



ÇOCUKLARDA SORUMLULUK DUYGUSU GELİŞTİRME

UZM. PSK.
GİZEM ERSAN



Kıymetli Velimiz

Çocuk yetiştirmenin güç anları karşısında ayakta kalma çabası gösterirken zaman zaman zorluklar yaşadığınızı biliyoruz.

Bu sayımızda sizlere sorumluluk sahibi çocuklar yetiştirme konusunda bilgiler vereceğiz. Rehberlik dersinde işlenen bu konular sizlerin de bildiklerinizi tekrar etmesi belki de kendi ebeveynlik becerilerinize uzaktan bir gözle tekrar bakmanız sayesinde çocuklarımız için oldukça etkili olacak.

Keyifli Okumalar Dilerim



Uzm. Psk.
Gizem ERSAN

içindekiler

- 1 sorumluluk nedir?
- 3 sorumluluk eğitiminde dikkat edilmesi gerekenler
- 4 çocukların alabilecekleri sorumluluklar
- 5 pozitif disiplin
- 10 mahremiyet
- 11 çocuğun cinsellikle ilgili sorularına cevap verilmesi
- 12 kitap önerisi
- 14 kaynakça



sorumluluk nedir?



Sorumluluk, erken çocukluk dönemlerinden başlayarak çocuğun yaşına, cinsiyetine ve gelişim düzeyine uygun olarak görevlerini yerine getirmesidir. Yaptığı işi sonuna kadar götüren ve yapmakta olduğu bir davranışın sonuçlarına katlanmayı göze alan çocuk, sorumluluk sahibi çocuktur. Sorumluluk bilincinin ilk olarak ailede başladığı söylenebilir. Akranlarıyla tanışan çocuğun, okul çağının başlamasıyla geniş bir çevreye sahip olması ve sorumluluk bilincinin aile, okul ve arkadaş üçlüsünün etkileşimiyle gelişerek devam etmesi söz konusudur. Sorumluluğun gelişmesi için çocuklarımıza donanımlı bir ortamın oluşturulması yararlı olabilir.

Yaşanılan ortamda bireye karar verme, seçim yapma gibi eylemlerinden sorumlu olma fırsatı verilmemişse, bireyden sorumlu olmasını beklemek güçtür. Bu yüzden sorumluluğun temellerinin atıldığı ailede çocuğa sorumluluk kazandırabilecek ortamlar hazırlanmalıdır. Unutulmamalıdır ki; çocuklar ancak güvende olduklarını hissettiklerinde, yeni bir şeyler denemek için cesaret ederler.



Çocuklarımızın sorumluluk bilincinin gelişmesi ve sorumluluk almayı öğrenebilmesi için yeterli fırsatların yaratılmasının yanında model olmanın da büyük etkisi olacaktır. Öğrenme büyük oranla gözlemleyerek ve deneyimleyerek gerçekleşir. Örneğin, çok istediği bir eşyanın bir sonraki ay alınabileceğinin söylenmesi bekleme ve ekonomik sorumluluğu almaya yarar sağlayabilir. Yolda yürürken kendimizden yaşça büyük kişilerin karşıdan karşıya geçmesine yardım ettiğimizi görmesi ya da sokak hayvanlarına mama verdiğimizize şahit olmasıyla toplumsal sorumluluk duygusunu çocuklarımıza aşılamiş oluruz. Böylece zaman içinde onlarda bu davranışları edinip, uygulamak isteyeceklerdir.



çocukların alabilecekleri sorumluluklar

- 9-12 yaş çocukları okulla ilgili tüm sorumlulukları alabilir.
- Hatırlatma yapmadan ödevlerini yapabilir.
- Odasını ve masasını düzenli tutabilir.
- Kendi yatak çarşaflarını değiştirebilir.
- Okul giysilerini değiştirebilir.Yardımsız banyo yapabilir.
- Uzun olmamak kaydıyla evde tek başına kalabilir.
- Kardeşleri varsa onlarla ilgilenebilir.
- Yardımsız bulaşık makinesini yerleştirebilir.
- Evcil hayvanının suyunu değiştirebilir.
- Ufak tefek ev alışverişlerine yardım edebilir.
- Tek başına randevularını (antreman vb.) takip edebilir.
- Kimse söylemeden belirli görevleri yerine getirebilir.
- Para biriktirip uzun vadede almak istediklerini planlayabilir.



pozitif disiplin

Çocuklar, yaşadıkları ortamın kurallarını anlamak isterler. Kendilerinden ne beklendiğini, kontrolün kimde olduğunu, ne kadar ileri gidebileceklerini ve fazla ileri gittiklerinde neler olacağını bilmek isterler.

Kuralları, ne yapıp yapamayacağını bilen çocuk sınırları zorlamaya gerek duymaz ve kaygı düzeyi azalır. Pozitif disiplin anlayışıyla, çocuğun ihtiyaçlarına uygun koyulan kurallar, aslında çocuğun hayatını kolaylaştırır. Ancak çoğumuz için “disiplin” kavramı birçok olumsuzlukla bağdaştırılmıştır.

Pozitif disiplin için oldukça önemli bir kaç unsur bulunmaktadır. Çocuklara seçenekler sunma, öğrenme için doğal ve mantıklı sonuçlar kullanma, pozitif yaşam becerileri için gerekli olanları bir araya getirme ve problem çözme becerilerini çocuklara öğretmektir. Çocuklara seçim hakkı verilmesi, sorumluluk alma ve özgürlüklerini artırma duygularını cesaretlendirecektir. İyi düzenlenmiş okul-öncesi sınıfları, çocukların özgürce karar vermelerini sağlamaktadır. Sınıf ortamında malzemelerin kolayca ulaşabilecekleri açık raflara yerleştirilmesi çocukların seçim yapmalarını sağlayacak ve onları bağımsız olmaya cesaretlendirmiş olacaktır. Doğal sonuçlar, pozitif disiplinin önemli elementleridir. Yemeğini reddeden çocuğa aç kalacağını, sütü bardağına koyarken döken çocuğa temizlemesi gerektiğini söyleme oldukça basit fakat etkili davranışlardır. Ayrıca sonuçları öğrenme, çocuklarla sonuçlar hakkında konuşma ve onlara önceden tahmin etme fırsatı vermeyi de sağlayacaktır. Çocuklar hata yapmadan öğrenebilecekleri gibi hata yaparak da doğruları görebileceklerdir ki bu da oldukça yararlı bir stratejidir. Sonuçları tahmin etme, problem oluşmadan önce durumları değerlendirme fırsatı da vermektedir. Mantıklı sonuçlar, karmaşık olmakla beraber oldukça etkilidir. Örneğin; soğuk bir havada paltosunu giymekte direnen bir çocuğa dışarı çıkamayacağını söyleme. Mantıksal sonuçların kullanımı, çocuklara seçim yapma olanağı verir. Örneğin; “Alican hikâyemizi bölüyorsun. Ya sessizce otur ya da masana git .Seçimini sen yap”.Burada önemli olan onun davranışını değiştirmeye çalışmaktır. Yetişkin davranışlarıyla çocuğun kendi davranışları arasında bir bütünlük sağlamak, pozitif disiplin için çok önemlidir. Pozitif disiplin kuralları uygulanırken, yetişkinin konuşurken çocuğun seviyesine inerek, ismini kullanarak yardımcı olacağı, dikkatinin üzerinde olduğu vurgulanarak ve konuşurken çocuk üzerinde odaklanarak uygun davranış modeli olduğu unutulmamalıdır. Ayrıca pozitif yaşam için gerekli olan tamamlayıcı unsurları kullanan yetişkin, çocuğun yaptığı seçimden sorumlu olmasını da çocuğa öğretecektir



GÜNLÜK
RUTİN
TABLOSU
OLUŞTURMA

ÇOCUĞUN
KENDİNE
İNANMASINI
SAĞLAMAK

POZİTİF
RUTİN
YARATMA

TEMEL
HAKLAR,
KURALLAR
VE
DEĞERLER
KONUSUNDA
BİLGİ
VERMEK

POZİTİF
DİSİPLİN

POZİTİF BİR
AİLE VE
OKUL
ORTAMI
OLUŞTURMA
K İÇİN
GEREKLİ
ADIMLARI
ATMAK

AİLE
TOPLANTISI

rol model olmak

Çocuklarda sorumluluk bilinci geliştirmenin en etkili yolu kuşkusuz "rol model olma"dır.

Ayrıca unutulmamalıdır ki çocuğunuzdan hiçbir zaman sizin kadar sorumluluk sahibi olmasını beklememelisiniz.

Çocuğunuzun size bağlılığından endişeli iseniz koruyucu tutumuzunu değiştirmelisiniz.

Çocuğunuz için evde bir sorumluluk listesi hazırlayıp içerisinden seçim yapmasını isteyebilirsiniz. Bu seçimi sizin yapmanız sorumluluk alma isteğini azaltacaktır.

Çocuğunuzun yanlış seçimler yapmasına (hayati sonuçlar doğurmadıkça) izin verilmelidir ki onlardan ders çıkartabilsin.

Aile tarafından kullanılan yanlış iletişim şekillerini değiştirmek.

Örneğin;

bağırma, azarlama, ikna etmeye çalışma, fiziksel ve psikolojik şiddet.

Sorumluluk hakkında kitap veya hikaye okuyabilir videolar izletebilirsiniz.

Üzerine aldığı sorumluluğu yerine getirebilmesi için cesaret vermelisiniz.



mahremiyet



Mahremiyet eğitimi çocuğa verilmesi gereken en temel eğitimlerden biridir. Bu eğitim çocuğun kendini nasıl ve neden koruması gerektiğini öğrenmesi için oldukça önemlidir. Aileler çoğunlukla çocuklara mahremiyet eğitimi vermekte zorlanmakta veya bunun için erken olduğunu düşünmektedir. Cinsellikle ilgili sorular cevaplanırken aileler sessiz kalma, konuyu değiştirme veya jest ve mimiklerle çocuğa “yanlış bir soru sordum” duygusunu yaşatmaktadır.

Oysa taciz, istismar ve benzeri çocuklarımızın asla karşılaşmasını istemeyeceğimiz durumlardan çocuklarımızı koruyabilmenin ilk yolu onlara eğitim vermektir. Çocuk alacağı mahremiyet eğitimi ile vücudunun özel bölgelerini öğrenecektir. Çocuk eğitim sonrası vücudunu nasıl koruyacağını, tehlikelerle nasıl başa çıkacağını öğrenebilecektir. Ebeveynlerinden bu eğitimi almak çocuğa aynı zamanda bir tehditle karşılaştığında huzursuz olduğu bu duygusu tanımasını sağlayacaktır.

Çocuklar olumsuz duyguları, rahatsız edici bakış ve dokunuşları, ses tonunu kısaca tehdit ve tehlike ifade eden mesajları kolayca tanır. Ancak aile içerisinde, güven alanında yaşamını sürdüren çocuk eğitim almaksızın dış dünyaya açıldığında fark ettiği bu olumsuz duyguları isimlendirmekte zorlanır. Çocuk kendisine zarar vereni sevmez, onu gördüğünde huzursuzluk gösterir. Ama bu duygunun nedenlerini anlatmakta güçlük çeker.

Ailenin vereceği mahremiyet eğitimi çocuğa bu duyguları nasıl ifade edeceğini de öğretir. Ailenin paylaştığı bu bilgiler bir tehditle karşılaştığında da ailesine güvenle her şeyi anlatabileceğini çocuğa hissettirir.

●●● çocuğun cinsellikle ilgili sorularına cevaplar



Kimi anne ve babalar, cinsel konulardan hiç söz etmez. Bu yaklaşım, çocuğa bu konudaki merakını bastırması gerektiği izlenimi verir. Çocukları sorduğu sorular yüzünden azarlamamak, girişimlerine engel olmamak, çocukta suçluluk duygularının gelişmemesi için gereklidir.

Mahremiyet kavramı öğretilirken suçluluk duymasını sağlayacak "ayıp" kelimesinden uzak durulmalıdır. Çocuğun girişimlerini destekleyerek, sorduğu sorulara anlayabileceği biçimde uygun cevaplar vermek, çocuğun kişilik gelişimine olumlu etki edecektir. Cinsel eğitim sayesinde çocuk kendi bedenine ve karşı cinsin bedenine saygı duymayı öğrenir. Bu durum çocuğun ileriki yaşantısında kendi cinsiyetindekilerle ve karşı cinsten kişilerle sağlıklı, düzeyli ilişkiler kurmasını sağlayacaktır.

Çocuk cinsellikle ilgili bilgiler sorduğunda; Öncelikle kendinizi hazırlayın. Eşle birlikte tutarlı yanıtlar vermek için konuşulmalı. Çocuk soruyu kime sorduysa o cevap vermelidir. Kızlara anneler, erkeklere babalar bilgi versin yaklaşımı hatalı olacaktır. Sorulara mutlaka yanıt verin. Yanıtların basit ve kısa olmasına özen gösterin. Çocuğun soru sormasına izin verin ve sadece sorduğu kadarıyla yanıt verin. Doğal ve açık olun. Doğal bir ses tonuyla, utanmadan, sıkılmadan soruyu cevaplandırmaya çalışın. Gülmeyin alay etmeyin. Doğru yanıtlar verin. Yanlış ve kaçamak yanıtlar, onu incitir ve size olan güvenini zedeler. Yaşa uygun yanıtlar verin. Soruları tekrar tekrar sorduklarında sabırlı olun ve tekrar yanıt verin. Deđerlerden bahsedin.

••• Özel alan tanımlama

İç çamaşırı giydiğimiz yerlerin özel bölgelerimiz olduğunu, bir başkasının özel bölgelerimize bakmasının, dokunmasının, bunu istemesinin doğru olmadığını anlatmalıyız. Bu alanın başkalarından gizlenmesi ve anne baba ve doktorlar dışında bu bölgeye kimsenin dokunmaması gerektiği çocuğa öğretilmelidir. Özel alanlarını öğretirken kendi bedeninden ve kitaplardan faydalanabilirsiniz.

Çocuk için tanımlanan özel alan aynı zamanda anne-babanın da özel alanıdır. Çocuk anne babasının bu alanlarını görmek istediğinde izin vermemeli, bu alanların kişiye özel olduğunu belirtmeli ve kimseye gösterilemeyeceğini anlatmalıdır.

Çocukta “özel alan ” kavramının oluşabilmesi için, 3 yaşından itibaren çocuklar çıplak olarak evde veya ev dışında bulunmamalıdır. Böylelikle çocuklar giysilerinin birileri tarafından çıkartılmasından ciddi rahatsızlık duyacaktır.

Sağlıklı bir mahremiyet duygusu açısından çocuğun başkalarının önünde kıyafetlerini çıkarmaması, giyinip soyunmaması gerektiği çocuğa zaman zaman hatırlatılmalıdır. Çocuğunun yanında giyinip soyunmamaya dikkat eden anne-baba, vücudun özel bölgeleri olduğu ve buraların başka kimselere gösterilmemesi gerektiği ilkesini çocuğuna örnek olarak öğretmiş olacaktır. Bu durum çocuğun bütüncül bir mahremiyet duygusu geliştirmesi açısından önemlidir.

odanıza izin alarak girmesi

gerektiğini öğretme

Çocuklara okul öncesi dönemde, yatak odaları gibi özel alanlara girerken izin alınması gerektiği öğretilmelidir. Anne-baba zaman zaman çocuğa “Bizim odamıza girerken izin almalısın; çünkü içeride giyiniyor ya da soyunuyor olabiliriz veya yalnız kalmak, dinlenmek isteyebiliriz.” diye hatırlatmada bulunmalıdır. Çocuğun bu davranışını pekiştirmesi için, anne-baba da çocuk 4 yaşına girdiğinden itibaren odasına girerken izin almalıdır.

ANNE-BABA İLE AYNI YATAĞI

PAYLAŞMAYA ALIŞAN ÇOCUKLARDA

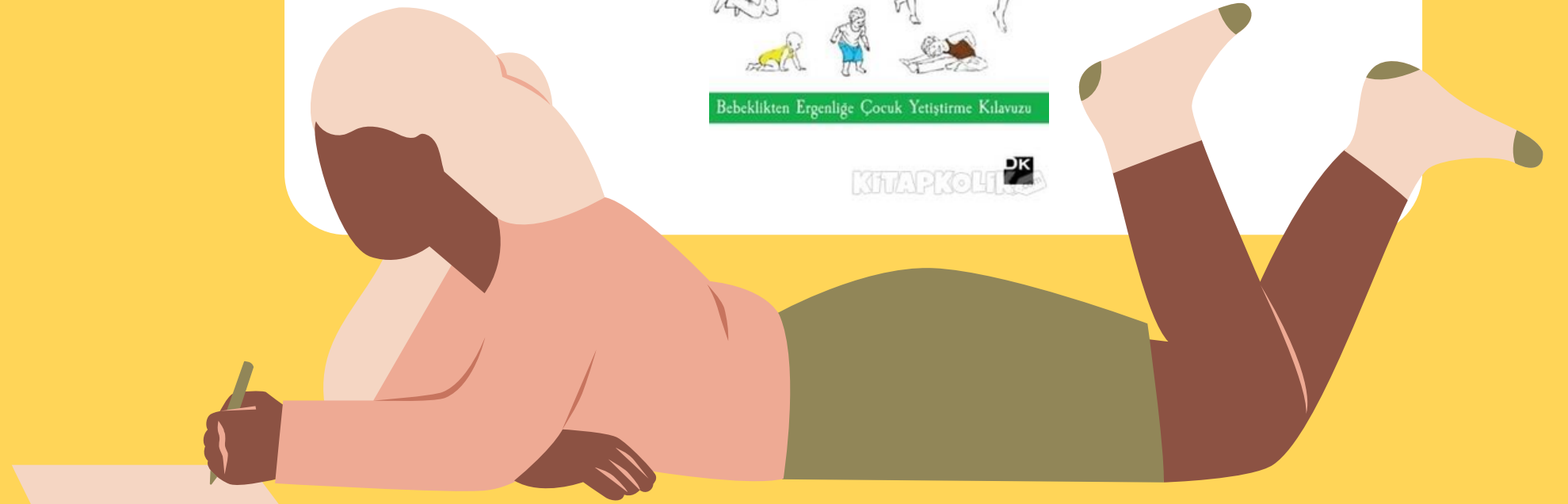
BAĞIMLILIK DUYGUSU DEVAM ETMEKTE

VE KİŞİLİK GELİŞİMLERİ GECİKMEKTEDİR.

mahremiyet içerikli kitap önerileri



sorumluluk içerikli kitap önerileri



kaynakça

M. EATON. "POSITIVE DISCIPLINE:FOSTERING THE SELF-ESTEEM OF YOUNG CHILDREN", YOUNG CHILDREN, 52,6,SEPTEMBER 1997, S.44.

A.S. HONIG, D.S.WITTMER,"SOCIALIZATION AND DISCIPLINE FOR INFANTS AND YOUNG CHILDEN." EARLY CHILD DEVELOPMENT AND CARE, 66, 1991, S.65-73.

ÖZEN, Y. (2015). SORUMLULUK EĞİTİMİ. ANKARA: VİZE YAYINCILIK.

