

# OKULUMU SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 108

2016



## İÇİNDEKİLER

ÇOCUKLARDA İŞTAHSIZLIK	2
ÇOCUKLARDA UTANGAÇLIK	5
KORUYUCU DAVRANIŞ EĞİTİMİ	9
OKUL ÖNCESİ DÖNEMİNDE MÜZİK GELİŞİMİ VE ÖNEMİ	13
SOSYAL BECERİ NEDİR?	16



### 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-2016 Yayın Kurulu: Rehberlik Bölümü





# ÇOCUKLARDA İŞTAHSIZLIK



İştahsızlık, çocuğun ağız yoluyla beslenmesinde karşılaşılan, yaşanan isteksizlik durumudur. Bu nedenle çocuğun yeterli ve dengeli beslenmesi zorlaşır ve bazı hastalık ve özel durumların ortaya çıkmasına sebep olabilir.

Bazı çocukların iştahlı, bazı çocukların iştahsız olmaları pek çok nedene bağlı olabilir. Çocuğu iştahlı ya da iştahsız yapan faktörlerin başında onların iç dünyalarında yaşadıkları duygular büyük önem taşır. Çocuğun bilinçaltına yerleşmiş endişe, üzüntü, nefret veya kıskançlık gibi bir duygu onun iştahını kesebilir. Bu nedenle iştahsız bir çocuk için öncelikle organik bir rahatsızlığının olup olmadığı araştırılırken diğer yandan ruhsal çatışmalarının olup olmadığı, duygusal bir sorunun bulunup bulunmadığı da araştırılmalıdır. Bu arada çocukların iyi gıda alamadıkları için problemli olabileceklerinin yanı sıra problemli oldukları için de iştahsız olabilecekleri düşünülmelidir. Kısaca iştahsızlığın nedenlerini üç ana başlıkta toplayabiliriz;





neden olur. Yemek saatlerinde adeta kabuslar yaşanır, çocuk ve aile deyim yerindeyse savaşı. Genellikle de savaşı çocuklar kazanır.

### ● Hastalıklar

Anemi (kansızlık), bağırsak parazitleri, enfeksiyon hastalıkları, hipertiroidi, diyabet, konjenital kalp hastalıkları, besin zehirlenmesi gibi hastalıklar henüz tanısı konmadan önce iştahsızlık şeklinde belirti verebilir. Çocuğunuzun birden iştah kaybını fark ettiyseniz vakit kaybetmeden sağlık kontrollerini yaptırınız.

### ● Özel Durumlar

Diş çıkarma dönemi, ev değişikliği, taşınma nedeniyle hava değişimi, tatil nedeniyle evden uzaklaşma, anneden ya da babadan ayrılma (iş nedeniyle de olabilir) gibi nedenler geçici olarak iştahın azalmasına yol açabilir. Yeni duruma alıştıkça kısa sürede iştahsızlık ortadan kalkar.

### İştahsızlık mı, Ailenin Çocuğunun Çok Yemesini İstemesi mi?

Anne-babalar özellikle de anneler, kendilerinin uygun gördüğü miktarda yiyecek tüketmeyen çocukları için "iştahsız" kararını verebiliyorlar. Burada önemli olan anne-babalar tarafından dile getirilen bu şikâyetin, varolup olmadığı araştırılmasının yapılmasıdır. Bu amaçla kullanılacak en iyi yöntem, çocuğun sağlıklı sınırlarda büyümesini sürdürüp sürdürmediğinin kontrol edilmesidir. Eğer iştahsız çocukta büyümede herhangi bir sorun veya gerilik tespit edilmişse durumun daha çok araştırılması, üzerinde durulması ve tedavi edilmesi gerekmektedir. Büyüme geriliği üzerinde durulması gereken bir sağlık problemi olmakla birlikte daha ilerleyen yaşlarda çocuklar üzerinde olumsuz psikolojik etkileri de görülmektedir.

İştahsızlık küçük yaş grubunda anne-babalar tarafından en çok dile getirilen sorunlardan bir tanesidir. İştahla ilgili olarak ebeveynlerin bilmeleri gereken en önemli şey çocukların bireysel farklılıklar gösterdikleridir. Bu nedenle de başka çocuklara bakarak, onların yemek yeme davranışı ile kendi çocuğunuzun yemek yemesini kıyaslamak, çocuğunuzun daha az yediğini düşünmenize neden olabilir.

### ● Psikolojik Nedenler

Çocuklarda iştahsızlık genellikle psikolojik nedenlerle ortaya çıkar. Çünkü beslenme, çocuğun ebeveynlerine isteğini en iyi anlatabildiği araçlardan biridir. Çocuk tarafından yiyeceğin reddedilmesi, anne-babaya karşı kullanılan güçlü bir silahtır. Aile ve çocuk arasında yaşanan olumsuz yeme davranışının devam etmesi, duygu durum bozukluğuna kadar varan sorunlara



Anne-baba çocuğun da iştahsızlık sorunu olduğunu ifade ettiğinde; öncelikle beslenme düzenlerinin nasıl olduğu ve aile içindeki iletişimlere konuşulup hep beraber çözüm yolları araştırılmalıdır.

Çocukların iştahsızlık sorunlarının en önemli nedenleri, bozulmuş ebeveyn-çocuk ilişkisi ve yanlış davranış modellerinin benimsenmesidir. Anne-babalar öncelikle kendi davranışlarını, tepkilerini irdelemeli; doğru modelleri benimsemelidir.

### **İştahsız Çocuk Ne Zaman Doktora Gö-türülmelidir?**

İştahsızlık bir aydan uzun sürüyorsa, çocuk kilo kaybederse, son 3-6 ayda kilo almadıysa, boyu uzamıyor veya yetersiz uzuyorsa, hastalık belirtileri varsa, besinleri öksürüp kusuyorsa uzmana danışılmalıdır. Ayrıca kilo kaybı, ateş, ağrı, yutma güçlüğü, karın ağrısı, sık ateşlenme, tekrarlayan öksürük, ishal, kabızlık varsa çocuğun uzman tarafından değerlendirilmesi gerekir.

### **Çocuk, Yemek Yemek İstemediği Zamanlarda Neler Yapılabilir?**

- Çocuk yemek istemediği zaman anne-baba buna duygusal veya eylemsel olarak abartılı tepkiler göstermemelidir. Çocuk bu nedenle anne-babanın ilgisini çektiğini öğrenmemelidir. Ebeveyn olarak kararlı ve dikkatli olmalı, bu durumun yanlış davranış modeline dönüşmesine yol açmamalıdır.
- Her öğün için uygun-makul bir süre belirlenmeli. Süre bitiminde yemek yemek sonlandırılmalıdır.
- Sofrada sohbet edilmeli ve buna çocuk da dahil edilmelidir.
- Daima az-makul miktarda porsiyonlar verilmelidir. Hiç tüketmediği besinlere küçük porsiyonlarla başlanmalı ve tüketmediği besinleri, farklı şekillerde sunulmalıdır.
- Çocuğun masadaki davranışları sık sık övülmelidir.
- "Atıştırma, abur cubur" alımı kurala bağlanmalı ve sınırlandırılmalıdır.

# ÇOCUKLARDA UTANGAÇLIK

- Hasdemir, A. Sosyal Beceri Eğitiminin Lise Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerine Etkisi. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2005.
- Henderson, L. ve Zimbardo, F.G. Shyness Encyclopedia of Mental Health. San Diego: Academic Pres., 1998.
- Kimmel,D., Weiner,I. "Adolescence a developmental transition", University of South Florida, ss.318-321, 1985.
- Zimbardo, P. G., Pilkonis, P. A., Norwood, R. M. Toplumsal Bir Hastalık: Utangaçlık.Bilim ve Teknik Dergisi, 107, 31-33, 1976.





Bireyler yaşamları boyunca birtakım sosyal ilişkiler içerisinde yer alırlar. Kimileri bu ilişkilerini daha kolay ve daha anlamlı bir biçimde sürdürebilirken bazıları için tanımadığı insanlar arasında bulunmak ya da yeni bir ilişkiye başlayabilmek çok zordur. Yine aynı şekilde bir grupta kimi bireyler rahat ve kendine güvenli iletişim biçimleriyle tüm ilgiyi üstlerinde toplarken, aynı ortamda hiç kimse tarafından fark edilmemek için çaba harcayan insanlar da yer almaktadır. Bu insanlar için diğerlerinin bakışlarını üzerinde hissetmek ve bir grubun ilgi odağı olmak ciddi bir sıkıntı kaynağı ve rahatsızlık duygusu oluşturmaktadır. Utangaçlık olarak tanımladığımız bu duygu farklı ortamlarda ve farklı derecelerde yaşanmış olsa da hemen hemen herkesin hayatında en azından bir kez yaşamış olduğu, tanıdık bir duygu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Utangaçlık, özellikle duygusal yetersizlik ve reddedilmeyle birleştiği zaman sosyal beceri eksikliğinin bir ifadesi haline gelmektedir. Çocukların akranları tarafından kabulü, onların yeterli sosyal beceriye sahip olmasıyla doğrudan ilişkilidir. Aynı zamanda utangaçlık, sosyal anksiyete ve kişilerarası çekingenliğin bir türü olarak da ortaya çıkmaktadır. Utangaç bireyler yeni insanlarla tanıştıklarında ya da geniş grupların önünde konuşma yaptıklarında sıkıntı yaşamakta ve bu tür sosyal ortamlardan kendilerini geri çekmektedirler. Utanma duygusu kişilerin öz güvenini yitirmesine ve bunun sonucunda yaratıcılıktan uzaklaşmasına, derslerde başarısızlığa, yeniliklerden korkmaya ve bu korkunun zamanla kişiliğe yerleşmesine yol açar.

Sosyal ortamlarda utangaçlığın sıkıntı doğuran sonuçlarını yaşayan insanlar, nerede ne söyleyeceklerini bilememekte, yanlış bir şey söylemekten ya da yapmaktan korkmaktadırlar. Diğerleri tarafından eleştirilmek ya da gülünç duruma düşmek korkusuyla kendileri hakkında her ne olursa olsun; duygularını, isteklerini, geçmiş deneyimlerini açığa vurmaktan kaçınmaktadırlar. Utangaçlık diğer bir deyişle insanlarla etkileşimde bulunmaktan

korkmak, kaçınmak ve sosyal ortamlarda sıklıkla bulunmaktır. Utangaç bireyler diğer insanlar tarafından gülünç bulunacaklarını ve bu nedenden dolayı da insanların kendilerine acıyacağını düşündüklerinden diğerlerinin dikkatlerini çekecek hiçbir şey yapmaz ve söylemezler.

Genel özelliklerine bakıldığında utangaç bireylerin, toplum tarafından tercih edilen özelliklere sahip oldukları söylenebilir. Örneğin utangaç bireyler dedikoducu, aşırı talepkar ya da saldırgan değildirler. Aksine, diğer insanlar tarafından düşünceli ve sakin olarak algılanırlar. Ayrıca, alçak gönüllü, iyi dinleyici, anlayışlı, sabırlı, çevresindeki kişilere karşı duyarlı ve güvenilir olarak görülmektedir. Türkiye gibi geleneksel değerlerin hala kabul gördüğü ülkelerde, utangaç kişilerin bu özellikleri onaylanmayı sürdürmekte ve utangaç davranışların benimsenmesinde etkili olmaktadır.

Utangaçlığın yoğun olarak yaşanmayan boyutu, çocuğun geçici olarak kendini geri çekmesine ve duygularının kontrolünde artışa neden olabilir. Genellikle, çocukların yabancı insanlarla olan ilişki deneyimi arttığında, utangaçlıklarında azalma olur. Utangaçlığı yoğun olarak yaşayan çocuklar sosyal becerilerden yoksun ya da zayıf benlik imajına sahip olabilmektedirler. Utangaç çocuklar akranlarıyla oyun başlatmada daha az yeterliliğe ve utangaç olmayan akranlarına oranla daha az hazır bulunuşluğa sahip, daha az arkadaş canlısı ve daha pasif davranmaktadırlar. Bu özellikler diğerlerinin utangaç çocuklarla ilgili algılarını olumsuz olarak etkilemektedir. Zimbardo (1986) utangaç olan insanların bu tür özelliklerinden dolayı akranları tarafından yargılandıklarını ifade etmektedir. Tüm bu nedenlerden dolayı utangaç çocuklar arkadaşları tarafından ihmal edilmekte ve sosyal beceri gelişimleri için çok az fırsat bulabilmektedirler. Yine utangaç çocuklar, gençlik ve yetişkinlik döneminde kendilerini çok yalnız hissetmekte ve karşı cinsle olan ilişkilerinde ve arkadaşlıklarında akranlarına göre çok daha fazla çekingenlik yaşamaktadırlar.



## Utangaçlığın Belirtileri

Psikomotor	Fizyolojik	Bilişsel	Duygusal
Geri çekilme ve pasiflik	Hızlı kalp artışı	Kendisiyle, başkalarıyla ya da durumla ilgili olumsuz düşünceler geliştirme	Kendi farkındalığı ile ilgili acı çekme
Göz temasından kaçma	Ağız kuruluğu	Değerlendirilmekten korkma ve başkası tarafından aptal bulunma korkusu	Utangaç duyma
Korku duyulan ortamlardan kaçma	Soğuk terleme ya da titreme	Endişe ve mükemmeliyetçilik	Düşük öz saygı
Alçak sesle konuşma	Karın ağrıları	Sosyal etkileşimler sonrasında kendi kendini suçlaması	Üzgün olma hali
Vücut hareketinin ya da ifadesinin çok az olması ya da abartılı biçimde gülme	Baş dönmesi ya da baygınlık hissetme	Kendisinin zayıf başkalarının güçlü olduğuna dair olumsuz inançlar geliştirilmesi	Yalnızlık
Konuşma akıcılığında bozukluk	Kendisini ya da durumunu gerçek dışı hissetmesi	Ben yetersiz ve etkileyici değilim düşüncesi	Depresyon
Sinirli davranışlar el ya da yüzle oynama	Kontrolü kaybetme, delirme ya da kalp krizi geçirme korkusu	Sosyal ortamlara dair yanlış inançları	Kaygı

## Zolten ve Long (1997) çocukların utanç olma nedenlerini şu şekilde sıralamışlardır;

**Yaşam Deneyiminin Kısıtlılığı:** Çocuklar, yetişkinler kadar yaşam deneyimine sahip değildir. Bu nedenle sıklıkla yeni durumlarla karşılaşır. Bazı çocuklar bu yeni durumlarla baş etmede zorluk yaşarlar ve sonuç olarak da ortamdan çekilmeyi seçerler.

**Genetik Faktörler:** Bazı araştırmalara göre utanç bireylerin ailelerinde de utanç görülür. Kalıtım da utançlığın nedeni olabilir. Utançlık, bazı çocuklarda doğuştan gelmektedir.

**Anne-Babanın Tutarsız Davranışları:** Anne babaların çocuğun cezalandırdıkları bir davranış karşısında daha sonra sessiz kalmaları gibi tutarsız davranışları, çocukların kendilerini güvensiz hissetmelerine, bu da utançlığa yol açabilir.

**İlgisiz Anne-Baba Tutumu:** Anne babanın çocuğa karşı aşırı ilgisizliği, çocuğun kendisini değersiz hissetmesine yol açar. Bu çocuklar diğer insanların da kendileriyle ilgilenmediklerine inanarak sosyal ortamlarda rahatsız olurlar.

**Aşırı Koruyucu Anne-Baba Tutumları:** Anne babanın aşırı koruyucu davranışları da çocuğun kendi başına karar verirken kendisine güvenmemesine yol açar ki kendine güvensizlik utançlığa sebep olabilir.

**Utangaç Anne-Babayı Model Alma:** Utangaç aileler sosyal ortamlardan uzak oldukları için bu ailelerin çocukları da nasıl arkadaş edineceklerini ve sosyal ortamlara nasıl katılacaklarını öğrenemezler. Ailelerini model aldıkları için de utanç olabilirler.

**Sık Sık Eleştiriye Uğrama:** Aile üyeleri ya da başkaları tarafından sıklıkla eleştirilen ve kızdırılan çocuk başkalarından sadece olumsuz geribildirim beklemeyi öğrenebilir. Bu da çocuğun sosyal ortamlardan ve diğer insanlardan kaçmasına sebep olabilir.

**Düşük Öz saygı:** Düşük öz saygıya sahip olan çocuklar utanç davranışlar gösterebilirler.

**Sosyal Beceri Eksikliği:** Sosyal ortamlara etkili bir şekilde nasıl katılacaklarını öğrenemediklerinde çocuklar, kendilerini bu ortamlardan çekerler ve utanç olabilirler.

## Anne-Babalar Neler Yapabilir?

Çocuklarınızı tüm yönleriyle tanıyın. Çocukların içinde buldukları yaş dönemlerine göre hangi becerilere sahip olmaları gerektiğini bilerek çocukları gözlemek, tüm gelişim alanlarına uygun bir gelişim sergileyip sergileyemediğini bilmek ve uygun yaklaşımları sergileyerek çocuğun gelişimine katkı yapmak çok önemlidir. Çocuğunuzu sürekli eleştirmeyin. Onunla konuşurken değişmesini istediğiniz özelliklerini değil iyi yönlerini vurgulayın. Utangaçlığını değiştirmeyecek bir özellik gibi görmeyin, onu bu şekilde etiketlemeyin. Her zaman değişmeye açık olduğunu aklınızda tutun.

Çocuğunuza model olmak ve uygun davranışlar sergilemek, çocuğunuzun gelişimi açısından çok önemlidir. Çocuğunuzun utançlık gösterdiği ortama girmesi için zorlamayın. Zorlamak, çocuğun daha çok utanmasına ve huzursuzlaşmasına, bu yaşantıyı olumsuz bir şekilde hafızasına kaydetmesine neden olacaktır. Onun duygularını ifade etmesine ve yaşamasına fırsat verin. Sosyal paylaşımların çok olduğu aktivitelere yönlendirin. Bu aktiviteler grupça yapılan spor aktiviteleri, resim veya dans çalışmaları ya da kendi ilgi alanlarına uygun çeşitli kurslar olabilir. Çocuğunuza utanma duygusunu konu alan kitaplar okuyun daha sonra kitaptaki karakterin duyguları hakkında konuşun. Evcilik ya da drama oyunları oynamaya teşvik edin. Gerekirse siz de onun oyununa katılın ve oyununu zenginleştirmeye çalışın. Çocuğunuzun güçlü yanlarını keşfedin. Onu kendine güvenmesi yönünde destekleyin. Çocuğunuzu asla topluluk önünde utandırmayın, böyle bir durum çocuğunuzun psikolojisini oldukça olumsuz şekilde etkiler. İletişim kurma konusunda cesaretlendirin.

Eğer bu utançlık durumu sizi ve çocuğunuzu olumsuz yönde etkilemeye devam ediyor, içinden çıkılmaz bir sıkıntı haline geliyor, tüm yaşantınızın kalitesini etkiliyor ise bu konuda bir uzmandan destek alabilirsiniz.



# KORUYUCU DAVRANIŞ EĞİTİMİ



Koruyucu davranış eğitimi “Kendine İyi Bak ve Kendini Olası Tehlikelerden Korumaya” sloganıyla yola çıkarak çocukların bu iletişime uygun biçimde yanıt vermelerini amaçlar. Koruyucu davranış eğitiminin gerçekleşebilmesi için çocukların uygun sınırlarını anlamalarına, fiziksel ve duygusal tehlikelerden korunmalarına yardımcı olmak gerekmektedir.

## Uygun Sınırları Anlamak

Biz yetişkinler, çocukların güvende olmaları ve güvenli hissedebilmeleri için bulunduğumuz toplumda hangi sınırların kabul ve arzu edilebilir olduğunu açıkça anlamaya ihtiyaçları olduğu gerçeği ile yola çıkmalıyız.

Çocuklar sınırlara ilişkin beklenti ve davranışları anladıklarında bu sınırlar içinde yaşama ve sınırlarını koruma konusunda karar alma ve harekete geçme ihtimalleri artacaktır. Çocukların uygun sınırları anlamalarına yardımcı olurken gelişimsel, ailesel, toplumsal ve kültürel sınırları dikkate almalıyız.

### ● Gelişimsel Sınırlar

Çocuklar büyürken ve gelişimsel evrelerden geçerken fiziksel, sosyal ve duygusal sınırları değişir. Bebeklikte fiziksel bakımın verilmesini pek çok kişi sağlayabilir. Bu dönemde aile dışındaki bireyler zaman zaman bebekle

vakit geçirebilir; onunla oyun oynayabilir, onu sever. Dil gelişiminin devreye girmesiyle çocuk, ihtiyaçlarını kimin karşılaması gerektiğine dair ihtiyaç ve isteklerini dile getirmeye başlayacaktır. Çocuğun sınırlarını oluşturmaya başlamasıyla özellikle mahrem gereksinimlerle ilgili daha az zorlayıcı olması beklenir. Çoğunlukla çocuklar dört veya beş yaşlarında yabancılarla karşı daha az kabullenici olurlar. Bu yaş grubundaki çocuklar fiziksel ve duygusal alanlarına yabancıların davetsiz girmesine kolayca müsaade etmezler.

Koruyucu davranışlar çocuklara öğretilirken gelişimsel dönem göz önünde bulundurulmalıdır. Çocuğun küçük yaşta kabul edilip olmayacağı bir takım davranışlarının ergenlik veya yetişkinlik döneminde kabul edilebilir olacağını benzer şekilde çocukluk döneminde kabul gören bazı sınır ve davranışlarının ise şimdi uygun olmayabileceği çocukla paylaşılmalıdır.



### ● Aile Sınırları

Aile sınırlarına dair düşünceler genellikle kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır. Anne ve babaların ailelerinde kabul edilebilir olan, çocuk için de yüksek olasılıkla kabul edilebilir olarak algılanır. Fakat anne ve baba, birbirinden farklı sınır anlayışına sahip ailelerden geldiklerinde birtakım sorunların ortaya çıkma olasılığı artmaktadır. Birbirinden farklı sınırlara sahip aileler bulunmaktadır.

Kimi aileler oldukça katı sınırlara sahip ve ayrılmış olabilir. Bazı aileler ise daha açık ve esnek sınırlara sahiptirler. Sınırların katı veya esnek olması bakımından aileler bu iki uç arasında çeşitlilik gösterirler. Ayrılmış ve katı sınırlara sahip olan bir ailenin dışarı ile sosyal ilişkileri kısıtlıdır. Böyle ailelerde aile üyeleri birbiriyle olan iletişimleri sınırlıdır. Aile içinde bireyler bağımsız olarak işlev gösterirler. Özel alanların korunması önemlidir.

Katı sınırlara sahip olmayan aileler de sınırlarını dağınık veya esnek olarak yapılandırır. Böyle aileler genellikle iç içe geçen pek çok aile ile yaşar. Büyük anne ve büyük baba, teyzeler, amcalar kuzenler ve arkadaşlarla kurulan ilişkiler sisteme rahatlıkla dahil edilir.

Bu şekilde etkileşim alanı sık sık genişleterek geniş ailenin bir araya gelmesi söz konusudur. Bu tür ailelerde büyüyen çocuklar diğer aile bireyleriyle kolaylıkla zaman geçirebilir. Anne ve baba dışında çocukla ilgilenen aile bireylerinin çocuğun sınırları hakkında söz sahibi olabildiği görülür. Bazı bireyler geniş aile atmosferinden hoşlanabilirler ancak bazıları için sınırların belirgin olmayışı kafa karıştırıcı ve zorlayıcı olabilmektedir.

Çocukların koruyucu davranışları üzerinde çalışırken çocuğun yetiştiği ailenin özellikleri mutlaka göz önünde bulundurulmalıdır. Koruyucu davranış eğitimi çocukların yanı sıra ailelerin katılımı çocuğun koruyucu davranış gündelik hayatına yerleştirme olasılığını güçlendirmesi bakımından uzmanlar tarafından önemsenmektedir. Çocuğun aile çevresinde makul olan sınırları oluşturması ve koruması için ebeveyn iş birliği sağlanmadığı takdirde çocuğun başarılı olma olasılığı azalabilir.

### ● Toplumsal Sınırlar

Modern toplum yaşamında toplumsal olarak uygun kabul edilen sınırlar, toplumsal sınırları oluşturur. Toplumsal sınırların bir kısmı yasalar tarafından belirlenmiştir. Toplum içinde ortaya koyduğumuz davranışlar bu yasalarla sınırlandırılmıştır. Söz gelimi bir kişinin bir başkasına fiziksel şiddet göstermesi yasalara aykırıdır. Bir çocuk ve yetişkin arasında cinsel ilişki yasaktır.

Aile sınırları ve kültürel sınırların baskın ve normlardan farklı olduğu koşullarda toplumsal sınırlar bozulabilir. Bu nedenle çocuğun ve çocuğun ailesinin toplumsal ve ailevi sınırlar arasındaki paralellikleri ve farklılıkları tanımak gereklidir, böylelikle uygun sınırları tanımak konusunda daha makul kararlar verilebilir.

### ● Kültürel Sınırlar

Belirli bir kültüre veya dine özgü inanç ve değerler kültürel sınırların belirleyicisidir. Dünyanın farklı bölgelerinde yaşayan insanlar kabul edilir çocuk davranışları ve uygun anne babalık stratejileriyle ilgili olarak bir hayli farklı değerlere sahiptirler. Cinsel ve fiziksel bakımdan izin verilebilir olan kültürel değerlere göre farklılık göstermektedir. Ayrıca farklı dini inanca sahip olanlar, dindar olan ve olmayanların uygun sınırlar konusunda farklılıkları birbirinden oldukça farklı olabilmektedir.

Kültürel sınırların ihlal edilmesi toplumsal sonuçlar doğurabilmektedir. Bu nedenle yetişkinlerde söz konusu olduğu gibi çocuklarda da ciddi duygusal sarsıntılar ortaya çıkabilir. Kültürel sınırların tanımlanması, koruyucu davranış eğitimi çerçevesinde hem uzmanların hem de anne babaların göz ardı etmemeleri gereken bir diğer noktadır.

## Çocukların Olası Fiziksel Tehlikelerden Korunması

Koruyucu davranış eğitimi kapsamında çocukların kendilerini olası fiziksel tehlikelerden korunmasına yardımcı olmak amaçlanmıştır. Çocukların kendilerini koruma becerisi geliştirmeleri gereken olası tehlikeler arasında akran ilişkileri, akran baskısı, aile içi şiddet ve cinsel istismar bulunmaktadır.

### ● Akran İlişkileri

Çocuklar akranları ile sosyalleşirken genellikle kabul görmeye yönelik davranışlar geliştirirler. Bu bakımdan çocuklar becerikli, güçlü, popüler olmak gibi cazip özelliklere sahip olmak için gayret gösterirler. Bazen çocuklar diğer arkadaşlarından yardım istemek durumunda kaldıkları zor koşullarla karşılaşabilirler. Grup baskısının belirgin olduğu veya tek başına kalınan durumlarda çocuklar korunmasız kalabilirler. Bu tür durumlarda çocukların fiziksel olarak zarar görme riski artabilir. Koruyucu davranış eğitimi çocuğun akranları ile karşılaşabileceği bu tür ihtimalleri tanıtıp başa çıkma becerilerini öğretmeye odaklanır.

### ● Akran Baskısı

Çocukların akranları arasında kabul görmeye yönelik arzuları akran baskısına karşı koymayı güçleştirir. Çocuklar yaşam deneyimleri ve becerileri kısıtlı varlıklardır. Bu nedenle bahse girme ve meydan okuma gibi durumlar söz konusu olduğunda tepkilerini fiziksel yolla dile getirmek çoğunlukla ilk akıllarına gelen yöntemdir. Ayrıca çocuklar cesur ve/veya güçlü olduklarını kanıtlamak için yaralanabilecekleri riskli davranışlar sergileyebilirler. Koruyucu davranış eğitimi akran baskısına karşı dayanıklı olmayı ve uygun olmayan talepler karşısında nasıl karşı konulacağı bilgisini içerir.

### ● Aile İçi Şiddet

Aile içi şiddet yaşanan ailelerde çocuklar şiddetin tanığı olmalarının yanında fiziksel şiddete de maruz bırakılmaktadır. Çocuklar anne ve babalarının arasındaki şiddete engel olmaya çalışırken de fiziksel istismar riski altında kalmaktadırlar.



Benzer şekilde kardeşler arasındaki öfkeyi denetlemekte zorlanıldığı durumlarda çocuklar fiziksel şiddet mağduru olabilirler. Bu tür durumlarda çocuğu olası tehlikelerden korumak amacıyla koruyucu davranış ve uygun stratejileri geliştirmeleri için bir danışmanlık yardımı ihtiyacı gündeme gelmektedir. Bu ihtiyaç karşılanırken anne ve babanın da iş birliği içinde destek vererek katılımı beklenir.

### ● Cinsel İstismar

Cinsel istismar bir tahakküm meselesidir. Çocuklar yetişkinlerin sahip olduğu fiziksel güce sahip değildirler. Cinsel istismar gücün ve denetimin kötüye kullanıldığı durumlarda meydana geldiğinden çocukların bu durumda kendilerini korumaları zorlaşır. İstismarcı, çocuğun direnmesi veya istismarı açığa çıkarma ihtimaline karşı çocuğu fiziksel şiddet göstermekle tehdit edebilir. Cinsel istismarda fiziksel zarar görme olasılığı yüksektir. İstismarcı çocuk için kafa karıştırıcı ve baş etmesi zor yolları kullanabilir. Çocuk uygun sınırların ne anlama geldiğini bilmiyorsa kafa karışıklığı daha da artar.

Psikologlar, çocukları cinsel sınırlar konusunda eğitmeli ve sınırları korumak adına yöntemler geliştirmeleri için desteklemelilerdir. Buna ek olarak çocuklar uygun olmayan davranışı bildirmeleri konusunda cesaretlendirilmelilerdir.

### Çocukların Olası Duygusal Tehlikelerden Korunması

Bebekken duygusal ihtiyaçlar yetişkinler tarafından karşılanır. Çocuklar geliştikçe duygusal ihtiyaçlarını kendileri karşılamak konusunda gittikçe daha fazla sorumluluk alırlar. Duygusal tehlikeden sakınmak veya karşılaşıldığında üstesinden gelmek için ilgili becerileri edinmeye ihtiyaç duyarlar. Çocuklar duygusal tehlikelerle genellikle kısıtlı iletişim becerileri, sır saklama ve mağdur edilme durumlarında karşılaşmaktadır.

### ● Kısıtlı İletişim Becerileri

Çocuklar büyürken iletişim becerileri de gelişim gösterir. Fakat çocukların sahip oldukları iletişim becerileri kısıtlı olduğundan duygusal tehlikeler karşısında zarar görebilirler. İhtiyaçlarını, isteklerini en önemlisi de duygularını ifade etmedeki yetersizlik çocukları diğer insanlarla tartışırken kendilerine yönelik olumsuz birtakım düşünceler geliştirmesine yol açabilir. Çocukların bu koşullarda kendilerine yönelik olarak geliştirdikleri yıkıcı düşünce ve kötü inançlar uygun olmayan davranış geliştirmelerine yol açabilir.

Zayıf iletişim becerisine sahip bir çocuğun haklarını ortaya koyup kendisini savunabilmesi oldukça zordur. Akranları arasında veya yetişkinlerin içinde kendilerini ifade etmedeki yetersizlik, güçsüzlük ve çaresizlik duygusunu çocuğun deneyimlemesine sebep olur. Bu ise çocuğun kendisini güvende hissetmemesine sebebiyet verir. Koruyucu davranış eğitimi çocuğun kendisini ortaya koymasıyla ilgili olarak iletişim becerilerini güçlendirmeyi hedefler.

### ● Sır Saklama

Çocuklar genellikle yakın arkadaşları ile sır paylaşarak aralarındaki yakınlığı pekiştirirler. Özellikle erken çocukluk döneminde sır saklamak onları ayrıcalıklı kılar. Bu dönemde bu şekilde davranılması gelişimsel açıdan uygundur ve çoğunlukla sorun olmaz. Fakat yetişkinler ve çocuklar arasında paylaşılan sırlar kabul gören sınırları ihlal ediyorsa çocuklarda açıkça gözlemlenecek duygusal problemlere yol açabilmektedir.

Aile içi şiddetin yaşandığı ailelerde çocuklar bu durumu aile dışındaki bireylerle paylaşmak konusunda çekingenlerdir. Bu konudan kimseye bahsedemeyeceklerini düşünürler ve maruz kaldıkları şiddeti gizlemek zorunda hissederler. Koruyucu davranış eğitimi çocuğun sır sakladığı durumlarda meydana gelebilecek sorunları fark etmelerini ve saklanan sırrı açığa vurmaya gereken durumlarda iyi hissetmelerine yardımcı olmayı içerir.

### ● Mağdur Edilme

Çocuklar farklı gerekçelerle ailede ya da okulda kendilerini mağdur konumunda bulabilirler. Örneğin, bir çocuk ailenin en küçüğü olduğu için ya da tek kız/oğlan çocuğu olduğu için kendilerine atfedilen bazı özellikler nedeniyle mağdur edilebilirler. Okulda ise çocuklar en sık kilolu/zayıf, uzun/kısa, gözlüklü, sakar, yavaş yahut engelli oldukları için mağdur edilirler. İstenmeyen birtakım olumsuz özellikleri mağdur edilen çocuğa yıkmak kolaylaşır bu nedenle mağdur çocuklar etiketlenerek başka bir şekilde tekrar mağdur edilebilirler. Bunun neticesinde mağdur edilen çocuk saldırgan davranışlar sergileyeceği gibi aşırı itaat etmek gibi bir yolu da seçebilir. Çocuğun gelecekteki ilişkileri ve davranışları kaçınılmaz olarak bundan etkilenir.

Koruyucu davranış eğitimi çocuğun duygusal güvenliğini tehdit edildiğinde sorun çözebilme becerilerini güçlendirmeyi amaçladığı gibi kendi sınırlarını, düşünce ve duygularını da uygun bir şekilde ifade etme konusunda yeterliliğini sağlar.

# OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE MÜZİK GELİŞİMİ VE ÖNEMİ



Ses ve müzik doğumla beraber, hatta bazı araştırmalara göre henüz anne karnında iken çocuğun yaşamına girmekte ve onun gelişimini etkilemektedir.

Sanat ve özellikle de müzik gerek aktif gerek pasif uygulamalarıyla gelişimin her evresine eşlik edebilecek bir potansiyel taşıır. Ancak burada gelişme kavramının büyüme, yetişme, ilerleme genel anlamı içinde, insan ömrünün en etkin ve belirleyici olduğu okul öncesi dönemini ele almaya çalışacağız.

Her çocuğun müziğe aynı derecede yetenekli olmasını bekleyemeyiz ancak her çocuk müziği sever. Konu ile ilgili yapılan araştırmaların sonucuna göre çok üstün yetenekli çocuklar ve çok yeteneksiz çocuklar dışındaki tüm çocukların az ya da çok müzik yeteneğine sahip oldukları ileri sürülmüştür. Fakat bu yeteneğin gelişimi çocuğun içinde bulunduğu ortama bağlıdır. Uygun koşullar sağlanmadığında çocuk üstün yetenekli bile olsa beklenen performansı sergileyemez. Müzik yeteneğinin gelişimini yaş aralıklarına göre inceleyelim:

3 yaş çocuğu vücudunu daha ayrıntılı olarak kontrol etmeyi başarır. El kavrayışı güçlenmesi ve parmaklarındaki kıvrıklaşma becerisi sayesinde bazı müzik aletlerini kullanmada başarılı olabilir. Müziği kendi için doğal bir atmosfer olarak kabul eden çocuk dönme, adım atma, parmak uçlarında yükselip alçalma gibi hareketleri artık müzik eşliğinde sergilemeye başlar. Tüm bunların yanı sıra zıplama ve sallanma davranışları da gözlenebilir. Çocuk dil yeterliliğinin oluşması, telaffuzun daha olgun bir seviyeye ulaşması kelime hazinesinin ve hafızasının genişlemesiyle yaşına uygun şarkılar ezberlemeye başlar. Hatta öğrendiği şarkılara yeni sözler uydurabilir. Bir yetişkinin yardımıyla gösterilen tempo ve seviyede alkış tutabilir.

4 yaş çocuğu geniş fonksiyonlu bir dünyaya sahiptir. Bu yaş grubundaki çocuklarda yeni fiziksel becerilere hakim olma isteğinin yanı sıra rekabet duygusu da oldukça fazladır. Dikkat çekmekten hoşlandıkları için hile ve çeşitli hareketlere başvurdukları gözlenebilir. Güvenli ve becerikli bir görüntüye sahiptirler. Bu dönemde çocuklar objeleri karşılaştırmayı ve onları kategorize etmeyi öğrenirler. Bu nedenle bu yaş grubu çocukları sesleri karşılaştırabilir, ses, süreç ve perde sınıflandırması yapabilirler. Ses özelliklerinin ayrımlarını (uzun-kısa, alçak-yüksek vb.) kolaylıkla yapabilirler. Buna bağlı olarak masal anlatılırken sözcüklerde ya da bir şarkılarda duyguları ifade etmek için ses özelliklerinden yararlanmayı öğrenebilirler.

Bu yaş grubunun çocukları düzgün ve doğru tonda şarkı söyleyebilirler. Hareketli ve güncel şarkıları öğrenmekten hoşlanırlar. Yalnız başına şarkı söyleme isteğinde bir yoğunluk gözlenebilir. Çünkü 4 yaş çocukları bir şeyleri tek başlarına yapabilmekten ve takdir edilmekten hoşlanırlar.

5 yaş çocuğunda ise bireysel özellikler, beceri ve kabiliyetlerin öne çıkması söz konusudur.

Gesell, 5 yaş çocuğunu tanımlarken "Henüz tamamlanmamış bir gelişimi olmasına rağmen, ileride olabileceği insanın işaretlerini verir" demektedir. (Haines-Gerber,1991:92). Sosyal gelişimleri incelendiğimizde kendileri için özel ve yakın arkadaşlar seçmeye başladıklarını görebiliriz. Bir şeyler keşfetmek yerine gruplama ve birleştirme üzerine yoğunlaştıklarını görmek mümkündür. Arkadaşını yönlendirme, grup üyesi olma, bir gruba katılma ve gruba uyumlu hareket etme gibi davranışlar sergiledikleri gözlenir. Bedensel gelişimleri basit dans adımlarını öğrenmeye ve müzikal ritimlere uyum sağlamaya uygundur. Nota değerlerini ya da sus işaretini tanıyarak uygulama yapabilecek potansiyel dedirler. Seviyeye uygun bir öğretim yöntemi ile müzik okuma yazma becerilerini kazanabilirler. Bu yaş grubu çocuğunun kelime dağarcığı daha da genişler ve bildiği kelimeleri anlamlarına uygun olarak kullanmaya başlar. Kelimelerin anlamlarıyla bütünleşmesi sonucu şarkı bilgisi derinlik kazanır ve çocuk şarkıları kategorize (sevdiğim, sevmediğim şarkılar) etmeye başlar. Bu yaş çocuğu tekrar yapmaktan bıkmaz, aksine tekrar yapmaktan hoşlanır. Şarkılar söylemek, dans edip alkış tutmak onlar için belki en eğlenceli işlerdendir.

6 yaş çocuğunda dil, denge ve motor gelişimde büyük ilerlemeler gözlenir. Çocuk artık hızlı yürüyebilen, denge oyunlarını oynayabilen, el-göz kordinasyonunun gelişmişimine bağlı olarak iki elini bağımsız kullanabilen bir birey haline gelmiştir.

Üstelik artık okul ya da evde karşılaşılabileceği durumlarla mücadele edip başarılı olmasına yetecek fizikî, zihnî ve hissî imkanlara sahiptir. Bununla birlikte tembel ve kararsız bir tutum ve görünüm sergiler (Yavuzer,1998:225). Bu yaş grubu çocukları kuvvetli bir ritim duygusuna sahiptir. Ritim modelini anlayabilir ve uygulayabilir. Akordlu ve akordsuz enstrümanları gelişim gösteren bir kabiliyetle çalabildiği gözlenir.

Çocuğun yaşına ve gelişimine göre sunulacak müzik, taşıdığı sözcük dağarcığı bakımından dil gelişimine öncelikli katkı sağlayacaktır. Yaşının getirdiği beceriler doğrultusunda, şarkıları ezberleme yoluyla anlamını henüz bilmesede pek çok yeni sözcükle tanışmış olacak, bunları zamanla tanıyarak anlamlandıracaktır. Bu anlamlandırmaya, şarkıdaki ifade kalıpları ve özellikle müziğin kendisi yardımcı olacaktır. Sözcüklerin şarkının ezgisi ve ritmine uygun olarak söylenmesine çalışılması, dil, ağız, dudak kaslarının hakimiyetini arttırması yanında topluca ses organlarını çalıştıracığından telaffuzu daha düzgün hale getirecektir (Başer, 2004).

Yine müzik çalışmalarına bağlı olarak konuşma temposunun daha kontrol edilebilir duruma geldiğini, doğru ses çıkarma yöntemine alıştırılırsa, yorulmadan, anlaşılır ve sağlıklı bir konuşma tonuna ulaşabileceğini de eklemeliyiz. Müziğin hafızayı destekleyen yönü göz önüne alındığında, güzel çocuk şiirleriyle bestelenmiş şarkılar, hem dil zevki bakımından, hem de güzel ifadelenirilmiş söz kalıplarını şarkı yoluyla hatırlatma bakımından dil gelişimine katkı sağlayacaktır. Diğer yandan milli müzik yoluyla öğrenecekleri sözcük dağarcığı, kültürel süreklilik bakımından anlam dünyalarını zenginleştirecektir (Başer, 2004).

Okul öncesi dönemde çocuğa önemsendiğini, sevildiğini hissettirmek, kendini sevmesini sağlamak, sevildiğini ve beğenildiğini fark ettirmek, kendisini ifade etmesi için ona fırsat tanımakla kişilik gelişimine destek verilebilir. Müzik çalışmaları, çocuğun doğal olarak zaten sevdiği bir iştir. Bu atmosferi yakaladıktan sonra, öğretmenin müziği kullanarak yaratacağı çeşitli mizansenlerle, çocukların grup içinde daha fazla kendilerini hissetmeleri, daha fazla kendilerini ve yeteneklerini sergilemeleri imkanı hazırlanabilir (Ürfüoğlu, 1989:58).

Müzikteki ilerlemeler, öğretmen ve arkadaşlarının takdirini arttırdığı gibi çevre ilgisini de uyandırır. Öğretmen ve arkadaşlarının beğenisini gören çocuğun kendine güveni kadar, yeteneklerini gösterme konusunda cesareti de artar. Nitekim tek başına şarkı söylemeye çekinen çocukların, küme içinde rahatlıkla müziğe katıldığı, tek başına söyleyebilen çocukları gözledikçe, yeteneklerini göstermekte istekli davrandıkları öğretmen gözlemlerinden çıkarılmaktadır (Seyrek-Sun, 1983:33).

Diğer yandan müzik eğitimi özellikle okul öncesi dönemde, diğer çocuklarla mutlu bir ortamı paylaşma, bir grubun, etkinliğinin, bir amacın parçası olma hissini tattırır. Toplu müzik çalışmalarıyla, arkadaşlarıyla birlikte bir iş yapma, düzenli ve disiplinli olma, sırasının gelmesini bekleme, sabretme gibi sosyal hayatın gereği olan alışkanlıklar kazanır. Kümede şarkı söylerken sesini kullanmayı, yanındaki arkadaşlarını ve diğerlerini dinleyerek sesini denetlemeyi öğrenir. Böylece topluluk düzeninde başkalarını da göz önünde bulundurmak gerektiğini kavrar. Bilindiği gibi müziğin kendisi de bir düzen işidir. Çocuk, sesleri belli bir düzen içinde söylemesi gerektiğini ve bu düzenin birlikte şarkı söyleyebilmenin şartı olduğunu anladıkça toplum hayatına intibakı da artacaktır. Bir şarkının ritmiyle heyecanların paylaşılması onun sosyal kimliğini kuvvetlendirecektir (Başer,2004). Sonuç olarak çocukla birlikte ilk akla gelen anahtar kelimeler oyun ve sanattır. Çocuk kendi doğallığı içinde anlama ve öğrenmelerini, duygularını ve yorumlamalarını oyunla ifade eder. Bu saf, yalın ve özgün ifade ediş yöntemi sanatın başlangıcı sayılabilir. Bu yüzden her çocuk bir bakıma sanatkardır. Müzikse onun ifade ediş enstrümanlarından biri. Öyle ki, çocuk ve müzik yüzyıllarca birbirini tamamlayan unsurlar olarak ele alınmıştır. Avrupa resim sanatında çalgıların, tombul, bukledi sağı melek yavrularıyla birlikte resmedilmeleri, çalgıların kutsanışı gibidir. Orta çağda günahsızlığı ve cenneti simgeleyen çocuk sesi, çocuk sopranolarından oluşan koroları ve o saf sesi koruyabilmek için hadım edilerek hayatları boyunca ses tellerinde 12 yaşın tazeliğini sürdüren erkeklerin castrato geleneğini oluşturmuşlardı. Çoğunlukla çocuğun oyununun içinde müzik, müziğinin içinde oyun saklıdır. Çocuğa ulaşmanın yolu onun dilini anlamaktan, yani oyun ve sanatı, dolayısıyla müziği aracı kılmakla kolaylaşır. Özellikle okul öncesini kapsayan yaş gruplarında müzik çalışmaları, sevindirici, eğlendirici, mutluluk verici bir uğraştır. Onun mutluluğu bir yandan sağlıklı duygusal dengeyi hazırlarken diğer yandan zihni kapasitesinin açığa çıkmasına sebep olmaktadır. İşte bu temel noktadan itibaren eğitimde müziğin kullanımı kayda değer başarılı sonuçlar vermektedir. Başta dil, zihin ve duygusal gelişim olmak üzere, sosyal gelişim ve kişilik gelişimine önemli katkılar sağlamaktadır (Başer, 2004).



# SOSYAL BECERİ NEDİR?



Kişilerin ilişkilerinde, başkalarının davranışlarını anlamlandırabilmesi, yaŐananlara uygun tepkiler verebilmesi yetisi ‐Sosyal beceri‐ olarak adlandırılmaktadır. Sosyal beceri kavramı içerisinde iletişim ve etkileŐimin önemi yadsınamaz.

Sosyal gelişim dönemlere ayrılmaktadır. YaŐa ve döneme göre çocuğun duygusal ve akademik ihtiyaçları deĐiŐebilmektedir. Okul  ncesi evrede çocukların kendi cinslerinden arkadaşları, karşı cinsten olanlara tercih etmesi vb. Arkadaş ilişkileri çocukların gelişiminde büyük rol oynamaktadır. Gelişim sürecinde akranlarıyla yaŐadığı yoğun ilişkiler çocuğa, yeterli sosyal uyumu gösterebilmesi ve gerekli sosyal becerileri kazanması için birçok ortam sağlamaktadır. Burada akran iliŐkilerinin gelişimini ve iŐlevlerini göz önünde bulundurmak oldukça önemlidir.

## Akran ilişkileri

Akran ilişkileri yaŐamın ilk yıllarından bu yana süregelen bir olgudur. Bebekler ilk altı ay  vre algısına sahip değilken, 6 ay ve sonrasında bakarak dokunarak karŐıdaki bireyle ilişkiyi baŐlatır. Çocuk etkileŐimleri 2-4 yaş arasında artıŐ göstermektedir. Bu dönemde çocuk yakın

müdahalesi olmadan akranlarıyla vakit ge irebilmeye başlar. Çocuklar sosyal alanlarını geliŐtirdikçe akranlarıyla daha çok etkileŐime geçmeye baŐlamaktadırlar.

## Sosyal Beceri Nasıl GeliŐtirilir?

Çocuklarının duygularını tam anlamıyla okuyamayan ebeveynler, çocuklarının problem  zme becerilerinin gelişimine engel olmaktadır. Kendi kendine oyun oynama ve kurma yetisinin kazanılmasıyla birlikte artık çocuk kendi sosyal inisiyatiflerini almaya hazır hale gelmeye baŐlamaktadır.

Destekleyici düŐündürücü tüm aktiviteler çocuğun sosyal gelişimine destek olan unsurlardır. Okul yıllarındaki eğitimde ise  Ğrenci ve  Ğretmen arasındaki iletişim ve etkileŐimin az oluŐu, öğretimin etkinliğine de yansımaktadır. EĞitim sürecinde; öğrenmenin gerçek amaçları arasında ‐düŐünmeyi öğrenmek‐ olduğunun çocuklara aktarılması gerekmektedir. Çocuklar  Ğretimi ‐başkalarının vereceği bir vazife‐ olarak görmeye baŐladıkları an itibariyle sadece öğrenme konusunda değil, bireysel sorumlulukları almakta da isteksiz ve sorumluluk alma konusunda geri planda kalabilmektedirler.

Ve bu döngü çocuğun ödev performansı ve akademik başarısında ciddi bir isteksizlik yaratmaktadır. Düşünme sistemi; öğrenme, öğrenme süreçleri ve davranışlar ile şekil almaktadır.

## Çocuğun Sosyal Becerilerinin Gelişiminde Ebeveynlere Öneriler

Sosyal gelişim, çocuğun yaşamında en az diğer gelişim basamakları kadar öneme sahiptir. Bireyin yaşamında giderek önem kazanacak olan "uyum sağlama" becerisi çocukluk çağında ve sosyal gelişim süreci içerisinde kazanılan bir beceridir. Çocuğun sosyal davranışları etkileşim içinde olduğu ailesi ve arkadaşlarının gösterdiği geri bildirimlerle anlaşılır şekillendirilmelidir.

Çocukların akranları ile kurdukları ilişki içerisinde rekabet etmeyi, kaygı yaratan ve olumsuz olan her türlü durumla karşılaşmaları baş etme becerilerini arttırmaktadır. Sosyal becerilerinin gelişebilmesi için bu tür ilişkiler olumsuzluktan ziyade bir ihtiyaçtır. Kendi yaşıtı olmayan kendisinden daha büyük ya da küçük kişileri tercih eden çocukların sosyal ilişki kurma ve sürdürme ile ilgili sıkıntıları olduğunu düşünüp çözüm yoluna gidilmesi gerekmektedir. Yaşından daha büyük kişilerle ilişki kurmak, ilişkiyi kolaylaştırır. Kendi yaşından küçüklerle ilişki kuran çocuklar ise genelde oyun ve kurallara hükmetme ihtiyacından dolayı bu seçimi yapmaktadırlar.

Sosyal gelişimin temelinde çocuğun ilk bebeklik döneminde annesinin yardımı ile dış dünyayı tanıması, ihtiyaçlarının anlaşıldığını ve karşılandığını fark etmesi güvenli bir bağlanmanın sağlanmış olduğu bir ilişki çocuğun bilişsel gelişimi kadar duygusal ve sosyal gelişimini de etkiler. Çocukla duygusal ilişki ve temas kurabilmek sosyal ilişkinin en temel yapıtaşdır. Sosyal ilişki kurabilme becerileri aile içinde bireylerin temsillerinden örnek alınarak oluşturulur. İlk çocukluk döneminin en güçlü öğrenme stili olan "taklit" "sosyalleşme üzerinde önemli bir unsurdur.

## Sosyal Beceri Eksikliği Nedir?

Sosyal beceri yetersizliği, bireyin çeşitli sosyal becerilere sahip olmaması veya sahip oldukları halde becerileri uygun ortam ya da durumlarda kullanamaması şeklidir. Sosyal beceri eksikliği, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, öğrenme güçlüğü, sosyal kaygı, karşıt gelme bozukluğu, öfke kontrol problemi, yaygın gelişimsel bozukluk, uyum ve davranış sorunları ve gelişimsel gerilik yaşayan çocuklarda daha belirgin şekilde görülmektedir. Ancak çocuk bu sorunları olmasa bile sosyal beceri eksikliği yaşayabilmektedir. Sosyal beceri eksikliği olan çocuklar kendilerini mutsuz hissedebilir, girdikleri sosyal ortamlarda kaygılı, heyecanlı veya öfkeli davranabilmektedirler.

## Çocukta Sosyal Beceri Eksikliği Nasıl Anlaşılır?

Sosyal becerileri eksik olan çocuklar bir süre sonra kendine güven duymamakla beraber, sınıf içi ya da herhangi bir ortamda iletişimi başlatan taraf olmaktan zorlanırlar. Arkadaşlarıyla yaşadıkları sorunlar onlar için stres kaynağı yaratır. Ve sosyal ortamlara girmekten kaçınılabirler. Genellikle kendilerini ifade edemez, haklarını savunamazlar. Öfke ve dürtü kontrolünü sağlamak ve dışarıdan gelen eleştirilerle başa çıkmak onlar için zordur. Paylaşım ve empati duygularından yoksun olup, saldırgan davranışlar geliştirebilirler. Tüm bu davranış örüntüleri çoğunlukla çocukta sosyal beceriye dair bir eksiklik olduğu ipucunu vermektedir.

## Sosyal Beceri Eğitiminde Kullanılabilecek Yöntemler

Sosyal becerilerde sözel olduğu kadar sözsüz iletişimde oldukça önemlidir. Ses tonu, konuşma, tepkiler, kendini ifade etme, akıcı ve etkin iletişim, selamlaşma, tepki verme vb kişisel ve sosyal problem çözme becerileri arasındadır. Davranışçı tekniklerle bu alanda yaşanan beceri eksikliğinin telafisi ve düzenlenmesi mümkün olabilmektedir. Temel sosyal beceri desteği: Sosyal ilişkiler, beden duruşu, yüz ifadesi vb davranış dizilimlerinin düzenlenmesini amaçlar. Modelden öğrenme: Çocuklar yetişkinleri gözlemleyerek taklit yoluyla öğrenme süreçlerini tamamlamaktadırlar.



# AREL OYUN GRUBU



## AREL Anaokulu Oyun Gruplarına katılın. Çocuğunuzdaki Gelişimin Farkına Varın!

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](http://www.arel.k12.tr)



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

Tel: (0212) 550 49 30 (pbx) - 630 35 05 (4 hat) Faks: (0212) 550 77 82 E-posta: [arel@arel.k12.tr](mailto:arel@arel.k12.tr)

