

Anne ve Babalara Öneriler

Küçük Adımlar: Çocuk yetiştirirken anne-baba için en heyecanlı anlar çocuğun yeni beceriler edinmesi ve bunları göstermesidir. Büyümek, bir birey olarak yetişmek uzun bir yoldur ve anne-babanın rehberliğine her zaman ihtiyaç vardır. Küçük yaştan itibaren sorumluluk bilincini geliştirmek için fırsatlar yaratmak, çocuğun acemice denemelerini sabır ve sevgi ile desteklemek önemlidir. İleride sorumluluk sahibi bir birey olması için çocuğunuzun 10 yaşına gelip sorumluluk almasını beklemeyin, sorumluluk yaşamın ilk yıllarından itibaren kazanılan ve küçük adımlarla geliştirilen bir beceridir.

Olumlu geri bildirim: Her yeni davranışın öğrenilmesi ve tekrar edilmesi ve pekişip alışkanlık haline gelmesi için olumlu geri bildirim ihtiyacı vardır. Anne-babanın ilgi ve onayı istenilen davranışların öğrenilmesinde anahtardır. Çocuklar her zaman olumlu ilgiden destek almazlar bazen anne-babanın kızdığı onaylamadığı bir davranışı yaparak, olumsuz ilgi alarak istemeyen bir davranışı sergilerler. Çocuklara ne yapmamaları gerektiğini değil de, ne yapmaları gerektiğini söylemek burada önem kazanır. Çocuklar anne-babalarının ilgi ve onayını isterler. Olumlu davranışa odaklanmak, olumlu davranışla ilgili geri bildirimler vermek istenilen davranışı geliştirmenin en etkili yoludur.

Motive eden sorumluluklar: Çocuklara sorumlulukları öğretirken motivasyonu unutmamak gerekir. Yapması keyifli olan, sonucunda güzel ve övünülecek bir durum yaratan davranışlar ile ilgili sorumlulukları kazandırmak daha kolay olacaktır. Örneğin masayı kurmaya yardım etmek masayı temizlemeye ve kaldırmaya yardım etmekten daha eğlencelidir.

Seçme sansı vermek: Çocukların kendi hayatları üzerinde söz sahibi olmalarını sağlarsanız verdikleri kararlar ile ilgili sorumluluk almalarına ve kendilerine olan güvenlerinin gelişmesine yardım edersiniz. Kendileri için uygun olanı seçme becerisini kazanmaları önemlidir. Ayrıca alternatifler arasında seçme şansları olduğunda alınan kararı benimseyip uygulama olasılıkları daha fazladır. Tabi ki seçim yapılacak alternatifler anne baba tarafından belirlenip sınırlandırılabilir.



Seçme sansı vermek: Çocukların kendi hayatları üzerinde söz sahibi olmalarını sağlarsanız verdikleri kararlar ile ilgili sorumluluk almalarına ve kendilerine olan güvenlerinin gelişmesine yardım edersiniz. Kendileri için uygun olanı seçme becerisini kazanmaları önemlidir. Ayrıca alternatifler arasında seçme şansları olduğunda alınan kararı benimseyip uygulama olasılıkları daha fazladır. Tabi ki seçim yapılacak alternatifler anne baba tarafından belirlenip sınırlandırılabilir.

Her şeyin bir yeri olsun: Evdeki her eşyanın belli bir yeri olduğunu bilmek çocukların etrafı düzenli tutmasına yardımcı olabilir. Neyin nerde olduğunu bilmek çocuğa güç verir. Düzenli bir ev ortamı çocuğun düzenli olmayı öğrenmesinde etkilidir. Ancak daha da önemlisi bu düzenin sağlanmasında çocuğun da rolü olmalıdır. Kirlenen pantolonunu kirliliğe sepetine atmak, okuduğu dergiyi gazeteliğe koymak, meyve suyu şişesini tekrar buzdolabına kaldırmak gibi günlük hayata dair işlerde çocukların da sorumlulukları olmalıdır.

Bireysel sorumluluktan sosyal sorumluluğa:

Çocuklarda sorumluluk bilincini geliştirmek için önce kendileri ile ilgili durumlardan yola çıkmak, daha sonra ailenin bir bireyi olarak aile ilgili sorumlulukları ve daha sonra da sosyal sorumlulukları öğretmek önemlidir. Aile içinde öğrenilen beceriler sosyal ilişkilerde de belirleyici rol oynar. Çocuklar arkadaşları ile uyum içinde oynamak, okul kurallarına uymak için gerekli alt becerileri evde aile ortamında öğrenirler. Anne-baba olarak çocuğa sorumluluk bilinci aşılarken aslında onu toplumsal hayata hazırladığımızı biliriz. Davranışların sonucunu kabul etmek, karşılaştığı sorunları tek başına çözebilmek, kendi duygu ve ihtiyaçlarını uygun şekilde ifade edebilmek aynı zamanda başkalarının hak ve duygularının da farkında olmak sağlıklı ve mutlu bir birey olarak toplumun bir parçası olmak için gerekli becerilerdir. Anne-baba olarak küçük yaştan itibaren ilk önce çocuğun kendi ile ilgili sorumlulukları (üstünü giyinmek, oyuncaklarını toplamak vb.) öğrenmesini desteklemek, sonra ev ile ilgili sorumlulukların (Pazar günü sabah kahvaltısına yardım etmek, masayı kurmak vb.) paylaşımını beklemek, ve sosyal sorumluluklar konusunda model olmak (ağaç dikmek, ihtiyacı olanlara yardım etmek, çöpleri yere atmamak vb.) sorumluluk bilinci kazandırmak için atılacak önemli adımlardır.

Hazırlayan
Psk. Dan. Serkan KABALAK

ÇORUM REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



3-5 YAŞ ARASI ÇOCUKLARDA SORUMLULUK

“Sorumluluktan kaçmak; insanın kendisine ihaneti olur.”
(Anonim)

Sorumluluk duygusu hem kişilik özelliklerinden etkilenen hem de sonradan kazanılabilen bir sosyal beceridir. Bazı çocuklar kişilik özellikleri nedeniyle sorumluluk almaya daha yatkın ya da istekli olabilirler. Dolayısıyla anne-baba aynı tutumları sergilerlerse de kardeşler birbirinden tamamen farklı sorumluluk bilinci geliştirebilirler. Ancak her ne kadar kişisel özelliklerinin sorumluluk duygusunun kazanılmasında etkisi olsa da sorumluluk bilinci büyük ölçüde öğrenilen bir beceridir. Çocuğun hayatındaki her beceriyi öğreten ve geliştirmesine yardım eden anne-baba, sorumluluk duygusunun gelişiminde de başrole sahiptir. Bu yüzden, sorumluluk duygusunu geliştirmek için anne-babanın çocuğun yaşına, cinsiyetine ve kişisel özelliklerine uygun görevleri çocuğun yapmasına fırsat vermesi, istenilen davranışlar için model oluşturması ve olumlu davranışları pekiştirmesi önem taşır.



Sorumluluk duygusu neden önemlidir?

Sorumluluk duygusu her ne kadar bir takım görevleri yerine getirmek için gerekli bir beceri gibi düşünülse de aslında bireyin kendi becerilerini geliştirmesi, davranışlarının sonucunun farkında olması ile ilgilidir. Sorumluluk duygusu ile özgüven gelişimi arasında oldukça güçlü bir ilişki vardır. Kendi ihtiyaçlarını tek başına karşılama becerisini kazanan çocuğun ebeveynlerine veya diğer yetişkinlere duyduğu bağımlılık giderek azalır. Davranışlarının sonucunu yaşadıkça, gelişen becerilerini kullandıkça çocuğun kendine olan güveni artar. Becerilerini kullanması ve geliştirmesi için fırsat verilmeyen çocukların yeterlilik duygusu ve özgüven gelişimleri de sınırlı kalır.

Peki, çocuklara sorumluluğu ne zaman ve nasıl öğretmek gerekir? Aslında bu sorunun cevabı gelişim dönemlerinde gizlidir. Anne-baba olarak çocuğunuzun yapabileceği her-

şeyi kendi başına başarması için ona fırsat verin. Beceriler kullandıkça gelişirler. İlk adımlar zordur ama ne kadar heyecan verici olduğunu da unutmamak lazım. Çocuklar kend başlarına ihtiyaçlarını karşılayabildiklerini fark ettikçe kendilerine olan güvenleri artacaktır. Yemek yiyebilen bir çocuğa yemek yedirmeye devam etmek hem onun becerisinin gelişmesine hem de yeterlilik duygusuna zarar verebilir. Çünkü nasıl bizler bir işi başardığımızı görmekten zevk alırsak aynı keyif çocuklar için de geçerlidir. Anne baba olarak onların bu keyfi tatmalarına destek olmak önemlidir.

Yaşa uygun sorumluluklar nelerdir?

3-4 Yaş: Bu yaş grubundaki çocuklar yeni kazandıkları becerilerini kullanarak her şeyi tek başlarına yapmak için oldukça isteklidirler. Zaman zaman bu istekleri önüne geçilemez inatçılık krizlerine neden olsa da anne-baba olarak hem becerilerin gelişmesine fırsat vermenin, hem de bazı temel sınırlamaların belirlenmesinin gelişimleri üzerinde önemli etkisi vardır. Özgürlük ve kurallar arasındaki dengeyi kurmak anne-babayı bu dönemde bekleyen en zor görevdir. Becerilerin ve sorumluluk duygusunun gelişmesini desteklemek için anne-baba ve çocuğun birlikte keşfetmesi için fırsatlar yaratmak önemlidir. Bu yaş grubundaki çocuklar cırt cırtlı ayakkabı, çorap, eşofman gibi giyecekleri kendi başlarına giyebilir; çatal kaşık kullanmak için kas gelişimleri yeterli düzeye geldiğinden acemice de olsa çatal kaşık kullanabilir; basit ev işlerinde ebeveynlerine yardımcı olabilirler. Örneğin kendi oyuncaklarını sepetine yerleştirebilir; diş fırçalamak, elini yüzünü yıkamak gibi özbakım becerilerini kendi başlarına yapabilirler. Tabi bu becerileri anne babayı birebir gözlemleyerek ve onların desteği ile deneyerek geliştireceklerdir.



4-5 Yaş: Hem bilişsel hem fiziksel hem de sosyal becerilerin daha da gelişmesi ile sorumluluk kavramı bu yaş döneminden itibaren daha da önem kazanmaya başlar. 2-3 yaş döneminin inatçılıkları azaldığı, günlük hayat ile ilgili gözlemlerinin ve ilgilinin arttığı bu dönemde, çocuklar "iş yapmaktan" ve bunu göstermekten büyük bir keyif alırlar. Ev işlerinde anneye yardım etmek, tamirat işlerinde babaya çıraklık etmek gibi yetişkin hayatına yönelik işler çok ilgilerini çeker.

Önceki yaş gruplarında gözlemlenen becerilerin yanı sıra bu yaştaki çocuklar eşyalarını toplayıp, ebeveynlerine toz almak gibi ufak tefek işlerde yardım edebilirler. Ayrıca çatal, kaşık ve bıçak kullanma becerileri tam olarak geliştiğinden sofraya kurallarına uygun şekilde yemek yiyebilirler. Bu yaştaki çocuğunuzdan odasındaki oyuncakları toplamasını, kendi başına elini yüzünü yıkamasını, yemeğini yemesini, masa hazırlanırken bir şeyleri götürmesini bekleyebilirsiniz.



5-6 Yaş: Bu yaş çocuklar artık yavaş yavaş kendi ayakları üzerinde durmaya başlamışlardır. Bu yaştaki çocuklar kendi başlarına giyinip soyunabilirler. Belki hala bu becerileri anne babanın beklediği kadar çabuk değildir.

Ama hızlanmaları için kendi başlarına giyinmeye devam etmeleri gerekir. Eğer anne baba sabredemeyip bu sefer de "ben giydireyim" derse o zaman bu becerinin gelişmesi gecikecektir. Ayrıca eğer bir yere geç kalınması söz konusu ise çocuğun hazırlaması için yeterli zaman verildikten sonra geç kalmanın sonucunu çocuğun yaşaması da sorumluluk duygusunun gelişmesi için önemlidir. Bu yaş grubundaki çocuklar kendi ile ilgili sorumlulukların yanı sıra tüm aileyi ilgilendiren sorumlulukları da yerine getirebilirler.