

OKULUMU

SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 95

2013



İÇİNDEKİLER

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞUNUZ	2
ÇOCUKLARDA SORUMLULUK DUYGUSUNU NASIL GELİŞTİREBİLİRİZ?	5
ÇOCUKLA DOĞRU İLETİŞİM	8
ÇOCUK VE YALAN	10
ÇOCUKLARDA HİPOAKTİVİTE	14



AREL Koleji

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

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

e-posta: arel@arel.k12.tr

Okulumu Seviyorum Dergisi - 2013

Yayın Kurulu: Rehberlik Servisi





Psikolog | Ayça BENİCE

KAYNAK

• Wyse, D.; "Eyvah! Okul Başladı", Boyut Yayınları, İstanbul, 2009.

• www.mebk12.meb.gov.tr

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞUNUZ

Çocukların eğitime başlaması gereken yaş her dönem tartışma konusu olmuştur. İşin aslı çocuklar hangi yaşta bir eğitim kurumuna başlarsa başlasınlar esas eğitimleri doğdukları andan itibaren aile içinde başlamaktadır. Okulda aldıkları eğitim ne kadar önemliyse okul öncesinde, özellikle 0-3 yaş döneminde aileden aldıkları eğitimin de en az onun kadar değerli ve önemli olduğu unutulmamalıdır.

Milli Eğitimin Temel Kanunu içerisinde okul öncesi eğitiminin amaç ve görevleri;

1. Çocukların beden, zihin ve duygu gelişmesini ve iyi alışkanlıklar kazanmasını sağlamak;
2. Onları ilköğretime hazırlamak;
3. Şartları elverişsiz çevrelerden ve ailelerden gelen çocuklar için ortak bir yetişme ortamı yaratmak;

4. Çocukların Türkçeyi doğru ve güzel konuşmalarını sağlamaktır.

Okul öncesi eğitimde yaklaşımlar farklı olsa da temel öğrenme alanları altı alanda özetlenebilir.

1. Kişisel, sosyal ve duygusal gelişim
2. İletişim, dil ve okuma yazmaya hazırlık becerileri
3. Problem çözme, akıl yürütme, matematiksel beceri
4. Dünyayı anlama
5. Fiziksel gelişim
6. Yaratıcılık

Kişisel, sosyal, duygusal gelişim:

Çocukların kendilerine ve çevrelerindeki diğer insanlara saygı duyması, onlarla sosyal ilişkiler geliştirmesi ve öğrenmeye karşı pozitif duygular beslemesi için tecrübe kazanması ve desteklenmesi gerekir.



Çocuklarla ilgilenen kişiler, onların kendilerini tanımlarına ve neyi ne kadar yapabileceklerini görmelerine yardımcı olmak için çocukların duygusal anlamda kendilerini iyi hissetmelerine dikkat etmelidir.

Okulda öğretmenlerin, evde de ailelerin çocukların duygusal gelişimine özen göstermeleri önemlidir. Bu sayede çocuk olumlu veya olumsuz duygularıyla barışacak, doğru ifade yöntemleri bulacak ve buna paralel olarak da olumlu sosyal ilişkiler geliştirebilecektir.

İletişim, dil ve okuma yazmaya hazırlık becerileri:

Okul öncesi eğitimde çocukların konuştukları kadar dinlemeyi de öğrenmeleri öncelikli hedeflerdendir. Bu yaş döneminde çocuklar benmerkezci gelişim özellikleri gösterdiklerinden karşı tarafın ihtiyaçlarını, söylediklerini ikinci plana atma eğiliminde olurlar. Kendi istekleri, ihtiyaçları onlar için önceliklidir. Bu sebepten de dinlemek yerine konuşmayı tercih ederler. Okul öncesi eğitimde öğretmenler, çocukların konuşmayı ve dinlemeyi öğrenmeleri, iletişim becerilerini geliştirmeleri, okuma yazmaya başlayabilmeleri için çeşitli aktiviteler düzenlerler.

Özellikle dinleme becerilerinin geliştirilmesiyle öğrenmenin daha düzenli ve hızlı gerçekleşmeye başladığı gözlemlenmektedir.

Okulda yapılan bu çalışmalara paralel olarak çocukların evde de desteklenmesi büyük önem taşımaktadır. Çocuklara bol bol kitap okumak dil becerini geliştirirken, konuşurken sıra beklemeyi ve karşısındakini dinlemeyi teşvik etmek de iletişim becerilerini destekleyecektir.

Çocuklara dinlemeyi öğretebilmek için öncelikle bizim onları dinlememiz ve anlamamız gerektiği unutulmamalıdır.

Problem çözme, akıl yürütme ve matematiksel beceri:

Çocuklar eğlenerek, çeşitli aktivitelerle keşfederek, konuşup tartışarak, farklı şeyler öğrenerek, problem çözme, akıl yürütme ve matematiksel becerilerini geliştirmeye çalışırlar. Bunun için onlara, yeteneklerine güvenebilecekleri ve yeteneklerini kullanırken kendilerini yeterli hissedebilecekleri uygun ortamlar sağlanmalıdır. Bu becerileri geliştirmek için okulda olduğu kadar evde de desteklenmesi çocuğun daha hızlı yol almasına, kendini yeterli hissetmesine ve kendisiyle ilgili olumlu duygular geliştirmesine imkân sağlayacaktır. Öğrenmeyle ilgili olumlu motivasyon geliştiren çocuk daha fazla öğrenmeye çalışacak ve başardığı için mutlu olacaktır.

Problem çözme denildiğinde akla yalnızca matematik gelmemelidir. Çocuğun karşılaştığı sosyal bir sorunla yüzleşebilmesi, bununla başa çıkıp çözüm üretebilmesi de problem çözme ve akıl yürütme kapsamı içindedir. Bu nedenle çocukların yaşadıkları bütün sıkıntıları onlar fark etmeden çözmek yerine çözüm konusunda yol gösterici olmak daha anlamlı ve eğiticidir.

Dünyayı anlama:

Çocuklar çevrelerindeki dünyayı ve olup bitenleri anlamalarına yardımcı olacak bilgi, beceri ve kavramları geliştirmelidir. Okul öncesi öğretmenleri, farklı materyaller kullandıkları çeşitli deneylerle çocuklarımızın öğrenme ortamlarını zenginleştirmektedir. Okulda deney ve gözlemlerle sağlanan ortam aile tarafından da çocuğa farklı yaşam deneyimleri sunulurken desteklenildiğinde çocuk kendisinin dışındaki dünyanın içine daha çabuk girecek ve bireyselleşme süreci olumlu desteklenecektir.

Bol bol sinema ve tiyatroya gitmek, yürüyüşe çıkmak, piknik yapmak, doğayla iç içe olmak, her yere arabayla gitmeyip gerektiğinde toplu taşıma araçlarını kullanmak çocukların dünyaya daha geniş bir çerçeveden bakmasını sağlayacaktır.

Fiziksel gelişim:

Fiziksel gelişim sağlıklı bir yaşamın en önemli parçasıdır. Bebeklerin ve çocukların fiziksel gelişimleri kendilerinin de aktif olarak katılabileceği, koordinasyon, kontrol, el ve hareket becerilerini geliştirmelerini sağlayacak aktivitelerle desteklenmelidir. Bu yaştaki her çocuk tüm duyularını kullanmalı ve yeni öğrendikleriyle eski bilgileri arasında bağlantı kurmaya teşvik edilmeli, böylece çevresindeki dünyayı tanımaya fırsat verilmelidir.

Çocukların fiziksel gelişiminde dikkat edilmesi gereken en önemli unsurlardan biri de yeterli beslenmedir. Bu yaşlarda insan gelişimi maksimum hızda gerçekleşir, çocuğun vücudu bu hızlı gelişime cevap verebilmek için çok miktarda enerjiye ihtiyaç duyar. Beslenmeye bağlı gelişim problemlerini önlemek için çocuklara dengeli bir beslenme programı uygulanmalıdır. Ancak çok miktarda beslenmenin yeterli beslenme ile aynı anlama gelmediği de unutulmamalıdır.

Okuldaki fiziksel gelişimi artırıcı aktiviteleri desteklemek adına çocuğunuzun sizinle birlikteyken de karşılaştığı fırsatları değerlendirmesini sağlayabilirsiniz. Apartmanınızda evinize ulaşmak için merdiven çıkması gerekmesi çocuğunuzun kaba motor gelişimini destekleyici bir fırsattır. Eğer her seferinde çocuğunuz yorulmasın diye onu taşıyorsanız fırsatı kaçırmaya sebep olmuş olursunuz. Giysilerini giyip çıkarmaya hevesli çocuğunuza bu konuda sabırlı davranıp izin verirsiniz ve ihtiyacı olduğu yerlerde desteklerseniz onun fiziksel gelişimine katkıda bulunmuş olursunuz. Ayakkabılarını giyebilmek için çeşitli yollar deneyen çocuğunuza biraz zaman tanır ve gerektiğinde yönlendirirseniz onun vücudunu tanımaya, neyi nasıl yapabileceğini anlamasına fırsat vermiş olursunuz.

Bunların yanı sıra çocuklarınızı farklı aktivitelerle destekleyebilir, birlikte geçirdiğiniz zamanı da kaliteli hale getirebilirsiniz. Çocuğunuzla beraber oyun parklarına gidebilir, onu tırmanması, kayması için teşvik edebilirsiniz. Beraber yürüyüşlere çıkabilir, bisiklete binmesini sağlayabilirsiniz. Beraber kovalamaca ve saklambaç gibi oyunlar oynayabilirsiniz. Hayvanların taklidini yapıp, onlar gibi hareket etmeye çalışabilirsiniz. (Kanguru gibi zıplamak, yılan gibi sürünmek gibi) Birlikte uçurt-

ma uçurabilirsiniz. Köpükler uçurup, onları takip edip yakalamaya çalışabilirsiniz. Diğer çocuklarla beraber oynayabilmesi için gerekli ortamlar oluşturabilirsiniz. (Park gezileri, piknikler, eğlence merkezleri...) İkinizin de sevdiği bir şarkıyı açıp bu şarkı eşliğinde beraber dans edip ritmi yakalamaya çalışabilirsiniz. Çocuğunuzun, ev işleri için size yardımcı olmasına izin verebilirsiniz. (Çiçekleri sulamanıza, toz almanıza yardımcı olmak gibi...) Çocuğunuz sevdiği bir çizgi film ya da kitap kahramanını onunla beraber canlandırabilirsiniz. Beraber top oyunları oynayabilirsiniz.

Yaratıcılık:

Çocuklara oyun oynama, keşfetme, merak etme ve düşüncelerini, fikirlerini, duygularını paylaşma fırsatı verilmeli; çocuklar yaratıcılıklarını ortaya koymaları için desteklenmelidir. Bunun için sanat, müzik, hareket, dans, hayal gücü, drama ve matematik gibi aktivitelerden, tasarım ve teknolojiye yararlanılabilir. Okul öncesi eğitimde drama çalışmaları çocukların hem duygularını daha rahat ifade etmelerinde hem de yaratıcılıklarını geliştirmelerinde önemli bir rol oynar. Artık materyallerle yaptıkları çalışmalar onların oyuncak haricinde başka malzemelerle de tanışmasına olanak verir.

Çocuklarınızın yaratıcılıklarının gelişimini desteklemek adına uygun materyalleri ona sağlamanız önemlidir. Oyun hamuru, lego, tangram gibi oyuncaklar onlara akıllarındaki yoktan var etme imkânı sunacaktır. Bol bol resim yapmasına izin vermek duygularını görsel olarak açığa çıkarmasını sağlayacaktır. Çocuklarınıza aldığınız oyuncaklar onların hayal güçlerini, yaratıcılıklarını kullanmalarına elverişli olmalıdır. Günümüzde oyuncaklara kolay ulaşılabilmesi çocukların odalarında hiç oynamadıkları ve muhtemelen de oynamayacakları çok fazla sayıda oyuncak birikmesine sebep olmuştur. Bu yığının içinde çocukların dikkatlerini odaklamaları zorlaşmaktadır. Aynı zamanda bir oyuncağın her rengi ve her şekline sahip olan çocuğun onunla oynarken yaratıcılığını kullanması mümkün olmamaktadır. Oysa yaratıcılık temelde ihtiyaçtan doğar. Çocuğunuz bir oyuncağına sahip olmadığı başka bir oyuncağa benzetilmek için ona bir takım eklemeler yaptığında veya hamur, lego gibi malzemelerden yoktan var ettiğinde yaratıcılığını kullanmış olacaktır.

Çocuğun merak duymasını sağlamak, ona soru sorma imkânı vermek dünyayı anlama konusunda önemli bir adımdır. Soru soran çocuk cevaplara daha çabuk ulaşır. Cevaplara ulaştıkça daha çok sorma ve öğrenme eğilimine girer.

ÇOCUKLARDA SORUMLULUK DUYGUSUNU NASIL GELİŞTİREBİLİRİZ?

Her anne baba çocuğunu özgüven sahibi, kendi kendine yetebilen ve kararlarını kendi başına alıp bunları uygulayabilen, davranışlarının sonuçlarını göze alabilen bireyler olarak yetiştirmeyi hedefler. Böyle çocuklar yetiştirmenin koşullarından biri de onlara sorumluluk duygusu kazandırmaktan geçer. Çocuklara sorumluluk duygusu kazandırmak onlara sağlanan fırsatlara ve ebeveynlerinin yaklaşımlarına bağlıdır.

Çocuklarda sorumluluk duygusunu geliştirebilmek için anne-babaların çocuklarının yaşına, cinsiyetine ve yeteneğine uygun görevleri çocuğun yapmasına fırsat vermesi, kazanılması istenilen davranışlar için model olması ve çocuğun gösterdiği olumlu davranışları pekiştirmesi gerekir.

Her çocuk farklı yeteneklere ve kişilik özelliklerine sahiptir bu nedenle aynı yaştaki her çocuğun aynı sorumlu davranışı yerine getirmesini bekleyemeyiz.

Peki sorumluluk nedir? Sorumluluk kişilerin yaşı, cinsiyeti ve gelişim düzeylerine uygun olarak yüklenmek zorunda olduğu görevleri yerine getirmek olarak tanımlanabilir. Sorumluluk sahibi çocuk; yaşına uygun kararlar alabilir,

kendi görevlerinin farkındadır ve bunları yerine getirmekte sıkıntı yaşamaz.

Çocuklarda sorumluluk duygusu nasıl kazandırılabilir?

Çocuklara üstlendikleri işi yapabileceklerine dair güven ve fırsat vermek önemlidir. Özellikle "Koruyucu Ebeveyn" tarzına sahip olan anne babalar bebeklikten itibaren "O yiyemez, küçük!", "O şimdi çok yavaş giyinir, geç kalırız ben hemen giydireyim." diyerek çocuklarının üstlenmeleri gereken sorumlulukları yerine getiremeyeceklerini düşünerek onların yerine bu işleri kendileri yaparlar. Hatta bazen ebeveynlerin daha da ileri giderek ev ödevlerini bile yaptıkları görülür. Aslında ebeveyn burada çocuğa istemeyerek de olsa "Sen yetersizsin." mesajını vermektedir.

Her ihtiyaçları anne babaları tarafından karşılanan, devamlı olarak neyi nerede ve nasıl yapacağı kendisine hatırlatılan, yanlış yaptığında azarlanan çocuklar daha yolun başında sorumluluk almaktan kaçınırlar ya da sorumluluklarını yerine getirmeyi reddederler. Sabredin ve yaşayarak öğrenebilmesi için ona fırsat tanıyın.



“Çocuğunuzun yaşına uygun görevler verin.”

Sorumluluk duygusu kazandırırken çocuğunuzun yaşına uygun görevler vermek de oldukça önemlidir. Bunu yaparken de çocuğunuzun yaşına ve fiziksel özelliklerine göre neleri yapabileceğini bilmelisiniz.

Örneğin 2-3 yaşındaki bir çocuk oyuncaklarını sepetin içine atarak toplayabilir, kendi başına yiyebileceği bazı yiyecekleri yiyebilir.

3-4 yaşındaki çocuklar basit ev işlerinde size yardımcı olabilirler, yardımla giyinip soyunabilirler. Dişlerini fırçalamak, ellerini yıkamak gibi bazı öz bakım becerilerini kendi kendilerine yerine getirebilmek için adım atabilirler.

4-6 yaşındaki çocuklar ise; kendi başına yemeğini yeme, el-yüz temizliğini yapma, ayakkabılarını giyme-çıkarma, kendi istekleri doğrultusunda kıyafetlerini seçme, giyme ve çıkartma, kıyafetlerini ve yatağını toplama gibi konularda sorumluluk alabilirler.

“Çocuğunuzun bazı işleri tek başına yapmasına izin verin.”

2,5 yaşından itibaren döke saça da olsa yemeğini kendi başına yemesine fırsat vermek, oyuncaklarını ve masasını toplaması gibi konularda onun yardımını beklemek çocuğunuzun sorumluluk duygusunun gelişmesi için destekleyici olacaktır. Böyle ortamlar çocukların kendine olan güvenini arttıracaktır.

Tam tersine korumacı bir yaklaşım sergileyerek çocuğun yapması gereken işleri onun yerine yapmak, bağımsız bireyler olmalarını engeller. Örneğin suluğunu unutma görevi verdiğiniz halde siz hatırlatmadan suluğunu yanına almayı unutuyor ve siz de onun yerine bu görevi alıp, suluğunu okula götürüyorsanız çocuğunuza sorumluluk sahibi olmayı öğretmemiş olursunuz.

“Çocuğunuzun seçim yapmasına fırsat tanıyın ve ona seçenekler sunun.”

Çok küçük yaşlardan itibaren çocuğa seçme hakkının tanınmasıyla çocukta sorumluluk eğitimi verilebilir. Seçim yapabilmesine fırsat tanınması, çocuğun kişilik gelişimini olumlu yönde etkiler. Örneğin; gezmeye giderken ne giyeceğini kendisinin seçmesine, dışarıda otururken neyi yiyeceğine karar vermesine fırsat tanıyın. Çocuğun seçim yapabilme yeteneğinin kazandırılması karar verme ve seçimlerinin sorumluluğunu alma becerisini de geliştirir.

“Çocuğunuza, bir işi nasıl yapacağını adım adım gösterin.”

Çocukların her zaman anne babalarının rehberliğine ihtiyaçları vardır. Bu süreçte onun denemelerini sabır ve sevgi göstererek desteklemeniz önemlidir. Örneğin çocuğunuza çiçekleri sulama görevini verdiyseniz, ona musluktan suyun nasıl doldurulacağını ve çiçekleri suladıktan sonra sulama kabında fazla kalan suyu boşaltıp kabı nerede saklayacağını da göstermeniz gerekmektedir.

“Çocuğunuzun bir işi sizin istediğiniz gibi yapmasını beklemeyin.”

Çocuğunuza verdiğiniz bir işin sizin istediğiniz gibi mükemmel bir şekilde yapılmasını beklemeyin. Çünkü unutmayın ki buradaki amaç çocuğunuzun bir işe başlama ve o işi bitirme becerisi kazanmasıdır. Sizin beklentilerinize uygun olarak bir işi tamamlayamamış olsa da denediği için kendisi ile gurur duymasını öğretin.

“Çocuğunuza aitlik hissi kazandırın.”

Çocuğunuzun kendisine ait olan şeylerin sorumluluğunu alabilmesi için kendisi ile ilgili görevlerle ilgili olarak “Aitlik Hissi” kazandırın. Kendi giysileri, kendi oyuncakları, kendi masası gibi. Böylece çocuğunuz kendisi ile ilgili olan şeylerin sorumluluğunu alma konusunda daha istekli olacaktır.

“Çocuğunuza iyi bir model olun.”

Çocuklara sorumluluk duygusu kazandırırken hiç kuşkusuz dikkat edilmesi gereken en önemli noktalardan biri de anne babanın çocuğuna bu konuda iyi bir model olabilmesidir. Anne babanın kendi yaşantısında kendilerine ait sorumluluklarına özen göstermesi de bu anlamda önemlidir. Sorumluluk kazandırmak istediğiniz halde sizin sorumluluklarınızı yerine getirmemeniz onu olumsuz yönde etkileyecektir.

“Çocuğunuza öğretmek istediğiniz davranışları basamaklandırın.”

Çocuğunuza öğretmek istediğiniz davranışlarda mümkün olduğunca en basit basamaktan öğretmeye başlayın. Örneğin çocuğunuzun odasını toplamasını istiyorsanız bunu olabildiğince basamaklandırarak uygulamasına yardımcı olun. Örneğin birinci basamakta oyuncakları kutularına yerleştirmek, ikinci basamak kirli ve temiz çamaşırları ayırmak, kirli olanları kirli sepetine, temiz olanları da çamaşır dolabına yerleştirmek gibi.

“Çocuğunuzun yerine getirmesini istediğiniz işleri oyun haline getirin.”

Örneğin bakalım yerdeki oyuncakları kim daha hızlı toplayacak yarışması düzenleyin ya da bir günü müzik eşliğinde ev temizleme partisine ayırın.

“Çocuğunuzu takdir edin.”

Çocuğunuzun sorumluluklarını alma yönünde gösterdiği çabayı takdir edin. Örneğin okuldan gelince çantasını odasına götürmesi gibi küçük ama anlamlı çabalarını görmezden gelmeyin.

“Çocukların ev içerisinde düzenli bir rutinleri olsun.”

Çocuklar ev içerisinde düzenli bir rutinleri olursa, üzerlerine düşen görevleri daha iyi öğrenirler. Mesela “Banyoya girmeden önce kirliler kirlili sepetine atılacak.” “Okuldan gelir gelmez eller yıkanacak, çantalar yere fırlatılmayacak, dolaba konulacak.” gibi.

“Çocuğunuz ile aile üyelerinin ev içindeki sorumluluklarına ilişkin paylaşımlarda bulunun.”

Çocuğunuza ev içinde sizin de sorumluluklarınız olduğunu anlatın. Ev içinde herkesin üstlendiği görevleri kesin ve net bir dille ifade edin; yoksa çocuğunuz her şeyi kendisi yapıyormuş gibi düşünerek şikâyet edebilir.

“Çocuğunuzun olumlu davranışlarını pekiştirin.”

Çocuğunuza verdiğiniz sorumlulukları yerine getirdiğinde, siz bu davranışını fark edip ona bu durumdan duyduğunuz memnuniyeti ifade ederseniz bu davranışın tekrar etme olasılığı artacaktır. “Aferin, odanı bu kadar güzel topladığın için seninle gurur duyuyorum.” gibi olumlu geri bildirimler vermek, yeni bir davranış pekiştirmek ve çocuğun motivasyonunu arttırmak için etkili bir yöntemdir.

“Çocuğunuzu tehdit etmeyin.”

Çocuğunuza sorumluluk duygusu kazandırmaya çalışırken onu tehdit etmeyin. Çocuğunuza sorumluluklarını yerine getirmediği zaman ne gibi cezalar ve yaptırımlar ile karşılaşabileceğini söylemek yerine, yerine getirdiği davranışlara ilişkin destekleyici sözler söyleyerek (Aferin, çok güzel oldu gibi.) güven duygusunun ve sorumluluk bilincinin gelişmesini sağlayın. Tam tersi çocuğunuz sorumluluklarını üstlenmediğinde tehdit ederseniz (Oyuncaklarını toplamazsan parka gidemezsin gibi) bu durum aranızda bir güç savaşının doğmasına yol

açabilir. Üstelik çocuk oyuncaklarını toplamayarak parka gitmemeyi de kendince bir seçenek olarak tercih edebilir.

“Çocuğunuza sorumluluklarını aşama aşama kazandırın.”

Çocuğunuz bir beceriyi kazandıktan sonra, bir sonraki beceriye geçin ve sorumluluklarını aşama aşama kazandırın. Örneğin “Artık sofradaki peçeteleri sen yerleştirmelisin.” Çocuk uygun ve makul bir kontrol süresi sonrası bu görevi başarıyla tamamladığında ise “Teşekkür ederim, bu işi başarı ile tamamladın. Peçetelere ilaveten artık kaşıkları da sen koyabilirsin.” denilebilir.

Sorumluluk doğuştan getirilen değil, öğrenilebilen bir beceridir. Çocuklara yaş ve yeteneklerine uygun sorumluluklar verilerek davranışlarının sonuçlarını görmesine izin verilmelidir. Bu süreçte siz ebeveynlerin rolü oldukça büyüktür.



ÇOCUKLA DOĞRU İLETİŞİM

Çocuklar da aynı yetişkinler gibi anlaşılacak, sevilme, değer görmek, dikkat çekmek isterler. Duygusal bir yakınlık ve kendi sınırlarının ebeveyn tarafından belirlenmesini isterler. Onlarla yaşlarına göre iletişim kurmak, aynı zamanda sosyal, akademik ve duygusal gelişimleri için çok önemlidir.

Hangi yaşta olurlarsa olsunlar etkili bir iletişim kurabilmek için onların duygularını anlamaya, bunlarla ilgili konuşmaya hazır olmalıyız.

Yapılan çalışmalara göre onlarla duyguları hakkında konuşan anne babalara sahip çocukların duygusal zekâları gelişiyor ve büyüdüklerinde kendi duygularını ve başkalarının ne hissettiğini daha etkili şekilde anlıyorlar.

Doğduğumuz andan itibaren ebeveynlerimizin bizi nasıl yetiştirdiği beyin gelişimimiz açısından çok önemlidir.

Çocuğumuz bizimle işbirliğine girmekten kaçınıyorsa çoğunlukla "Ben de bir bireyim ve isteklerim var, siz de beni anlayın." demek içindir.

Peki iletişim engellerini ortadan kaldırmak için neler yapabiliriz:

Küçük yaşlardan itibaren çocuğumuza ne demek istiyorsak net bir şekilde onu söylemeliyiz. Söylediklerimizin arkasında durmalıyız. Yalnızca "hayır" kelimesini kullanmamaya gayret göstermeliyiz. Özellikle küçük çocuklarda "hayır" demek onlar için hiçbir anlama gelmiyor. Şimdi mi hayır, sonra evet mi olacak ya da sonsuza dek mi "hayır" ve en önemlisi neden "hayır".

Bütün bunları yaparken çok sabırlı olmalıyız. 2 yaşın çok zor bir yaş olduğunu ve genelde her şeye ilk başta "hayır" diyeceğini, hatta ağlayacağını bilerek onunla iletişim kurmalıyız. En fazla 1- 2 kısa cümleyle isteklerinizi söylememiz yeterlidir. İşbirliğine çok açık olmadığı için uzun cümleler kurarsanız ne demek istediğinizi net bir şekilde anlayamaz.



Örneğin 5 yaşındaki çocuğunuz yemekten önce tatlı yemek istiyor, biz de vermek istemiyoruz çünkü yemek vakti. "hayır" deyip kestirip atmamız onu daha çok sinirlendirebilir; onun yerine, göz kontağı kurarak "Şimdi olmaz, yemek zamanı geldi, hep beraber yemek yiyeceğiz, yemekten sonra bir parça yiyebilirsin." diyebiliriz.

Onun duygularını anladığımızı ifade etmeliyiz.

3-6 yaş arasındaki bir çocukla iletişim kurarken sabır önemlidir. Örneğin akşam saatinde bir alışveriş merkezine gittik fakat çok zamanımız yok, yemek yiyip çıkmamız gerekiyor fakat oyun parkını gördü gitmek istiyor ve ağlıyor, bağılıyor gitmek için ve siz gitmesine izin vermediniz. "Oyun parkına gitmek istediğini biliyorum ve şu an gidemediğin için üzgünsün ama bana biraz daha iyi davranmalısın. Oyun oynamak istediğini görüyorum, başka bir fikrin var mı? Belki oyun parkına daha bol vaktimiz olduğunda, mesela yarın gidebiliriz".

Yine aynı yaş grubundaki çocuklar, genellikle inatlaşma ve kötü sözler söyleme hatta zaman zaman vurma davranışı sergileyebilirler. Bunlarla başa çıkarken çocuklarımızın beyin gelişimine destek olmak için o sözleri söylemiyoruz, "Böyle konuşmanı istemiyorum, sana kaç defa söyledim." yerine "Kızgın olduğunu görüyorum, kızgınlığını daha farklı kelimelerle başka türlü söylemeyi deneyebilir misin?" ya da "Böyle davranmaman gerektiğini sana kaç defa söyleyeceğim." yerine, "Bu durumda başka ne yapabiliirdin?" İlk belirtilen gibi söylerseniz suçlama yapmış oluyorsunuz ve çocuğunuz otomatik olarak ya savunmaya geçiyor ya da saldırıya devam ediyor ama ikinci yazdığım cümlelerle iletişim kurarsanız çocuğumuzun durup düşünmesini sağlamış oluyoruz, böylece suçlama yapmayıp başka ne seçenekleri olabileceğini düşündürmüş oluyoruz. Bunu sürekli ve sabırlı bir şekilde yaparsak hem çocuğumuzun beyin gelişimine katkı sağlamış hem de etkili bir iletişimle sınırları çizmiş oluruz.

"Çocuğumuzla bir türlü iletişim kuramadığımızı görüyoruz." İletişim kurmaya çalıştığımızda, konuşan mı oluyoruz, dinleyen mi? Anlaşılmak için mi, anlaşmak için mi konuşuyoruz? Anlamak için mi, anlatmak için mi iletişim kuruyoruz? Öğrenmek için soru mu soruyor, sorguluyor muyuz? Anlamak için dinlemiyorsak, sorgularız, ders veririz ve engel yaratırız. Durum böyle olunca da çocuklarımız birkaç denemeden sonra bizimle konuşmaktan vazgeçerler.

Çocuğumuzu anlamadan geliştirdiğimiz iletişim dilimiz, bazı sonuçlara sebep olur:

- Bizimle konuşmalarını engeller,
- Savunmaya geçirir,
- Kavgacı yapar, karşı saldırıya geçirir,
- Yetersiz olduklarını düşündürür,
- Küstürür, kızdırır,
- Kendilerine güvenilmediğini hissettirir,
- Anlaşılmadığını hissettirir,
- Kendisine değer verilmediğini hissettirir,
- İletişimde doğru mesajı verin.

Peki ne yapmalıyız?

- Çocuğumuzla göz iletişimi kurmalıyız.
- Konuşurken veya oynarken onunla aynı boy seviyesinde olmalıyız.
- Çocuğumuz bize bir şey anlatmaya çalışırken sözünü kesmemeliyiz.
- Bize ne anlattığını anlamaya çalışmalıyız.
- Çocuğumuza olumlu değerler kazandırmak konusunda kararlı olmalıyız.
- Sorun olarak yaşadığı şeyle alay etmemeliyiz.
- Onu dinlemeyi öğrenmeliyiz.
- Ona verdiğimiz değeri ve onunla duyduğumuz gururu ona söylemekten çekinmemeliyiz.
- Hayır demesine izin vermeli bunu yaparken aynı zamanda sınırlarını belirleyebilmesine yardım etmiş olduğumuzu fark etmeliyiz.
- Kısacası kendisini ifade etmesine fırsat vermeliyiz.
- Çok genel sorulardan kaçınmalıyız.

İlkokul çağındaki çocukların anneleri genellikle şundan şikayet ederler. "Bu gün okulda ne yaptın diyorum anlatmıyor?" Çocukların bunu anlatmama sebepleri çok genel bir soru olduğu içindir. Küçük yaştaki çocuklara genellikle çok daha spesifik sorular sormak gerekir. Yani "bugün okulda seni çok sevindiren bir şey oldu mu?" Ya da "bugün okulda üzüldüğün bir şey oldu mu?" gibi.. Net sorulara cevap almak her zaman daha kolaydır.

Yaşın ilerlemesiyle çocuğunuz sizden bağımsız davranmaya, bazı şeyleri "kendisi", bizden yardım almadan, yapmak istemeye ihtiyaç duyabilir. Bu noktada çocuğunuzun bağımsız olmaya teşvik etmeliyiz.

Çocukla iletişim kurmanın yolları aslında bize başkaları ile de iyi iletişim kurmanın kapılarını açıyor. İletişime zaman ayırın, değer verin.

ÇOCUK VE YALAN

"EYVAH! BENİM DE BURNUM UZAYACAK"

Yalan söylemek, insanın kendisini istemediği bir durumdan korumak amacıyla başvurduğu savunma mekanizması olarak kabul edilmektedir. Farklı renklere de ayrılrsa; zararlı ya da zararsız da gösterilse Yalan... Yalandır. Ancak öykü uydurma ile sosyal bir davranış haline gelen yalan asla karıştırılmamalıdır. 3 yaş dönemi ile birlikte çocuklarda zenginleşen hayal dünyası ile öyküler uydurması, taklitler yapması doğaldır. Bazı aileler çocuklarının yalan söyleme davranışını geçici bir durum olarak görürlerken bazı aileler kabul edilemez bir davranış bozukluğu olarak değerlendirmektedirler.

Peki, çocuklar neden yalan söyler?

Her yaş grubuna göre yalan farklı anlamlar taşımaktadır. 3-4 yaş grubundaki bir çocuğun bizim renklerle sınıflandırma yaptığımız yalanın ne anlama geldiğini ya da yalanı biz yetişkinlerin tanımladığı şekilde kavrayamayacağı bir gerçektir. Çocukların yalan söyleme davranışlarını anlayabilmek için ahlak gelişimi üzerinde durmak gerekmektedir. Çocuklar için okul öncesi dönemde kurallar çok kesindir. Bir şey ya evet ya da hayırdır. Ortası asla kabul edilemez görülmektedir. İlköğretim ve lise çağına geldiklerinde ise bazı koşullarda kuralların kişilere göre değişebileceğini görür ve hayal kırıklığına uğralar. Sonrasında ise kuralların, kanunların nasıl oluştuğunu ve değişebileceğini anlarlar. Aslında insanların ahlak gelişimleri ve zihinsel gelişimleri arasında paralellik olduğu açıkça görülebilmektedir.

Piaget ve Ahlak Gelişimi:

Piaget'e göre 0-6 yaş döneminde çocukların kuralları yoktur doğal olarak ahlak söz konusu değildir. Somut işlemler döneminde olan çocuk 2 yaş döneminden sonra kuralları tanır fakat nedenleri üzerinde bilişsel yeterliğe henüz sahip değildir.

6-10 yaş döneminde ise çocuk değişebilir kurallar olduğunun farkındadır. Ancak bu kuralların sadece bir otorite tarafından konulabileceğini düşünmektedir. Aynı zamanda oyunlarında kuralların grubun kararına göre

değişebilir olabileceğinin hala farkında olamamaktadır.

10-12 yaş dönemindeki çocuklar ise kuralların neden konulduğunun farkına varmaya başlamışlardır.

Kısacası 6-12 yaş döneminde çocuklar için kurallar kesin ve değişmezdir. Kurallara uyulmadığında otomatik olarak cezalandırmanın olacağı düşüncesindedirler. Kuralların arkasındaki neden bu yaş döneminde aranmadığı için kayıtsız şartsız otoriteye itaat, dışsal kurallara bağlılık net bir şekilde görülebilmektedir.

12 yaş altı çocuklarda söylenen yalanın da çocuk için sonuçlarını kestiremediği bir kaçış olarak görülmesi muhtemeldir. Bu durum bize çocuğun o an için somut bir cezadan kaçmak ya da ödül almak için yalan söylediğini göstermektedir.



12 yaş sonrasında çocuk ahlaki özerklik kazanmaya başlar. Arkadaş çevresinin genişlemesi ve etkileşimlerinin artması ile bireyde kurallara karşı bakış açısında hızlı bir değişim oluşur. Artık kurallara uyulmadığında otomatik olarak nedensiz cezanın geleceği düşüncesi yoktur. Ceza almak için kuralların ihlal nedenleri ve “niyet” önemlidir.

Kohlberg ve Ahlak Gelişimi:

Kohlberg’in en bilinen hikayesi ile başlamak doğru olacaktır. Herkesin yaşamının bir döneminde mutlaka duyduğu ancak kimin ve niçin sorduğu ile ilgili kesin bir fikrinin olmadığı soruyu soralım:

Heinz ilacı alsın mı almasın mı?

Hikayede Avrupa’da bir kadın, hasta ve ölmek üzeredir. Son zamanlarda hayatını kurtarabilecek bir ilaç, aynı kasabada oturan bir eczacı tarafından bulunmuştur.



Eczacı, ilaç için 2000 dolar istemektedir. Bu fiyat, ilacın maliyetinin on katıdır. Hasta kadının kocası Heinz borç para alabileceği her yere gider. Fakat topladığı paralar, ilaç fiyatın yarısı kadardır. Heinz, eczacıya karısının ölmek üzere olduğunu söyleyerek ya ilacı biraz ucuza satmasını ya da daha sonra ödemesine izin vermesini ister. Ancak eczacı bunu kabul etmez. Heinz çaresiz bir durumdadır. Eczanenin camını kırarak karısı için ilacı çalar. Bu durumda hasta kadının kocası ne yapmalıydı? Niçin?

Hikaye çeşitli yaş gruplarındaki çocuklara okunur ve Heinz'ın yaptığı davranış ve sonrasında ceza alıp almaması gerektiği sorgulanır. Böylelikle çocukların ahlaki gelişimleri hakkında da bilgiler edinilmiş olacaktır. Kohlberg ve Piaget'nin çalışmaları ve sonuçları birbirine benzerlik göstermiştir. Ancak Kohlberg daha ayrıntılı bir ahlak gelişimi tablosu oluşturmuştur.

Kohlberg'e göre çocuk ilk basamakta iyi ya da kötü olanı belirlerken fiziksel sonucu üzerinde durmaktadır. Sonucunda ceza alacaksa o davranış kesinlikle yanlıştır. Yaşı ilerleyen çocuk artık ailesi, çevresi ve toplum için iyi olanı gözetmektedir. Bazı durumlarda kendi ihtiyaçlarını ikinci plana atabilmektedir. İyi davranışı başkalarına yardım etmek olarak gören çocuk için benmerkezcilikten uzak olaylara başkaları açısından bakabilme özelliği geliştirmeye başlamıştır. Yapılan davranış sadece ceza ya da ödül için değil başkalarını mutlu etmek için de yapılır. Ahlak gelişiminde geline son basamak ise bireyin ahlak ilkelerini kendisine özgü olarak örgütleyebilmesidir. Bu ilkeler eşitlik, adalet, insan hakları gibi soyut kavramlardır.

Yine çocukların ahlak gelişimlerini ve yalan söyleme eğilimlerini yansıtacak bir araştırmada 3 ile 7 yaşındaki bir grup çocuk odada yalnız bırakılarak gösterilen oyuncaya kesinlikle dokunmamaları konusunda uyarılmışlardır. Odada yalnız kalan çocukların neredeyse hepsi gidip oyuncaya dokunmuşlardır. Odaya gelen araştırmacı çocuklara oyuncaya dokunup dokunmadıklarını sorduğunda çocukların yaşlarıyla paralel yalan söyledikleri görülmüştür. Yani yaş arttıkça yalan söyleme eğilimlerinin arttığı açıkça görülmüştür.

Benim Annem / Babam Asla Yalan Söylemez (mi)?

"Beyaz yalan; ama unutmamalı ki, en kolay kirlenen renk de beyazdır."

Tuğrul Şavkav

Çocuklarda yalan söyleme eğilimini sadece ahlak gelişimine bağlamak doğru olmayacaktır. Çocukluk döneminde anne ve babasını model alan ya da yalan söylemeye itilen çocukların varlığını göz ardı etmemek gerekir. Yukarıda da bizim pembe ya da beyaz renklere boyadığımız yalanlar bir anda çocuklarımızın hayatında siyahlaşabilmektedir. Arkadaşıyla konuşmak istemeyen annenin çocuğuna evde olmadığını söyletirmesi çocuğun sonraki aşamada öğretmenine evde olmadığını için ödevimi yapamadım yalanını rahatlıkla söyletebilmektedir.



Anne ve babanın birbirlerinden gizledikleri durumları başka şeylerle daha doğrusu birtakım yalanlara örtmeye çalıştıkları noktada da çocuklar anne ya da babayı model olarak hayatlarının sonraki aşamalarında yalan söyleme davranışını gösterebilmektedirler. Çünkü hayatlarının en önemli rol modelleri böyle davranıyorlarsa kendilerinin de böyle davranmasında herhangi bir sakınca görmemektedirler. Anne ve babasının bir gün önce arkadaşları hakkında yaptıkları olumsuz yorumları duyan çocuğun ertesi gün tam tersi yorumla karşılaşması sonucu yaşayacağı şoku tahmin etmek zor olmayacaktır.

ÇOCUĞUM YALANCI MI OLDU?

1-SÖZDE-PSEUDO YALANLAR:

Yapılan araştırmalara ve uzman görüşlerine göre çocuklar 6 yaşından önce yalan söylemezler. Çünkü bu yaş döneminden önce söyledikleri sözde şeyler ya da uydurmalar hayal dünyalarında geliştirdikleri olay ya da kurgular olarak kabul edilmektedir.

2. ALIŞKANLIK HALİNE GELEN YALANLAR:

“Az yalan söylenmez, yalan söyleyen her yalanı söyler.”

Victor Hugo

Çocuğun gerçek ve gerçek olmayanı ayırt etmesi ile birlikte artık söylediği doğru olmayan şeyler yalan olarak kabul edilmektedir. Bu durumda çocuk önceki dönemdeki gibi hayal dünyasının ürünü olan uydurmalarla karşımıza çıkmamaktadır. Daha çok bencilce ya da kendisini kontrol edemediği davranış biçimlerinin görüldüğü çocuklarda yalan söyleme alışkanlığı gözlenmektedir. Yapılan araştırmalar çocukları yalan söylemeye iten dört neden üzerinde durmuşlardır; aşığılık duygusu, suçluluk duygusu, kıskançlık ve saldırganlık. Yaptığı davranışın cezasını söylediği yalan ile kurtarabildiği gören çocuk bunu alışkanlık haline getirebilmektedir. Ceza tehlikesinden korunabilmek için yapacağı tek şeyi yalan olarak gören çocuk artık sözde uydurmalar değil bilinçli olarak doğruyu söylememeyi seçmektedir.

3- PATOLOJİK YALAN:

Bir kez yalan söyleyenler, ikincisini de söyleyebilirler.

Henry Fielding

Patolojik yalanın en önemli özelliği inandırıcılık gücünün

çok kuvvetli olmasıdır. Ailelerin en çok dikkat etmesi gereken yalan türüdür. Alışkanlık haline gelen yalandan farkı herhangi bir yararı olmasa dahi çocuğun doğruyu söylememesidir.

Patolojik yalandaki amaç gerçekten uzaklaşarak bencilce bir sonuca ulaşmak olabilmektedir. Olmayan şeylerle çevresindeki insanların inandığını görmek çocuğa zevk vermektedir. Patolojik yalan söyleyen çocukların içsel çatışmalarını yansıttıkları unutulmamalıdır. Yalan Söyle(me):

Çocuğunuzun yalan söyleme eğilimi olduğunu düşünüyorsanız yapabilecekleriniz:

- Söyledikleriniz ve yaptıklarınız arasında tutarlılık olmalıdır.
- Çocuğunuza yalan söylemesine imkan verecek durumlar oluşturmamaya çalışmalısınız.
- Yalanı renklere ayırmamalı, patolojik yalan belirtileri gözlediğinizde mutlaka bir uzman yardımı almalısınız.
- Çocuğunuzun söylediği yalanın içeriğine değil onu yalan söylemeye iten nedene odaklanmalısınız.
- Anne-baba olarak aşırı kuralcı ve otoriter olmaktan kaçınmalısınız.
- Çocuğunuzun yaptığı yanlış gördüğünüz her durumu ceza ile sonuçlandırmamalısınız.
- Yalan söylediği anda hemen onu yalanı ile yüzleştirmemeli sizin durumun farkında olduğunuzu gösterecek ortamlar oluşturmamalısınız.
- Çocuğunuzla etkili iletişim kurmalısınız.
- Çocuğunuzun başaramayacağı şeyleri ondan istememelisiniz.
- Onu çevrenizdeki, özellikle de kardeşleri ile kıyaslamamalısınız.
- Çocuğunuzun en çok hangi konuda yalana başvurduğu üzerinde durup o konudaki var olan sorunları gözden geçirmelisiniz.
- Herkesin takdir ve onaylanma ihtiyacı olduğunu unutmamak gerekir. Çoğu zaman çocuklar onaylanmak için yalana başvurduklarını unutmamalısınız.

ÇOCUKLARDA HIPOAKTİVİTE

Keşke Daha Hızlı Olabilseydim.

Hiperaktivite konusunda hemen herkes bilgi sahibidir. Aşırı hareketli, düz duvara tırmanan, kıpır kıpır çocukları gördüğümüzde 'hah, tamam' deriz. Bu çocuklar okulun ilk yıllarında yerinde oturamaz, ayakta dolaşır, dersin ahengini bozar ve çok konuşurlar.

Bir de hiperaktivitesi ve dürtüselliği olmayan, buna bağlı olarak da davranış ve uyum problemleri yaşamayan çocuklar var ki genellikle dikkat çekmezler. Oysa onlar da hiperaktif çocuklar kadar yoğun dikkat problemi yaşamaktadırlar. Ancak bu çocukların yoğun dikkat sorunu yaşaması ve aşırı ağır hareket ediyor olması akademik ve beraberinde aile içinde sorunlar oluşturmaktadır. Özellikle evde, günlük sorumluluklarla ilgili olarak krizler meydana gelir. Çokça "haydi" sözcüğü ile muhatap olurlar. "Haydi yemeğini bitir", "haydi dişlerini fırçala", "yine okula geç kalacaksın", "hızlan artık" vb. Sabahları okula hazırlanırken oyalanırlar. Giyinmeleri çok

zamanlarını alır. Aile yardım etmezse sürekli geç kalırlar. Sifonu çekmeyi, ödevini yapmayı, dişlerini fırçalamayı, okuldan gönderilen önemli notları aileye iletmeyi hep unuturlar. Sanki itici bir güç olmasa, hep olduğu yerde kalacak ve hiçbir sorumluluğu ile ilgilenmeyecektir. Zaman gelir geçer ve onlar sadece izlerler. Bugünün işini yarına ve mümkünse sonraki günlere bırakma meyli aslında tamamen, plan kuramama, organize olamama, uygulamaya geçememe ile ilgilidir. Gerekli önlemler alınmadığı takdirde akademik başarısızlık da kaçınılmaz olmaktadır. Bu yetersizliklerin sebebi ise dikkat eksikliğidir. Bu çocuklar, aile içinde "tembel", "çok yavaş" ve "sorumsuz" olarak algılandıkları için belki saygısı ve özgüven gelişimi zarar görmektedir. Ayrıca hissettikleri baskı, onları mutsuzluğa iter ve kendilerini yalnız ve itilmiş hissederler. Çocuğun özel durumunun ayırdına varılamadığı için, aileler istenilen davranışı oluşturmak için genellikle sert davranır, aşağılar ve ceza verirler.



Çocuk da tüm bu yaşadıkları karşısında anne ve babaya öfke duygusu geliştirir ve daha iyiye gitmek için çabalamaz. Bu bakış açısıyla büyüyen çocuk, ergenliğe geldiğinde ailesinden iyice uzaklaşır ve çatışmalar önü alınamaz hale gelir. Oysa durumun klinik bir tablo olduğu fark edilip uzmanlardan destek alınırsa bu tablolar yaşanmaz ya da en az zararlı atlatılabilir.

Bilinmesi gereken şey şu ki, dikkat eksikliği bozukluğu yapısal bir sorundur, beynin dikkatle ilgili bölümünün fonksiyone olamamasına neden olan biyokimyasal bir bozukluktur. Bu nedenle aile öncelikle çocuğunun dikkat eksikliği probleminin varlığını kabul etmeli ve çocukla iletişimde bu durumu göz önünde tutup kendisini revize etmelidir.

Hipoaktivite belirtisi depresif çocuklarda da gözlemlenebilir. Depresif çocuklarda da dikkat sorunu oluşabilmektedir. Onlarda da isteksizlik, huzursuzluk, yaptıkları işlerden keyif alamama ve hareketlerde yavaşlık görülür. Akademik başarı da giderek düşen bir grafik seyretmektedir. Ancak depresif bozuklukta belirtiler belli bir dönemden sonra başlar. Anne ya da baba birkaç hafta ya da ay öncesine kadar problem yaşanmadığını, o dönem ile sorun yaşanan son dönem arasındaki farkı dile getirirler. Dikkat eksikliği ile gelişen hipoaktivite ise belirtilerini erken çocuklukta verir, belirtiler zamanla azalıp artsa da ilk 7 yıl hipoaktif çocuğun kendisini gösterdiği dönemdir.

Hipoaktivitesi olan olan çocukları nasıl tanıyabiliriz?

- Hipoaktif çocuklar günlük rutin işlerde hemen yorulur ve sıkılırlar çünkü yoğunlaşamazlar,
- Sürekli bir kıpırtı içindedirler ama bunu dışarıya yansıtamazlar.
- Algıları diğer insanlara göre daha fazla uyarana ve bilgiye açık olduğu için, dikkatleri hep başka yerdedir,
- Soru sorulduğunda hemen doğru cevabı veremezler ve bu yüzden okul yaşamında katılımda zorlanırlar,
- Sosyal ortamlarda uyum sağlamakta zorlanırlar çünkü kendilerini sözel olarak ifade konusunda kıvrak değillerdir,
- Kendilerini sürekli zan altında hissederler ve stresli olduklarında hassaslaşırlar,
- Motor becerileri zayıf olduğundan yazı yazarken zorlanırlar, yazıları düzensizdir, harfleri ve sayıları köşelidir, çok basarak yazarlar ve düz çizgi üzerinde yazmada zorlanırlar,

- Bilgi işleme hızları yavaş ve tam değildir çünkü sinir iletme hızları yavaştır ve yeterince gelişmemiştir,
- Olayların akışı ve öğrenilenlerin içerikleri daha ağır algılanır,
- Çalışma hafızaları hemen yorulur, bu yüzden yeni bilgileri dinleyebilir ancak hafızaya kaydedemezler,
- Harika bir hayal dünyaları vardır çünkü hafızaları düşünceleri ve resimleri kaydetmekte sorun yaşamaz, bu durum da onların kendi dünyalarına dalmalarını kolaylaştırır,
- Çok yardımsever ve adildirler,
- İlgilerini çeken durumlarda (televizyon, oyun, lego vb.) çok iyi konsantre olabilirler ve diğer her şeyi unutturlar,
- Duygularla ilgili konuları kayıt etmekte hafızaları çok güçlüdür,
- Hassas, duygusal ve çabuk ağlayabilen bir yapıları vardır,
- Küçük meselelere takılır, sinirlenir, üzülür, küser ve yalnız olduklarını hissederler, kimsenin onları sevmediğini düşünürler,
- Ödev yapma süreleri oldukça uzundur, saatlerce sürebilir.
- Suçluluk ve başarısızlık duygusu baskındır,
- Çok yaratıcı düşünebildiklerinden, karmaşık olaylarda çok hızlı çözüm geliştirebilirler,
- Dünya onlar için siyah ve beyazdan ibarettir, olaylar ve insanlar ya iyidir ya da kötüdür.

Hipoaktivite, erkeklere oranla kızlarda daha fazla görülmektedir. Hipoaktif çocuklar hiperaktif çocuklara göre daha çok iç dünyalarında yaşarlar, çünkü onları fark etmek ve anlamak daha zordur. Tanılama yapılana kadar “uyuşuk”, “rahat” gibi sıfatlarla yüzleşmek zorunda olduklarından anahtarının kayıp olduğu bir kapalı kutuda anlaşılmayı ve yardım edilmeyi beklemektedirler.

Hipoaktif çocuğu olan aile ne yapmalı?

- Tedavi için bir uzmandan destek almalı,
- Oldukça sabırlı ve anlayışlı olmalı,
- Çocuğun yaşam kalitesini yükseltmek için hem akademik ve hem de sosyal alanlarda destek olmalı,
- Ödevlerini yaparken yanında olmalı ve gerekli sabrı göstermeli,



- Başkaları ile kıyaslamamalı,
- Dikkati dağılmadan ve zamanında çalışmalarını yapmasını sağlamalı,
- Sabırla ve olumlu pekiştiricilerle ona sorumluluklarını hatırlatmalı. ("Bu kez daha çabuk bitirdin", "elinden geleni yaptığına inanıyorum", "sana yardım etmeme ne dersin?" gibi.)
- Çocuğun istenmeyen davranışları "canı öyle istediği için" değil de "biyokimyasının karmaşıklığı"ndan yaptığını göz önünde bulundurarak, ceza değil ödül ile yol kat etmeye çabalamalı,
- Detaylara, mesela yazısının güzelliğine takılmamalı ve ısrarcı olmamalı,

Çocuğunuz için kendi başına yapamadığı şeyi yapın: "Sakin ve planlı" zaman dilimleri ayarlayın. Onun organize olmak, sorunu bütünüyle görmek, hedefe kilitlenmek, plan geliştirmek ve o plana uymak konularında desteksiz hareket edemeyeceğini kabul ederek işe başlarsanız, akademik başarıdan çok daha fazlasını kazanırsınız: Sağlıklı anne-baba ve çocuk ilişkisi... Bu nedenle, böylesi bir durumda mutlaka bir uzmandan destek almalı ve en az hatayla çocuğumuzun yanında olmalıyız.

AREL Anaokulu Oyun Gruplarına katılın.
Çocuğunuzdaki Gelişimin Farkına Varın!



AREL OYUN GRUBU

Anne ve babaların çocuklarıyla beraber katılabilecekleri **AREL Oyun Grupları** çocuklara eğlenceli, güvenli ve eğitici bir ortam sunar. Anaokulumuzda çocuklar aylık gelişimlerine uygun olarak 2 ayrı seviyede gruplandırılır. Çocuklar, oyun gruplarında bir yandan sosyalleşmeyi ve

paylaşmayı öğrenirken; bir yandan da fiziksel, duygusal ve zihinsel gelişimlerini destekleyici aktivitelerin yer aldığı sağlıklı ve güvenli bir oyun ortamında bulunurlar. Çocuklar cesaretle, deneyerek keşfederken ve öğrenirken **AREL** ailesi olarak sizi de aramızda görmekten mutluluk duyacağız.

22-36 ay arası çocuklar için OYUN GRUPLARIMIZ açılmıştır.

Sizi ve çocuğunuzu **ücretsiz deneme dersine** davet ediyoruz.

www.arel.k12.tr

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

