumluluk almakta zorlanan çocuklarda

da okula karşı bir isteksizlik ve öğrenme süreçlerinde birtakım zorluklar görülebilir. Aileye bağımlı büyüyen bir çocuk okula ve yeni öğrenmelere karşı kapalı olabilir. Benzer şekilde duygusal anlamda zorluk yaşayan (aşırı kaygılı, ürkek yapıda ya da depresif) çocuklarda da akademik anlamda zorluklar yaşanabilir. Ancak bu durumlar da bir öğrenme güçlüğü tablosu gibi değerlendirilmemelidir. Zekâsında ya da fiziksel birtakım becerilerinde zorluk yaşayan çocuklar da öğrenmede zorluk yaşayabilirler. Bu durumlar da öğrenme güçlüğü gibi değerlendirilmemeli, zekâ ya da diğer fiziksel fonksiyonlar (görme ve işitme ölçümleri) için birtakım testlere tabi olduktan sonra öğrenme güçlüğü tablosu olup olmadığına karar verilmelidir.



Aşağıda okuma yazma süreçlerinde gözlenebilecek zorlanmaların olası diğer nedenleri de ifade edilmeye çalışılmıştır.

İlk okuma yazmada çocukların sesleri öğrenmelerindeki güçlüklerin ana nedeni ses sayısının artışıyla beraber hatırlanma gücünün ve unutma olarak ifade edilmiştir. Birinci sınıf öğrencilerinin ilk okuma yazma esnasında benzer sesleri hem okuma hem diktelerde karıştırdıkları, seslerin işitilebilirliklerinin ve ayırt ediciliklerinin düşük olduğunda fark edilmelerinin zorlaştığı anlaşılmaktadır. Bazı çocuklar ise ses algısı bakımından ilk okuma yazma öğrenebilecek düzeyde gelişimlerini henüz

tamamlamamışlardır. Çocuklarda ses algısının gelişimi ilkokul birinci sınıf süresince gelişim göstermektedir. Ses algısının gelişimi de ilk okuma yazma öğrenmede etkili bir faktördür.

İlk okuma yazma öğretiminde çocuklardan kaynaklanan sebeplerin başında hazır bulunuşluklarının düşük oluşu, okul öncesi eğitiminin alınmamış olması ve yaşının küçüklüğü gelmektedir. Çocukların okuma yazmaya hazır bulunuşluk düzeyleri doğrudan takvim yaşıyla ilişkili değildir. Bazı çocuklar takvim yaşı bakımından büyük olsa da gelişmişlik bakımından daha alt yaşlarda olabilmektedirler. Bu sebeple ilk okuma yazmaya başlangıçta takvim yaşı değil, çocukların gelişmişlik ve hazır bulunuşluk düzeyleri esas alınmalıdır.

İlk okuma yazma sürecinde ailelerin yeterli eğitim düzeyine sahip olmamaları, okula veya çocuğa karşı ilgisiz kalmaları eğitim sürecinde büyük bir engel olarak karşımıza çıkmaktadır. İlk okuma yazma yukarıda da ifade etmiş olduğumuz gibi okul öncesi döneme yönelik hazırlık gerektiren bir öğretimdir. Bu nedenle çocukların okul öncesi eğitimi almaları desteklenmeli ve okul öncesi programlarının ilk okuma yazmaya hazırlık bakımından önemi göz ardı edilmemelidir. İlk okuma yazma öğretiminde ailelerin sürece katkılarının çok fazla olduğu bilinmektedir. Bu nedenle ilk okuma yazma süreci konusunda aileler sınıf öğretmenleriyle iletişim halinde olmalı ve ihtiyaçlar dahilinde toplantılar düzenlenerek sürece etkin katılımları sağlanmalıdır.

Araştırmalar

Araştırmalar birinci sınıf velilerinin okulla işbirliği içinde olmasının ve destekleyici bir tutum benimsemiş olmalarının çocukların hazır bulunuşluk düzeyini ve akademik başarılarını artırdığını vurgulamaktadır. Bir diğer çalışmada ise, ailelerin çocukların yazma görevlerini tamamlamalarına yardım ettikleri zaman onların gelişimine düşük düzeyde fayda sağladıkları sonucuna ulaşılmıştır. Aileler çocuklara ince-motor ve kod çözme becerileri ile ilgili yazmada destek verirken çocukların yazma hatalarını düzeltmeye yönelik bir çaba göstermemişlerdir. Ancak çocukların yaptıkları yazma hatalarının anında düzeltilmesi, onların belleğe dil birimlerini hatalı kodlamalarının önüne geçeceğinden son derece önemli bir eylemdir.



- Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Cilt 12 Sayı 22 Aralık 2009
- www.cocukvegenc.com
- "Gale Encyclopedia of Children's Health, 2006
- www.annelikbilinci.com

ÇOCUKLARDA SOSYAL GELİŞİM





Arkadaş İlişkileri

İnsan, sosyal bir varlıktır. Doğumla birlikte etrafındaki insanlarla (anne-baba, akranlar, akrabalar, kardeşler vb.) çeşitli ilişkiler içine girerler. Arkadaşlık ilişkileri de insan hayatının her döneminde önem taşır. Çocuklar akranları sayesinde ilişki kurmayı, paylaşımı ve işbirliğini öğrenirler. Kendini ifade etme, kendi ve başkalarının duygu ve düşüncelerini anlama, insanlara saygı duyma, duygularını kontrol etme gibi bazı becerilerini geliştirmeyi öğrenirler. Bu nedenle çocukluk çağında arkadaşlık, çocukların sosyal ve duygusal gelişimini destekleyen çok kıymetli bir araç olma özelliğine sahiptir.

Bazen arkadaşlık ilişkileri çocuğunuzun üzülmesine sebep olsa da, çocuğunuz bu ilişkilerde yaşadığı sorunlarla, farklı kişiliklerle ilişki kurmayı, uzlaşabilmeyi, duygu ve düşüncelerini uygun şekilde ifade edebilmeyi öğrenecektir. Hatta çocuğunuzun arkadaşlarıyla yaşayacağı bazı ilişkiler sizi müdahale etmeye zorlasa da, bu ilişkiler vasıtasıyla çocuğunuz kendine dair algılarını, toplumdaki yerini ve dünya görüşlerini netleştirecektir.

Akran İlişkilerinin Genel Yapısı

Arkadaşlık ilişkileri, her yaşta farklı niteliklere sahiptir. Çocukluk dönemindeki akran ilişkilerine genel olarak bakıldığında da çocuğun içinde yer aldığı sosyal çevre, bireysel özellikler ve birbirleriyle etkileşimler akran ilişkilerinin yapısını şekillendirmektedir. Akran ilişkileri, olumlu ve olumsuz davranış örneklerini barındıran çok yönlü bir ilişki biçimidir. Bu ilişkiler, toplumdaki diğer sosyal ilişkilerle de etkileşim halindedir. Örneğin anne ve babalar akran ilişkilerinin doğrudan içinde değildir ama onların çocuk yetiştirme tutumları ve çocuklarıyla kurdukları iletişim biçimleri akran grubunu dolaylı olarak etkileyebilmektedir. Benzer biçimde çocuklar da akran etkileşimleriyle şekillenen davranışları ve tutumlarıyla aile içi ilişkileri etkileyebilirler.

Demokratik Anne-Baba Tutumu Çocuğun Arkadaşlık İlişkilerine Nasıl Etki Eder?

Demokratik ailelerde öncelikle anne-baba; birbirine değer veren, saygı sevgi gösteren bir tutum içerisinde.

Aile içerisinde uzun süren çekişme, kavga ve anlaşmazlıklar yoktur. Sorunlar konuşulup çözüme kavuşturulur. Böylece çocuğun ilk örnek alacağı davranış biçimi oluşmaya başlar. Bu model davranışı arkadaşlarına da yansıtır ve ilişkilerini yönetmekte zorlanmaz.

Bu tür ailelerde her bireyin uyacağı belli kurallar vardır. Kuralların değişmezliğini gören çocuk okulda ve sınıftaki kurallara da uyar. Kural dışı hareket etme gayretine girmeyeceği için otoriteye karşı da saygılı ve ölçülü olmayı öğrenir. Anne ve baba ılımlı, esnek ve demokratik bir otoriteye sahip olduğunda çocuk da aynı rolü üstlenir.

Anne ve baba çocuklarına karşı ortak bir tutum içinde hareket ettiğinde çocuk da bunu öğrenir ve arkadaşları arasında kayırmaya gitmez. Dolayısıyla güven duyulan bir arkadaş olur. Çocuklarını özerk bir birey olarak kabul eden anne ve babalar çocuklarının bağımsız bir kişilik geliştirmesine yardımcı olurlar. Böylece çocuk da arkadaşları arasındaki farklılıkları olduğu gibi kabul eder ve önyargı geliştirmeden, olumsuz eleştiriler yapmadan, her türden kişi ile arkadaşlık etmeyi ve onlardan zarar görmemeyi öğrenir.

Çocuk kendi işini kendi başına yapmaya alıştırlarak sorumluluk almaya hazır hale getirilir. Sorumluluklarını bilen çocuk ders çalışma alışkanlığını kazanır, ödevlerini düzenli yapmayı öğrenir, okula ait olan unutmaması gereken materyaller veya verilen görevleri de yerine getirmekte zorlanmaz.

Arkadaş Edinemeyen Çocuklar

Hangi sebeple olursa olsun her yaştaki çocuk için arkadaşları tarafından dışlanma veya bir gruba dâhil olamama ciddi derecede zorlayıcı olmakta, çocukta depresyon ve davranış bozuklukları gibi sorunların ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir. Bu sebeple çocuğun sağlıklı arkadaşlık kurabilmesi için bazı sosyal becerileri kazanmış olması gerekir. Bu beceriler; ortaklaşa oyun kurabilme, paylaşma, kendi isteklerini kontrol edebilme, sırasını bekleyebilme şeklinde sıralanabilir. Tüm bunların gelişebilmesi belli bir süreci gerektirir. Çocuk bu yaşlarda ne kadar çok sosyal ortama girer ve ne kadar çok akranlarıyla bir arada bulunursa sağlıklı ilişki kurma konusunda o kadar beceri kazanır.

Çocukta Sağlıklı Sosyal Gelişim İçin Dikkat Edilmesi Gerekenler

Her çocuk çok girişken olacak veya çok sayıda arkadaşına sahip olacak diye bir şey yoktur. Bazı çocuklar diğerlerine göre yapısal olarak daha girişken veya daha içe dönük olabilir. Çocuktan beklentileriniz gerçekçi olması bu açıdan çok önemlidir. Çocuğu belli bir karakter özelliğini kazanması için zorlamak, kendini geliştirmesi yönünde tüm motivasyonunu kırarak, olumsuz deneyimler yaşadığında kendine güveni daha da azalacaktır.

Yeni bir ortama girdiğinde çocuğu hemen kaynaşması için acele ettirmemek çok önemlidir. Çünkü bu durum onun kaygısını daha da arttıracaktır. Bunun yerine çevresini gözlemlemesine izin vermeli, eğer hala çekiniyorsa harekete geçmesi için yüreklendirmelisiniz.

Anne-Baba Olarak Çocuğunuzun Sosyal Gelişimini Nasıl Kontrol Edebilirsiniz?

Ailece bol bol sosyal ortamlara girilmesi, çocuğunuzun arkadaşlarının eve davet edilmesi, ev dışında arkadaşlarıyla buluşacağı programlar oluşturulması çocuk için çok faydalı olacaktır. Ayrıca spora yönlendirmek, resim, müzik, tiyatro gibi ilgi duyduğu alanlarda kendini geliştirmesine sağlayacak kurslara göndermek de yarar sağlayacaktır. Arkadaş ortamında saldırgan tavırlar sergileyen, oyuncaklarını paylaşmayan, kendinden daha küçük ya da daha büyük çocuklarla oynamayı tercih eden çocukların, ebeveynlerinin çocuğa küçük yaşlarda sınırlarını öğretmedikleri, ebeveyn ile çocuk arasındaki ayrımın tam konulmadığı, aşırı serbest ya da aşırı katı eğitim sergiledikleri bilinmektedir.

Çocuğunuza Arkadaşlık İlişkilerinde Nasıl Yardımcı Olmalısınız?

Çocukların arkadaş edinmeleri çocukluk döneminin en önemli olgularından birisidir. Bu, ebeveynlerin de üzerinde en çok durdukları konulardan biridir. Çünkü arkadaşlık ilişkileri küçük çocukların hayatı öğrendikleri, pratik yaptıkları, ilişki kurdukları, iletişimi öğrendikleri ve empati becerilerini geliştirdikleri bir süreçtir. Fakat kimi zaman çocuklar arkadaş edinmede ve ilişkilerinde sorun yaşayabilirler, uyumsuz davranışlar gösterebilirler. İşte

bu noktalarda çocuklar bilinçli bir ebeveynin desteğine ihtiyaç duyarlar.

Ebeveynler çocuklarının arkadaş edinmelerinde ve arkadaşlıklarını geliştirmelerinde nasıl yardımcı olabilirler? İşte bazı öneriler:

Çocuğunuza İyi Arkadaşlık Becerilerini Öğretin:

Bunun için çocuklarınıza iyi bir rol model olmanız oldukça önemli bir konudur. Arkadaşlarıyla, dostlarıyla ve komşularıyla iyi ilişkiler kuran ebeveynler çocuklarına iyi örnek olurlar. Ayrıca çocuğunuzla zaman zaman iyi arkadaşlık ilişkilerinin nasıl olması konusunda konuşmanız gerekir. Çünkü küçük çocuklarda henüz iyi-kötü kavramları ve doğru-yanlış kavramları tam olarak yerleşmemiştir. Bunları bilmeye ihtiyaçları vardır.

Çocuğunuzun Eve Arkadaşlarını Getirmesine İzin Verin:

Bu yöntem, çocuğun yeni arkadaşlar edinmesi ve arkadaşlıklarını geliştirmesi için etkili bir yöntem olup çocuğun toplumdaki kimi sosyal kuralları öğrenmesi açısından da gereklidir. Ayrıca çocuğunuzun arkadaşlarını tanıma fırsatı bulmuş olursunuz.

Çocuğunuza Kendi Arkadaşlarını Seçme Şansı Tanıyın:

Çocuğunuza tanıyacağınız bu şans, onun hayatta kendi seçimlerini yapmasına da fırsat verecek ve daha bağımsız bir kişilik geliştirmesine olanak sağlayacaktır. Bir tehlike olmadığı sürece çocuğunuzun yeni

arkadaşlar edinmesi ve bunu kendi seçimleriyle yapması onun dünya görüşü geliştirmesine ve her bir arkadaşının onun için bir tecrübe olmasına olanak sağlayacaktır.

Çocuğunuzun Arkadaşlarıyla Dalga Geçmesine İzin Vermeyin:

Alay etme davranışı çocuğunuzun arkadaşlıklarının son bulmasına ve dalga geçilen çocuğun sosyal gelişiminde olumsuzluklara sebebiyet verebilir. Bu nedenle çocuğunuzla arkadaşlık ilişkileri hakkında konuşup nazik olmanın ve kırıcı davranışlarda bulunmamanın önemi üzerinde durmalısınız.

Çocuğunuza Yol Gösterici Olun:

Çocuklar arkadaşlarıyla zaman zaman sorunlar yaşayabilir ve bu durum onları olumsuz etkileyebilir. Bu sebeple çocuğunuzun arkadaşlık ilişkilerini iyi gözlemleyip ona yaptığı hataları düzeltmesi konusunda yol göstermeniz gerekir. Çünkü çocuklar kendi hatalarını görmekte zorlanabilirler. Tecrübeli, güvenilir ve dışarıdan bakan birinin öğütleri onun için oldukça faydalı olabilir.

Çocuğunuzun Arkadaşlık Kurmasını Kolaylaştırın:

Bazı çocuklar yeni arkadaşlar edinme konusunda cesaretsiz davranabilirler. Bu özellikle çocuğunuz büyük bir grup içine girdiği zaman kendisini daha da belli eder. Çocuğun ilk arkadaşlığını öncelikle tek bir çocukla kurması bu açıdan daha iyi olabilir. Böylelikle kendine güveni gelecek ve zamanla arkadaş grubu genişleyecektir.



ÇOCUKLA KALİTELİ ZAMAN GEÇİRMEK



Çocuklar gerek duygusal gerek fiziksel ihtiyaçları için ebeveynlerine her zaman ihtiyaç duyarlar. Bebeklikten itibaren, aile bireyleri ocuk için aynı zamanda bir sosyalleşme ortamı halini alır. Toplumla katılmanın ilk yeri olan aile, çocuğun ileriki sosyal yaşantısında ve insan ilişkilerinde hangi davranış modellerini sergileyeceğinin, iletişim kalıplarının nasıl olacağına, kendine ilişkin güven ve yeterlilik hissinin ne derecede olacağına belirleyicisidir. Bu açıdan aile üyeleriyle kaliteli ve nitelikli zaman geçiren ocuk, olumlu bir benlik algısı geliştirmeye, onay

görme, sevildiğini hissetme gibi ihtiyaçlarını çok daha nitelikli bir şekilde karşılayabilmektedir. Aynı zamanda ailelerin de önemli olduğunu bildiğiyse ama nasıl yapılacağı konusunda tereddüt ettiğiyse bir konudur kaliteli zaman geçirmek.

Kaliteli zaman geçirmek çocuğun beyin ve duygusal gelişimi üzerinde olumlu etkiler ortaya koymaktadır. Anne, baba veya bakım veren yetişkin ile birlikte zaman geçirmek ocuğun;



- Merkezi sinir sisteminin gelişmesini destekler,
- Benlik algısını güçlendirir,
- Yetişkin ile güvenli bir bağ kurmasına yardımcı olur,
- Ebeveyne ve kendine olan güvenini geliştirir.

Çocuğun anne ve babası ile kaliteli zaman geçirmesi; birlikte geçirilen zamanın dolu dolu olması, birlikte eğlenmek ve çocuğun zihinsel, fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimine destek olmak anlamına gelir. Yani vakit geçirmek ayrı nitelikli vakit geçirmek ise apayrı kavramlardır.

Bu yüzden de anne ve babalar gerek özel hayatları gerek iş hayatları ne kadar yoğun olursa olsun çocuklarına vakit ayırmayı ihmal etmemelidirler. Çünkü çocuğa ayrılan her dakika, onun dünyayı deneyimlemesine ve anlamasına yardımcı olur. Bu sebeple, çocuğunuzla geçirdiğiniz zamanları kaliteli ve verimli kullanmaya çalışmalı, onunla bol bol sohbet etmeli ve oyunlar oynamalısınız.

Ancak bazen kaliteli zaman geçirmek yanlış anlaşılabilir. Çocukla kaliteli zaman geçirmek sadece eğitici ve

öğretici aktiviteler yapmak, sürekli onun gelişimine katkı da bulunmak değildir. Çocuğunuz ile iletişim kurmak için uygun ortam yaratmak ve onu dinlemeye hazır bir biçimde bulunmak yetecektir.

Birlikte geçirdiğiniz zamanlarda öğretme telaşına kapılmayın. Örneğin, yemek yaparken izin verin çocuğunuz da sizinle mutfakta otursun ama ona yemek yapmakla ilgili dersler vermek zorundaymışınız gibi hissetmeyin. Eğer alışverişe gidiyorsanız çocuğunuzun da çağırın ama bu geziyi ona hayat dersleri vermek için kullanmayın.

Ailelerin ortak endişelerinden biri de çocuklarının gerçekten neler hissettiğini ve düşündüğünü onlarla paylaşmamalarıdır. İletişim kuramayan bir yetişkini, çocuğu ya da genci iletişime açmak kolay olmayabilir. Çocuklarıyla kaliteli bir zaman geçirmek için çırpınan anne ve babalar, farkına varmadan çocukları sıkar ve her anı çocuğu konuşmaya zorlayarak geçirirler. Çocuğunuzun, gergin bir kaliteli zaman için zorlamak iyi olmayabilir. Sabırlı olmak ve zamanı iyi kullanmak gerekir. Örneğin, çocuğunuzun bir yere gitmesi gerekiyorsa onu bırakırken bu fırsatı sohbet etmek için kullanın ama onu konuşmaya zorlayıp sorguya çekmeyin. Onu sorgulamaktan da uzak durun. Her soru cümlesi çocuğunuzun savunmaya geçirecek iletişimi derinleştirmenize engel olur. Çocuğunuzla ne kadar çok zaman geçirirseniz çocuğunuzun hayatıyla ilgili o kadar çok şey öğrenmiş ve onun hayatına o kadar çok dâhil olmuş olursunuz. Böylece onu sorguya çekmek zorunda kalmazsınız. Bu da size kaliteli iletişime sahip olma şansı verir.

Çocukların aileleriyle konuşmamalarının sebeplerinden biri, anne ve babaların yeterince etrafta olmamalarıdır. Rahat bir atmosfer içinde şekillendirilmemiş zaman geçirmek, ebeveynlere de dinleme alışkanlığı kazandırır. Çocuğunuzun günlük telaşınızdan uzak dinlemeye hazır olmanız, davranışlarının nedenini merak etmeniz, onun hayatında neler olduğunu anlamınıza yardımcı olur. Bu durum, çocuğunuz büyüdükçe daha önem kazanacaktır. Hayatınızda yeri olduğunu bilmesi, sadece kelimelerle kurulamayacak bir güven ve süreklilik duygusuna sahip olmalarını da sağlar.

Yani çocuğunuzla dolu dolu geçirilen sadece ikinize ayrılmış bir yarım saat, sadece orada bulunduğunuz uzun bir günden daha çok "kaliteli zaman" tanımına

uyar. Kaliteli zaman fikri, çalışan meşgul anne ve babaların iş hayatının ve ev içi sorumluluklarının çakışmasından çıkan karışıklığı çözmek için etkili bir taktiktir. Ancak kaliteli zaman, çalışmayan ebeveynler için de önemlidir. Çünkü bütün gün aynı evde ve aynı odada olup her bir aile ferдинin farklı bir şeyler yapıyor olması çocuğun ihtiyacını karşılayamayacaktır. Aslında bu kavram tam olarak anne, baba ve çocuğun paylaşımında bulunduğu ve karşılıklı keyif aldığı anlardır. Bu anlarda sadece birbirinize sarılabilir, sohbet edebilir birbirinizi gıcıklayabilir, hikâyeli ve kurallı bir oyun oynayabilir, isterseniz kitap okuyabilir ve belki de mutfakta birlikte bir şeyler yapabilirsiniz. Bu listeyi istediğiniz şekilde uzatabilirsiniz. Önemli olan birlikte yapabilmek ve o andan karşılıklı zevk alabilmektir.

Akademik kaygılar ile bilişsel bir katkıda bulunmadan vakit geçirdiğinizde çocuğunuzun bir şey öğrenmediğini düşünebilirsiniz. Fakat aslında siz onunla oyun oynadığınızda bile sizden çok şey öğrenecektir. En önemlisi de sizinle keyifli iletişim kurmayı öğrenir. Bu açıdan ele aldığımızda çocuğunuzla vakit geçirirken karşılıklı



bir paylaşım çok önemli bir kavramdır. Ebeveynin ve çocuğun karşılıklı duygu alışverişinde bulunması, keyif alma hali, aynı şeyle ilgilenmesi, keşfetmekten alınan mutluluk, çocuğun zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimine destek olur. O yüzden sadece çocuğunun değil, ebeveynin de keyifli vakit geçirmesi önemlidir.

Çocuğunuza ayırdığınız vakitte onun gözlerinin içine bakmanız, telefonu, ev işlerini bir kenara bırakıp “şu an seninleym, seni dinliyorum” mesajı vermeniz önemlidir. Çocuğunuza özel olduğunu hissettirmeniz sizin de onunla vakit geçirme ihtiyacınız olduğunu belli etmeniz çocuğun olumlu benlik gelişimine katkı sağlayacaktır. Ayrıca çocuklarınızla kendinizi vererek ilgilenmeniz sizi de rahatlatacak ve rehabilite edecektir.

Gündelik hayatın koşuşturmacasında çocuğuna vakit ayıramayan ebeveynler sürekli yeni oyuncaklar alarak bu açığı kapatma eğilimindedir. Oysa bir oyuncakı keşfetmeden, tadına varamadan eskitmeden yenisini almak çocuğu doyumsuzluğa iter. Çocuğun karşılanmayı bekleyen temel ihtiyacı ebeveynleri ile geçireceği

zamandır. Bunu her hafta sonu alışveriş merkezini gezerek, eve yeni oyuncaklar alıp dökerek karşılamamız mümkün değildir. Özellikle yoğun çalışan ebeveynler en çok zamansızlık sorunu yaşamaktadır. Ebeveynlerin çocuklarıyla beraber geçirdikleri zamanın süresi değil, kalitesi önemlidir. Ona ayıracağınız sadece onunla vakit geçireceğiniz dolu dolu bir 15 dakikanız olması bile yeterli olacaktır.

Bu yazının sonunda kendinize mutlaka “Ben kendi çocuğuma ne kadar zaman ayırıyorum?” sorusunu sorun. Gözlerinin içine gülümsediğiniz ve çocuğunuzla sohbet ettiğiniz zamanalar yeterli mi? Oyunlarıyla çocuk olduğunuz, belki de hayali bir pasta yediğiniz ya da hayali bir balığı tuttuğunuza sevindiğiniz zamanlar ne kadar?

Siz oyun bulamıyorsanız oyun seçimini çocuğunuza bırakabilirsiniz. Çocuklar yetişkinlerden çok daha yaratıcıdır. Oyuncakları dökün ve onun hayal gücünde rolünüzü alın. Siz de çocuğunuzun parlayan gözlerine bakın, akışına bırakın. Hepimiz çocukluğumuzu özleyoruz, çocuğunuzla geçirdiğiniz anların keyfini çıkarın.



ÇOCUKTA CİNSELLİĞE İLGI



Gelişimin önemli evrelerinden biri kuşkusuz cinsel gelişimdir. Pek çok ebeveyn; çocuklardaki cinsel gelişim, bu süreci sağlıklı desteklemek, mahremiyet, kendini korumak, cinsellik hakkında çocukla iletişim kurmak gibi alanlarda uzman desteğine ihtiyaç duyar.

İnsanoğlu cinsel kimliğiyle doğar ve hayatına devam eder. Cinsel dürtüler, arzular, istekler son derece normaldir ve evrenseldir. Pek çok yetişkinin yaşadığı cinsel bozukluklarının çocukluk çağı travmalarından kaynaklandığını düşünürsek çocukluktaki cinsel gelişimi, ebeveynleri olarak sağlıklı desteklemenin önemini kavrayabiliriz. Her bireyin biricik olmasından ötürü, çocukların geçtikleri gelişimsel evreler de kişiye göre değişiklik göstermektedir.

Çocuğun cinselliği keşfetmesi ve cinsel kimlik gelişimi birçok farklı süreçte yaşanır ve bu süreçlerde birçok etken rol oynar. Çocuklarda cinsel gelişim ve çocuğun cinselliği keşfetmesi, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal etkileşimlerin etkisi ile oluşur. Yetişkin cinsel kimliği oturmuş, olgunlaşmış ve iyice belirlenmiş ebeveynlerle büyüyen çocuklarda, cinsel gelişim önemli bir sekteye uğramadan sürdürülür.

Cinsel Keşif Genelde Nasıl Başlar?

- Rastlantısal ve doğal olarak haz aldığını keşfetme,
- Çocuğun izlediği, şahit olduğu veya işittiği bir durum sonucu uyarılma,
- Genital bölgenin iyi temizlenmemesi veya diğer sebepler neticesinde oluşan kaşıntı,
- Emme döneminde doyuma ulaşamamış ya da emzik verilmemiş çocuklarda uyarılma eksikliğini, kendi kendini uyararak doyurmaya çalışma,
- Yeni bir kardeşin doğumu veya aile içinde tedirgin, mutsuz eden, kaygı veren durumlar yaşanması,
- Uyarılma (Cinsel bölgeye krem sürülmesiyle, oyunla vs.),
- Çocuğun kendi duygu durumunu düzenleme ve kendisini sakinleştirme çabası,
- Bebeklik döneminde bebeğin çok uzun süre yalnız başına bırakılması, ihmali, istismarı,
- Huzursuz bir aile ortamı.

Çocuğa cinsel bilgiler vermenin en uygun zamanı bu konuda sorular sorduğunu fark ettiğiniz zamandır. Çocuğunuz 3 yaş civarı cinsellik hakkında sorular sormaya başlar. Çocuğunuza vermek istediğiniz cinsel eğitim hakkında ne tür bilgiler vermek istediğinizi, yaşına göre sorularına nasıl cevap verebileceğinize hazırlanmak sizi bu konuda konuşmada daha donanımlı hale getirir ve sizin daha rahat hissetmenize yardımcı olur.

Birçok çocuk belli bir yaş itibarı ile bebeklerin nasıl olduğunu, nasıl doğduğunu merak eder. Bu bilgiyi arkadaşlarından alması yerine, ebeveynlerinden doğru bilgiyi edinmesi büyük önem taşır.

Çocuğunuzun cinsellik konusunda rahatça sizinle konuşabilmesi için erken yaşta bu konunun tabu olmadığını, konuşulabilecek normal bir konu olduğunu hissettirmeniz önemlidir. Bu noktada ebeveynlerinde cinsellik konusunda konuşurken gergin olmamaları gerekir. Çocuğunuza bedenini tanımasına yardımcı olurken, ona bedeninin sınırlarını da öğretmiş olacaksınız. Bu sayede çocuğunuzun cinsel tacizden korumak amaçlı bir önlem de almış olursunuz.

Yaş Dönemlerine Göre Çocuklar Ne Yaparlar?

0-3 Yaş Dönemi

0-3 yaş döneminde çocuklar meraklıdır. Bedenlerini ve diğer bedenleri keşfedebilirler. Cinsel organlarına dokunabilir, vücut hakkında konuşmak ve vücut parçalarının adlarını öğrenmek isteyebilirler. Vücut parçalarının onların olduğunu anlamazlar (Kızlar bir penis isteyebilir; erkekler penisini kaybedebileceğini düşünebilir.)

3-5 Yaş Dönemi

3-5 yaş dönemindeki çocuklar çıplak olmaktan hoşlanabilir. Vücutlarına çok fazla ilgi duyabilirler. Akranların cinsel bölgelerine bakıp bunlara dokunma oyunları oynayabilirler. Anne ve babanın cinsel bölgeleri ile ilgilenebilir, bebeklerin nereden geldiğini merak edebilirler. Belli cinsiyet rolleri konusunda farkındalık yaşamaya başlayabilirler. Kendilerini rahatlatıcı bir faaliyet olarak uyarabilirler. Yaklaşık 4 yaşında, tuvaletle ilgili çok fazla alay ederler.

5-7 Yaş Dönemi

Bu yaş grubundaki çocuklar, aile dışı sosyal ilişkilerini güçlendirmeye başlar. Sosyal çevresinden cinsellik ile ilgili fikirler edinmeye başlayabilir. Mahremiyet duyguları artar (banyo yaparken, giyinirken vb.). 5-7 yaş çocukları genellikle cinsellik ile ilgili sözcükler, küfürler kullanmaya başlayabilir. Kadın/erkek farkına ilgileri artar. Bu yaşta kız çocukları baba ile olan aşırı yakınlığından uzaklaşır ve anne ile daha yakın bir ilişki kurar. Aynı düzen erkek çocuğunda baba ile yakınlaşması ile geçerlidir. Bu yaş grubundaki çocuklar daha sık soru sorar.

7-9 Yaş Dönemi

Okul öncesi dönemde cinselliğe duyulan merak yoğun iken çocuğun okula başlaması ile bu merak azalır. Daha sonra 7-9 yaş arasındaki çocuklar sıklıkla hamilelik, doğum ve cinsiyet rollerine ilgi duyar, merak eder.

Bu dönemdeki çocuğun cinsellik merakı geçmiş olan dönemdeki gibi tam olarak bastırılmış değildir. Çocukları bedenlerine odaklı bir dönemden dış çevrelerine açık bir evreye geçer. Bu noktada okul hayatların önemli bir rolü vardır. Bu yaş çocuğu tipik olarak çok meşgul ve aktiftir. "Hayatın inceliklerini ve detaylarını öğrenme enerjilerinin ve zamanlarının birçoğunu alır." Bu dönemdeki çocukların dış dünyadan edindikleri bilgiler ile beden ve cinsellik ile ilgili soruları oluşmaya başlar. Merak ettikleri konularda daha kapsamlı ve tatmin edici bilgi almaya hazırdırlar.

6-7 yaş çocuğunun vicdan gelişimi henüz yeni olduğundan daha katıdır ve çocuğun birçok tezat davranışının temel nedenidir. Uysallık ve asilik arasında çocuk gider gelir. 8-10 yaş çocuğunda ise süper ego daha az katıdır ve çocuk daha az çatışma yaşar ve çözümler üretebilir. 6-9 yaş çocuğu cinsiyet rollerinin kültürdeki konumu anlamaya ve fark etmeye başlar.

6-9 yaş döneminde olan çocukların küfürlü konuşmalarda bulunduğu sıklıkla gözlemlenebilir. Genellikle çocuklar bu kelimelerin anlamlarını bilmeden çevresinden öğrendiği şekliyle kullanır. Bu durum ile karşılaştığınızda çocuğunuza bu kelimenin kullanımının neden uygun olmadığını iletilebilir birlikte alternatif bir kelime seçebilirsiniz. Aynı zamanda 6-9 yaş döneminde olan

çocukların aralarında uygunsuz şakalaşmaların olduğu gözlemlenebilir. Genellikle cinsel organların isimleri, cinsellik hakkında yapılan bu şakaların başkalarını incitebileceği çocuğa öğretilmelidir.

Çocuğunuz bunları yapabilir, çünkü:

- İyi hissettiriyor,
- Dokunuş ve sosyal kuralları öğreniyor,
- Erkeklerin ve kızların cinsel bölgeleri arasındaki farkları merak ediyor,
- Bedenin nasıl işlediğini araştırıyor,
- Çocuğunuz aileleri ve ilişkileri anlamaya çalışıyor,
- Kelimeleri kullanmak ve onay görmek için sınırları test ediyor.

Ebeveynler Nasıl Davranmalı?

Çocuğunuza sorduğu kadarını anlatın. Yanıtını bilmediğiniz sorulara "Bunun nasıl açıklanacağını bilmiyorum, araştırıp seni bilgilendireceğim." diyebilirsiniz. Eğer çocuğunuza yanıt vermeyip onu geçiştirirseniz cevabı alternatif kaynaklarda arayacaktır. Çocuğunuzla yatağınızı ayırmanız ve sınır koymanız önemlidir. Çocuğunuzun odasına girerken geldiğinizi belli etmeniz önemlidir. Çocuğunuzun da ebeveyninin odasına girerken bu odanın özel ve mahrem bir alan olduğunu bilmesi ve odanın kapıyı çalmayı öğrenmesi önemlidir.

Çocuğunuza karşı dürüst olmak önemlidir. Dünyaya geliş ve varoluşla ilgili sorularına "Seni leylek getirdi." hikâyesine başvurmaktansa yaşına uygun, gerçekçi açıklamalar yapmak gerekir. Cinsel gelişimle ilgili çocukları ürkütmemek önemlidir.

Ebeveyn olarak cinsellikle ilgili ön yargıları ortadan kaldırmak, insanların cinselliğiyle, dürtüleriyle doğan canlılar olduğunu içselleştirmek etkilidir. Çocuğa verilen mesajlar tutarlı olmalıdır. "Bedenin sana özel." dediğimiz çocuğun, herkesin önünde üstünü değiştirmek uygun değildir. Çocuğu rencide etmekten, ayıplamaktan yargılamaktan kaçınılmalıdır. Öte yandan konu hakkında espri yapmak, gülmek, süreci herkese anlatmak da zedeleyicidir.

Çocuğa bedeninin özel bölgelerini ve isimlerini öğretmek önemlidir. Aile kendi mahrem alanına ve çocuğun özel alanına özen göstermelidir. Özellikle 3 yaştan sonra aynı

anda tuvalete girme, birlikte duş alma gibi düzenler gözden geçirilmelidir. Vücudumuzun çok özel ve yalnızca birincil bakım veren kişi tarafından görülebilecek bir yer olduğu çocuğa öğretilmelidir. “Şimdi ben senin tuvaletini temizlemene yardımcı oluyorum. İlerde bunu kendin yapmaya başladığında özel bölgelerini ben de görmeyeceğim.” gibi bir açıklama yapılabilir. Ailenin ilgi ve şefkatini çocuğa hissettirmesi oldukça önemlidir.

Çocuğun mastürbatif davranışı mevcutsa davranışın altında yatan sebebin ne olduğu, davranışın muhtemel işlevi gözden geçirilmelidir. Kimi zaman çocuklar mastürbasyonu bir regülasyon tekniği (kendini yatıştırma) olarak kullanmaktadır. Bu gibi durumlarda cinselliğe atıfta bulunmadan çocuklara kendilerini rahatlatma ve sakinleştirme teknikleri öğretilebilir. Çocuklara iyi ve kötü dokunuş öğretilmelidir. Lakin bu korku kültürüyle yapılmamalıdır. Çocuğa “Sevgilim”, “Aşkım” gibi ifadelerden kaçınmak önemlidir. Çocuğunuzun erkenden uyarılmasına neden olacak davranışlardan kaçınmak

önemlidir (Çocuğun yanında sık sık çıplak dolaşmak, topluluk ortasında onu soymak, cinselliği onun yanında konuşmak, duşa 3-4 yaştan sonra hala beraber giriyor olmak, TV’ye ve görsellere sınırsız erişim vs.).

Çocuğun mastürbatif davranışı mevcutsa çocuğu uyarak bölmek ve durdurmak uygun değildir. Bu davranışı yapmanın normal olduğu, ama bunu herkesin ortasında yapmanın uygun olmadığı bilgisi çocukla paylaşılmalıdır. Davranış yasak haline gelmediği, sürekli gündeme getirilmediği ve çocuk etiketlenmediği takdirde sönecektir. Çocukların keşif amaçlı oynadığı oyunları yasaklamak yerine, onları sıkı bir takibe almakta fayda vardır. Cinselliği ayıp, günah, yanlış bir şey olarak öğrenen çocuklar bu duyguyu bastıracaklardır. Bu da uzun vadede onlarda duygusal yara ve davranış bozukluklarının oluşmasına neden olabilecektir. Kendini sürekli bastıran çocuğun, uzun dönemde cinsel bozukluk yaşama olasılığı, diğer çocuklardan daha yüksektir. Ebeveynler bu bilinçle söylemlerine ve davranışlarına özen göstermelidirler.



- Yavuzer, H., Ana-Baba Çocuk, Remzi Kitabevi, 2014.
- Türkmen, G., Sağlıklı Çocuk Yetiştirmek İçin Çocuğa Nasıl Bir Tutum Sergilenmeli?, Eğitimde Yansımalar, 2017.
- www.haberturk.com
- www.youtube.com
- www.okul.com.tr
- www.youtube.com
- www.bbc.com

ANNE-BABA EĞİTİMİ: CİNSEL GELİŞİM



Çocuk; doğum, cinsiyet kavramı, anne ve babanın rolü gibi kavramları merak eder ve sorgular. Bu sorulara anne ve babasından cevap bulamazsa güvenilir olmayan kaynaklara yönelebilir. Bu nedenle hem anne ve babalara hem de eğitimcilerle çocuğa cinsel eğitim verme açısından sorumluluk düşmektedir. Cinsel eğitim ne çok erken ne de çok geç olmalıdır. Eğer verilen bilgi

çocuğun gelişim düzeyine uygun değilse güçlük yaratır. Çocuk sorduğunda kaygılanmadan kısa ve basit cevap verilmelidir.

Çocuk cinsiyet farkı ile ilgili soruları iki yaşında sormaya başlar. Daha sonra bu soruları "Bebekler nereden gelir, nasıl doğar?" gibi sorular takip eder. Prof. Dr. Haluk Yavuzer'in "Ana-Baba ve Çocuk" adlı kitabında sorulan bu sorulara



karşılık çocuğa verilebilecek uygun cevaplar yer almaktadır. Bu kitapta yer alan örnek diyaloglara göre çocuklara verilebilecek bazı cevaplar şu şekildedir: "Neden babamın göğüsleri yok?" sorusuna "Yalnız annelerin göğüsleri olur ki yeni doğan bebekleri besleyebilsinler." diye bir cevap vermelerinin uygun olabileceği aktarılmıştır. Çocuk bebeklerin nereden geldiğini

sorduğunda, "Çocuklar annenin içinden çıkarlar. Onlar annenin karnında büyürler. Annelerin içinde çocukların büyümesi için sıcak bir bebek yuvası vardır." denilebilir. Abartmalı benzetmelerle çocuğun kafasının karıştırılmasına özen gösterilmelidir. Çocuk altı yaşına geldiğinde "Bebek annenin içinde nasıl oluşur?" sorusu gelebilir.

Bu sorunun kitapta şu şekilde açıklanabileceği aktarılmıştır: "Tüm kadınların bedeninde pek çok minik yumurta vardır. Bunlar kuş yuvalarında gördüğümüz ya da yediğimiz gibi yumurtalar değildir. Bu yumurtalar çok küçüktür. Kalemle çizeceğin bir noktadan da küçüktür. Bir kadın evlenip çocuk sahibi olmak istediğinde bu yumurtalar uterus (rahim) denen özel yerde bebeğe dönüşmeye başlar. Uterus annenin bedeninin içindedir ama yiyeceğin gittiği mide ile aynı yerde değildir. Bebek uzun sürede büyür ve gelişir." Altı yaş çocuğu için bu kadar bilgi yeterlidir. Çocuk 7-8 yaşına geldiğinde, babanın vücudunda bir tohumun, annenin içindeki minik yumurtayla birleştiği ve bunun bebeğin gelişimini başlattığı söylenebilir.

Cinsel eğitim içerisine giren en önemli konulardan birisi de çocuğa kendisini korumayı öğretmektir. Çocukla konuşurken cinsel istismar tabiri kullanılmamalıdır. Çünkü bu çocuğu kaygılandırır. Böyle yapmak yerine bedenimizde özel bölgelerin olduğunu bu bölgelere kimsenin dokunmaması ve çocuğun da başka kişilerin özel bölgelerine dokunmaması gerektiği anlatılmalıdır. Çocuk böyle bir durumla karşılaşırsa bu konuda hakkını savunup hayır demesi ve bu durumu annesi ve babasıyla paylaşması gerektiği aktarılmalıdır. Eğer yakınında annesi ve babası yoksa bu durumu annesi ve babasıyla paylaşmadan önce güvendiği başka bir yetişkinle (dede, anneanne, babaanne, öğretmen) paylaşabileceği aktarılmalıdır. Anne ve babaların bu konuda çocuk ile konuşmaları önemlidir. Çünkü çocuk bu konuşma sayesinde onu rahatsız eden bir durum yaşadığında anne ve babasıyla konuşma cesaretine sahip olur. Çocukla bu konuda konuşurken anne ve baba kaygılı ve tedirgin duygu durumunda olursa bu kaygı çocuğa da geçer. Unutulmamalıdır ki çocuğa kendini koruması amacıyla cinsel eğitim verirken çocuğa güç ve kontrol duygusu vermek önemlidir. Çocuğa bu konuda hayır deme gücünü kazandırıp, konunun güvendiği bir yetişkinle paylaşımını sağlamak temel amaçtır. Çocukla bilgilendirici konuşma ve hayır deme hakkını öğretme çocuğa güç verecektir.

Çocukla iyi bir iletişim ve iyi bir güven ilişkisi çocuğun anne ve babasıyla iletişimde açık olmasını sağlayacaktır. Çocuğun düşündüğü, yaşadığı ve hissettiği her şeyi

yargılamadan dinlemek, eleştirel olmamak, otoriter aile tutumu yerine destekleyici ve güven verici aile tutumunu benimsemek çocuğun paylaşımını kolaylaştırır. Destekleyici ve güven verici aile tutumu en sağlıklı anne-baba tutumudur. Bu aile tutumunu benimseyen anne ve babalar çocuğu bir birey olarak kabul ederler. Çocuğun söz hakkı vardır ve çocuğun duygu ve düşüncelerine saygı duyulur. Çocuğa gereksiz kısıtlamalar ve baskı yapılmaz. Çocuğa fiziksel ve psikolojik şiddet uygulanmaz. Çocuk düşüncelerini ifade etmesi adına teşvik edilir. Çocuk her koşulda anne ve babası tarafından kabul edildiğini ve sevildiğini hisseder. Çocuğa dengeli ve uyumlu davranılır ve yaşına uygun sorumluluklar verilir.

Çocuk 4-5 yaşına geldiğinde aileler çocuklarıyla özel bölgeler hakkında konuşabilirler. Çocuk cinsiyetle ilgili soru sormuyor olsa bile bu konu ile ilgili çocuklar için hazırlanmış resimli hikâye kitapları üzerinden özel bölgeler hakkında ve bu bölgelere kimsenin dokunmaya hakkı olmadığı konusunda bilgilendirilmelidir. Bu bilgilendirme çocuğa altı ayda bir hatırlatılmalıdır. Çocukla bu konuda iletişime geçerken hem çocuğu kaygılandırmamak hem de bilgilendirme yaparken daha rahat ve kendinizden emin hissetmeniz adına kaynaklar bölümünde paylaştığım Aamir Khan'ın "Çocuklar Kendini Nasıl Korumalı?" adlı videosunu izlemeniz yardımcı olabilir. Çocuğa bu konuda eğitim verirken ayrıntıya girmeden net cümleler kullanmanız gerekir. Gereksiz ayrıntı çocuğu endişelendirir ve her şeyden korkmasına neden olabilir.

BBC Türkçe Haber'de çocukların kendilerini koruma adına çocukla şu şekilde diyaloga geçilebileceği örneği paylaşılmıştır:

"Seninle vücudunun güvenliği hakkında kısa bir konuşalım istiyorum. Hepimizdeki gibi senin de vücudunda bazı özel bölgelerin var. Bunlar iç çamaşırlarının kapattığı yerlerin. Buralarına güvenmediğin kişilerin dokunmasına hayır diyebilirsin, sana kızmayız. Bazen bazı yetişkinler ki bunlar tanıdığın, sevdiğin büyüklerin de olabilir, bu güven kurallarını bilmeden sana dokunabilirler ve bu seni rahatsız, üzgün veya garip hissettirebilir. Böyle bir şey olduğunda "hayır, dokunma" de. Sonra da gel bunu bana -veya çocuğun güvenli yetişkinini kim

olacak ise ona- anlat, olur mu? Böylece biz hem seni koruyabiliriz hem de o yetişkine güvenlik kurallarını söyleyebiliriz.” Yazıda ayrıca çocuğu korkutmamak ve olayı anlattığında birilerinin cezalanmasına sebep olacağını düşündürmemenin çocuğun paylaşımı açısından önemli olduğu vurgulanmıştır.

Çocukların güvenliği açısından çocukların güvenli internet kullanımlarını sağlamak da diğer önemli hususlardan biridir. Çocuğun internette yabancı kişilerle konuşmaması konusunda çocuğu bilgilendirmek, adres, isim, telefon gibi kişisel bilgilerini yabancılarla paylaşmaması adına çocukla konuşmak, çocuk eğer kendisini rahatsız edecek bir mesaj, video ya da görüntüyle karşılaşırsa bunu derhal ebeveyni ile paylaşması gerektiği konusunda çocuğu bilinçlendirmek hem öğretmenin hem de

anne ve babanın görevlerindedir. Çocuğun internete giriş zamanı ve süresi, hangi web sitelerine girdiği aile tarafından çocuğu kaygılandırmadan takip edilmelidir.

Çocuğun cinsel gelişimini, sosyal gelişimi veya dil gelişimi gibi doğal karşılamak, çocuğun cinsel konular ile ilgili sorularını bir tabu gibi görmemek önemlidir. Çocuğun cinsel eğitim ihtiyacını karşılamak söz konusu olduğunda sorduğu soruları duymazdan gelmenin, konuyu geçiştirmenin, onu yanlış bilgilendirmenin ya da azarlamanın çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkileyeceğini unutmamalıyız. Çocuğu korumanın da bilinçlendirmenin de utanmadan yaşadıklarını ya da merak ettiklerini paylaşmalarını sağlayacak ortamı oluşturarak onlar için güven kaynakları olmanın da sorumluluğu anne, baba ve öğretmenlerindir.



ÇOCUKLARDA ÖLÜM VE YAS





Ölüm, yaşam kadar doğal ve kaçınılmaz bir durumdur. Ölüm hakkında konuşmaktan kimi insanlar kaçırır kimi insanlar ise farkında olarak hayatlarına devam eder. Bu farklılığın sebebi, ölüm algısının nasıl oluştuğudur. Ölüm algısı, erken çocukluk dönemlerinde oluşmaya başlar.

Çocuklar, çok erken yaşlarda ölüm kavramıyla karşılaşmaya ve ilgilenmeye başlarlar. Çiçeklerin solması, hayvanların ölmesi, televizyondaki ölüm haberleri, çizgi filmlerdeki ölüm sahneleri, bir arkadaşının yaşadığı bir kayıp... "Ölüm nedir, ölen nereye gider?" gibi sorular çocuk için önem kazanır.

İki yaşına doğru süreklilik kavramı gelişir, çocuk ebeveyninin ya da bakımını üstlenen kişinin yokluğunu fark eder. 3-4 yaşlarında canlıların hareket ettiğini veya ses çıkardığını fark eder. Kedi, köpek hareketsiz yattığı zaman nedenini sorar ancak canlıyı cansızdan ayırt edemez. 5 yaşına kadar çocuk ölümü yaşamın sona ermesi olarak değil, yaşamın başka bir şekli gibi algılar. Hareketsizliği veya uykuyu ölümle karıştırabilir. Hiçbir şey hissetmeyecekleri, nefes almadıkları, yemek yemedikleri vurgulansa bile ölen kişiler onlara göre hala havaya, suya gereksinim duyabilir, üşüyebilir ve söylenenleri işitebilirler.

Sözel ifade örnekleri:

- "Babamın şimdi canı sıkılıyordur, ben ona bir şarkı söylersem canı sıkılmaz."
- "Annemin gelmeyeceğini biliyorum, kaç kere söylediniz. O öldü. Ama telefonda konuşabilirim."
- "Dedem şimdi mezarda yatıyor ya çiçekleri ağaçlardan görüyor. Yağmur yağdığı zaman da suyunu içiyor. Mezar artık onun evi."

3-6 yaş arası bir çocukta ölüm geçici ve geri dönüşümlü olarak algılanır. Okul öncesi çocukların günlük yaşantıları tekrar eden faaliyetlerden oluştuğu için zamanı döngüsel olarak algırlar. Onlar için ölüm de böyledir: yaşarız, ölürüz ve sonra tekrar yaşarız.

Yaşı büyüdükçe ve ölüm olaylarıyla karşılaştıkça ölen kişinin geri gelmeyeceğini, ölümün bir sona erme olduğunu, bir gün herkesin öleceğini ve ölüm için bir neden olduğunu öğrenir. 7-11 yaş arası, okul çağı çocuklarında ölüm korkusu gelişmeye başlar. Bu gelişimsel dönemde

ölümün geri çevrilemez olduğunu, son bulma kavramını ve kaçınılmaz olduğunu kavrayabilirler.

Yas süreci, bir yakının kaybıyla başlayan ve herkesin bireysel farklılıklarla yaşadığı bir süreçtir. Çocuklar için sevilen birinin, özellikle ebeveyn kaybı en stresli yaşam olaylarından biri olarak kabul edilmektedir. Gelişme süreci devam eden çocukların ebeveyn kaybından sonra destek sistemlerinin azalması ve duygusal, sosyal ihtiyaçlarının karşılanamaması durumunda gelişimleri sekteye uğrar. Ayrıca ölüm kavramının geri dönülmezliğini ve yaşamın son bulma hali olması durumunu anlamlandırmakta güçlük çektiği için çocuğun yetişkinlere oranla yas süreci daha zorlu bir deneyim olur.

Gelişimsel dönemin özelliklerine uygun şekilde tepki veren çocuk, küçük yaşlarda tepkilerini sözcüklerle ifade edemediğinden daha çok davranış yoluyla ifade eder. Bu davranışlar zaman zaman yetişkinlere abartılı gelebilir fakat çocuğun kafasının karışık olduğu ve tepki verme konusunda tecrübesiz olduğu unutulmamalıdır.

Çocuklar kayıp karşısında ilk olarak şok, inkâr, korku, itiraz, donakalma, aldırış etmeme gibi tepkiler gösterebilirler. Konuşma bozukluğu, yeme, uyku ve davranış sorunları, idrar kaçırma, okul başarısında düşme, huzursuzluk, kaygı ve korku, hırçınlık, hareketlilik, sinirlilik, bedeniyle aşırı uğraşma, hayatta kalan ebeveynine aşırı yapışma davranışı ve ayrılık kaygısı gibi belirtiler sıkça görülebilir.

Yas döneminde çocukların geliştirebileceği bazı davranışlar şu şekildedir:

Tırnak yeme, yatağını ıslatma, uyuşukluk hali, öfke nöbetleri, kazanmış olduğu bazı becerilerin kaybı, sessiz ve içe kapanık tutum, hiçbir şey olmamış gibi davranma, aşırı tepkiler...

Ölen kişinin yokluğu, çocuklar için özel olan zamanlarda daha dayanılmaz olabilir ve o ana kadar görmediğiniz tepkiler gösterebilirler. Amaçları çevresindekileri üzmemek değil, sözel yolla anlatamadıkları acıyı ve özlemi ifade etmektir. Ancak her çocuğun duygusunu ifade etme biçimi farklı ve kendine özeldir.

En önemli hususlardan biri kayıp ile karşılaşan çocuğa nasıl yaklaşılması gerektiğidir. Çocuklara kayıplara ilişkin gerçekler olduğu gibi ve doğrudan, yaşlarına

uygun şekilde somutlaştırılarak ve olabildiğince soyut kavramlardan uzak durularak, basit, anlaşılır şekilde anlatılmalıdır. Çocuğun hazır olduğu zamanda, yakın ilişkide olduğu kişilerce anlatılması da önemlidir. Çocuk tarafından beklenmedik sorularla karşılaştığınızda, ona zarar verebilecek bir yanıt vermektense ondan düşünmek için zaman isteyebilirsiniz. Böylece soyut, dolambaçlı ve gereksiz ayrıntılardan kaçınılmış olur. Özellikle küçük çocuklara somut şekilde ölümün bedende nasıl gerçekleştiği anlatılmalı duygularını ifade etmelerine, soru sormalarına, ağlamalarına izin verilmelidir.

Özellikle, ölen kişi ile ilgili olarak o kişinin uykuda olması ya da uzaklara gitmesi gibi anlatımlardan kaçınılmalıdır. Çocuklar yetişkinleri örnek aldığından yetişkin kişinin kendi acısını bastırmaması, duygularını çocuk ile paylaşması önemlidir. Çocukların olayla ilgili hatalı algıları ve uygun olmayan yorumları doğru şekilde düzeltilmelidir.

Yakınını kaybeden çocuğa ölüm bilgisinin mümkün olduğunca vakit kaybetmeden, yakın kişilerce verilmesi en uygunudur. Bilgi verilirken çocukla yalnız olunması ve tepkilerini gösterebileceği rahat bir ortam oluşturulması önemlidir. Cevapların net olmasına özen gösterilmesi gerekir. Ölümü takip eden süreçte, geçici bir süreliğine bile olsa ebeveynin çocuğun başkasında kalmasında izin vermemesi onu güvende hissettirecektir. Duygularını ifade etmeleri için başka yöntemler (resim yapma, mektup yazma, özel bir köşe oluşturma gibi) önerilebilir. Okul, oyun gibi günlük rutinlerine devam etmesi doğal bir süreç olduğunu kabul etmesi açısından faydalı olur.

Yas sürecini daha karmaşık hale getiren durumlar olduğunda ya da farklı bir psikiyatrik durumun eşlik ediyor olması halinde profesyonel destek almaktan kaçınılmamalıdır.





Dünya insanı yetiştiriyoruz...



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

(212) 550 49 30
www.arel.k12.tr

