

İÇİNDEKİLER TABLOSU

BÖLÜM I ÇOCUKTA SOSYAL-DUYGUSAL GELİŞİM (GÜVEN –ÖZGÜVEN VE ÖZSAYGI)

A.GİRİŞ	1
B.GÜVEN VE GÜVENSİZLİK DUYGUSU	2
a. GÜVEN DUYGUSU	2
b. GÜVENSİZLİK KAVRAMI	3
c. ÇOCUKLARDA GÜVEN DUYGUSUNUN GELİŞİMİ	4
C. ÖZGÜVEN KAVRAMI	11
a. ÖZGÜVEN NEDİR?	11
b. ÖZGÜVEN ÇEŞİTLERİ	11
c. ÖZGÜVEN (KENDİNE GÜVEN) NASIL KAZANILIR?	13
1. ÖZGÜVEN OLUŞUMUNU VE GELİŞİMİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER	13
1.1. ANNE-BABA TUTUMLARI	14
1.2. AKADEMİK BAŞARI	16
2. ÖZGÜVEN GELİŞİMİNE ETKİ EDEN DİĞER FAKTÖRLER	18
2.1. OKUL VE ÖĞRETMEN	18
2.2. SORUMLULUK DUYGUSU	18
2.3. ZEKA	27
2.4. FİZİKSEL GÖRÜNÜM	27
2.5. ARKADAŞ İLİŞKİLERİ	27
2.6. BOŞANMA	27
2.7. BABA YOKSUNLUĞU	28
2.8. KENDİNE BAKIŞ VE ÇEVRE	28
2.9. ETKİNLİKLERE KATILMA	28
2.10. OLUMSUZ BASKI VE DİSİPLİN YÖNTEMLERİ	28
D. ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNE GÖRE BİREYLERİN GÖSTERMİŞ OLDUĞU TUTUMLAR	28
a. YÜKSEK ÖZGÜVENE SAHİP BİREYLER	29
b. DÜŞÜK ÖZGÜVENE SAHİP BİREYLER	29
c. KENDİNE GÜVENİ OLUMSUZ ETKİLEYEN HATALI DÜŞÜNCELER	30
d. ÖZGÜVENİ GELİŞTİRME STRATEJİLERİ	31
E. ÖZGÜVEN İLE İLGİLİ KAVRAMLAR	32
F. AŞIRI ÖZGÜVEN MUTSUZ EDİYOR	34
BÖLÜM II ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN SOSYAL VE DUYGUSAL SORUNLARIN NEDENLERİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ	
A.GİRİŞ	36
B. DAVRANIŞ BOZUKLUKLARININ NEDENLERİ	37
a. KALITIM	38

b. BEDENSELNEDENLER VE HASTALIKLAR	38
c. TEMEL İHTİYAÇLARIN KARŞILANMAMASI	38
d. ÇEVRE VE SOSYO-EKONOMİK NEDENLER	38
e. YANLIŞ EĞİTİM	38
C. ÇOCUKLARDA UYUM VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI	39
D. ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN SOSYAL-DUYGUSAL SORUNLAR VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ	39
BÖLÜM III ÇOCUKLARDA SOSYAL- DUYGUSAL GELİŞİMİLE İLGİLİ PROBLEMLER	
A. GİRİŞ	42
B. SOSYAL-DUYGUSAL GELİŞİMİ ETKİLEYEN ETMENLER	43
1. KALITIM	43
2. ÇEVRE VE KÜLTÜR	43
3. ANNE- BABA TUTUM VE DAVRANIŞLARI	43
4. KARDEŞ VE AKRAN İLİŞKİLERİ	43
5. EĞİTİM PROGRAMI VE ÖĞRETMEN	43
C. ÇOCUKLARDA SOSYAL- DUYGUSAL GELİŞİMİLE İLGİLİ PROBLEMLER	44
1. KORKU	44
1.1. KORKUNUN NEDENLERİ	45
1.2. ÇOCUKLARIN KORKULARINA KARŞI NASIL DAVRANILMALI?	45
1.3. KORKU İLE BAŞA ÇIKAMA	46
1.4. KORKULARLA BAŞA ÇIKABİLME YÖNTEMLERİ	47
1.5. KORKUNUN BELİRTİLERİ	47
2. KAYGI BOZUKLUĞU (ANKSİYETE)	48
2.1. KİŞİDE KAYGI BOZUKLUĞU OLABİLECEĞİNİ GÖSTEREN GENEL BELİRTİLER	48
2.2. KORKU İLE KAYGININ FARKLILIKLARI VE BENZERLİKLERİ	49
2.3. KAYGI BOZUKLUĞU TÜRLERİ	49
2.3.1. AYRILMA KAYGISI BOZUKLUĞU	50
2.3.2. YAYGIN KAYGI (KURUNTU-ANKSİYETE) BOZUKLUĞU TANI VE TEDAVİSİ	51
2.3.3. SOSYAL KAYGI BOZUKLUĞU (SOSYAL FOBİ)	53
2.3.4. ÖZGÜL (BASİT) FOBİLER	54
2.3.5. OKULU REDDETME VE OKUL KORKUSU	57
2.3.6. SINAV KAYGISI	58
i. SINAV KAYGISININ BELİRTİLERİ NELERDİR?	60
ii. SINAV KAYGISI YAŞANDIĞI NASIL ANLAŞILIR?	60
iii. SINAV KAYGISININ NEDENLERİ NELERDİR?	60
iv. OLUMSUZ DÜŞÜNCELER VE ALTERNATİF DÜŞÜNCELER	60
v. SINAV KAYGISIYLA BAŞEDEBİLMEK İÇİN NELER YAPMALIYIM?	61
vi. ÇOCUKLARDAKİ KAYGI İLE EBEVEYN TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ	62
2.3.7. OBSESİF- KOMPULSİF BOZUKLUKLAR (OKB)	62

2.3.8. SEÇİCİ KONUŞMAZLIK (SELEKTİF MUTİZM)	65
3. KISKANÇLIK	66
4. UTANGAÇLIK	70
a. UTANGAÇLIĞA NEDEN OLAN ETKENLER	71
b. ÇOCUKLARDA UTANGAÇLIK	73
c. ÇOCUĞUNUZ UTANGAÇ İSE ÖNCE KENDİNİZİ SORGULAYIN. BU 4 EBEVEYN MODELİNE DİKKAT!	73
d. UTANGAÇLIĞI AŞMAK İÇİN ANNE VE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER	74
5. SÖZ DİNLEMİYEN ÇOCUK!	75
a. ÇOCUKLAR NEDEN SÖZ DİNLEMEZLER?	75
b. SÖZ DİNLEMİYEN ÇOCUĞA NASIL DAVRANMALI ?	76
6. ÇOCUKLARDA İNATÇILIK	79
a. ÇOCUKLARDA İNAT DÖNEMİ	79
b. İNATÇILIĞIN NEDENLERİ	80
c. İNATÇI COCUĞA NASIL YAKLAŞILMALIDIR?	80
7. YALANCILIK	81
a. ÇOCUK VE YALAN	81
b. ÇOCUKLAR YALAN SÖYLEMEYİ YETİŞKİNLERDEN ÖĞRENİR	82
c. ÇOCUKLAR HANGİ NEDENLERDEN DOLAYI YALAN SÖYLER?	82
d. ÇOCUKTA YALAN SÖYLEME DAVRANIŞINI ORTAYA ÇIKARABİLECEK FAKTÖRLER	83
e. YALAN SÖYLEYEN ÇOCUĞA SAHİP AİLELERE ÖNERİLER	84
f. USTA BİR YALANCI ÇOCUK YETİŞTİRMENİN YOLLARI	84
g. “YALAN DEDEKTÖRÜ” OLMAMIZ MÜMKÜN MÜ?	85
8. ÇOCUĞA SINIR KOYMA	86
a. GİRİŞ	86
b. ÇOCUK YETİŞTİRMEDE SINIR KOYMANIN ÖNEMİ	86
c. ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA SINIR KOYMAKTA NEDEN ZORLANIYORLAR?	87
d. SINIRLAR NASIL BELİRLENİR?	87
e. SINIR KOYARKEN BEKLENTİLER MAKUL OLMALIDIR	87
f. SINIRLARI BELİRLERKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?	88
g. SINIR KOYMADA ALTIN KURALLAR	88
h. ÇOCUK KURALLARA UYMADIĞI ZAMAN NE OLACAK?	88
i. PEKİ, ÇOCUĞA SINIR KOYMANIN FAYDALARI NELERDİR?	89
j. ETKİSİZ SÖZEL MESAJ” ÖRNEKLERİ	90
k. ÇOCUĞUNUZUN UYGUN DAVRANIŞLAR GÖSTERDİĞİ ZAMANLARI YAKALAYINIZ!	90
ÇEVRE DÜZENLEMeye ÖNEM VERİNİZ!	90
BÖLÜM IV SORUMLULUK EĞİTİMİ	
A.SORUMLULUK KAVRAMI	92
B. SORUMLULUK EĞİTİMİ	93

a. SORUMLULUK BİLİNCİ VE SORUMLULUK DUYGUSUNUN GELİŞİMİ VE TEMEL İLKELER	94
b. SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMA SÜRECİ	94
c. SORUMLULUK EĞİTİMİNDE AİLE	95
I. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMADA BAZI TEMEL KURALLAR	96
II. ÇOCUKLARDA SORUMLULUK KAZANDIRMADA ATILACAK ÖNEMLİ ADIMLAR	99
III. SORUMLULUK DOĞUŞTAN GETİRİLEN DEĞİL, ÖĞRENİLEBİLEN BİR BECERİDİR	101
IV. SORUMLULUK KAZANDIRMA SÜRECİNDE ENGELLER	102
V. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMADA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER	102
VI. ANA-BABA TUTUMLARININ ÇOCUKTA SORUMLULUK DUYGUSUNA ETKİSİ	103
1) AŞIRI KORUYUCU TUTUM	103
2) OTORİTER TUTUM	104
3) GEVŞEK TUTUM (ÇOCUK MERKEZCİ AİLE)	105
4) TUTARSIZ TUTUM	105
5) YETKİNCİ TUTUM (MÜKEMMELLİYETÇİ ANNE-BABALAR)	106
6) DEMOKRATİK TUTUM	107
VII. ÇOCUĞUN SORUMLULUK KAZANMASINDA ARKADAŞ İLİŞKİLERİ	107
VIII. ÇOCUĞUN SORUMLULUK DUYGUSUNU KAZANMASINDA SEVGİNİN ROLÜ	109
i. AŞIRI SEVGİ GÖSTERİSİ	110
ii. SEVGİ YETERSİZLİĞİ	110
iii. SEVGİMİZİ GÖSTERMENİN BAZI YOLLARI	111
d. ÇOCUKLARA SEVGİMİZİ GÖSTERMENİN BAZI YOLLARI	112
e. OKULDA ÇOCUKLARA VE GENÇLERE SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMA	112
f. OKULDA ÇOCUĞA SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMADA AŞAMALARI	112
C. ÖĞRENCİLERİN ÖDEV SORUMLULUĞU	114
a. EV ÖDEVİN BAŞARIYA ETKİSİ	114
b. ÖDEVLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ VE DÜZELTİLMESİ	116
BÖLÜM V ÖĞRENME STİLLERİ VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ	
A. GİRİŞ	117
B. ÖĞRENME STİLLERİ	118
C. BİREY KENDİ ÖĞRENME STİLİNİ BİLDİĞİNDE...	119
D. ÖĞRENME STİLLERİNİN SINIFLANDIRILMASI	119
E. DUNN VE DUNN'IN ÖĞRENME STİLLERİ MODELİ	120
F. GÖRSEL, İŞİTSEL, DOKUNSA /KİNESTETİK ÖĞRENME STİLLERİ	121
a. GÖRSEL ÖĞRENME STİLİ	121
b. İŞİTSEL ÖĞRENME STİLİ	122
c. DOKUNSA (KİNESTETİK) ÖĞRENME STİLİ	123
VAKA ÖRNEĞİ	124
G. DUNN VE DUNN ÖĞRENME STİLLERİ MODELİ FAKTÖRLER	125
a. ÇEVRESEL FAKTÖRLER	126

b. DUYGUSAL FAKTÖRLER	128
c. SOSYAL FAKTÖRLER	129
d. FİZYOLOJİK FAKTÖRLER	129
e. PSİKOLOJİK FAKTÖRLER	134
H. ÖĞRENME STİLLERİ VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ	136
a. ÖĞRENME STİLİNE UYGUN ÖĞRENME-ÖĞRETME ORTAMLARI DÜZENLEME	137
b. SINIFI ÖĞRENME STİLLERİNE GÖRE DÜZENLEME	137
c. ÖZET	138
BÖLÜM VI ÇOKLU ZEKA KURAMI VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ	
A. GİRİŞ	139
B. KLASİK ZEKA ANLAYIŞI	140
a. STANFORD-BİNET ZEKA ÖLÇEĞİ	141
b. IQ HESABI	142
c. TÜRKİYE’DE UYGULANAN ZEKA TESTLERİ	143
C. ÇOKLU ZEKA KURAMININ ORTAYA ÇIKIŞI	144
D. HOWARD GARDNER VE ÇOKLU ZEKA KURAMI	144
E. EĞİTİMDE PROGRAM	145
F. HOWARD GARDNER VE ÇOKLU ZEKA TEORİSİ	146
G. ÇOKLU ZEKA KURAMI ALANLARI	147
1) SÖZEL/DİLBİLİMSEL ZEKA	147
2) MANTIKSAL/MATEMATİKSEL ZEKA	148
3) GÖRSEL / UZAMSAL ZEKA	149
4) MÜZİKSEL-RİTMİK ZEKA	150
5) BEDENSEL/KİNESTETİK ZEKA	150
6) SOSYAL / KİŞİLERARASI ZEKA	151
7) ÖZEDÖNÜK / İÇSEL ZEKA	152
8) DOĞA (DOĞACI) ZEKA	153
H. DEĞERLENDİRME (ÇOKLU ZEKA KURAMI)	154
a. HAYVANLAR OKULU	154
b. KİM DAHA ZEKİ?	155
c. KISSADAN HİSSE!	155
İ. BEYNİMİZ NASIL ÖĞRENİYOR?	156
a. BEYNİMİZİN %10’UNU MU KULLANIYORUZ?	156
b. "BEYİN DE TIPKI PARMAK İZİ GİBİ EŞSİZDİR .. ”	157
c. HİSSEDEN (DUYGUSAL) BEYİN	158
d. DÜŞÜNEN (REFLEKTİF) BEYİN	158
e. BÜTÜNSEL BEYİN	159
J. TEKLİ ZEKA YAKLAŞIMINDAN ÇOKLU ZEKA YAKLAŞIMINA DOĞRU	160

K. ÇOKLU ZEKA TEORİSİ VE EĞİTİMDE UYGULAMALARI	161
a. ÇOKLU ZEKA KURAMI VE ÖĞRETMENLER	161
b. ÇOKLU ZEKA KURAMINA GÖRE ÖĞRETİMİN PLANLANMASI	163
c. ÇOKLU ZEKA KURAMINDA SINIF YÖNETİMİ	164
d. ÇOKLU ZEKA KURAMINDA ÖLÇME-DEĞERLENDİRME	165
L. ÇOKLU ZEKA ALANLARININ GELİŞİMİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER	167
M.ÇOKLU ZEKA ALANLARINI BİLMENİN YARARI VE BELİRLEME YÖNTEMİ	168
BÖLÜM VII DUYGUSAL ZEKA	
A. DUYGU KAVRAMI	170
B. DUYGUSAL ZEKA	171
C. DUYGULARIN KAYNAĞI	171
D. OLUMLU DUYGULARIN YARARLARI	173
E. BİLİŞSEL ZEKA (IQ) İLE DUYGUSAL (EQ) ZEKANIN KARŞILAŞTIRILMASI	173
F. DUYGUSAL ZEKAYI OLUŞTURAN YETENEKLER	174
G. DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ	175
a. ÇOCUKLUKTA DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ	176
b. YAŞ VE DUYGUSAL ZEKA	178
H. AİLE ORTAMINDA ÇOCUĞUN DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ	179
1. DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİNİ ETKİLEYEN BAZI EBEVEYN TUTUMLARI	180
2. ÇOCUKLARIN YARATICILIKLARINI DESTEKLEMEDE ANA-BALARA DÜŞEN GÖREVLER	181
3. ÇOCUKLARIN HAYAL GÜCÜNÜNÜN GELİŞMESİNDE ANNE VE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER	182
i. OYUNUN ÇOCUK GELİŞİMİ ÜZERİNE ETKİLERİ	182
ii. PEDAGOJİ DERNEĞİ'NİN AİLELER İÇİN TAVSİYE EV VE KUTU OYUNLARI	182
iii. ÜLKEMİZDE OYNANAN ÇOCUK OYUNLARI	185
iv. OYUNCAK SEÇİMİ (EĞİTİCİ OYUNCAKLAR)	185
v. ÇOCUK KİTAPLARININ ÇOCUĞUN GELİŞİM SÜRECİNDEKİ ETKİLERİ	186
4. MASAL VE HİKAYELERİN ÇOCUKLARA ETKİLERİ	186
5. ÇOCUK KİTAPLARINDA BULUNMASI GEREKEN ÖZELLİKLER	188
6. PEDAGOJİ DERNEĞİ'NDEN ÇOCUK VE EBEVEYNLERE TAVSİYE KİTAPLAR	189
7. ÇOCUĞUNUN HAYAL GÜCÜ VE YARATICILIĞINI GELİŞTİREN DİĞER ETKİNLİKLER	191
I. OKULDA DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ	191
İ. İŞ HAYATINDA DUYGUSAL ZEKA	193
a. DUYGUSAL ZEKANIN İNSAN YAŞAMINDAKİ ETKİLERİ	193
b. ÖRGÜTLERDE DUYGUSAL ZEKA VE KARAR VERME İLİŞKİSİ	196
J. ZEKA ALANLARININ SAPTANMASI	197
K. ÇOKLU ZEKA KURAMI VE TÜRK EĞİTİM SİSTEMİNE YANSIMASI	201

BÖLÜM VIII
DİJİTAL ÇAĞDA ÇOCUKLAR VE EBEVENLER

A. GİRİŞ	203
B. DİJİTAL YAŞAM	204
C. DİJİTAL DÜNYADA ÇOCUK BÜYÜTMEK	205
D. AİLENİN DİJİTAL OKURYAZAR OLMASI	207
a. BİR AİLE NASIL “DİJİTAL AİLE” OLUR?	207
E. TELEVİZYON, İNTERNET, CEP TELEFONU VE DİJİTAL OYUNLAR	209
1) TELEVİZYON	209
2) İNTERNET ÇOCUK VE AİLE	209
2.1. AİLE-ÇOCUK VE İNTERNET	210
2.2. ÇOCUKLARA İNTERNET KULLANMA ALIŞKANLIĞI KAZANDIRMAK İÇİN YAPILACAKLAR	211
2.3. VELİLERE İNTERNET KULANIMI KONUSUNDA ÖNERİLER ADRESLER	212
3. ÇOCUK VE TELEFON	213
3.1. AİLE-ÇOCUK- CEP TELEFONU DENGESİ NASIL KURULABİLİR?	213
3.2. EBEVEYNLER ÇOCUKLARINA TELEFON ALMALI MI?	214
3.3. CEP TELEFONU KULLANMA KURALLARI	215
4. ÇOCUK VE OYUN	217
4.1. AİLE VE DİJİTAL OYUNLAR	218
EĞİTİMCİLERİN OYUNLA İLGİLİ GÖRÜŞLERİ	217
F. AİLE İÇİ TEKNOLOJİ GÜVENLİĞİ SÖZLEŞMELERİ	219

BÖLÜM IX
ÖĞRENME-ÖĞRETME SÜRECİNDE ÖDEV

A. ÖDEV NEDİR?	221
B. YURT İÇİNDE YAPILAN ÇALIŞMALARDAN ÖRNEKLER	222
C. YURT DIŞINDA YAPILAN ÇALIŞMALARDAN ÖRNEKLER	222
D. ÖDEVLERLE İLGİLİ OLUMLU VE OLUMSUZ GÖRÜŞLER	224
a. OLUMLU GÖRÜŞLER	224
b. OLUMSUZ GÖRÜŞLER	224
E. ÖDEV KONUSUNDA DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR	225
1) OKULUN İYİ BİR ÖDEV POLİTİKASI OLMALIDIR	226
2) EV ÖDEVİ OLUŞTURMA İLKELERİ	227
3) ÖDEVLE İLGİLİ ÖĞRETMEN ROLLERİ	227
4) ÖDEVLERDE EBEVEYNLERİN ROLÜ	229
F. ÖĞRENME ORTAMI OLUŞTURMAK (ÖDEVİ DESTEKLEME)	229
G. SONUÇ	230
H. ÖNERİLER	232
a. ÖDEV ORTAMININ ÖĞRENCİNİN BİREYSEL ÖZELLİĞİNE GÖRE DÜZENLENMESİ	232
b. VELİLER ÖDEV SORUMLULUĞUNUN ÇOCUKLARA AİT OLDUĞUNU UNUTMAMALIDIR	233

ÖN SÖZ

Günümüzde çocuk gelişimi üzerine yapılan tüm araştırmalar çocuğun gelişiminin anne karnında döllenme ile başladığını ve yaşam boyu düzenli bir biçimde sürdüğünü göstermektedir. Dönemler halinde gerçekleşen ve her dönem bir önceki döneme göre farklılıklar gösteren çocuk gelişiminde genetik ve çevresel faktörlerden dolayı bireysel farklılıklar olsa da gelişim belli temel prensiplere göre bir seyir içinde gerçekleşmektedir.

Talia Buke (2019) çocukların zihinsel, duygusal, fiziksel gelişiminin %90'nının 0-3 yaş arasında gerçekleştiğini belirtmektedir. Maria Montessori ise 0-6 yaş arasındaki çocukların beyinlerindeki nöronların çok hızlı hareket ettiğini buna bağlı olarak da bu dönemde öğrenmenin çok hızlı olduğunu öne sürmektedir. Günümüzde beyin gelişimi üzerinde yapılan araştırmalar da 0-3 yaş arası dönemde beyin diğer dönemlerden daha hızlı geliştiğini ve bu dönemde çevrenin beyin gelişimi üzerinde önemli etkilerinin olduğunu ortaya koymaktadır.

Görüldüğü üzere okul öncesi dönem gelişim konusunda kritik bir zaman dilimini oluşturmaktadır. Ve okul öncesinde verilecek eğitim hizmetleri tesadüflere bırakılamayacak kadar ciddi, bilimsel ve sistematik bir organizasyon ile yönlendirilmesi gereken tüm eğitim sisteminin en can alıcı basamağını oluşturmaktadır.

Bu kritik dönemde aile kurumu çocuğun yaşamında çok önemli bir etkiye sahiptir. Çocuğun hayatında bu kadar önemli yere sahip olan ebeveynlerin hem ebeveyn olma becerileri hem de çocuk bakımı ve eğitimi konularında bilgi ve becerilerini geliştirmeleri gerekmektedir.

Ancak ülkemizde en düşük düzeydeki bir kamu hizmet için bile eleman alımında yeterli olup olmadığı sınavlarla değerlendirilirken, akıl yetenek ve becerileri sınava sokulmadan sadece biyolojik olgunlukları yeterli görülerek çocuk yetiştirme konusunda ana-babalara yetki verilmektedir. Oysa ebeveyn olmak, gerçek anlamda bir sanattır. Eğitim ister, emek ister, sabır ister, çaba ister ve bitmeyen bir dolu yürek ister. Ne yazık ki, ülkemizde hemen hemen hepimiz, ön hazırlıksız, eğitimsiz ve diplomasız yaşamımızın büyük bir bölümünü anne-babalık mesleğinde geçiriyoruz.

Öte yandan günümüz çocuklarının ebeveynleri (bugünkü anne-babalar), çocukluklarından çok farklı bir dönemde yaşıyor olmaları buna bağlı olarak da istek ve gereksinimlerinin farklı olması anne babaları, birçok konuda ne yapacağını bilemez hale getirmiştir.

Ailede başlayan okul ile devam eden eğitimden istenilen sonucun alınabilmesi için eğitim faaliyetlerini yürütücü konumda olan öğretmenlerin de nitelikli olması oldukça önemlidir. Çünkü öğretmenin öğrenciyle olan iletişimi, hem öğretme-öğrenme sürecinin niteliğinin artmasında hem de öğrenci davranışlarının gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Bu nedenle evde ana-babanın, okulda öğretmenin, çocuklar için rol model oluşturan en önemli yetişkinler olduğu söylenebilir.

Ancak günümüzde anne-babaların ve öğretmenlerin üzerine düşen bu önemli görevi yerine getirebilmeleri için öncelikle kendilerinin bir sorun kaynağı olmaktan çıkması; bir çözüm kaynağı olacak niteliklere sahip olmaları gerekmektedir.

Oysa bugün ülkemizde yaşadığımız ağır sorunların altında, sorun çözme kabiliyetini kaybetmekte olan aile gerçeği yatmaktadır. Aslında aileler bilinçlendirilerek bu sorunlar büyük oranda çözülebilir.

Ülkemizde MEB önderliğinde çeşitli sivil toplum kuruluşlarının desteğiyle aile eğitim programları düzenlenmekte ve hizmet verilmektedir. Fakat bu programlar ciddi bir ekip çalışması gerektirdiğinden ve maliyet oluşturduğundan toplumun çok az bir kesimine hizmet sunabilmektedir.

Bilgi çağı, bütün geleneksel kurum ve mesleklere olduğu gibi öğretmenlik mesleğine de meydan okumakta ve onu değişime zorlamaktadır. Günümüzde öğrenmeye ve gelişmeye açık, kendini sürekli yenileyen, araştıran, meraklı, iletişim becerisi yüksek, çoğulcu demokrasi anlayışını yaşam biçimi haline getirmiş, farklı inanç ve görüşlere saygılı, yaşam becerisi yüksek, kültürel değerlerimizi yaşayan ve yaşatmaya çalışan, alanında akademik olarak kendini yetiştirmiş, formasyon becerisi yüksek, etkili bir teknoloji kullanıcısı, düzenli bir okuma-yazma alışkanlığı olan, genel kültür düzeyi yüksek, iyi düzeyde yabancı dile sahip, sanata saygılı, mesleğini seven, topluma örnek olan lider öğretmenlere gereksinimi vardır.

Okul öncesi dönemde çocuk, aile ve okul bir bütündür. Bu üç bileşen birbirinden ayrı düşünülemez. Okul öncesi dönem çocuklar için yaşamın sihirli yıllarıdır. Anne babalar ve özellikle okul öncesi eğitim öğretmenleri bu süreçte, çocuklara/öğrencilere yardımcı olma ve eğitici nitelikte deneyimler sunma konusunda rehberliğe gereksinim duyabilirler.

Bu kitapta çocuk gelişimi ve eğitimi ile ilgili hangi bilgi, beceri, tutum ve davranışların hangi yaş düzeyindeki çocuklara ve gençlere kazandırılacağı hakkında bilgiler yer almaktadır. Dokuz bölümden oluşan kitabın her bölümünde ülkemizde ve diğer ülkelerde gerçekleştirilen uygulama örnekleri ışığında teorik bilgilere ve dikkat çekici vaka örneklerine yer verilmiştir.

Kitabın Bölümleri:

- Bölüm I: Çocukta Sosyal-Duygusal Gelişim (Güven –Özgüven ve Özsaygı)
- Bölüm II: Çocuklarda Görülen Sosyal ve Duygusal Sorunların Nedenleri ve Çözüm Önerileri
- Bölüm III. Çocuklarda Sosyal- Duygusal Gelişimle İlgili Problemler
- Bölüm IV: Sorumluluk Eğitimi
- Bölüm V Öğrenme Stilleri ve Eğitimdeki Önemi
- Bölüm VI: Çoklu Zeka Kuramı ve Eğitimdeki Önemi
- Bölüm VII: Duygusal Zeka
- Bölüm VIII: Dijital Çağda Çocuklar ve Ebevenler
- Bölüm IX: Öğrenme-Öğretme Sürecinde Ödev

Çocuk gelişimi ve eğitimini kapsamlı bir şekilde ele alan bu kitabın anne-babalara ve öğretmenlerine yararlı olmasını diliyorum, sevgi ve saygılarımı sunuyorum.

İsmail ZENGİN

Mart 2021, SAMSUN

(ikinci baskı)

BÖLÜM I
ÇOCUKTA SOSYAL-DUYGUSAL GELİŞİM
(GÜVEN –ÖZGÜVEN VE ÖZSAYGI)

KONU BAŞLIKLAR

- | | |
|--|--|
| <p>A. Giriş</p> <p>B. Güven ve Güvensizlik Duygusu</p> <p>a. Güven Duygusu</p> <p>b. Güvensizlik Kavramı</p> <p>c. Çocuklarda Güven Duygusu Gelişimi</p> <p>C. Özgüven Kavramı</p> <p>a. Özgüven Nedir?</p> <p>b. Özgüven Çeşitleri</p> <p>c. Özgüven Nasıl Kazanılır?</p> <p>1. Özgüven Oluş Umunu ve Gelişimi</p> <p>1.1. Anne-Baba Tutumları</p> <p>1.2. Akademik Başarı</p> <p>2. Özgüven Gelişimine Etki Eden Faktörler</p> <p>2.1. Okul ve Öğretmen</p> <p>2.2. Sorumluluk Duygusu</p> <p>2.3. Zeka</p> <p>2.4. Fiziksel Görünüm</p> | <p>2.5. Arkadaş İlişkileri</p> <p>2.6. Boşanma</p> <p>2.7. Baba Yoksunluğu</p> <p>2.8. Kendine Bakış ve Çevre</p> <p>2.9. Etkinliklere Katılma</p> <p>2.10. Olumsuz Baskı ve Disiplin Yöntemleri</p> <p>D. Özgüven Düzeylerine Göre Bireylerin Göstermiş Olduğu Tutumlar</p> <p>A. Yüksek Özgüvene Sahip Bireyler</p> <p>B. Düşük Özgüvene Sahip Bireyler</p> <p>C. Kendine Güveni Olumsuz Etkileyen Hatalı Düşünceler</p> <p>D. Özgüveni Geliştirme Stratejileri</p> <p>E. Özgüven ile İlgili Kavramlar</p> <p>F. Aşırı Özgüven Mutsuz Ediyor</p> |
|--|--|

A. GİRİŞ

Evrende hiçbir varlık kendi kendisiyle sınırlı, gücü kendi içinde, diğer varlıklardan yalıtılmış değildir. Başka bir ifadeyle evrende tek tek varlıklar kendi kendilerine yetmez. Bir bütün içindedir. Bu bağlamda toplumu oluşturan bireylerin birlikte yaşamaya ihtiyaçları vardır. Birliktelik bir ihtiyaç olmakla birlikte insana her zaman mutluluk vermez.

Çünkü insanlarla birlikte olmak demek, onlarla etkileşim içine girmek demektir. Ve bu etkileşimler insanın hayatını bazen kolaylaştırır, bazen de zorlaştırır. Olumsuz duyguların, düşüncelerin kol gezdiği, bunlara eşlik eden davranışlarla oluşan karanlık hava ile, olumlu duygu ve düşüncelere eşlik eden davranışları yeşerten hava bir olur mu? İşte, insanların bir arada olmaktan mutluluk duymasını, işe yarar, verimli davranışlarda bulunmasını sağlayan sihirli bir değnek vardır ki o da “güven”dir.

Bireysel ve örgütsel davranış üzerinde önemli etkileri olan sosyal bir olgu olarak güven (Dietz, Gillespie ve Chao, 2010); ekonomi, psikoloji, sosyoloji, siyaset, hukuk, antropoloji, tarih vb. gibi birbirinden farklı pek çok disiplin tarafından incelenen önemli kavramlardan biridir. Örgüt kuramcıları, sosyologlar, davranış psikologları ve eğitimciler; sosyal etkileşimler ve çalışma ilişkileri açısından güvenin oldukça önemli olduğunu ifade etmektedirler. Güven duygusu yaşamın ilk yıllarında biçimlenip sonraki yıllarda giderek gelişir. Anne-çocuk ilişkisi içinde çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması güven duygusu için önemlidir. Ülkemizde çocuk yetiştirme biçimlerinde, “aşırı kontrol”, “çocuklar adına karar alınması”, “aşırı eleştirme”, “utandırma”, “kınama”, “kıyaslama”, “aşağılayıcı sözler” özgüven gelişimini olumsuz etkileyen yaygın davranışlardır. Mutlu ve başarılı yaşamın ön koşulu(özgüven) kendine güvenmektir.

Ancak kendine güven, hayata karşı yapıcı ve olumlu bir bakış açısını ve kendi gücüne inanmayı da gerektirir. Çünkü aşırı özgüvene sahip olan kişiler gerçeklikten, doğallıktan uzaklaşarak önemli ölçüde kişilik ve davranış sorunları yaşayabilirler. Zaman zaman kişinin anlamadığı, kontrol edemediği, bilmediği durumlarda çekinik kalması, kendine güvenememesi normaldir; buradaki kendine güvenmeyiş olumsuz değil, olumlu bir durumdur. Bu durumda özgüveni olan kişi kendini yetersiz hissedebilir; ama aşağılık kompleksine kapılmaz. Aşağılık kompleksi özsaygısı ve özgüveni az veya eksik olan kişilerin yaşadığı ruhsal bir durumdur. Kendine saygı ise, kendini ve sınırlarını kabul etmektir. Kendine saygı bir anlamda gerçeklerle yüzleşmektir. Kişinin neyi yapabileceğini, neyi yapamayacağını, nerede iyi olduğunu, nerede yetersiz olduğunu, başkalarının söylemesine gerek olmadan, kendinin bilmesidir.

Bu çalışmada kişilik gelişiminin temellerinin atıldığı erken çocukluk yılları güven duygusu kazandırabilmek için ailelerde güven ortamlarının oluşturulabilmesi için yapılması gerekenlerin neler olduğu, kişilik ve dolayısı ile özgüvengelişimine doğrudan etki eden anne baba tutumları üzerinde durulmaktadır.

Ayrıca çalışmada ele alınan diğer önemli bir konu da “özsaygı”dır. Özsaygı, “ben kendimi nasıl görüyorum?” sorusunun cevabıdır. Özgüven için özsaygı, olmazsa olmaz koşullardan birisidir. Özsaygı, özgüveni doğurur. Ancak aşırı özgüvene sahip olan kişiler “ego”larını şişirerek, gerçeklikten, doğallıktan uzaklaşarak önemli ölçüde kişilik ve davranış sorunları yaşayabilirler. Oysa zaman zaman kişinin anlamadığı, kontrol edemediği, bilmediği durumlarda çekinik kalması, kendine güvenememesi normaldir; buradaki kendine güvenmeyiş olumsuz değil, olumlu bir durumdur. Bu durumda özgüveni olan kişi kendini yetersiz hissedebilir; ama aşağılık kompleksine kapılmaz. Aşağılık kompleksi özsaygısı ve özgüveni az veya eksik olan kişilerin yaşadığı ruhsal bir durumdur. Yüksek özsaygı, “Değerim başarıma bağlıdır” yerine “başarısız olduğum zaman da değerliyim” anlayışını temsil eder.

B. GÜVEN VE GÜVENSİZLİK DUYGUSU

a. GÜVEN DUYGUSU

Güvenle ilgili olarak yapılan birçok tanım bulunmakla birlikte genel olarak sosyal bilimler literatürü güveni, bir toplumda yaşayan bireylerin birbirlerine, içinde yaşadıkları sistemlerin kurallarına ve kurumlarına yönelik olarak, sözkonusu birey, kurum veya kuralların rollerini ve işlevlerini belirlenen doğrultuda en iyi şekilde yapacaklarına duyulan inanç olarak tanımlanmaktadır (Demir ve Acar, 2005). Türk Dil Kurumu da (2009) güveni kelime anlamı olarak “korku, çekinme ve kuşku duymadan inanma ve bağlanma duygusu” şeklinde tanımlanmaktadır.

Güven çok katmanlı ve geniş boyutlu bir kavram olup sosyoloji, psikoloji, ekonomi, siyaset, antropoloji, tarih, iletişim gibi farklı alan ve disiplinlerin konusu olmuştur. Her bir alan, güven olgusuna kendi perspektifinden yaklaşmış ancak güvenle ilgili yapılan bütün çalışmalar birbirinden beslenmiştir. Güven, bireyin varoluşuyla ve dünyayı algılayış sürecinde temel güvenle başlayan, diğer birey ve gruplarla olan kişilerarası güven ilişkileriyle somutlaşan, sosyal güven aracılığıyla modern yaşam içindeki yapılar, sistemler ve ağlara yönelik olarak gelişen bir yapıyı olanaklı kılmaktadır.

İnsan etkileşimlerinde diğerlerine güvenmek son derece önemli ve gereklidir. Kişilerarası bir ilişkide, karşıdaki bireyin istediği ilk ve tek şey güvendir. Bir bireyde güvene temel olan duygular, temel gereksinimlerinin, geçmiş yaşamındaki önemli kişiler tarafından karşılanış biçimlerine göre gelişir. Bu gereksinimler ne denli yeterli karşılanmışsa, bireyin güven duygusu da o denli sağlamdır. Güven, bir başkasının güvenilirliğine inanmak ve o kişinin yanında bireyin kendisini güvencede hissetmesidir. Başka bir anlatımla güven, bir başkasının doğruluğuna, dürüstlüğüne ve tutarlılığına inanmaktır.

Ahmet İnam'ın (2003) güvenin felsefesi üzerine ele aldığı çalışmasında ifade ettiği gibi, her şeyin başı güvendir. Güven kök duygudur. Çocuk çevresindekilere, çevresindekiler çocuğa, öğrenci öğretmene, öğretmeni öğrencisine patron işçisine, işçi patronuna, üretici müşterisine, müşterisi işçisine, eşler birbirine güvenecektir. Yöneten yönetilene, yönetilen yönetene, topluluklar, uluslar, bir arada yaşayan insanlar birbirine güvenecektir. Güvenmeyi öğrenmek yaşamayı başarabilmek için zorunludur. Birey olarak kendini gerçekleştirip, var olabilmek için de kendine güven baş koşuldur.

Yapılan araştırmalar ile yüksek düzeyde güvenin var olduğu kurumlarda işe bağlılığın arttığı, iletişimin daha da g¼c¼lendiđi ve iş tatminin yüksek düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak güvenin oluşabilmesinin kolay olmadığı, bir takım aşamalardan geçtikten sonra tam anlamıyla kavramın işlerlik kazandığı ifade edilmektedir.

b. G¼VENSİZLİK KAVRAMI

G¼vensizlik, bir kişinin karşıdakinin hareketlerinden, s¼ylemlerinden, grup içi etkileşiminden, kararlarından olumsuz etkilenmesi ve ileriki s¼reçlerde o kişiye karşı olumsuz d¼ř¼ncelere sahip olması olarak tanımlanabilir. G¼vensizlik karşıdaki kişiye duyarsızlaşmayı da beraberinde getirir. G¼ven ortamını ortadan kaldıran bireye karşı kişi, harekete geçmede, yardımlaşmada, fikir alışverişinde, karar almada negatif d¼ř¼nce geliştirir, grup içi ¼yeliđinden dışlanmasına y¼nelik davranış sergileyebilir ya da tamamen iletişim bağını kopararak kendinden uzaklaştırabilir.

❖ G¼vensizlik/Kendine G¼vensizlik

Her aile çocuğunu doğru eğitim vererek yetiştirmek isterse de bu her zaman m¼mk¼n olmayabilir. Bireylerin temel kişilik ¼zellikleri nasıl farklıysa, ailelerin yapıları da birbirlerinden çok farklı ¼zellikler g¼sterir. ocuk yetiştirirken uyguladıkları y¼ntemlere g¼re:

- Otoriter, baskıcı ve aşırı kuralcı
- M¼kemmeliyetçi
- İlgisiz
- Aşırı korumacı
- Denetleyici

Bağımlı olan ailelerde yetişen çocukların b¼y¼k bir çoğunluğunun g¼ven sorunu yaşadıkları bilinmektedir. ¼nce kendine g¼vensizlikle başlayan bu sorunun zamanla diğer ilişkilere de yansımaları ve neredeyse herkese ve her Şeye karşı g¼vensizlik olarak yayılması sık rastlanır bir durumdur.

❖ G¼vensizlik Duygusuna:

- Aşırı kırılabilirlik
- Alınganlık
- Ő¼phe
- Kıskanılıkgibi ek duygular da eşlik eder.

Kişi s¼rekli yanlış yapmamak için tetiktir. İnsanların kendisi hakkında ne s¼yleyecekleri ya da ne d¼ř¼necekleriyle ilgili olarak endişeler yaşar. Başarısız olma korkusu b¼t¼n ilişkilerinde etkisini g¼sterir. Kendine g¼ven sorunu yaşayan insanlarda belirgin iki tip davranış g¼ze çarpar. Ya pasif ve ie d¼n¼kt¼rler ya da baskıcı ve saldırganlırlar.

Pasif ve ie d¼n¼k olanlar ¼zellikle toplum içinde m¼mk¼n olduğunca geri planda kalmaya çalışır ve karşılarındaki insanların kolaylıkla etkisi altında kalabilirler. Bu y¼nleriyle bağımlı kişilik ¼zellikleri g¼sterdikleri s¼ylenbilir. Sosyal hayatlarında hayran oldukları bir idolleridir. G¼z ¼n¼nde bulunmaktan çekinirler ama kendine g¼veni olan insanlara da tutkuyla bağlanırlar.

❖ evreye Karşı G¼vensizlik

Çocuğun gelişimi ve kişiliğindeki ¼nemli etkisinden dolayı ailenin tutumu burada da karşımıza çıkıyor. Daha çok k¼y¼k yaşlardan başlayarak çocuğa sorumluluk vermek, adil olmasını ve kendi potansiyelinin farkına varmasını sağlamak ¼ncelikle çocuğuna g¼ven duyan, ilgili ve dengeli ailelerin başarabileceği bir eğitim becerisidir.

Çocuğun sosyal y¼n¼n¼ destekleyerek verilen eğitim, onun toplum içinde kendini rahatça ifade etmesine ve yaşadığı sorunlara karşı kendi öz¼mlerini ¼retmesine zemin hazırlayacaktır. G¼ven duygusu iki taraflı bir duygudur. Kendine g¼ven duyan başkalarına da g¼ven duyar. ¼zg¼ven problemi yaşayan insanlar ise çevreleriyle de g¼ven sorunu yaşarlar. S¼rekli olumsuzluk yaşayacaklarına dair beklentiler içindedirler.

Yaşadıkları her tür olumsuzluk için hep başka birilerini sorumlu tutarlar. Dolayısıyla hayatlarının ve yaşadıkları olayların akışını başka insanların ellerine bırakabilirler. Çünkü kendi kendilerine yetebileceklerine, kendi ayakları üzerinde durabileceklerine olan inançları yetersizdir. Her ne kadar kişilik gelişiminin insanın tüm yaşamı boyunca sürdüğü kabul edilse de kişilik oluşumu ve yapılanmasında temelin çocukluk döneminde atıldığı gerçeği geçerliliğini korumaktadır. Bu temelin en önemli yapı taşları ise *sevgi, ilgi ve güvendir*. Bunların var olduğu bir ortamda yetişen bir çocuğun başarılı ve yetişkin bir birey olarak toplumda yer alma olasılığı yüksektir. Buna karşılık gerek çocukların ve gerekse yetişkinlerin psikolojik bunalımlarının, davranış bozukluklarının ve başarısızlıklarının kökeninde bu yapı taşlarının eksikliği ve yetersizliği bulunmaktadır.

c. ÇOCUKLARDA GÜVEN DUYGUSUNUN GELİŞMESİ

Çocuk doğduğu zaman ilk olarak güvenli bir sığınak arar. Annesinin karnında her ihtiyacı karşılanır, bütün istekleri giderilirken; doğduğunda birdenbire soğuk havaya maruz kalır. Yaşamaya için derinden bir nefes alması gerekir ki, bu esnada acı hisseder. O sıradaduyduğu korku, hayatının ilk korkusudur. Korku, çocuğun küçük dünyasınd'güven de değilim' tepkisi oluşturur. Bunun için çocuk, kendisine güven veren şeye bağlanma eğilimine girer. Çocuğa güven veren kişi, annesi ya da bakımını yapan kişidir. Böylece anneyle/bakımı üstlenen kişiyle bebek arasında sevgi bağı oluşur. Hayatın bu ilk yıllarında çevrelerinden destek ve ilgi gören ve yakın çevreleriyle ilişkili yaşantılarında haz ve doyum yaşayan bebekler; bütün koşulları mükemmel olmasa da, dünyayı dost bir ortam olarak görür ve güven duygusu geliştirir.

Son yıllarda gelişim psikologları insanın gelişim evreleri ve öğrenmesi ile ilgili bazı temel teoriler ortaya koymuşlardır. Bu teorileri ortaya koyan düşünürlerden birisi olan Erikson'un insanın gelişim evreleri ile ilgili görüşleri, çağdaş batı eğitimi felsefesini büyük ölçüde etkilemiştir. Onun çalışmaları, hayat tecrübesi açısından insanların nasıl öğrendiklerini ve iletişimde bulduklarını ortaya koymaya çalışmaktadır.

Erikson'a (1968) göre, insan yaşamı boyunca sekiz gelişim döneminden geçmektedir. Her bir gelişim döneminin kendine özgü farklı gelişimsel hedefleri vardır. Kişi her gelişim döneminde farklı bir çatışma veya karmaşa ile karşılaşır. Bireyin herhangi bir gelişim dönemindeki hedeflerini gerçekleştirebilmesi için, o dönemde karşı-laşmış olduğu çatışmaların ya da karmaşaların üstesinden gelmesi gerekir.

Erikson'un insan gelişimi ile ilgili geliştirdiği sekiz evre şunlardır:

1. Temel Güvene Karşı Güvensizlik Duygusu (0-1 Yaş)
2. Özerkliğe Karşı Kuşku ve Utanç Duygusu (1-3 Yaş)
3. Girişimciliğe Karşı Suçluluk Duygusu (3-6 Yaş)
4. Başarılı Olmaya Karşı Yetersizlik Duygusu (7-11 Yaş)
5. Kimlik Kazanmaya Karşı Kimlik Karmaşası (11-17 Yaş)
6. Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık (17-30 Yaş)
7. Üretkenliğe Karşı Durgunluk (30-60 Yaş)
8. Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk (60+ Yaş). Erikson'un insanın kişilik gelişimi ile ilgili geliştirdiği sekiz evreden beşi çocukluk dönemini kapsar. İlk beş dönem aşağıda açıklanmıştır.

1. TEMEL GÜVENE KARŞI GÜVENSİZLİK DUYGUSU (0-1 YAŞ)

Çocuk dünyaya gelir gelmez ilk etkileşimde bulunduğu kişiler, aile bireyleri ve özellikle ana ve babasıdır. Bu etkileşim, çocuğun tüm yaşamı boyunca devam eder. Aile, çocuğun kişilik yapısının temellerinin atıldığı ve gelişimsel açıdan önemli dönemlerin yaşandığı bir ortamdır.

Çocuğun kişilik yapısının oluşma-sında ana ve baba etkisinin önemli bir yeri ve değeri vardır. Aslında annenin çocuğuna etkisi ta doğum öncesi dönemde başlamaktadır. Gebe anne sürekli kızgınlık, öfke, düş kırıklığı, huzursuzluk duygularıyla yüklüyse, aşırı biçimde huzursuz korkulu ise, bu heyecanlar anne kanı ve hormonları yoluyla bebeğe geçer.



Böylece annenin duyguları, tepkileri bebeği daha anne karnında iken etkilemeye başlamış olur. Bu bilinçli ya da bilinç dışı duygular, heyecanlar, sürekli ve uzun süreli ise, bütün bunlar doğumdan sonra bebeği olumsuz etkiler.Örneğin sürekli ağlama, hiçbir neden yokken uyku ve beslenme bozuklukları, aşırı gaz sancıları, huzursuzluklar gibi... (Ekşi, 1990)".

Ünlü çocuk psikoloğu Erikson' a göre bebeklik dönemi güven ya da güvensizlik evresidir. Temel güven ya da güvensizlik duyguları anne-bebek ilişkisine bağlı olarak gelişir. Anne-bebek ilişkisindeki olumluluk, tutarlılık, süreklilik ve aynılık çocukta temel güven duygusunun özünü oluşturur.

Bebeklik döneminde temel güvenin oluşmaya başladığının ilk kanıtı, beslenmenin kolaylığı, uykunun derinliği ve bağırsaklarının rahat çalışması... Ayrıca bebekte güven duygusunun varlığı, annesinin yanında olmadığı anlarda aşırı sıkıntıya girmemesiyle kendini belli eder. Aşırı kaygı ve öfkeye yer vermeksizin annesinin geçici yokluğuna katlanır. Annesinin geri döneceğine ve eskiden olduğu gibi kendisine bakım vermeyi sürdüreceğine güven duyar. Anne dış görüntüden ziyade bebeğin içinde kesinlik durumunu alır. Buna güvenli bağlanma denir.Bağlanma yaşamın ilk bir yılı içinde bebeklerin güvenlik ve rahatlama için bakım veren kişi ile aralarında geliştirdikleri duygusal bağlıdır.

Eğer bebeklikte birincil bakıcıyla kurulan ilişki sağlıklıysa; anne çocuktan gelen mesajları alıp zamanında duyarlılıkla yanıt veriyorsa çocukta annenin elde edilebilir ve güvenilebilirliğiyle ilgili bir inanç oluşmaktadır. Erken yaşta anneye kurulan ilişkidaha sonra akran, eş gibi yakın çevreyle kurulan ilişkiler için bir temel-oluşturmaktadır. Çocuk bu ilk deneyimlerini genelleyerek kendisi, diğerleri ve dünya hakkında olumlu bir bakış açısı geliştirmektedir. Daha sonra bu çocuk yetişkin yaşama geçtiğinde ikili ilişkilerinde daha yapıcı ve olumlu olmaktadır.

Annenin ruh sağlığı erken anne-çocuk bağlanmasını etkileyebilir (Brockington, 2004; Reck ve ark. 2004). Depresif olan annelerin %29'unda anne- çocuk bağlanmasında bir bozukluk olduğu bildirilmiştir (Brockington ve ark., 2001). Anne-çocuk bağlanması iyi olmayan bebeklerde çocukluk ve adolesan dönemde duygusal bozukluklar olmaktadır (Warren ve ark.,2003).

Bununla birlikte, dikkat, davranış, duygu ve ilişki bozuklukları olan çocukların annelerinde bebeklik zamanında depresyon görülme sıklığının daha fazla olduğu bildirilmiştir (Lyons ve ark.,1986; Moehler ve ark.,2006; Murray ve ark., 2003). Ayrıca bebeklerin mental ve motor gelişimi annenin depresyonundan etkilenmektedir (Lyons ve ark., 1986).

Anne bebek arasındaki bağlanma bozukluğunun çocuğun ileri yaşamında sosyal, psikolojik, duygusal durumu, özgüveni, kişiliği, zeka seviyesi, başarı, hafıza, dikkat, plan yapabilme becerisi, büyüme durumu (kilo, boy), genel sağlık durumu (enfeksiyon hastalıkları, travmalar, uyku bozukluklar, ergenlik durumu) etkileyebildiği bildirilmiştir (Dodd, 2005; Polan ve ark., 1994).

Başka bir çalışmaya göre ise bu tip çocuklarda ileride davranış bozukluğu, hiperaktivite gibi sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu sebepten dolayı anne bebek arasındaki bağlanma çocuğun hem büyümesi hem de gelişimi için çok önem taşımaktadır (Huth-Bocks ve ark., 2004; Tomlinson ve ark., 2005; Eiden ve ark., 2002; Fisher ve ark.; Feekery, 2004).

Erikson'a göre temel güven yaşamsal bir kişiliğin ve bir kimlik duygusunun temel yapısıdır. Daha açık bir ifadeyle temel güven duygusu, diğer kişilerin bizimle ilgili olumlu duyguları olduğu, onlara inanabileceğimiz, güvенеbileceğimiz, yardım alabileceğimiz, diğer kişilere bağlanabileceğimiz gibi olumlu duygu ve düşüncelerin temelini oluşturur. Güvensizlik ise diğer kişilere karşı olumlu duygu ve düşünceler geliştirmeyi engeller ya da sınırlar. Bu temel yapı bireyde uyumsuz ve normal dışı davranışların kaynağı olarak kabul edilir.

2. ÖZERKLİĞE KARŞI KUŞKU VE UTANÇ DUYGUSU (1-3 YAŞ)

Prof. Dr. Kağıtçıbaşı (2012) , "ailede bağımsız ve özerk kişiler yetiştirilmesi bir toplum için optimal gelişim seviyesi oluşturur. Buna göre anne-babadan ayırık benlik geliştirme sağlıklı insan modeli iken bağımlı benlik ve iç içe aile patolojik ve sağlıksızdır."



Prof. Dr. Kağıtçıbaşı, bu her iki ihtiyacın da tatmin edilmesi durumunda sağlıklı ve optimal bir yapıya kavuşulacağını belirtir. Bir toplumun sağlıklı ve sağlam olmasının yeni yetişmekte olan bireylere bağlı olduğu, günümüz dünyasında çocuğa verilen değer ve çocuk eğitimine verilen değerlerin giderek artmakta olduğu bir gerçektir. Çocuğu günün şartlarına göre yetiştirmek ve ona kültürel mirası aktarmak ebeveynin en önemli görevlerindedir (Güngör).Özerklik, benliğin oluşumu ile başlamaktadır. Benliğin oluşumunun ilk ve en önemli

belirleyicisi olan fiziksel ve sosyal çevre “aile”dir. Toplumun en küçük birimi olan aile bu nedenle, sosyal bilimlerde özellikle de psikolojide büyük önem kazanmaktadır. Özellikle hızlı sosyal değişim içinde bulunan toplumlarda, aile içi eğitim sisteminin, değerlerinin, aile ortamının ve aile ilişkilerinin de buna koşut olarak değiştiği ve birey açısından bu anlamda daha da önem taşıdığı söylenebilir. Özerklik, kendini gerçekleştirme, terim anlamıyla “kendi kanunu kendi koyma” demektir. Burada kendi kurallarını koyan, onun dışında başka kurallara uymayan bağımsız yani “özgür” bir birey de karşımıza çıkabilmektedir.

Erikson’un “özerklik dönemi” olarak tanımladığı bir buçuk ile üç yaş arasındaki evredir.Bu dönemde çocuklar, anne bağımlılığından uzaklaşıp iki ayakları üzerinde durabilir, yürüyebilir, nesnelere eliyle tutabilir, sözcüklerle isteklerini dile getirebilirler. Fiziksel gelişimlerini emekleme –yürüme-koşabilme gibi motor becerilerini sağlarken, kişilik gelişimleri açısından da Özerk – Otonom- Bağımsız Davranabilme olanağını da sağlar.

İki- Üç yaş arasındaki çocuklarda bağımsızlık isteklerinin artışı ile aynı zamanda otoriteye karşı çıkma istekleri de beraberinde artmaktadır. Çocuklar, bu dönemde ençok ilgi çekmek – onay almak- ve bağımsız davranabilme ihtiyacı duyarlar. Bu evre anne-baba açısından da en zor dönemlerden biri olabilmektedir. Anne-baba tarafından çocukların, otoriteye karşı çıkma davranışları cezalandırılabilir – aşırı koruyucu bir tutum gösterilebilir – ya da anneye bağımlı bir biçimde yetiştirilebilir. Bu tutumlar sonucu çocukta bağımlılık ve çekingenlik duygusu yerleşebilir.

Aile ile ilgili olarak yapılan betimsel çalışmalarda da çocukluk dönemindeki anne-baba tutumlarının önemi ortaya çıkmaktadır (Amato, 1989). Olumsuz aile tutumları, sağlıksız bir gelişim kaynağı olabilir. Ana-baba tutumlarının özellikle çocukla daha uzun beraber olan anne tutumunun çocukluktan başlayarak, benlik yapısının gelişiminde önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir (Baumrind, 1968; Maccoby ve Martin, 1983). Yürümeye başlama – kendi kendine yemek yeme – kendi özbakım becerilerini yerine getirebilme vb. davranışsal özerklik olarak sıralanabilir.

❖ Yürümeye başladıkları – kendi kendine yemek yemeye başarabildikleri – tuvaletini söyleme ve gidermeye başladıkları ilk evrede onlara fırsatlar verilmesi, zemin yaratılması özerkliğin gelişimde büyük önem taşır.Bu dönemde; çocukların kendi ihtiyaçlarını karşılamayı öğrenebilmeleri için zorluk çekmelerine izin verilmesi önerilir.

❖ Uzun süre yalnız kalabilme – yürürken düşme ya da sakarlık durumlarında küçük acılara dayanabilme - kendini oyalayabilme – sıkıntılarla başedebilme (deneme-çaba gösterme), çabuk hayal kırıklığı yaşamama – vazgeçmeme, dayanıklı olabilme vb. duygusal özerklik olarak ifade edilebilir.

Çocukların her düştüğünde anne ya da babası tarafından kaldırılması, her yaşadığı sıkıntıda anne-babaya koşması duygusal büyümeyi geciktirebilir.Bu dönemde; kendi yarasını tedavi etmesini öğretmek ve başedebileceği sıkıntılarla karşı karşıya bırakmak yaşama hazırlık açısından önemlidir.

❖ Bu dönemde,özellikle sabır gösterebilmeyi – isteklerini ertelemeyi – beklemeyi – kendini kontrol edebilmeyi öğretilmesinin de ilk adımları atılmalıdır. Aksi takdirde her isteğinin yerine getirilmesini isteyen- öfke nöbetleri yaşayan – dürtüsel ve kontrolsüz davranışların öğrenilmesine zemin yaratılmış olur.

Engelleyici Anne-Baba Tutumları;

❖ Çocuk yetiştirirken yapılan en büyük yanlış; aşırı korumacı bir tutum izlemek – çocuğun hayatını gereğinden fazla kolaylaştırmak, gelişimsel görevlerini yerine getirmesine engel olmaktır.

- Çocukları adına her kararı vermek,
- Onlar adına düşünmek,
- Müdahale etmek,
- Koruyucu davranmak, çocukları adına herşeyi üstlenmek,
- Aşırı hoşgörölü ya da ilgisiz davranmak,
- Çevreyi onun adına çok kolaylaştırmak,
- Her istediğini hemen yerine getirmek,
- Sıkıntıyla mücadele etmeolanağı vermemek, provalarını engellemek,
- Hızlı davranmak, sabredememek,
- Baskı kurmak, gereğinden fazla kontrol etmek,
- Fazla iyi ebeveyn olmaya çalışmak, çocuğı fazla sahiplenmek,
- Çocuğın ihtiyacı mı? Anne-babanın ihtiyacı mı? ayırdedememek vb.

Çocukluğunda özerklik duygusunu yeterince yaşamamış kişiler, gelecekte hep birilerinin kendisini yönetmesini isteyebilir. "Kendi iradesiyle bir şeylerin üstesinden gelmeyi öğrenemeyen çocuklar bağımsız iş yapamazlar. Birilerinden yardım, destek ve onay beklerler.

Sağlıklı Anne-Baba Tutumları;

Anne-babalar davranışları ile çocuklarına modeldirler. Eğer, çocuklarına değer verirlerse, onlara karşı açık olurlarsa, çocuklarıyla duyguların rahatlıkla ifade edilebildiği ortamlar oluşturabilirlerse (duyguları tanıma-anlama-kabul etme-ifade edebilme...), kendi duygularını çocukları ile paylaşırlarsa, çocuklarını oldukları gibi kabul ederlerse, yetenekleri doğrultusunda gelişmelerine olanak sağlarlarsa ve çocuklarının yapmak istediklerini kendileri yapmazsa, çocuklarda daha sonraki yıllarda diğer bireylerle kurdukları ilişkilerde bu tarzda davranırlar. Anne babalar bu tarzda davranışları ile hem çocuklarının kişilik gelişimine olumlu etkide bulunmuş olurlar hem de bir model olurlar.

- Çocuğ a sevgi – anlayış ve ilgi ile yaklaşmak, duygusal bağı güçlendirmek,
- Çocuğın ayrı bir ruh olduğı fark etmek, bağımsız birey olduğunukabuletme,
- Çocuğ a yönelik tutum ve davranışlarda tutarlı olmak, kararlı ve kararında olmak,
- Ev içi bazı kurallara uymasını sağlamak,
- Yaşına uygun sorumluluk vermek,
- Anne-baba olarak çocuğın ihtiyaç duyacağı güvenlik sınırlarını – evin duvarları gibi sınırları koymak-yönlendirmek – kurallı davranmak sağlıklı anne-baba tutumları olarak sıralanabilir.
- Kendi kararlarını verebilen
- Kendine güveni olan
- Kendine saygı duyan
- Ailesi ve çevresiyle güçlü duygusal bağlar kurabilen bireyler olarak yetişebilmeleri için, anne-baba tutumlarında, demokratik ve çocuğ a özerklik duygusu hissettiren yetkeci tutum gösterilmesi büyük önem taşır.Bireyde mani/duygusal bağların güçlenmesi birçok hastalığın, olumsuz ilişkilerin, madde bağımlılığının, yalnızlığın oluşturduğı psikolojik bunalımların, intihar risklerinin önlenebileceğı sağlıklı bireylerin yetiştiğı, sağlam toplumların olduğı bir ortam oluşturacaktır(Akt. Nilgün Aktaş: Çocuk Yetiştirme Tutumlarında Özerklik ve Duygusal Bağlılık, 2012).

3. GİRİŞİMCİLİĞE KARŞI SUÇLULUK DUYGUSU (3-6 YAŞ)

Bu dönem üç yaşından altı yaşına kadar sürer.Bu evrede çocuk kendi başına girişimlerde bulunur.Erikson(1968) bu dönemde çocuğın kendisine güçlü bir şekilde inanma duygusunun başladığını ve bir kişi olarak yapabileceklerinin nelerolduğunu keşfetmeye çalıştığını ifade etmektedir.Çocuğın motor ve dil gelişimi düzeyi, onun çevresini daha fazla araştırmasına, daha fazla girişken olmasına olanak verir.



Erikson'a Göre Bu Dönemde;

- Çocuklar giderek daha çok özgür bir şekilde çevrede hareket etmeyi öğrenir ve bu yüzden kendisi için daha geniş ve limitsiz bir şekilde amaçlarını gerçekleştirebilecekleri bir alan kurarlar.
- Çocuklar anlamadığı konuları tam olarak anlamaya çalışır ve sayısız konular hakkında durmadan sorular sorabilirler.
- Çocukların düşüncelerinde ve hayal gücünde bir artma gözlenir.

Bu dönemde yakın ve uzak çevredeki yetişkin rolleri fark edilmeye ve yetişkinlerin dünyasına yönelik her ayrıntı büyük bir merakla soruşturulmaya başlanır. Değişik rolleri tanıyan ve özdeşim yapan çocuk, yalnızca düşleri ve oyunlarında kendini bu rollere sokmakla kalmaz, gerçek yaşamda da özendiği rolleri oynama denemelerine girer. Tüm bu rol dönemlerinden çocuğun çıkardığı özellik "girişim" duygusudur. Bu düşlerini gerçekleştirmek için işe girişmek, amaçlarına ulaşmak doğrultusunda girişimde bulunmayı ifade eder (Dereboy, 1993; Akt. Emel Arslan, Ramazan Arı).

Bu Dönemde (3-6 yaş) Ebeveynlerin Dikkat Etmesi Gerekenler:

- Çocukların girişimci duygu ebeveynler tarafından desteklenmelidir. Çocukta girişkenlik duygusunun gelişebilmesi için değişik yaşantılarla çocuğun kendisini keşfetmesine imkan sağlanmalıdır.
- Çocukların koşmaları, atlamaları, oynamaları ve fırlatmaları için fırsatlar ve ortamlar hazırlanmalıdır. Çünkü çocuklar kendilerinin kim olduklarını yapabildikleri, başarabildikleri şeylerle (Parktaki kaydırağın merdivenlerini yardımsız tırmanabilen bir çocuk, "ben kaydırağın merdivenlerini tırmanıyorum" derken "ben merdivenleri yardımsız tırmanabilen biriyim" demek istiyor olabilir) tanımlarlar. Ebeveynler çocuklardaki bu doğal girişimci davranışları şiddetle cezalandırdıklarında çocukta suçluluk duygusu gelişir (Arı, 2005).
- Eğer çocuk, davranışlarından ve ilgilendiği konulardan ötürü eleştirilirse, bulunduğu girişimlerden ötürü suçlanma eğilimi gösteren bir kişilik özelliği geliştirir.
- Çok sık azarlanan ve engellenen çocukta suçluluk duygusu gelişmektedir. Girişkenliği cezalandırılan çocuk gerek bu dönemde gerekse yaşamın gelecek dönemlerinde yaptıklarının yanlış olduğunu düşünüp suçluluk duyabilir. Çocuğun yapması ve yapmaması gerekenler konusunda bir denge kurularak girişkenlikleri desteklenmelidir.
- Çocukların çabaları desteklendiğinde çalışma ve başarılı olma davranışları gelişir. Aksi takdirde sürekli olarak yaptıkları eleştirilen, desteklenmeyen, beğenilmeyen çocuklar, yaptıklarının değersizliğine inanarak aşağılık duygusu geliştirilebilir.

4. BAŞARILI OLMAYA KARŞI YETERSİZLİK DUYGUSU (7-11 YAŞ)

Erikson (1968) bu dönemde çocuğun öğrenme konusunda hiç olmadığı kadar istekli olduğunu ve de hiç olmadığı kadar öğrenmeye hazır olduğunu ifade etmektedir. Ona göre bu dönemde, girişimcilik döneminin sonunda olduğundan daha fazla bir şekilde, çocuğun görev paylaşımı, disiplin ve bir şeyler yapabilme duygusunda büyük bir artma ortaya çıkmaktadır. Bu dönemde çocuk bir şeyler üretmek, yaptığı işlerde başarılı olmak, yaptığı işlerden beğeni toplamak, çevresi tarafından takdir edilmek isteyecektir. Yaptığı işlerde başarılı oldukça kendisine güven (akademik özgüven) duyacak, kendisine olan güveni arttıkça da çalışma ve başarılı olma güdüleri artacaktır.



Bu dönemin başında okula başlayan çocuğun sosyal hayatında genişleme olur. O güne kadar çocuk için anne-baba ile olan etkileşimi sosyal hayatının merkezindedir. Okula başladığında akranları ve öğretmenleri ile sosyal etkileşimi daha merkezde bir yere gelir. Çocuk akranları arasında en iyisi olmak için çalışma duygusu geliştirir. Çocuğun doyurulmaz merak ve enerjileri okuldaki akranları ve sosyal çevresini tanıma ve bu ilişkilerde başarılı olma amacıyla kullanılır.

Bedensel gelişimi bir önceki döneme göre yavaşlar, sosyal ve cinsel roller daha belirgin bir şekilde algılanmaya başlar.

Bu dönemde çocuk ya çalışkan olma duygusunu kazanacak ya da yaptığı şeyler yeterince ödüllendirilmediği veya engellendiği için bu duyguyu kazanamayacaktır. Başarısız olduğu her deneyimden sonra yetersizlik, aşağılık duyguları geliştirecektir. Erikson kişinin ileriki hayatındaki çalışkanlığı ve çalışmaya karşı geliştirdiği tutumların bu dönemde oluştuğunu ve beslendiğini söyler (Arı, Üre ve Yılmaz, 1998).

Bu Dönemde Çocuğu Evde Veya Okulda;

- Başkalarıyla kıyaslamak (çalışkan veya tembel),
- Çocuklardan yetenekleri üzerinde veya yetenek alanlarının dışında başarı talep etmek,
- Gelişim düzeylerine uygun olmayan sorumluluklar vermek olumsuz benlik gelişimine sebep olur.

Bu nedenle sonuca değil, çocuğun yaptığı çabaya vurgu yapmak, çocuğa ilgi, yetenek ve gelişim düzeylerine uygun sorumluluklar vererek cesaretlendirmek gerekmektedir.

5. KİMLİK KAZANMAYA KARŞI KİMLİK KARMAŞASI (11-17 YAŞ)

Ericson'a göre bu dönem, kişilik gelişiminde çocukluktan yetişkinliğe geçiş yılları olarak tanımlanan gençlik ergenlik (adolesan) dönemidir. Bu dönem, Erikson'un kimlik karmaşası kavramı ile karakterize edilmiştir ve Freud'un Genital döneminin karşılığıdır. "Ben kimim" sorusunun sorulduğu ve kimlik arayışının yoğunlaştığı dönemdir. Yani bu dönemde benlik gelişimi söz konusudur. *Benlik*; bireyin kendine ait duygu, düşünce ve değerlerinin toplamıdır. Olumlu benlik geliştirmek bu dönemin en öncelikli ihtiyacıdır.



Bu dönemde birey, ya bir kimlik kazanır ya da kimlik (rol) karmaşası yaşar. Birey kendi ilgi ve yetenekleriyle ilgili uyumlu bir kimlik duygusu geliştirmişse, gelecek yaşamıyla ilgili kararlarını başarılı şekilde vermeye başlamış, kendine özgü bir değerler sistemi oluşturarak kişisel ve mesleki planlar oluşturabilmiş demektir. Kimlik krizi ise, bireyin bu türden kararlar alamamış ve gelecekle ilgili herhangi bir plan yapmamış olmasıdır. Ergen bireyin, kimlik kazanma sürecinde toplumca genel kabul görmüş değer ve amaçlarla karşı karşıya kalması, geçirdiği hızlı fizyolojik değişimlerle baş etmek zorunda olması, aileden bağımsızlık kazanma isteği ve cinsiyetine uygun roller edinmesi, önemli bir sorun teşkil eder. Çünkü bunlar ergenin düşünsel ve duygusal yapısında, köklü bir değişime sebep olur.

Ergen birey, kimlik kazanma sürecinde çevresinde güvendiği kişileri model olarak alır. Ergenin sağlıklı bir şekilde kimliğini kazanmasında, çevresinde uygun model alabileceği yetişkinlerin bulunması önem taşır. Ayrıca ergen birey, kendini toplumda kabul ettirmek amacıyla akran arkadaş gruplarına yönelir. En yoğun ilişki kurduğu kişiler akran gruplarıdır. Bu nedenle akran grupları içinde sevilen ve yetişkinler tarafından onaylanan ergenler, kimlik gelişiminde başarılı olurlar. Aksi halde ergen, kimlik (rol) karmaşası yaşar.

Bireyin olumlu bir kimlik duygusu geliştirebilmesinde daha önceki gelişim dönemlerinde kazanmış olduğu kişilik özelliklerinin önemi büyüktür. Bununla birlikte gerek anne babalar ve öğretmenler gerekse gencin çevresindeki diğer önemli gördüğü bireyler, ergenlerin yeni rolleri araştırmalarına izin vermelidir. Bu tür yeni rollerin sağlıklı bir biçimde araştırılması ile ergenlerin yaşamlarında daha olumlu yönelimlerle daha olumlu bir kimliğe sahip olabilecekleri unutulmamalıdır.

Öğretmen ve ana-babalar, ergene bir yetişkin gibi davranmalı, onunla sevgi ve saygı temeline dayalı bir dostluk kurmalıdır. Ericson'a göre bu dönemde ergen, başarılı bir şekilde kimlik çözerse kendisine güvenen bir kişi olarak yaşamını sürdürebilir ve başarılı olur. Aksi takdirde yaşamın gelecek dönemlerinde de bu karmaşayı çözmek için uğraşmaya devam eder. Örneğin; ne yapmak istediğine karar veremeyen, bir işten diğerine atlayıp bocalayan, çocuk gibi davranan yetişkinler, henüz kimlik kazanma karmaşasını çözmemiş kişilerdir.

Sağlıklı Bir Kimlik Gelişimi

Yukarıda belirtildiği üzere ergenlik, çocukluktan çıktıktan sonra yetişkin bir insan olmadan önce bir kimlik kazanma dönemidir. Bu kimlik, çocuğu hem bireysel olarak hem de toplum içindeki yeri açısından etkiler.

Erkek çocuk delikanlı, kız çocuk genç kız olarak kabul edilmeye başlanır. Bu dönemde cinsiyetin gerektirdiği roller her iki cinsin de üzerine yüklenmeye başlanmıştır. Bu nedenle bu yeni kişiliğe ve yetişkin olmaya uyum sağlama sürecinin bir takım sorunları beraberinde getirmesi kaçınılmazdır. Kişinin bu dönemde yaşadığı gerilimlerle mücadele etmesi, sadece kendisi için değil, ailesi ve yakın çevresi için de oldukça zordur.

Bu dönemde yetişkinler genellikle gençlerle nasıl iletişim kuracaklarını belirlemede zorlanırlar ve bu durumun doğal sonucu olarak çok sayıda iletişim kazasının yaşanması kaçınılmaz hale gelir. Ancak paradoksal biçimde böylesi güçlüklerin yaşandığı bir ortamın sorunlarını çözecek en önemli unsurların başında da gençlerle kurulacak sağlıklı iletişim gelir. Ergen bireyle iletişim kuran hemen herkesin ve en çok da anne-babaların karşılaştıkları sorunların başında iletişim sorunları ya da engelleri gelmektedir.

Ergen bireyle iletişimde karşılaşılan engelleri şöyle sıralamak mümkündür:

- Ona saygı göstermek,
- Sevmek, varlığını önemsemek,
- Olumlu yönlerini vurgulamak,
- Negatif mesaj vermemek,
- Başarılarını fark etmek,
- İyi yönlerini konuşmak,
- Onun aile içinde değerli olduğunu hissetmek önemlidir.

Kimlik algısı ne kadar olumlu olursa kişilik bozukluğu süreci yaşanmayacaktır. Gençler kendilerini değerli olduklarını hissettikleri yerde güvende hissederler. Aile içi huzur, kaliteli iletişim, saygı, sevgi ve hoşgörü ile yaşanan her türlü tecrübenin önemi vardır. İyi ustalık iyi sanat eserler için olmazsa şarttır.

SONUÇ

Ergenlik dönemindeki gençlerin kimlik arayışına katkıda bulunacak sağlıklı bir iletişim dilinin geliştirilmesi gerekir. Bu dilin gelişimine başta aile olmak üzere onunla yakın ve uzak sosyal çevresinde iletişim kuran kişiler tarafından katkıda bulunulması temel bir zorunluluktur. Çünkü gencin içinde bulunduğu kriz döneminden başarıyla çıkıp yetişkin bir birey olarak yaşamını sürdürebilmesi öncelikle kimlik ve kişilik sorunlarına sağlam çözümler üretebilmesine bağlıdır. Öyle ki, çevresinde olup bitenlere karşı tepkisel olduğu kadar duyarlı olan ve çevreden gelen tepkilere göre kimlik rotasını belirleyen gencin bu dönemde, her şeyden önce kendisini anlatmaya ve çevresi tarafından anlaşılmasına ihtiyacı vardır. Esasen insan, hayatın her evresinde söz konusu ihtiyaçlarla karşı karşıyadır, ancak gençlik dönemi anlam arayışının zirvesinde bir dönem olduğu için gencin çevresel duyarlılığının en yüksek olduğu zaman dilimini oluşturur.

Olumlu çevre koşulları bireyin gelişimini olumlu yönde desteklerken, olumsuz çevre koşulları bireyin gelişimini birçok yönden engelleyebilmektedir. Bireyin yakın çevresi ile olan ilişkileri onun dünyayı ve kendisini algılamasını biçimlendirmektedir. Erikson'a göre kimlik krizi (bunalımı) ergenlik döneminin önemli bir parçasıdır. Ergen, uygun bir kimlik arayışı sürecinde özdeşim kurduğu çeşitli rolleri deneyerek, "gerçek ben"i bulabilmek için bir rolden diğerine geçer. Bu gidiş-geliş, roller arasında arayış ve keşif süreci hem bilinçli hem de bilinç dışı gerçekleşen bir kimlik bulma mücadelesidir.

Bu dönemde ergen-ebeveyn ilişkisi çok önemlidir: Anlamı bilinen ve yerinde kullanılan "sevgi" ilaç gibidir ve gerçekten birçok sorunun çözümünde çok etkilidir. Sevgi gösterirken sevgi gizlenmemeli ancak severken de çok abartılmamalıdır. "İçinden sevmek" şeklinde bir sevgi türü yoktur. Sevginin ön şartlı ve koşullu olmaz. Sevgi şartsız olduğu zaman anlam taşır. Ebeveynlerin empati yaparadış dünyayı çocuğun/gencin penceresinden görmeye çalışmaları, etkin dinleme yöntemiyle düşüncelerini ve hislerini ifade etmelerine fırsat ve ortam sağlamaları oldukça önemlidir. Sorunlara yaklaşırken çok kızıp, hemen bağırıp ergen cezalandırılmamalı. Sorunlara ortaklaşa yaklaşılmalı. Sorun olduğunda gencin de görüşleri alınmalıdır. Çünkü genç, aile içi sevinçlerden ve üzüntülerden ne kadar soyutlanırsa, erişkinliğe adım atacağı bu dönemde içinde adeta fırtınalar kopar.

C. ÖZGÜVEN KAVRAMI

a. ÖZGÜVEN NEDİR?

Literatürde özgüven kavramına ilişkin çok sayıda tanım yer almaktadır. Birbirine benzeyen bu tanımlardan bazıları aşağıdadır.Özdemir'e (2016) göre özgüven, kişinin kendi hakkındaki olumlu ya da olumsuz değerlendirmeleri, kendisine ilişkin düşünceleri, bu düşüncelerin yol açtığı duyguları ve bu duyguların ifadesi olan davranışlarını içermektedir.



Karademir (2015) özgüveni, genel bir kişilik özelliği olarak tanımlanmakta ve özel durumlara göre değişim gösterdiğini belirtmektedir. William ve James (1890) özgüven gelişimini kişilerin başarı ile özdeşleştirdiği ve ulaşabildiği hedeflerin birikimi olarak tanımlamaktadırlar. Özgüven çalışmalarıyla öne çıkan ve alanının öncülerinden Cooley (1902) ise özgüveni, kişinin ait olduğu sosyal çevrenin aynası olarak tanımlamaktadır.

Tarihin en büyük bilim insanı, filozof ve yazarları arasında kabul edilen Sigmund Freud aşağıdaki iki cümle ile özgüven kavramına ışık tutuyor: "Güç ve güveni hep dışarıda aradım. Ama bunlar insanın içinden gelir ve her zaman oradadırlar..." Ancak pek çok insanın ise koca bir hayat boyunca, çoğu zaman farkında olmadan arayış içinde olduğu bir kavram 'özgüven'... Kelime anlamı her ne kadar 'insanın kendine güvenme duygusu' olsa da, özgüven aslında başarılı ve mutlu bir hayatın kilidini açacak anahtar olarak görülüyor...

Yukarıdaki tanımlar ışığında, özgüvenin bir kişilik özelliği olduğunu ayrıca, özgüvenin sadece kişinin kendini yargılaması değil aynı zamanda kişinin ait olduğu sosyal çevredeki insanların kişi hakkındaki olumlu ya da olumsuz yargıları ile desteklendiğini yargısına varabiliriz. Özgüven bireyin kendisini nasıl değerlendirdiği ile kendisinden memnun olup olmaması sonucu ortaya çıkan öznel bir durumdur. Olumlu ya da olumsuz olabildiği gibi, bireyin özgüveni statik değildir ve koşullara, içinde bulunulan şartlara göre değişim gösterir.

Özetlersek, özgüven; temel anlamda bireyin "kendine güvenme duygusu" dur. Yani bireyin, hayata karşı yapıcı ve olumlu bir bakış açısının olması; kendi gücüne ve yeterliliğine inanması demektir. Başka bir ifadeyle özgüven; kişinin kendine ve yapabileceklerine olan inancı, kendini sevmesi ve kendiyle barışık olmasıdır.

b. ÖZGÜVEN ÇEŞİTLERİ

Gael Lindenfield (1997) göre özgüveni iç özgüven ve dış özgüven olmak üzere iki ayrı boyutta incelemek gerekir. İç özgüven, kişinin kendinden emin ve kendisiyle barışık olduğuna dair inançlarını ve bununla ilgili hislerini anlatırken, dış özgüven; sosyal çevremize kendimizden emin olduğumuza dair sergilediğimiz davranışları içermektedir. Altıntaş'a (2014) göre ise iç özgüven kendimizden memnun ve barışık olduğumuza dair inanç ve hissettiklerimizdir. İç özgüveni olan insanlar, kendilerini tanıır, sever, açık hedefler koyar, olumlu düşünürler ve yaşamdaki değişikliklere çabuk uyum sağlarlar. Dış özgüven de dışarıya kendimizden emin olduğunuz şekilde verdiğimiz görüntü ve davranışlardır. Dış özgüveni olan insanlar iletişim konusunda başarılıdırlar.

1. İÇ ÖZGÜVEN

Yukarıda kısaca belirtildiği üzere iç özgüven; bireyin kendisinden hoşnut, kendisiyle barışık bir şekilde hayatını idame ettirmesi ve güven duygusunun kendisiyle özdeşleşmiş olduğuna dair inanç sahibi olmasıdır. İç özgüveni meydana getiren bir takım unsurlar mevcuttur bunlar, kendine saygı, kendini sevmeye, kendini tanıma, belirgin hedefler koyma ve olumlu düşünmedir (Sarıçam ve Güven, 2012)(Tablo 1).

2. DIŞ ÖZGÜVEN

Tosun'a (2013) göre dış özgüven kişinin çevresine kendisiyle ilgili emin ve kendisinden memnun olduğuna dair göstermiş olduğu tavır ve davranışlar bütünüdür. Dış özgüveni de oluşturan bir takım unsurlar mevcuttur bunlar; iletişim becerileri, kendini iyi ifade edebilme, duygularını kontrol edebilme (tablo 1)

Tablo 1. İç Özgüven ve Dış Özgüven Boyutları

İç Özgüven	Dış Özgüven
kendini sevme	İletişim becerileri
kendini tanıma	Kendini iyi ifade edebilme
Kendine açık hedefler koyma	Duygularını kontrol edebilme
Pozitif düşünme	Kendini ortaya koyabilme
<p>Kendini Sevme: Kendini seven çocuklar hem duygusal hem fiziksel gereksinimlerine değer verirler. İstedikleri şeyleri elde etme konusunda suçluluk duymazlar. İhtiyaçlarının karşılanmasını hakları olarak görürler. Övgü almayı ve ödüllendirilmeyi açık açık talep ederler. Başkalarının kendileri ile ilgilenmesinden ve kendileri için bir şeyler yapmasından çok hoşlanırlar. İyi nitelikleriyle gururlanırlar ve bu niteliklerinden daima yararlanırlar. Başkalarını, mutluluklarını ve yaşamlarını sabote edecek şeylerden kaçınırlar.</p> <p>Kendini Tanıma:Kendini tanıyan çocuklar güçlü ve zayıf yönlerinin farkındadırlar. Hiçbir zaman kalabalığın içinde kaybolmazlar. Kendi değerlerini bilirler. Kendilerine uygun arkadaşlar bulurlar. Başkalarının görüşlerine açıktırlar ve eleştirildiklerinde hemen savunmaya geçmezler. Eksik yönlerini geliştirme ve değiştirme özellikleri vardır. Yapıcı olacağına inanırlarsa yardım almaya açıktırlar.</p> <p>Kendine Açık Hedefler Koyma:Kendilerine başarabilecekleri hedefler belirlerler. Bunları başarmak içinde başkalarına bağımlı olmazlar. Yeterince motive oldukları için başkalarına kıyasla hedefleri gerçekleştirme-de daha istekli ve enerjiktirler. Tutarlı davranırlar, çünkü hedef belirlerken en ayrıntılı noktaları önceden tahmin edebilirler. Özeleştiriyi öğrenmişlerdir. Kendi ilerlemelerini kontrol edebilirler. Kolay karar verebilirler.</p> <p>Pozitif Düşünme:Pozitif düşünen çocukların iyi deneyimler yaşama ve bunlardan iyi sonuçlar elde etme konusunda umutları vardır. İnsanlar hakkındaki düşünceleri genellikle olumludur. Her sorunun bir çözümü olacağına inanırlar. Geleceğin geçmişten daima iyi olacağına inanırlar. Yaşamlarındaki değişikliklere çabuk uyum sağlarlar.</p>	<p>İletişim Becerileri:İletişim konusunda beceriler kazanmış olan bir çocuk başkalarını anlayışla, sakin ve dikkatle dinleyebilir. Yüzeysel konulardan, daha derin sohbetlere ne zaman, nasıl geçeceklerini bilirler. Başkalarının sözsüz ifadelerinden ve beden dilinden anlarlar. Utanıp sıkılmadan toplum önünde konuşurlar.</p> <p>Kendini İyi İfade Edebilme:Kendini iyi ifade edebilen çocuklar, dolaysız yoldan ve açıkça gereksinimlerini söylerler. Kendilerinin ve başkalarının haklarını korurlar. Teşvik etmeyi bilirler ve karşısındakinin den-disini teşvik etmesini isterler. Övgü kabul ederler, başkasını övebilirler. Gerektiğinde etkin bir şekilde şikayet ve mücadele edebilirler.</p> <p>Duygularını Kontrol Edebilme:Duyguları ile başa çıkabilen çocuklar duygularının esiri olmazlar. Beklenmedik davranışlar göstermezler. Korkuları ve endişeleri ile başa çıkabildikleri için riskleri göze alabilirler. Mutsuzluklarının kendilerini sürekli engellemesine izin vermedikleri için sıkıntılı dönemlerini kısa sürede atlatabilirler. Anlaşmazlık olduğunda kendilerini iyi savunurlar. Kıskançlık, öfke gibi doğal olan duyguları yaşadıklarında suçluluğa kapılmazlar. İlişkilerinde neşe, sevgi ve mutluluk ararlar.</p> <p>Kendini Ortaya Koyabilme:Özgüvenli insanlar kendilerine özgü kişilikleri ile girdikleri toplumda hemen fark edilirler. Bu fark ediliş pek çok yöndedir. Giyim tarzları ve fiziksel bakımları ile dikkat çekerler. İlk izlenimin önemini bildikleri için, insanlarla ilk karşılaşmalarına dikkat ederler.</p>

3. SÜPER ÖZGÜVEN

M. Scott Peck "Süper özgüven" adlı makalesinde süper özgüven ile ilgili şunları söylüyor; "İşte, çocuklar yuvadan uçmadan önce, hepsinin geliştirmesini yürekten istediğim ve 'ideal' olan özgüven tipi budur. Ancak, gerçekçi olmak gerekirse, anababaların asıl amacının çocuklarına iç ve dış özgüveni 'yeterince' vermek olmalı. Ayrıca, bir diğer önemli konu ise, özgüven çocuklukta kazanılırsa, "süper" özgüveni yetişkin oluncaya kadar geçen sürede kendiliklerinden kazanabilirler".

M. Scott Peck'ın ifadesinden de anlaşılacağı üzere süper özgüven, iç ve dış özgüvenin birbirini destekler nitelikte geliştiği durumlarda olur. Özgüvenin çocukluğun ilk yıllarında geliştirmeye başlanması çok önemlidir. Fakat aile, iç ve dış özgüveni verirken bu dengeyi iyi kurmalıdır.

Çünkü çoğu aile çocuğuna "Ne olduğun değil, başkalarının gözünde nasıl görüldüğün önemlidir." mesajını verdikleri için pek çok insan dışarıdan bakıldığında ne kadar güçlü görülseler de kendi içlerinde sevilip sevilmediklerinden endişe duyarlar. Bazen de bunun tam tersi olur. İç özgüven çok yüksekken bu insanlar dışarıya ne kadar güçlü oldukları imajını bir türlü veremezler. Bu insanlar iç özgüvenlerini nasıl kullanacaklarını tam bilmedikleri için başarı çizgileri giderek düşer ve etkin bir yaşam sürmeyebilirler. Süper özgüveni bir cümle ile; "İç ve dış özgüvenin ikisi birlikte anlamlıdır ve her ikisinin güçlü olması süper özgüven durumu ortaya koyar ve insanlar için ideal olanı da budur" şeklinde ifade edebiliriz.

c. ÖZGÜVEN (KENDİNE GÜVEN) NASIL KAZANILIR?

Ünlü Amerikalı psikolog Morgan Scott Peck'e göre, çocuklara "özgüven" kazandırma çok uzun ve karmaşık bir süreçtir ve bundan da sadece anababalar sorumlu değildir. Çocukların yetiştirilmesi ve etkilenmelerinden sadece ana-babalar değil, çocuk bakıcıları, öğretmenler, danışmanlar, antrenörler, üvey anababalar ,TV sunucuları, rock yıldızları hatta reklam yıldızları vd. sorumludur. Ancak, çocukların çoğunun yaşamlarında anne ve babanın (öz ya da üvey) rol model olma bağlamında çok önemli etkiye sahip olduklarını belirtmek gerek.

Çalışmanın bu bölümünde birçok insanın zihnini meşgul eden şu sorulara yanıt aramaya çalışalım:

- Özgüven nasıl kazanılır nasıl yok olur?
- Özgüven doğuştan mı vardır, yoksa sonradan mı kazanılır?
- Acaba bazılarımız doğuştan mı şanslıdır?
- Bazı çocuklar genetik olarak özgüvenli olmaya eğilimli mi dünyaya gelir?

Psikolog Morgan Scott Peck'un yukarıdaki sorulara yanıtı: "Çoğu insan hala böyle düşünüyor ve çocukların doğuştan 'utangaç' ya da 'lider ruhlu' olduğuna inanıyor. Galiba bir ölçüde haklılar. Hepimiz belli kişilik özellikleri geliştirmeye eğilimli olarak dünyaya geliriz. Bu kişilik özellikleri de 'içe dönük' ve 'dışa dönük' gibi birtakım kategorilere ayrılabilir. Rekabete dayanan çağdaş kültürümüzde de, dışa dönük çocukların daha sosyal ve entellektüel insanlar olmaları daha olasıdır.

Ancak, çok istisna olsa da, bu kuralın dışına çıkan 'sakin' ama yine de 'özgüvenli' insanlar tanıdım. Bu nedenle, 'dışa dönüklük' genlerinin bazı çocuklarda doğuştan var olması, ileride tam anlamıyla özgüvenli olacaklarının garantisi değildir. Aslında, hepimizin aşağı yukarı benzer temel özgüven özellikleri ile dünyaya geldiğimize ve potansiyel kişiliklerimizi de bunun üzerine inşa ettiğimize inanıyorum. Tanıdığım her bebeğin doğduktan sonraki ilk birkaç haftada, sağlam bir benlik saygısı, olumlu bir görüntü ve isteklerini talep etme konusunda rahat olmak gibi özellikler taşıdıklarını gözlemledim. Keşke her çocuk 5 yaşına geldiğinde de aynı şeyleri söyleyebilsem".

1. ÖZGÜVEN OLUŞUMUNU VE GELİŞİMİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Ailenin çocukluk dönemindeki tutum ve davranışları, kendine güvenin gelişimi açısından çok önemlidir. Çocuklarını cesaretlendiren, başarıları karşısında olumlu geribildirimler veren, başarısızlıkları olduğunda da gerçekçi ve destekleyici davranabilen aileler kendine güvenin gelişimini olumlu yönde etkilemiş olurlar.

Anne ve babanın başarı ve başarısızlık durumlarında kendilerine karşı tutumları da erken yaşlarda çocuğun özgüveninin gelişimde önemli rol oynar. Bir süre sonra, çocuğun oyunlar yoluyla arkadaşlarıyla birlikte yaşadığı deneyimler de önemli olmaya başlar ve çocuklar kim olduklarıyla ve dünyadaki yerleriyle ilgili önemli farkındalıklar geliştirirler. Oyunda hangi rolü alacakları ya da hangi oyuncağı istedikleri gibi bazı kararları kendi başlarına almaya başlarlar. Bu dönemde yaşanan deneyimler ve ailelerinin onlarla ilgili algıları kendine güven duygusunun gelişiminde önemli rol oynar. Özgüvenin oluşumunu ve gelişimini etkileyen faktörler aşağıda kısaca özetlenmiştir.

1.1. ANNE-BABA TUTUMLARI

Yukarıda da belirtildiği üzere, özgüvenin oluşumunu ve gelişimini etkileyen faktörler anne-baba tutumları, akademik başarı, kendini değerlendirme ve çevrenin etkisi, fiziksel görünüm, zeka, olumsuz baskı ve disiplin yöntemleri, sorumluluk ile diğer faktörlerdir. Ancak, çocukların çoğunun yaşamlarında anne ve babanın (öz ya da üvey) hala çok güçlü olduğu bir gerçektir. Çocuğun psikososyal gelişim evrelerinde doğumla başlayan ve bir yaşına kadar devam eden dönem "temel güven duygusunun" olduğu dönem olarak gösterilir. Bu dönemde verilen sevginin ve ilginin tutarlı, yeterli ve devamlı olması özgüvenin oluşmasında önemli rol oynar. Özellikle bebeğin annesine veya ona bakan kişiye güvenmesi çok önemlidir. Çocuğun kendine ait farkındalık düzeyi üç yaşına kadar yeterince gelişmemiş olduğundan, kendisiyle ilgili algısında, anne-babanın ve çevresindeki kişilerin tutumları etkindir.

İhtiyaçlarının uygun biçimde karşılanması sonucu çocuk, kendi benliğini değerli bir varlık olarak algılar. Çevresini de değer veren, güvenilir bir çevre olarak değerlendirir. Böylelikle güven duygusunun temeli atılmış olur. İki yaşından itibaren çocuk, çevresini keşfetmek ve çevre üzerinde denetim gücü kazanmak amacıyla her şeye karşı derin bir soruşturma ve öğrenme eğilimi gösterir. Sorduğu sorular karşısında çocuğun çevresinden ala-cağı tepkiler özgüven gelişimi için önemli bir unsurdur. Özellikle okul öncesi döneme kadar anne babanın sözel ya da sözel olmayan tepkileri, çocuktan beklentileri, övgüleri, eleştirileri, çocuğa yönelik tutum ve davranışları çocuğun özgüvenini geliştirir. Anne babaların çocuklarına gösterdiği tutumlar farklı olabilir. Bu tutumlar otorite kurmak için baskıcı, aşırı koruyucu ya da ilgisiz olabilir. Demokratik tutum sergileyen anne babalar çocuğun aldığı kararlara saygı duyar, çocuğa sevgi ve hoşgörü ile yaklaşır.

1.1.1. Koruyucu Ana-baba Tutumları

Anne-babanın aşırı koruması, çocuğa aşırı kontrol ve özen göstermesi anlamına gelir. Anne ve baba müdahaledir ve buna hakkı olduklarını savunurlar. Bu tutuma sahip olan aileler çocuklarına gereğinden fazla kontrollü ve korumacı davranırlar. Çocuklarının her ihtiyaçlarını kendileri karşılarlar, çocuğunun sorumluluklarını kendileri yaparlar, çocukları büyümelerine rağmen kendileri giydirir, yemek yedirirler. Olabilecek bir tehlike karşısında aşırı derecede endişelenirler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocukları kendileri tek başına bir işi yapmakta zorlanırlar, hep başkalarından yardım beklerler. Kendini korumayı öğrenemedikleri için savunmasız, utangaç, çekingen bir kişilik geliştirirler.

Çocuğun, yapabileceği işlerden koruyarak büyütülüp kendisine her şeyin hazır olarak sunulmasına alıştırılması sonucunda, çocuk ilerde diğer kimselere aşırı bağımlı, özgüveni zayıf, girişimci olamayan, pasif, duygusal kırıklıkları olan, sorumluluk almaktan çekinen, kendi yapması gereken işleri başkalarının yapmasını bekleyen biri olabilir. Çocuklarının yaşam deneyimleri kazanmalarına fırsat vermezler. Onların büyüdüğünü fark etmezler çoğunlukla bebekleri gibi davranırlar. Bu çocuklarda özgüven duygusundan yoksundurlar. Cesaretleri yoktur ve sorumluluk gelişimi olmaz.

Aşırı koruyuculuk, genellikle kadınlarda görülür ve bu kadınların ortak özelliği, "Hayatta hiçbir şeye ve kimseye güvenmemeleri"dir. Çevreye ve yaşama güvenmemenin ardındaki gerçek ise, kendine olan güvensizliktir. Bu kişiler, kendi davranış bozukluklarını çocuklarına da yansıtarak olumsuz bir model olurlar.

1.1.2. Tutarsız Ana-baba Tutumları

Çocuk gelişiminde disiplinin dengeli ve tutarlı olması çok önemlidir. Anne veya babadan birinin çok kısıtlayıcı, diğerinin çok hoşgörülü olması gibi, anne veya babanın, bir konuda önce çok sınırlayıcı olup bir süre sonra hoşgörülü olması da çocuklarda davranış bozukluklarına yol açar. Başka bir ifadeyle bu ailelerde çocuğun yaptığı bir davranış bazen çok sert bir tepki alabilirken, bazen de çok olumlu karşılanabilmektedir. Tutarsız anne babanın iki çocuğuna karşı farklı tutumu ya da anne babanın kendi eğitim tarzlarındaki farklı tutumları çocukları olumsuz yönde etkileyebilir. Örneğin, bir davranışın kimi zaman ödüllendirilmesi kimi zaman da cezalandırılması çocukta cezanın anlamı ve suçun niteliği hakkında kuşkular uyanmasına neden olur. Ne zaman, nerede, ne yapacağını bilemezler. Ayrıca çocuk kendini kanıtlamak ve dikkatleri üzerine çekmek için, ürkek, yumuşak huylu, söz dinleyen ya da kendi benliğini ve bağımsızlığını göstermek için kavgacı, sinirli bir çocuk olabilir. Zamanla çevrelerindeki insanlara güvenmeyen, her şeyden şüphelenen, kararsız bir kişilik yapısı geliştirebilirler.

1.1.3. Aşırı Baskıcı ve Otoriter Tutum

Bu tutuma sahip aileler çocuklarının fikirlerini almaktan çok kendi kararlarını uygularlar. Çocuklarının bütün kurallara eksiksiz itaat etmesini beklerler. Çocuklarının sorunlarını çocuk açısından değil kendi açılarından değerlendirirler. Çocuğun ihtiyaçlarını dikkate almaz, ilgilerini ve beğenilerini önemsemezler. Bu tutum içinde olan anne-babalar çocuklarının kusursuz olmasını ve okul hayatında üstün bir başarı sağlamasını beklerler.

Bu tutuma sahip ailelerin çocukları belirli bir başarıya sahip olsa bile anne ve babalarının beklentisi çok yüksek olduğundan kendilerini yeterli görmemeye başlarlar. Bundan dolayı da kendilerine olan özgüvenleri azalmaya başlar. Ayrıca bu tutuma sahip anne- babalar katı bir eğitim uyguladığı için çocuk her kurala uymak zorundadır. Bu da çocuğun silik, küskün, çekingen, başkalarının etkisinde kolay kalabilen, özgüveni düşükaşırı hassas bir kişilik yapısına sahip olabilir. Bu tutumla yaklaşan ebeveynlerin eğitiminde ceza ön plandadır. Dayak veya korkutma yöntemleri kullanılır. Böyle bir aile ortamında yetişen çocuğun yapabileceği işleri yapamayacağı şeklinde olumsuz düşünüp girişmemesi, kendini diğer insanlara ifade etmekte çekingen davranması gibi olumsuz davranış kalıpları görülür.

1.1.4. Gevşek Tutum (Çocuk Merkezli Aile)

Çocuk merkezci aileye, genellikle orta yaşın üzerinde çocuk sahibi olan ailelerde ya da çocuğun kalabalık yetişkinler grubu içinde yetişen tek çocuk olması halinde sıklıkla rastlanır. Böyle bir ortamda çocuk ailede inisiyatif sahibi olan tek kişidir ve onun isteklerine ailenin diğer fertleri kayıtsız şartsız uyarlar.

Ana-baba ile çocuk arasında sağlıklı bir iletişimin olmaması, çocuğun dengesiz bir ortam içinde abartılmış bir sevgi gösterisiyle büyüyor olması, onun “doyumsuz” bir birey olmasına neden olur. Ana-baba, oyuncak gibi maddi değer taşıyan objelerle, bu doyumsuzluğun giderileceğini zanneder. Oysa 300 elektronik oyuncuğuna 301’incisinin eklenmesi, çocuk için çok büyük bir değer taşımaz. O halde önemli olan duygusal doyumdur. Ana-baba ve çocuğun, rollerine, hak ve sorumluluklarına fırsat veren bir ortam içinde yaşamalarıdır.

Aşırı şımartılmış bu çocuklar, daha yaşamlarının ilk günlerinden itibaren her türlü ihtiyaçlarının karşılanacağı ve isteklerinin buyruk niteliği taşıdığı beklentisini geliştirmişlerdir. Bu çocuklar yetişkin olduklarında da toplumun vermediği hakları kendilerine tanımaya çalışırlar.

Disiplin, sadece kuraları zorlama değildir, toplum içinde problem çözmeyi de içerir. Agresif çocukların aileleri, aile içi krizlerini ve problemlerini çözebilecek becerilerden yoksundur. Bu tutuma sahip ailelerde gevşek disiplin anlayışı vardır. Gevşek disiplinde ise “hoş gör, boş ver” anlayışı egemendir. Bu anlayışta “Her şeyi hoş gören, çocuktur her şeyi yapar, çocuk özgür olmalıdır, onun her dediğini yapın, ona sevgi verin yeterlidir” şeklinde yüzeysel ve asılsız temeller vardır. Bu tutumda çocuğun olumsuz davranışları aşırı hoşgörü ile karşılanır. Aşırı gevşek tutumla yetiştirilen çocukların bencil, sabırsız ve anlayışsız oldukları ile sürülmektedir. Aşırı denetim çocuğu pasifleştirirken aşırı hoşgörü çocuğun şımarmasına neden olmakta ve çocuğun olgunlaşmasını engellemektedir(www.psikoloqankara.net)

1.1.5. Eşitlikçi-Demokratik Tutum

Demokratik tutum gösteren ailelerde yetiştirilen çocuklar temel güven duyguları gelişmiş, girişimci, sorumluluk alabilen, kendini gerçekleştirmeye istekli, fikirlerini serbestçe ifade edebilen ve sosyal bireylerdir. Çünkü çocuk duygularını ve düşünce lerini ifade ederken anne ve baba tarafından dinlenir. Dinlemenin temelinde sevgi, saygı ve karşdakini kabullenme vardır. Çocuğun, dinlendiğini fark etmesi, onun kendine olan güveninin artmasında önemli bir etkidir.

Demokratik tutuma sahip aileler çocuklarına koşulsuz sevgi verirler, empatik bir anlayış içerisindedirler. Bu tutuma sahip olan ailelerin çocuklarının sorumluluk duygusu gelişmiştir. Kendi kendine karar verebilir, kendini kontrol edebilir. Otokontrolü olan, duygularını ifade eden, kararlı, girişimci olan bu çocuklar sağlıklı bir özgüven anlayışına sahip çocuklardır.

1.1.6. İhmal Eden Ebeveyn Tutumu

Her bireyin doğuştan gelen ve karşılanması gereken temel bazı psikolojik gereksinimleri vardır. Bu temel gereksinimler doğumdan sonra aile içinde karşılanır. Temel gereksinimleri karşılanmayan, ihmal edilmiş bir çocuk normal psikolojik gelişimini sürdüremez ve öz varlığını benimseyemez.

Çocuğun doğuştan gelen bu temel psikolojik gereksinimleri karşılanmadığı takdirde ona ' senin varlığın ya da yokluğun önemli değildir' mesajı verilerek çocuk kendini değersiz ve çaresiz varlık olarak görmesine sebep olur. Birden fazla çocuklu ailelerde ebeveynler çocuklarından birini farkında olmadan ihmal ettiği, görmezden geldiği durumlarda ikinci planda kalan çocukta kıskançlık, kendine ve çevresine güvensizlik, değersizlik duyguları oluşmaya başlamakta ve bu çocukta zamanla kişilik örüntüsü haline gelmesine neden olmaktadır. Bununla beraber annenin pasif olduğu aile sisteminde de hem erkek hem de kız çocuğu kişilik ve özgüven duygusunda olumsuz yönde etki etmektedir.

Aile içinde iyi bir özdeşim modeli bulamayan ihmal edilmiş bir çocuk yetişkin bir birey olduğunda, hayatın zorlukları ve çikmazları karşısında nasıl davranacağını bilemez ve kendine güvenemez.

1.1.7. Ebeveynlerin Birbirlerine Karşı Tutumu

Eşler arasında güven bağının oluşmaması veya birbirlerine olan güven duygusunda eksikliklerin olması birbirleriyle olan iletişimlerine yansımaktadır. Bu durum da dolaylı olarak çocuğun özgüvenine yansımaktadır. Güvensiz ve iletişim sıkıntısı olan bir ortamda büyüyen çocuk endişe ve kaygılarla dünyaya bakmayı öğrenerek güvensiz dış dünya algısı geliştirir. Bu algıyı kendi benliğine de yansıtarak özgüven eksikliği veya yetersizliği meydana gelir.

1.2. AKADEMİK BAŞARI

Carter ve Good (1973) akademik başarıyı eğitim-öğretim kurumlarında, öğretilen derslerde geliştirilen ve eğitimcilerce takdir edilmiş notlarla ortaya konulmuş beceri ya da kazanılan bilgilerdir; biçiminde tanımlamışlardır. Bu nokta da tanımlanması gereken bir başka kavram ise öğrencinin akademik başarısını belirlemede en güçlü etkiye sahip özelliklerden birisi olan, akademik özgüvendir.

Akademik özgüven, öğrencinin öğrenme özgeçmişini baz alarak, öğrenmesi gereken herhangi bir konuyu, öğrenip öğrenemeyeceğine dair kendisini algılayış tarzıdır. Bir başka ifadeyle öğrencinin öğrenme konusundakendisine ilişkin tutumudur. Başarının azim ve çalışmaya bağlı olduğu durumlarda, gerçekleştiretilmiş her başarı bireyde artan güven duygusuna, güven duygusunda daha yüksek hedef ve yönelimlere yol açacaktır.

Başarı ihtiyacı yüksek bir kişi, başaracağını tahmin ettiği ve kendisi için değerli olan şeyleri yapmaya çalışır. Bazı insanlar da başarısızlık korkusu nedeniyle bir işi yapmaktan çekinirler. Bu noktada bireyin öz güven derecesi çok önemli etkidir. Özgüven, başarıyı veya başarısızlık korkusunu etkileyen önemli unsurlarından birisidir. Yüksek özgüvene sahip bireyler başarısızlıktan korkmazlar.

Güçlü ve zayıf yönlerini objektif olarak değerlendirdiklerinden durumun sonucuna odaklanmazlar. Onlar için başarının veya başarısızlığın önemi yoktur. Başarısızlığı öğrenme olarak görerek daha sonraki durumlarda başarıyı sağlayacaklarına inanırlar.

Öte yandan insan yaşamının en çok başarısızlık veya başarı yaşadıkları evre okul dönemidir. Okulda ön planda olan, çocuğun ruh sağlığından çok derslerindeki başarısıdır. Başarılı öğrenciler başta öğretmenleri olmak üzere yakın çevresi tarafından benimsenerek değer verilip takdir edildiği halde başarısız öğrenciler çevresindeki kişiler tarafından hoş karşılanmaz. Başarılı birkaç öğrenciyi örnek olarak gösterirler. Çevreleri tarafından bu tür tepkiler gören çocukların özgüven derecelerinin azalması kaçınılmazdır.

Tablo 2. Akademik Özgüveni Yüksek-Orta ve Düşük Olan Çocukların Özellikleri

Akademik Özgüveni Yüksek Olan Çocuklar	Akademik Özgüveni Orta-Zayıf Çocuklar
Doğal merakını korur	Doğal merakını kaybetmiştir
Öğrenmeye isteklidir	Başarısızlıktan ve hata yapmaktan korkar
Mücadele etmeyi sever	Kaçınma stratejileri kullanır
Gerektiği anda dikkatini yoğunlaştırabilir	Telafi stratejileri kullanır. (Aşırı yoğunlaşma, uzun saatler çalışma gibi)
Eleştiriye karşı olan tepkiler verir	Eleştiriye aşırı duyarlıdır
Güçlü ve zayıf yönlerinin farkındadır	Rekabete düşkünlük veya umursamaz bir tavır sergiler
Başkasıyla değil, kendisiyle yarışır	Öğretmenini memnun etmeye çalışma” veya “isyankarlık”, utangaçlık, duygusal olarak içe kapanma veya kopma gözlenir
Başarısızlıkları öğrenme fırsatı olarak görür	Yanlışlarının düzeltildiği veya daha sorumlu davranıp çaba göstermesi talep edildiği zaman, düşmanca bir tavırla veya susup içerleyerek tepki verir

Çocuğun hem ailesine hem de kendine güven duyması çok önemlidir. Çocuğun kendine güven duyması ve doğru davranışı özgürce seçebilmesi için, kendi başına bazı işler başarması, bu başarısı ile kendisini kanıtlayabilmesi gerekir. Bu başarısı nedeniyle ebeveyninden “olumlu geri bildirim” alan çocuğun aile ile iletişimi olumlu etkilenir, çabası artarak sürer ve özgüveni pekişir. Dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu, yeterli güven ve sevgi içinde barındıran bir aile ortamının çocuğun psikososyal gelişimine önemli etkilerde bulunduğu saptanmıştır.

Her ailenin işleyişi farklıdır. Bu sistemde temel olarak anne ve babanın, çocuğunu bağımsız bir birey olarak kabul etmesi, çocuğa sevgi ile yaklaşması, yeterli düzeyde destek sağlaması ve sorumluluk vermesi gereklidir. Çünkü kişiliğin gelişimi ve karakterin oluşumundaki temel özdeşim modelleri anne ve babadır. Çocuk, geleceğini belirleyen ilk ve en önemli etkileri ana-babasından almaktadır. Hem anne hem baba, çocuğu farklı şekillerde etkilerler. Bu nedenle her ikisinin gelişimdeki rolü, birbirini tamamlar ve destekler niteliktedir. Çocukların model olarak anne babadan sonra en çok öğretmenlerini örnek aldıklarını düşünürsek, öğretmenlerin tutum ve davranışları öğrencinin özgüven gelişimini olumlu ya da olumsuz yönde etkileyecektir (Ekinci, 2013). Midgley, Feldloufer ve Eccles (1989), öğretmenlerin öğrenciyeye yaklaşımının önemine vurgu yaparak, çocukların özgüven oluşum ve gelişiminde öğretmenin yaklaşımın önemini dile getirmişlerdir. Bununla birlikte bu durumun öğrencinin öğrenme düzeyi ve akademik başarısıyla da ilişkili olduğunu söylemişlerdir. Öğretmenin ortaya çıkardığı özgüven ve öz yeterlik duygusunun öğrencinin güdülenmesi üzerinde etkili olduğunu belirterek, öğrenciyi başarıya yönlendirildiğini bu başarı hissinin de çocukta özgüven sağladığını belirtilmiştir (Kocaarslan, 2009).

2. ÖZGÜVEN GELİŞİMİNDE DİĞER FAKTÖRLER

2.1. OKUL VE ÖĞRETMEN

Bireyin ailesinden sonra olgunlaşmasında ve kendine yönelik olumlu duygular geliştirmesinde önemli bir payı olan kurum okuldur. Yukarıda da kısaca değinildiği üzere okul hayatının başlangıcı ile birlikte bireyin yaşa - mına giren öğretmen, kısa bir süre içinde yaşamındaki en önemli , en etkili kişilerden biri haline gelir . Bu nedenle öğretmen , öğretim yöntemlerinden kişisel özelliklerine kadar öğrencilerin davranışları ve başarısı üzerinde geniş bir etki yapar. Öğrencinin de öğretmene karşı tutumu ve karşılıklı iletişimleri çok önemlidir.

Yapılan araştırmalarda hoşgörülü, sevgisini ve ilgisini göstermekten çekinmeyen, özgüveni yüksek olan öğretmenlerin öğrencilerini hedef belirleme ve bu hedeflerini gerçekleştirme konusunda destekledikleri, onların sorumluluk duygularını geliştirmeye çalıştıkları saptanmıştır.

Midgley, Feldloufer ve Eccles (1989) öğretmenlerin kişisel özelliklerinin ve öğrenciye karşı yaklaşımlarının özgüvenin oluşumunda ve gelişiminde oldukça önemli olduğunu vurgulamaktadırlar. Bu durum aynı zamanda öğrencinin akademik başarısı ile de ilişkilidir. Öğrencinin güdülenmesinde, öğretmenin oluşturduğu öz yeterlilik ve özgüven duygusu çok etkili olmaktadır.

Güdülenen öğrencinin ise başarıya yöneldiğini ve başarmanın vermiş olduğu motivasyonun öğrencide özgüveni sağladığı anlaşılmaktadır (Kocaarslan, 2009). Kendisini okulda başarılı gören, öğretmeni tarafından sevildiğini düşünen, derse kalktığında bildiklerini anlatabilen, güzel fikirlerinin ve müzik, resim gibi yeteneklerinin olduğunu düşünen bireyin olumlu benlik kavramı gelişebilir.

2.2. SORUMLULUK DUYGUSU

Sorumluluk bireyin ilk yıllarında anne babasından , çevresinden gördüğü davranışlarla şekillenir . Sorumluluk duygusunun oluşumunda çocuğa verilen otonomi (kendi kendini yönetme) fırsatlarıyla, çocuğu davranış - larının sonuçlarıyla baş başa bırakma yolunu seçme büyük önem taşır. Bunun için öncelikle çocuğa küçük yaş - tan başlayarak yaşına , yeteneğine ve cinsiyetine uygun görev ler vererek güven duygusunun pekiştirilmesi sağlanmalıdır.

Sorumluluk verilirken çocuğun birtakım kurallara uyması ve ilk temel alışkanlıkları kazanması gerekir. Anne ve babaların çocuklarını küçük yaştan başlayarak kendi kendilerini disipline eden bir birey olarak yetiştir - tirmeleri gerekir. Bu bireyler sorumluluklarını içselleştirerek üzerine düşen görevleri yerine getirmeye çalış - ırlar ve topluma değer katarlar .Bu sorumluluklar verilirken, çocuğun belli kurallara uyması ve ilk temel alışkanlıkları kazanması gerekmektedir (Çelik, 2014).

2.2.1. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMA YOLLARI

- 2.2.1.1. Açıklama ve örnek olma
- 2.2.1.2. Birlikte yapma, yalnız yapması için teşvik etme
- 2.2.1.3. Disiplin ve sınır koyma
- 2.2.1.4. Ceza verme
- 2.2.1.5. Ödül ve övgü

Çocuğa sorumluluk kazandırmak için yapılması gerekenler aşağıda açıklanmıştır.

2.2.1.1. AÇIKLAMA VE ÖRNEK OLMA

Diş fırlama sorumluluğu kazanmasını istediğimiz bir çocuk olsun. Bu çocuğa ilk önce farklı şekillerde, öykü ve oyun içinde diş fırçalamanın önemi anlatılmalıdır. Bu anlatımla birlikte çocuk önünde diş fırçalayan modeller görmek ister. Çünkü çocuklar söz ile değil rol modelleme yolu ile öğrenirler. Çocuğun önünde ona rol model olmak, diş fırçaladığımız anlarda onu da yanımızda tutmak çocuğun bu sorumluluğu içselleştirmesini kolaylaştırır. Ancak tek başına, anlatma ve örnek olma da yeterli olmaz.



Çocuğun bir davranışı kazanabilmesi için bir süre ilgili davranışı çocukla birlikte yapmak gerekir. Birlikte yapılmadığında diş fırçalama işi çocuk için karmaşık gibi algılanabilir. Diş fırçalama eylemi suyun açılması, diş macununun fırçaya konulması, fırçanın dişe sürülmesi, ağzın çalkalanması, fırçanın temizlenmesi gibi alt becerilerden oluşur. Çocuk bu becerileri birlikte yaparak öğrenir.

Çocuğa oturduğumuz yerden “Git dişini fırçala” dediğimizde çocuğumuz bu alt becerilerden birinde tıkanıp diş fırçalama eyleminden vazgeçebilir. Bu nedenle çocuğun diş fırçalama eylemini alışkanlık haline getirebilmesi için uzun bir birlikte yapma dönemi gerekir.

Birlikte yapma döneminde çok fazla mükemmeliyetçi davranıp sürekli çocuğu düzeltmek çocuğu sorumluluktan kaçırabilir. Birlikte yapma döneminin ardından artık ebeveynler kendilerini geri çekebilirler. Bu dönemi teşvik ve ödüllendirme dönemi takip eder. Ebeveyn bir şey söylemeden çocuğun diş fırçalama davranışı yerine getirmesini bekler. Bu davranışı gördüğünde ödüllendirir. Görmediğinde ise hatırlatılır.

2.2.1.2. BİRLİKTE YAPMA, YALNIZ YAPMASI İÇİN TEŞVİK ETME

Çocuklarına iyi bir eğitim vermek, onları hayata hazırlamak ve onları iyi yönlendirebilmek her anne-babanın temel hedeflerindedir. Devam eden hayat içinde çocukların iyi özellikler kazanabilmesi için yönlendirilmeleri gerekmektedir. Anne babanın her davranışının, olaylar karşısındaki tavrının ve tepkisinin çocuk üzerinde önemli bir etkisi vardır.

Çocuklar hatalı bir şey yaptıklarında anne babanın buna tepkisiz kalması o yanlıştın devam etmesine neden olmaktadır. Örneğin, çocuk tabakları masadan mutfığa taşırken düşürmesi ve tabaklardan birinin kırılması sonucu annenin, “Zararı yok evladım. Kırılan tabak olsun, sana bir şey olmadı ya! Önemli olan sana bir şey olmaması.” demesi doğru değildir. Tabaklardan biri kırılmıştır ve bu önemli bir olaydır. Bu olayla gerçekçi bir şekilde ilgilenilmelidir.

Örneğin; Aynur annesine yardım ederken tabağı elinden düşürür ve tabak kırılır. Bu olay karşısında annesi, Aynur’a “ Her olayda öğrenilecek bir şey vardır. Akıllı insan kendini suçlamak yerine bu olaydan ne öğrenebilirim? diye düşünür. Şimdi burada senin öğrenmen gereken bir şey var.

“Aynur bu tabak elinden neden düştü?”

“Ellerim ıslaktı tabak elimden kaydı.”

“Peki, bir daha ıslak elle tabak taşımaya çalışacak mısın, yoksa önce ellerini kurulayıp, ondan sonra mı tabakları taşıyacaksın?”

“Ellerimi kuruladıktan sonra tabak taşıyacağım.”

“Aferin Aynur! Bak bu olayda bir şey öğrendin. Sen akıllı bir çocuksun.” “Gel şimdi bu tabak taşıma olayını yeniden tekrarlayalım ”. Tabak taşıma olayı planlandığı şekilde tekrarlanır. Böyle bir etkileşim, çok güçlü bir gelişim deneyimi oluşturur.

2.2.1.3. DİSİPLİN VE SINIR KOYMA

Günümüzde, anne babaların yaşadığı en büyük zorluklardan birisi de, çocuğa hangi durumlarda sınır koymaları gerektiği ve bunu nasıl yapacaklarıdır. Sınır koymak ve disiplin sağlamak, sıklıkla çocuğa hayır demek ve davranışlarını kısıtlamak olarak algılanabilir. Ancak çocuk yetiştirmede, ilgi ve disiplin önemli unsurlardır. Disiplin, ilgisizlik demek değildir; ilgi de, disiplinsizlik değildir, farkına varılması gereken ayırım da budur.



❖ Peki Disiplin Nedir?

Disiplin kavramı eğitimin temel kavramlarından biridir. Öte yandan aynı kavram çocuğun ve ergenin yetişkinlerle ilişkilerinde önemli bir yer tutmaktadır.

Geniş anlamda disiplin, çocuğun gelişiminde büyükler tarafından örgütlenen bir yaşam düzenini ifade eder. Çocuk başlangıçta kendi gereksinmelerini karşılamak ve kendini denetlemek bakımından yetersizdir.

Çocuğun biyolojik, psikolojik ve toplumsal gereksinimleri yetişkin tarafından belirli bir düzen içinde karşılanır, çocuk da bu düzene uymak zorundadır. Böylece başlangıçta disiplini oluşturan kurallar ile bu kuralları düzenleyen otoriteye uyma zorunluluğu birlikte gider. Ancak disiplinin uygulanması çocukta sadece bir itaat duygusu geliştirmek için değildir. Disiplin, sadece buyruklar verme, cezalandırma ya da ödüllendirme yoluyla belli bir davranış elde etmek de değildir.

Aslında disiplin, mantıkla açıklanabilir kurallar koymak, bu kurallar doğrultusunda hareket etmek, bunlarda tutarlı davranmak, çocuğunun hatası karşısında anne-baba olarak kontrollü olmak, kararlılık ile hoşgörü arasındaki dengeyi kurabilmek; çocuğunun özgüvenini zedelemekten ona sınırlar koymaktır. Disiplin, doğru ile yanlış, iyi ile kötüyü birbirinden ayıran bir öğrenme ve öğretme sürecidir. Bu anlamda disiplin, çocuğun davranışını etkin bir şekilde ele almaktır. Bunu yaparken disiplinin en temel 3 amacı vardır;

- Çocuktaki sevgi ve güven ilişkisini geliştirmek,
- Çocuğun benlik kavramını oluşturmak ve temelini atmak,
- Diğerlerinin alanlarına ve kişiliklerine saygılı olmak.

Disiplin ilk olarak ailenin, sonrasında da toplumun içindeki denge ve düzenin sağlanmasında büyük önem taşır. Bu noktada çoğunlukla disiplin kavramı; katı ve cezaya dayalı olarak değerlendirilebilir fakat gerçek anlamda disiplin çocuğun topluma uyumunu sağlamaya ve ilerideki sosyal hayatını sağlıklı bir biçimde oluşturmaya yoğunlaşarak davranışı yönlendirmeyi amaçlamaktadır. Dolayısıyla gerçek anlamda disiplin, kızgınlık ya da sertlik içermez; kararlılık, düzen ve belirlenmiş kurallara işaret eder. Disiplin çocuğa istenilen davranış ve alışkanlıkları öğretmek, kendi kendini denetleme ya da iç denetim olan ahlak gelişimini sağlar.

Şimdiye kadar sağlam bir disiplinin cezadan, ilginin de şımartmadan geçtiğine yönelik eğitim anlayışı eskilerde kalmıştır. Gerçek anlamda disiplin sorumluluk kazandırma ve sınır çizme, ilgi ise takdir etme ve istenilen davranışa destek verme olarak düşünülmelidir. Çocuklar ilgi ve ihtiyaçları gözetilerek, yerinde ve zamanında yapılan doğru yönlendirilmelerle yaşama hazırlanmalıdır.

Çağdaş disiplin anlayışı olarak da adlandırılan bu yeni disiplin anlayışının asıl amacı, küçük yaşlardan başlayarak çocuklarda öz denetim mekanizmasını geliştirmektir. Çocuğun gelişim süreci düşünüldüğünde davranış anlamlandırmak ve neyin doğru, neyin yanlış olduğunu anlamak için çocuk sık sık ailenin geri bildirimine ve tepkisine dikkatini verir.

Disiplin ve sınır koyma tutarlılık içerir. Anne ve baba ne olursa olsun, benzer tutumu, tutarlı bir biçimde her defasında çocuğa sergilemelidir. Burada tutum açısından ayrılan anne ve baba davranışı, çocuğun neyin yanlış neyin doğru olduğunu anlamasını güçleştirir.

❖ Sınır Koymak Nedir?

Sınır koymak, çocuğun kendini güvende hissederek hareket edebileceği alanı belirleyen yardımcı ve yol gösterici işaretleri çocuğa sunmaktır. Sınırlar disiplini gerektirir. Disiplin ve ceza aynı şey değildir. Fiziksel cezalar, utanç, mutsuzluk ve umutsuzluk duyguları yükleyerek çocuğun kendine olan saygısını yitirmesine sebep olabilir. Daha da kötüsü çocuğa şiddetin geçerli ve uygun bir davranış olduğu, güç kullanarak istediklerini elde edebileceği kavramı öğretilmiş olacaktır. Çocuklara doğru davranışı öğretirken ceza yerine, nasıl davranıp nasıl davranmayacaklarını nedenleriyle birlikte açıklamak gerekir.

❖ Neden Sınırlara İhtiyaç Duyarız?

Çocuklar, kurallarına yabancı oldukları bir dünyaya doğarlar. Büyüdükçe kendilerinden beklentilerin değişmesi ve çeşitlenmesi ise, durumu daha zora sokmaktadır. Sınırlar, bu öğrenme ve keşfetme sürecinde oldukça önemli bir role sahiptir.

Çocuklar, dünyayı keşfedip, kendi başlarına bir şeyler yapmaya, yeni ilişkiler oluş-turmaya başladıklarında farklı tepkilerle karşılaşılır. Bunlarla başa edebilmeleri için ihtiyaçları olan en önemli rehber, net sinyallerdir. Çizilen sınırlar net ve tutarlı olduğu sürece, çocuklar için onları anlamak ve uygulamak kolay olacaktır.

❖ Sınır Koymada Ebeveynlerin Yanlış Tutumları

- Çocuğa hayır diyememek
- Sınırların geniş, esnek ve belirsiz olması
- Çocuğu aşırı şımartmak
- Çocuklarına yeterli zaman ayırmamak
- Çocuk yetiştirme konusunda kendilerini geliştirmemek
- Doğru olmayan ebeveyn tutumları sergilemek

❖ Sınır Nasıl Konmalıdır?



- Sıcak, şeffaf, ilgili ve tutarlı bir anne babanın varlığı, en önemli şartların başında yer almaktadır. Çocukların, kabul gördükleri, sevgiyle beslendikleri ortamda kuralları kabul etmeleri kolaylaşır.
- Sınırlar gerektiğinde değişebilir ve belli oranda esnek olmalıdır.
- Sınırlar bebeklikten başlayarak konmalı ve yaş ilerledikçe yeniden düzenlenmelidir.
- Sınırlara uymanın önemi çocuklara net ifade edilmelidir.
- Amaca yönelik sınırlar konmalıdır. Sınır koyacağım diye her şeye “hayır” dememek gerekir.
- Çizilen sınırlar tutarlı uygulanmalıdır. Sınırların çignenebilir olduğunu öğrenen çocukların her or tamda sınırları zorlaması kaçınılmaz bir gerçektir.
- Olumsuz davranışların nedeni araştırılmalıdır çünkü her davranışın arkasında bir ihtiyaç, amaç veya sorun yatar.
- Çocuğa neyi yapamayacağı açıklanırken buna karşılık neleri yapabileceği de belirtilmelidir.
- Sınırları belirlerken çocukları da işin içine katmak durumu sahiplenmelerini sağlar.
- Çocuklara iyi bir model olmak önemlidir. Anne babanın ortak tutumu, genel net duruşu ve davranışları en iyi sınır belirleyicileridir.

Sınırsızlık içinde yaşayan çocuk, yönünü belirleyemez, güven duygusu hissedemez, daima bir desteğe bağımlı olma, onay alma, yardım alma ihtiyacını duyar. Çocuk, sınırları zorlar, anne-babanın ne kadar kararlı olduğunu test eder, sınırları zorlayınca ne ile karşılaşacağını görmek için denemeler yapar. Çocuğuna “Hayır” diyemeyen, kıyamayan, onu veltiaht gibi yetiştiren anne-baba, gelecekte mücadele gücünden yoksun, doyum-suzluğa aday, özgüveni yitik, kolay mutsuz olan yetişkin yetiştirdiğini bilmelidir.

2.2.1.4. CEZA VERME

Çocuk eğitiminde ceza eğitiminin en tartışmalı konularından biridir. Kimi pedagojik yaklaşımlar cezaya tamamen karşı çıkarken, kimi yaklaşımlar cezayı gerekli görür. Ceza olmadan çocuğun iyi bir şekilde eğitime-yeceğini düşünün ekoller de vardır. Ailelerin de bu konuda kafası karışık. Bazı aileler çocuğun cezayı hak ettiğini düşünür. Bazı ailelerde ise her ceza vermenin ardından bir pişmanlık duygusu oluşur. Çocuğa nasıl ve ne şekilde sınır koyulacağı ve ne şekilde yaptırım uygulanacağı anne-babaların da en çok ihtiyaç duyduğu konular arasındadır.

Ebeveynlerin bütün ısrarlarına rağmen odasını toplamayan, ödevlerini yapmayan, dişlerini fırçalamayan bir çocuk için ailenin aklına ceza vermek gelebilir. Bazen de sorumluluk gerektirmeyen durumlar olur. Anne-baba çocuğundan kendi sözünü dinlemesini ister.

Televizyonu kapatmasını, sofraya yemeğe gelmesini, gidip kendisine bir su getirmesini ister. Haklı olarak çocuğundan sözünü dinlemesini ister.

Çocuk ısrarla anne-babanın sözünü dinlemediğinde yine ceza konusu ebeveynlerin gündemine girer. Olumsuz davranışların ardından da ceza konusu gündeme gelir. Sürekli kardeşine vuran, küfür eden, eşyalara zarar veren, başka çocukların eşyalarını izinsiz alan çocuklar için de ceza düşünülebilmektedir.

Buraya kadar ele alınanlardan da anlaşılacağı üzere çocuk eğitiminde ceza konusu genel olarak şu üç durumda ortaya çıkar:

- i. Çocuk sorumluluklarını yerine getirmediğinde
- ii. Çocuk olumsuz bir davranış sergilediğinde
- iii. Çocuk anne-babanın sözünü dinlemediğinde

i. Çocuk Sorumluluklarını Yerine Getirmediğinde

Bir çocuğa sorumluluğunu yerine getirmediğinde ceza verilebilmesi için öncelikle anne-babanın şu iki soruyu kendisine sorması gerekmektedir:

- “Çocuğumdan beklediğim sorumluluk onun yaşına uygun mu?”
- “Çocuğuma doğru şekilde sorumluluk eğitimi verdim mi?”

Örneğin iki yaşındaki bir çocuktan düzenli olarak diş fırçalamasını beklemek yanlıştır. Ya da 3yaşındaki bir çocuk tam anlamı ile odasını toplayamayabilir. Çocuklardan sorumluluk konusunda yüksek beklenti içinde olmak, onların çocuk olduğunu unutmak ebeveyni öfkeliendirebilir ve bu öfke ceza davranışı ile sonuçlanabilir.

Çocuklar büyüdükçe onların sorumlulukları büyümelidir. Odatoplama, temel temizliğini yapma gibi sorumluluklar konusunda 7 yaş dönemi dikkate alınabilir. Bu yaş altındaki çocuklar verilen sorumlulukları eksik yapabilir, yapamayabilir ve bundan dolayı onları cezalandırmak doğru değildir.

Ancak bazı durumlarda çocuk, yapabileceği halde sorumluluktan kaçır. Bu durumda ne yapmak gerekir? Yukarıda vurgulandığı gibi eğer aileler çocuklarına sorumluluk eğitimi vermediyse, bu konuda çocuğa yol göstermediyse ardından ‘sorumluluk sahibi olmadı’ diye onları cezalandırması hata olur.

Bir çocuk bir sorumluluğu kazanana kadar biraz süre geçer. Sadece “Dişini fırçalaman gerekir” diyerek bir çocuğa sorumluluk kazandırılmaz. Yani çocuk, söyleme ve anlatma ile sorumluluk kazanmaz. Çoğu ebeveyn sadece konuşarak sorumluluk eğitimi vermeyi düşünür. Bu gerçekleşmeyince öfkelenir. Oysa çocuklara sözlerle değil eylemlerle örnek olmak gerekir. Yani ebeveynler çocuklara rol model olmalıdırlar.

ii. Çocuk Olumsuz Bir Davranış Sergilediğinde

Bir çocuğa gösterdiği olumsuz davranıştan dolayı ceza verebilmek için o davranışın psikolojik bir sorundan kaynaklanmaması gerekir. Çocukların birçok olumsuz davranışının kökeninde psikolojik problemler vardır. Bu problemler kaygı, korku, depresyon, sevgi- ilgi ihtiyacı, fark edilme arzusu olabilir.

Bu problemlerden kaynaklanan olumsuz davranışlar ise bir işaretçidir. Örneği tırnak yeme bir kaygı vestresin göstergesi olabilir. Tırnak yemeyi cezalandırmak yanlıştır. Çünkü sorunun bizzat kendisi değil bir sonucudur. Aynı şekilde parmak emme, alt ıslatma, gece korkuları, tikler, takıntılar psikolojik kökenlidir ve cezalandırılması doğru değildir.

Hiperaktiviteden kaynaklı hareketlilik yine çocuğunelinde değildir. Dikkat eksikliğinden kaynaklı dalgınlık, unutkanlık çocuğun elinde olmayan durumlardır ve bu durumda çocuğu cezalandırmak oldukça yanlıştır. Çocuğun olumsuz davranışlarına ilk etapta hemen ceza vermeyi düşünmek bir hatadır. Ceza vermeden önce bu davranışın nedeni ve kökeni hakkında kafa yormak gerekir. Davranışa neden olan faktör ortadan kaldırıldığında çoğu zaman olumsuz davranış da ortadan kalacaktır.

Bir çocuğun küfür etme, eve geç gelme, arkadaşlarına zarar verme gibi davranışlarının bir yandan sebeplerini bulup çözmeye çalışırken öte yandan da bu davranışlara yaptırım uygulamak gerekebilir. Bu yaptırımın bir parçası olarak çocuğa bazı cezalar verilebilir.

iii. Çocuk Anne-Babanın Sözü Dinlemezse

Bazen çocuklar sorumluluk sahibi olsalar da anne-babalarının sözlerini dinlemek istemezler. Bazen bir alış-veriş merkezinde istediklerini almak için tuttururlar, bazen yatmak istemezler, bazen de bizim dediğimiz aksine bir davranışı sürekli olarak yaparlar. Duvarları çizmek, oyuncaklarını kırmak, arkadaşlarına vurmak, anne-babayı ısırarak gibi.

İşte bu durumlarda çocukların sınırı ihtiyaçları vardır. Sınırsız bir dünya hem yetişkinler hem de çocuklar için kaygı verici birdünyadır. Hayattaki kurallar bir yandan bizi kısıtlar ama öte yandan bize güven verir. Kırmızı ışık kuralı hepimizi rahatsız eder ama varlığı sayesinde trafikte daha güvende oluruz. Çocuklar da görünüşte kural ve sınır istemezler ama ruh dünyaları sağlıklı sınırlara ihtiyaç duyar. Bu nedenle çocukların yatma, yeme, ekran başında kalma, sorumluluk alma gibi konularda sınırlara ihtiyaç vardır.

❖ Cezalandırmada Dikkat Edilmesi Gerekenler

Çocuğa ceza verilmesi konusunda öncelikle şunu belirtmekte yarar var: Çocuk ne yapmış olursa olsun onun bir birey olduğunu düşünmeden onu azarlamak, utandırarak bağırarak, vurmaya çalışmak gereken davranışlardır. Bu çocuğun olumsuz davranışının değişmesine değil, bu gibi durumlar ile karşılaştığında onun da şiddet kullanmasını öğrenmesine yol açar.

Çocuk olumsuz davrandığında onu, babasına, öğretmenine, annesine şikayet etmek ile tehdit etmek de bir diğer hatalı yöntemdir. Bu sizin sorunu yönetmede yetersiz olduğunuz mesajını verir. Çocuğun davranışını o anlık değiştirse de uzun vadede davranış değişikliği yaratmayacaktır.

Her evde belli kuralların olması çocuğun içsel disiplin mekanizmasını oluşturması açısından önemlidir. Aile kural koymalı ve kuralların uygulanmasını sağlamalıdır. Her evde belli kuralların olması çocuğun içsel disiplin mekanizmasını oluşturması açısından önemlidir. Eğitimde ceza son çaredir ve en güzel ceza çocuğu sevdiği bir şeyden mahrum bırakmaktır. Örneğin çocuk ödevini düzenli olarak yapmıyorsa televizyon izlememesi gibi kişiliğini örselemeyecek cezalar verilmelidir. Ancak ceza çocuk gerekli uyarılar yapılmasına karşın aynı olumsuz davranışta ısrar ediyor ise uygulanmalıdır.

Öncelikle mutlaka cezanın neden verildiği çocuğa açık ve net anlatılmalıdır. Çocuk neyi yanlış yaptığını, neden yanlış yaptığını ve neden ceza gördüğünü bilmelidir. Ayrıca uygulanan cezadan vazgeçmemek gerekir. Bu neden ile de ceza biranda düşünmeden verilmemeli verilecek olan ceza, çocuğun yaptığı kabahat iyi değerlendirildikten sonra verilmelidir. Ebeveynler çoğunlukla verdikleri cezadan kolayca geri dönüş yaparak vazgeçmeye meyillidirler. Oysa ceza, bir kere söylendiğinde mutlaka sonuna kadar uygulanmalıdır. Çocuk özür dileyebilir, ama bu cezayı ortadan kaldıran bir sonuç doğurmaz.

Özellikle şunu unutmamak gerekir. Dövmek hiçbir şekilde bir cezalandırma yöntemi değildir. Aslında şiddet çaresizliğin dışı vurumudur. Çaresiz kalan, çocuğu doğru yolla eğitemeyen ailenin çaresizliğidir. Sonuç olarak da, ruh sağlığı yerinde olan yetişkinler, şiddet uyguladıktan sonra kendileri daha çok üzülür ve çaresizlikleri artar. Ama çocuk öğrenmesi gereken doğruyu öğrenmemiş olur. Çocuğa fiziksel acı verilmemelidir. Bunun yerine çocuk, sorumluluğu olan bir şeyi yerine getirmede zaman öncelikle onu uyarmak, sonra yaşına uygun olarak bedel ödetmek gerekir. Tüm bu cezaları verirken mutlaka suçla orantılı davranılmalıdır. Bu en etkili yöntemdir. Çok büyük bir kabahate çok küçük bir ceza verirseniz, bunun hiçbir anlamı olmaz.

Buraya kadar anlatılanlardan da anlaşılacağı üzere çocuğa ceza uygularken bazı ilkelere dikkat etmek gerekir. Bu ilkeler aşağıdaki şekilde özetlenebilir:

- Yapılmaması gereken davranışları ortadan kaldırmak ve tekrarlanmaması için önlem almaktır. Aynı zamanda çocuğun istenmeyen bir davranışında, bunun sonuçları hakkında düşünmesini sağlamaktır.
- Çocuğun istenmeyen bir davranışında bunun sonuçları hakkında düşünmesini sağlamak ve açıklamak gerçekten önemlidir. Evde belirlenen kurallara uyulmadığı zaman kendine veya evdeki diğer kişilere gelecek zararı açıklamak kesinlikle ona bu davranışı hakkında düşünmesine fırsat verecektir.

- İstenmeyen davranışı engellemek için çocuğun sevdiği bir şeyden kısa bir süre için mahrum bırakmak ve nedenini iyice anlatmak etkili bir yol olabilirken, çok sık kullanılan dayak yoluyla eğitim, aradaki sorunun çok daha büyük boyutlara ulaşmasına neden olacaktır. Dayakla verilen fiziksel cezalar çocuğa sadece sorunlarını vurarak çözmeyi öğretecektir.

- “Kızını dövmezen dizini döver.”, “Kocanın vurduğu yerde gül biter.”, “Dayak cennetten çıkmadır.” gibi atasözleri, dayağın terbiye aracı olarak kültürümüzdeki yerini ortaya koyar. Dayak utanç kaynağıdır. Sağlıksız ailelerde gözlenen en belirgin özelliklerden biri bedensel kötüye kullanmanın sık sık yer alması, bir tür norm olmasıdır. Ağır cezalardan ve baskıcı tutumlardan uzak durulması gerekir. Yüksek sesle verilmeye çalışılan hiçbir öğüt dinlenmez. Sadece o an için bir sessizlik sağlar.

- Evde disiplinin yürümemesinin en önemli nedenlerinden biri yetişkinlerin “Dediğimi yap, yaptığımı yapma.” düşüncesiyle hareket etmeleridir. Yetişkin; içki, sigara içer; çocuğun yanında kıyasıya kavgaya eder; kötü sözler kullanır; çocuğa el kaldırır. Bunlara ek olarak verdikleri sözleri tutmadıkları da olur. Ancak eğer çocuk yanlış bunlardan birini yapmaya kalkarsa çok kötü azarlanır. Ceza görür ve gözden düşer. Bu yüzden konulan disiplin kurallarına öncelikle yetişkinlerin uyması gereklidir.

2.2.1.6. ÖDÜL VE ÖVGÜ

Anne ve babanın çocuğun davranışlarının şekillenmesinde çocuğun başarılarını, doğru davranışlarını onaylanması gereken tavırlarını ödüllendirmesi önemlidir. Nasıl ki istenmeyen davranışların ve yanlışların kalmaması için cezalandırma yöntemine başvurulur aynı şekilde ödüllendirme yöntemini de uygun kullanmaları çocuk açısından önemlidir.

Çocuğun olumlu davranışlarının tasdiklenmesi bebeklik döneminde başlar. Bir hareket yaptıktan sonra bebek, annenin veya babanın yüzüne bakar ve onlardan tasdik bekler. Eğer o davranış tasdiklenirse (gülümseme, kafa sallama, dokunma, ses ile onaylama, ona bir şey verme vb.) bebeğin o davranışı giderek güçlenir.

Çocuk istenilen davranışı gösterdiğinde anne babanın, bu davranışı için gösterdiği çabayı fark ettiğini, onu takdir ettiklerini, mutlaka göstermesi gerekir. Kimi zaman sonucu yanlış da olsa sadece harcadığı çaba için bile çocuğun takdir edilmesi ve neden olayın olumlu sonuçlanmadığı, gelecek sefere nasıl davranması gerektiği sabırla anlatılmalıdır.

Çocuğu ödüllendirmenin derecesi ve şekli yaş ve ailenin durumuna göre genelde değişiklik gösterir. Ama en iyi ödüllendirme maddi ödüllendirme değil, duygusal ödüllendirmedir. Kimi aileler ne yazık ki bu konuda yanlış içindedir. Ödülün dozu ve verilmiş zamanı çok önemlidir. Ödül önceden değil, istenen davranış yapıldıktan sonra verilmelidir. Bu şekilde varılmak istenen noktaya, doğru bir yolla ulaşılabilecektir.

Kendisine sürekli bir şeyler aldırılmaya alışmış çocuk, gün gelecek en iyi ve en pahalı hediyelerle bile doyum bulamayacaktır. Hiçbir ebeveyn dünyayı satın alamaz. Ancak anne ve babaların duygusal ödülleri yanı sıra imkanları dahilinde ek hediyeler vermesi de çocuğu ödüllendirmenin diğer bir yoludur.

Ebeveynler genellikle çocukları sözlü olarak överken gülümseme ya da kucaklama gibi diğer sosyal ödülleri önemini gözden geçirir. Ödüllerin sadece muhteşem performanslarda verilmesi gerektiği düşüncesi yanlıştır. Sessizce oyun oynamak veya şikayet etmeden ev işlerine yardımcı olmak gibi iyi davranışlar da ödüllendirilmelidir. Ödüllendirme, güçlendirilmesi gereken bir davranışı pekiştirir.

❖ Ödüllendirmede Dikkat Edilmesi Gereken Kurallar

Ödüllendirmede dikkat edilmesi gereken kurallar aşağıdaki gibidir:

- Ödüller; çocuğun gayretinin, başarısının, yardımının beğenildiğine dikkat çekmelidir.
- Kapalı bir övgü söylemi zaman zaman anlaşılabilir. Ödülün ne için verildiği açık bir dille söylenmelidir. Ya da ödül verirken çocuğun bunu hissetmesini sağlamak gerekir. Örneğin; “Aferin!” derken televizyona bakarak söylemek yerine çocuğun gözlerine bakarak söylemek gibi.

- Ödüller yerinde ve abartmadan verilmelidir. Örneğin; ceketini iliklemeği öğrenen çocuğa abartılı bir şekilde kucaklamak, öpmek vb. gereksizdir.
- Ödül olumlu davranışın gerçekleştiği anda verilmelidir. Örneğin, okuldan gelir gelmez “Eşyalarını yerine koy sonra bilgisayarla oynayabilirsin” demek. Kahvaltısını bitiren çocuğa “Kahvaltını bitirdin şimdi oyuncaklarınla oynayabilirsin” demek vb.
- Ödül verirken adet yerini bulsun diye sıkıcı bir ses tonu kullanılmamalı ve göz teması kurulmalıdır. Sıkıcı bir ses tonuyla ve gülümsemeden verilen ödüllerin yararlı olması bir mucizedir. Maddi ödüller yerine manevi ödüllere ağırlık verilmelidir(Sarılmak, aferin demek vb.).
- Ödülleri çocuğun seçmesine fırsat verilmelidir. Örneğin “Yatma zamanın geldiğinde yatağında olursan sana kitap okuyacağım.” Bu kitabı çocuğun seçmesine fırsat verilebilir. Ödüllerin kendi seçimleri olduğunu düşünmeleri çocukları çok etkileyecektir. Çocukla birlikte çocuğun sevdiği şeylerden oluşan bir ödül listesi hazırlanabilir.
- Küçük işler için küçük ödüller, büyük işler için büyük ödüller vermeye dikkat edilmelidir. Sadece odasını topladığı için çocuğa bilgisayar almak yerinde bir ödül olmayacaktır. Odasını toplama davranışını kazandırmak için çocuğa “Odanı her topladığında sana bir yıldız vereceğim, toplam beş yıldız olunca parka gideceğiz.” gibi bir yaklaşım olabilir.

❖ Belli Başlı Ödül Çeşitleri

• Sözel Övgü

Sözel övgü en doğal ve en kolay uygulanan ödüllendirme biçimidir. Övgü gibi sosyal ödüller kullanmak ve çocuklara olumlu anlamda ilgi göstermek, çocuk davranışlarında kısa sürede büyük etkiler oluşturur. Ancak sözel övgü, çok fazla kullanıldığında etkili bir ödül olma özelliğini yitirebilir. Anne ve baba övgü konusunda yaratıcı olmaya çalışmalıdır. Bu konuyla ilgili aşağıda bazı öneriler yer almaktadır.

- ✓ Kullanılan övgü sözlerinin çeşitlendirilmesi gerekir. Eğer anne baba çocuğa günde 20 kere “Aferin!” diyorsa çocuk için bu övgü sözünün önemi azalacaktır.
- ✓ Çocuğun hangi davranışının övgüye değer olduğu kendisine mutlaka belirtilmelidir. Ayrıca “Seni seviyorum” gibi sözleri övgü sözü olarak kullanmaktan kaçınılmalıdır. Çocuk, ne yaparsa yapsın anne ve babanın onu seviyor olduğunun bilmesi sağlanmalıdır. Çocuğa söylenmesi gereken, hangi davranışının ne derece mutlu ettiği olmalıdır.
- ✓ Küçük çocuklar sözleri; ses tonu, yüz ifadeleri ve jestlerle birlikte anlamlandırır. Dolayısıyla çocuğa bir övgü sözü söylerken, onu eleştirirken ya da ona talimat verirken farklı ses tonları ve yüz ifadeleri kullanılması gerekir.
- ✓ Diğer ödüllendirme yöntemleriyle birlikte mutlaka sözel övgüye de yer verilmesi gerekir. Sözel övgünün etkili olmaması durumunda diğer ödüller tercih edilebilir.

• Fiziksel Temas

Küçük çocuklar; öpülmekten, başının, sırtının okşanmasından, kucağa alınıp hoplatılmaktan, sarılmaktan hoşlanır. Anne, baba ve çocukları arasındaki fiziksel temas çok doğal ve iki taraf için de çok hoş bir etkinliktir. Dolayısıyla ödüllendirme sırasında sözel övgünün yanı sıra mümkün olduğunca fiziksel temasa da yer vermek gerekir.



❖ Yaşa Göre Ödüllendirme Şu Şekillerde Olmalıdır

✓ *Bebeklik döneminde ödüllendirme şekli:*

- | | | |
|--------------|--------------------------|-----------------------------|
| - Öpme, | - Onunla oynama, | - Onunla meşgul olma, |
| - Okşama, | - Besleme, | - Onunla konuşma, |
| - Sevme, | - Gezdirme, | - Sevdiğini hissettirme vb. |
| - Kucaklama, | - Birlikte vakit geçirme | |

Bu davranışların normal zamanda yapılması zaten gereklidir ancak ödüllendirilmek istendiğinde özellikle yapılması önemlidir.

✓ *Okul öncesi dönemde ödüllendirme şekli:* Öpme, okşama, sevmeye, kucaklama, onunla oynama, onunla gezme, birlikte vakit geçirme, söz olarak onaylandığını vurgulama, onun hoşuna gidecek iltifatlar söyleme, onun sevildiğini hissettirme, gelişim dönemine uygun oyuncak ve küçük hediyeler almaktır (Bu hediyelerin manevi değeri ön plana çıkarılmalıdır).

✓ *Okul döneminde ödüllendirme şekli:* Öpme, okşama, sevmeye, kucaklama, onunla oynama, onunla gezme, birlikte vakit geçirme, birlikte ders çalışma, onaylandığının hissettirilmesi, onun kabiliyetlerini ön plana çıkaracak program ve aktivitelere yönlendirme, onun hoşuna gidecek iltifatlar söyleme vb.

❖ **Ödülün/Övgünün Doğru Kullanımı Nasıldır?**

Ödül her ne kadar cezadan daha masum gibi görünse de, doğru kullanılmadığında en az ceza kadar çocuklara zarar verebilmektedir. Bu nedenle her ebeveyn ve eğitimci, çocukların davranışlarına yön verirken ödül ve övgünün nasıl kullanılacağını öğrenmek durumundadır.

• İlk olarak ödül/övgü davranıştan önce söylenmemeli, davranıştan sonra verilmelidir. Bir çocuğa “Dişlerini fırçalarsan sana şunu veririm.” demek doğru değildir. Çünkü bu şekilde ödül önceden beyan edilmiş olur ve çocuğa zarar verir. Bunun yerine çocuğun dişlerini fırçaladığı anlar yakalanıp sonrasında ödüllendirildiğinde bu ödül motive edici olur.

Aynı şekilde çocuğun kardeşi ile iyi geçindiği anlar yakalanıp ara ara takdir edilirse bu ödül çocuğu motive eder. Ancak “Kardeşinle iyi geçinirsen yarın parka gideceğiz.” denildiğinde bu ödül zarar verici olacaktır.

• İkincisi, davranıştan sonra verilen ödül, her doğru davranıştan sonra verilmemelidir. Örneğin her diş fırçalamanın ardından küçük sürprizler vermek doğru değildir. Bazı diş fırçalama sonralarında, rastgele bir seçim yaparak ödüllendirmek daha doğrudur. Çocuğun kardeşi ile iyi geçindiği tüm anlar değil, bazı anlar rastgele ödüllendirilmelidir.

• Üçüncüsü, övgü genelde çocuğun kişiliğine değil performansına yönlendirilmelidir. “Harikasın, çok iyisin, zekisin” demek yerine “Bu resim harika olmuş”, “Odanı çok iyi toplamışsın”, “Bu davranışın çok zekiceydi” demek arasında fark vardır.

İlk cümleler çocuğun kişiliğine vurgu yaparken ikinci cümleler yaptığı işe, çabasına vurgu yapmaktadır. Yoğun şekilde kişiliğe yapılan övgüler *narsizme* kadar gidebilmektedir. Bu nedenle çocuğun kişiliğini övmek yerine çabasını övmek gerekir.

Çocuk yaptığı bir çalışmayı değerlendirmeniz için size getirdiğinde, kendi övgünüzü sunmadan önce, çocuğun düşüncesini almak daha doğrudur. “Anne-baba, resmim nasıl olmuş?” diyen çocuğunuza “Çok güzel olmuş” demeden önce “Sen bu konuda ne düşünüyorsun?” diyerek çocuğun içsel süreçlerini harekete geçirmek faydalıdır. Çocuğun kendi düşüncesi alındıktan sonra, ebeveynler kendi fikirlerini söyleyebilirler.

Yine resim örneğinden devam edecek olursak, övgüyü genel olarak değil de detaylandırılmış yapmak çocuğun övülen alandaki becerilerini geliştirir. “Anne-baba, resmim nasıl olmuş?” diyen çocuğunuza “Çok güzel olmuş.” demek yerine “Burada renkleri çok iyi kullanmışsın.” Ya da “Simetri, tonlama, kağıt kullanımın çok başarılı.” gibi detayı övgüler vermek çocukların neyi daha güzel yaptıklarını fark etmelerini ve geliştirmelerini sağlayacaktır.

Özetle, ödül/övgü çocuk eğitiminde kullanılan bir yöntemdir ama doğru kullanılmadığında ya da çok sık kullanıldığında çocuklara zarar verebilmektedir. Aileler ve eğitimciler ödül/övgüyü bilinçli şekilde kullandıklarında, çocuklarda olumlu davranış değişiklikleri görmek daha kolay olacaktır.

2.3.ZEKA

21. yüzyılın eğitim amaçları içinde öğrencilerin bilgiye nasıl ulaşacakları ve bu bilgileri edindikleri becerileri ile uygulayarak nasıl kullanacakları büyük önem kazanmıştır. Öğrencilerin gerçek yaşamla baş edebilmeleri için; sorgulayan, araştıran, keşfeden ve hayata geçiren bireyler olarak eğitilmesi gereklidir.

Hemen hemen herkesin bir şeyde iyi olduğu düşüncesinden yola çıkılarak öğrencilere analitik, yaratıcı ve uygulamalı becerilerini geliştirmeye yönelik başarılı zeka ile öğretim yapıldığında gelecekteki başarıları da artacaktır. Başarılı zeka kuramına dayalı eğitim ortamları kişilerin kapasitesinin farkına vararak geliştirmesini destekleyici bir anlayışa sahiptir. Çünkü öğrenciler derslerde aktiftir, konuları, olayları, içerikleri değerlendirir, analiz eder, eleştirir. Aynı zamanda öğrenciler keşfedici, yaratıcı ve yarattıklarını gerçek hayata uygulayıcıdır.

Öğrencilerin bireysel özellikleri eğitim ortamlarını oluşturmada önemlidir. Her çocuk farklı zeka çeşitlerinde üstün olabilir. Kendi öz değerinin ve zekasının farkında olan çocuk, benliğine uygun davranışlarda bulunarak çevreden olumlu tepkiler görmektedir. Bu olumlu pekiştireçler sayesinde de özsaygısı ve özgüveni yükselmektedir.

2.4. FİZİKSEL GÖRÜNÜM

Ergenlik çağına gelen çocuk, bedeninde hızlı bir gelişim ve değişim süreci yaşar. Ergen fiziksel görüntüsünün de dahil olduğu, kendisinin birçok yönüyle ilgili şema geliştirir. Bu şema kişinin çocukluk deneyimlerine, içinde bulunduğu kültürel faktörlere ve biyolojik yatkınlıklarıyla yakından ilişkilidir ve bireyin bugünkü ve gelecek yaşantısını etkiler. Bu evrede ergen, kendini diğer insanlar ile karşılaştırır. Bu karşılaştırmalar sonucunda fiziki görünümünden memnun ise ve çevresi tarafından da bu farkındalığı destekleniyor ise benlik duygusu ve özgüveni gelişir. Buna karşılık bedeninde yetersizliğin farkında ise ve çevresi tarafından özellikle akran grubu tarafından beğenilmiyorsa benlik duygusu ve özgüveni zedelenir.

Dolayısıyla bireyin şemasında fiziksel görünümüne verdiği değer, özgüvenle doğru orantılıdır; bu da fiziksel görünüm ile özgüven arasında yakın bir ilişki olduğunu gösterir. Bu ilişki kadınlarda daha belirgin olarak ortaya çıkmaktadır ve ergenlik döneminde birey için çok daha önemli hale gelmektedir. Kendisini fiziksel olarak çekici bulmayan bireylerin, genellikle düşük özgüvene sahip olduğu görülür.

2.5.ARKADAŞ İLİŞKİLERİ

Toplumsal sistemin yapı taşlarından biri de arkadaşlıklardır . Arkadaşlık kurabilmek ve sürdürebilmek önemli bir başarı ve ruh sağlığının ölçüsüdür . Ailesine bağımlı, güvensiz ve çekingen bir kişi okulda başarılı olabilir ama arkadaşlık kurmada yetersiz kalabilir . Çocuğun ilk arkadaşlık deneyimleri İki- altı yaş arasında sembolik oyunun görülmesiyle başlar. Bu tür oyunla kazanılan arkadaşlıkları, çocuğun gerçek hayata hazırlanması için prova işlevi görür. Okul öncesi bu evrede yaşlarıyla beraber olamayan ve arkadaşlık yapma fırsatı bulamayan çocuk, ileriki dönemlerinde çok çaba sarf etse de yaşlarıyla iletişime girme konusunda zorluk çeker ve arkadaş ortamlarında pasif kalır. Bu durumu kendine yükleyerek utanç duygusu içinde kendini özgüvenden yoksun olarak algılamaya başlar.

Sonuç olarak özgüvenin gelişmesinde arkadaşlıklarının; arkadaşlıklarının gelişmesi içinde özgüvenin yeterli düzeyde gelişmiş olması gerekmektedir.

2.6. BOŞANMA

Ailenin bütünlüğü ve etkinliği , ebeveynlerden birinin ölüm ya da boşanma yoluyla kaybindan dolayı sarsılır . Bu durumun yükü geride kalan anne veya babanın üzerinde olduğundan , karşılaştığı zorlanmalar çocuğun güvensizlik duygularını arttırır . Anne ve babanın ayrılığı ileriki streslere ve tehlikelere karşı kişiyi daha çabuk kırılır hale getirir . Çocuğun anne ya da babadan hangisine bağlılık göstereceğini bilememenin yarattığı çatışmalar, çocuğun güven duygusunu ve kendine yeterlilik duygusunu daha da çok yitirmesine neden olabilir.

2.7. BABA YOKSUNLUĞU

Ülkemizde aile baba otoritesine dayanır. Temel güven duygusunun gelişiminde anne ne kadar önemli ise devamında da baba o kadar önemlidir. Babanın aile içindeki yoksunluğu, babanın ilgisinin eksik olması veya aşırı otoriter davranması, çocuğun içine kapanık, utangaç ve çekingen bir kişilik geliştirmesine neden olabilir. Çocuk kendine güvenini yitirebilir ve buna bağlı olarak çeşitli uyum ve davranış bozuklukları ortaya çıkabilir.

2.8. KENDİNE BAKIŞ VE ÇEVRE

Gökmar (2010)'a göre psikolojik gelişim süreci içinde insan özgüvenini kazanırken dış çevrenin çok önemli bir rolü vardır. Bu durum bireyin dış çevreyle etkileşimine göre bazen olumlu bazen de olumsuz olarak özgüvene yansır. Bireyin kendine bakış açısı ile başkalarının ondan beklentileri arasındaki farkın birey tarafından anlaşılması, bireyin özgüvenini etkileyen en önemli faktörlerden biridir.

Öğrenci, bir işi başardıktan sonra kendine karşı olumlu duygu ve düşünceler geliştirirken, ebeveyn veya öğretmenin aynı iş hakkında olumsuz sözler söylemesi, öğrencinin yanıldığını düşünmesine ve kendisiyle ilgili olumsuz düşünmesine neden olacaktır. Bireyin kendine ait olumlu düşüncesinin çevreden gelen beklentilere karşılık vermediğinin farkında olması özgüveninin düzeyini etkiler. Bu durum bireyin özgüveninin azalmasına neden olur (Akagündüz, 2006).

2.9. ETKİNLİKLERE KATILMA

Okullarda spor, müzik, tiyatro gibi etkinlikler düzenlenerek öğrencilerde kendilerine ve başkalarına güvene - bilme, sosyal ilişkilerde anl ayışlı, saygılı ve ölçülü olabilme, kendilerini anlayabilme, yeteneklerini geliştirebilme ve toplum yararına kullanabilme gibi birtakım niteliklerin geliştirilmesi amaçlanmaktadır.

2.10. OLUMSUZ BASKI VE DİSİPLİN YÖNTEMLERİ

İnsan çocukluğunda disiplin edilirken maruz kaldığı yöntemlerin etkisini yaşamı boyunca büyük ölçüde taşır. Eğer bu yöntemler çocuğun psikolojik gelişimi açısından sağlıklı yöntemlerse çocuk toplumla bütünleşebilen, özgüveni olan sağlıklı bir birey haline gelir. Aksi bir durumda ise kullanılan disiplin yöntemleri çocuğun psikolojik gelişimlerini olumsuz etkiliyorsa çocuk toplumla bütünleşemeyen, özgüveni yetersiz birtakım kişilik problemleri olan bir birey haline dönüşür (Gökmar, 2010).

Gökmar (2010)'a göre çocuğun özgüvenini olumsuz yönde etkileyen baskı ve disiplin yöntemleri; fiziksel ceza, mükemmeliyetçilik, sürekli eleştiri ve yergi ve aşırı korumadır.

Buraya kadar ele alınanların dışında stres, ruhsal rahatsızlıklar, kronik fiziksel hastalıklar, sürekli olarak rahatsız eden herhangi bir şey (devamlı eleştiren ebeveynler, eğitimciler vb.), başka bir şehre yada başka bir ülkeye taşınmak, yas tutma gibi durumlarda özgüveni etkilerler.

Özgüven bireyin sadece eğitimini değil aynı zamanda duygusal, sosyal, entelektüel, cinsel ve mesleki gelişimini de etkiler. Özgüvenin küçük yaştan itibaren oluşması ve geliştirilmesi için destek olunması bireylerde yaşamları boyunca kendilerini her konuda rahatlıkla ifade edebilmelerine, sosyal ve yaratıcı bir birey olabilmelerine, kendileriyle ilgili olumlu düşünme-bilmelerine yardımcı olabilir.

D. ÖZGÜVEN DÜZEYLERİNE GÖRE BİREYLERİNGÖSTERMİŞ OLDUĞU TUTUMLAR

İnsanı doğada bulunan diğer canlılardan ayırt eden temel özelliği kendinin ve çevresi hakkındaki farkındalığıdır. İnsan bu farkındalık sayesinde bir kimlik oluşturmak ister ve bu kimliği geliştirmek, şekillendirmek için çaba sarf eder. Süreç içerisinde oluşturduğu bu kimliğine değer kazandırır. Kazanılan kimliğin benimsenip benimsenmemesi veya sevilmemesi özgüveni ve derecesini belirler.

Özgüven duygusu çok farklı alanlarla ilgili olduğundan, bireylerin yüksek veya düşük dereceli özgüvenli olarak tanımlanması, kategorize edilmesi zorlaşmaktadır.

a. YÜKSEK ÖZGÜVENE SAHİP BİREYLER

İnsan hayatı iniş ve çıkışlarla, sorun ve mücadelelerle başarı ve başarısızlıklarla geçmektedir. Tüm bu durumlar içinde, hayatın akışına göre değişik biçimlerde hayata yön vermeyi bilmek gerekmektedir. Bu ise özgüvene bağlıdır. Özgüven sahibi kişiler, böylesi müdahaleleri yapma yeteneğine sahip bireylerdir. Özgüven düzeyi yüksek kişiler, başarısız olduklarında, başarısızlıklarını değiştirebilir bir nedene bağlarlar ve bir sonraki denemede başarıya ulaşacaklarına olan inançları tamdır. Hayatta olumsuz durumlarla karşılaştıklarında, ruhsal çöküntü içerisine girmezler umutlarını yitirmezler, sorunları olduğu gibi kabul ederek hayatın akışı içerisinde, kendilerine yeni hedefler belirlerler, onlara ulaşmak için çaba sarf ederler. Özgüvene sahip bireyler, huzurlu iç dünyaları içerisinde, yaratıcı, verimli ve üretkendirler. Benliklerini daha iyi tanıdıkları için, güçlerinin neye yetip neye yetmeyeceğinin farkındadırlar, mücadelelerini sürdürme de başarı gösteririrler.

Hayatlarını başkalarının istek ve beklentilerine göre yöneltmezler, kendi kararlarını doğrultusunda hareket ederler (Göknar,2014). Özgüven düzeyi yüksek bireyler çevresindeki insanları olumlu yönleriyle değerlendirirler, geleceklerine dair umutla doludurlar. Olumsuz olaylardan olumlu sonuçlar çıkartırlar, çalışma ve yeniliğine yatkındırlar (Kasatura, 1998).

❖ Kendine Güvenen (Özgüven sahibi) İnsanların Bazı Özellikleri Şöyle Sıralanabilir

- Kim olduklarını ve nasıl biri olmayı istediklerini bilirler.
- Güçlü ve güçsüz yanlarıyla yüzleşebilirler.
- Kendilerini daha çok olumlu açıdan değerlendirirler ve çoğunlukla değerli hissederler.
- Kendi yeteneklerine güvenirlir.
- Kendilerine saygı duyarlar.
- Yaşamlarının kontrolünün kendilerinde olduğunu hissederler.
- Eleştiriyi kaldırabilirler.
- Yeni ve zorlu durumlarda olumlu düşünürler ve girişken davranırlar.
- Bazı beklentileri gerçekleşmediğinde de değerli hissetmeye devam ederler ve hatalarına görebilirler.
- İlişkilerde sınırlarını bilirler, yakın davranabilirler ve sağlıklı bağlar kurabilirler.
- Kaybedebilmeyi, başarısızlığı ve olumsuz deneyimleri göze alabilirler.
- Sadece kendilerine değil başkalarına da güvenebilirler.
- Sağlıklı bir kimliğe sahip olduklarını hissederler, bu sağlam zemin sayesinde çoğu zaman mutludurlar.

Özetle, sağlam bir özgüven duygusu için öğrenmeye ve farkındalık kazanmaya açık olmak; olumlu ve olumsuz bütün düşünce, duygu ve davranışlarımızı sahiplenerek kişisel bütünlüğümüzü sağlamak; ilişkilerimizin, değerlerimizin ve seçimlerimizin sorumluluğunu almak; "-miş gibi" yaşamamak, sahici olmak ve son olarak amaçlı yaşamak ve deneyimlerimizden birşeyler öğrenebilmek önemlidir.

b. DÜŞÜK ÖZGÜVENE SAHİP BİREYLER

Özgüven düzeyi düşük bireyler, yaşamış oldukları başarısızlıkların nedenlerini sürekli kendilerinde ararlar ve değiştiremeyecekleri sabit bir özelliğe vurgu yaparlar. Günlük hayatta yaşadıkları zorluklar ve olumsuz durumlar karşısında, tüm umutlarını yitirerek, çöküntü içerisine girerler, kadercı davranıp, çaresizlik içerisinde sızlanırlar. Bu bireylerin hayatlarını devam ettirme, bağımsız karar verme mekanizmaları üzerinde kendi fikir ve görüşlerinin pek bir önemi yoktur, başkalarının fikir ve görüşlerine göre hareket ederler. Kendilerine özgü hayat ilke görüş ve fikirleri olmadığından insiyatifleri dışında hayatlarına yön verirler.

❖ Kendine Güveni Düşük Olan Kişilerin Bazı Özellikleri Şöyle Sıralanabilir

- Başkalarının fikirlerinden ve davranışlarından kendileriyle ilgili çıkarımlarda bulunurlar. Bu nedenle, başkalarına karşı hassas ve alıngan olurlar.
- İlişkilerinde insanlara karşı memnuniyetsizdirler ve başkalarına karşı duyguları sıklıkla değişebilir.
- Geribildirimlere gereğinden fazla önem verip, olumsuz geribildirimlerle başetmekte zorlanırlar.
- Kendilerini başkalarının bakış açıları ile değerlendirirler.

- Kendilerini diğerleriyle fazla kıyaslarlar ve diğerlerinin daha başarılı ve mutlu olduklarına inanırlar.
- Kendilerini aşağı görürler, sosyal ilişkilere girmekte zorlanırlar.
- Kendilerini hep mercek altında tutup değerlendirirler, iç sesleri daha çok olumsuz ve yargılayıcı olur ve böylece kendilerini, yapabilecekleri bir çok şeyi yapamaz hale getirirler.
- Kendilerine yapılan iltifatları ve olumlu taraflarını ya görmezden gelirler ya da ciddiye almazlar.
- Başarılı hissetmezler, başarılarını küçümserler. Başarısızlık olasılığı yüzünden risk almaktan kaçınırlar.
- Genelde de zaten başarılı olmayı beklemezler.

Özgüven düzeyi düşük bireyler, özgüven düzeyi yüksek bireylerle iletişim halindeyken, kendi güvensizliklerinin farkına daha çok varırlar ve güvensizliklerinin yansıtmamak için ya çevreden kaçınma gösterirler ya da güvenli rolü oynamaya çalışırlar, bununla birlikte gerçek davranışlar kısa bir süre sonra farkedilir.

Özbey (2004)'e göre özgüveni gelişmemiş birey başkalarına karşı kıskançlık duygusu geliştirir. Kendi mutluluğu için bir çaba içerisine girmez bunun sebebi herşeyin başında mutsuzluğu kabullenmiş ve bu durumun değişmeyeceğine dair kendisini şartlandırmıştır (Günalp, 2007).

c. KENDİNE GÜVENİ OLUMSUZ ETKİLEYEN HATALI DÜŞÜNCELER

❖ Ya Hep Ya Hiç

Herşeyi sadece iki uçta algılama ve olayları iyi ya da kötü, siyah ya da beyaz olarak değerlendirme eğilimidir. Bu durumda da tek bir olumsuzluk, olumlu herşeyin yok olmasını sağlayacak önemde olur. "Bir hata bile başarılı olmamı engeller", "Bugün bana selam vermedi, zaten onun çok kötü bir insan olduğunu biliyordum".

❖ Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik gerçekçi olmayan, aşırı yüksek beklentiler içeren düşünce ve duygular bütünüdür ve kişiye zarar verir. Önemli bir başarı kazanılan durumlarda bile kişi kendi beklentilerinin altında kaldığı ve mükemmel olmadığı için başarısız hisseder. "Her zaman hayatımdaki bütün insanların sevgisini ve onayını kazanmalıyım.", "Hayatımın her alanında çok yetenekli ve başarılı olmalıyım".

❖ Genelleme

Karamsar bir bakış açısıyla her şeyi felakete döndürmek, hep olumsuz şeyler yaşanacağını düşünmek ve bir şeyin değerini tek bir deneyime bağlamaktır. "Bu iş görüşmesi verimli geçmedi, ben zaten her zaman başarısızım", "Beni sevmedi galiba, kimse beni sevmiyor".

❖ Olumsuzların Abartılması / Olumluların Görülmemesi

İyi olan şeyler, kötüler kadar önemli algılanmaz ve olumsuz küçük bir durum bile varolan herşeyi gölgeler. "Hayatım boyunca hiç zayıf not almadım ama zaten bir kez zayıf not alırsam mahvolurum.", "Sevgilimle ilk kez tartıştık, biz zaten iyi bir çift değiliz".

❖ Anlık Duyguların Gerçek Olarak Kabulülmesi

Olumsuz bir duyguyu doğruluğunu sınımadan gerçek olarak kabul etmek. "Bugün derste hiç söz alamadım, aptal gibi hissediyorum, demek ki aptalım".

❖ -"meli" / -"malı"lara Fazla Önem Verme

-"meli", -"malı" cümleleri genelde mükemmeliyetçi cümlelerdir ve kişinin kendi isteklerinden çok başkalarının beklentilerini içerir. "Herkesin üniversitede her konuda söyleyebilecek birşeyleri olmalı ama ben halen bir çok şeyi bilmiyorum. Demek ki bende eksik bir şeyler var".

❖ Etiketleme

Etiketleme, kişinin kendisini tek bir davranışıyla ya da özelliğiyle yargılamasıdır. Basite indirgenmiş bir süreçtir ve genelde suçluluk duygusu taşır. "17 yaşındayım ve hiç bir erkek çıkma teklif etmedi, ben çok çirkinim ve değersizim ve bu benim suçum".

d. ÖZGÜVENİ GELİŞTİRME STRATEJİLERİ

Özgüven geniş anlamda kişinin sadece kendine güvenmesi değil, aynı zamanda başkalarına güvenmesi, başkalarının gözündeki olumlu izlenimine de güvenmesidir. Ancak bu güven kendi sınırlarını da bilmeyi gerektirir. Yani koşulsuz değil, temkinli bir güvendir. Özgüven bir bireyde yüksek veya düşük olabilir. Bireyin davranışlarını ve duygularını olumlu veya olumsuz olarak değiştirebilir. Pozitif duygular, özgüven duygusunu güçlendirirken, negatif duygular zayıflatır. Prof.Dr. İsmet Barutçugil'e göre, özgüven insana güç verir, enerjisini artırır ve daha fazla çaba göstermeye özendirir. Başarı için ilham kaynağıdır. Başarılarımızla gurur duymamızı sağlar. Başka bir ifadeyle özgüven; bireyin bilişsel ve sosyal yetenekleri hakkında pozitif ve gerçekçi bir anlayışa sahip olma durumudur.

Özgüven eksikliği ise, kendinden şüphe duyma, pasif, agresif tutum sergileme, aşırı uyum gösterme, yalnızlık, eleştirilere aşırı tepki gösterme, depresyon, aşağılık ve güvensizlik duygusu gibi kavramlarla tanımlanabilir. Türk toplumunun düşündüklerini özgürce ifade edememe, bir konuda karar verememe, başkalarına aşırı bağımlı olma, utangaçlık, aşırı uyumluluk ve kıskançlık davranışlarına bakılırsa özgüvensiz olduğu söylenebilir.

Oysa özgüvene sahip bir birey, dürüst, sorumluluk bilinci gelişkin, şefkat duygusuna sahip; sevgi duyan, sevgisini gösterebilen ve yaptığı işte yeterli olabilen biridir. Özgüveni yüksek bir çocuk kendiyeterliliğine güvenebilir. Kendi kararlarını yine kendisinin verebileceğini bilir ancak yine de başkalarından çekinmeden yardım isteyebilir. Kendi değerini bildiği gibi başkalarının değerini de bilir, farklılıklara saygı duyabilir. Özgüveni yüksek bireyler esnek bir düşünce yapısına sahiptirler.

Ülkemizde çocuk yetiştirme biçimlerine bakıldığında özgüven gelişimini olumsuz etkileyen "aşırı kontrol", "çocuklar adına karar alınması", "aşırı eleştirme", "utandırma", "kınama", "kıyaslama", "aşağılayıcı sözler" gibi davranışların yaygın olduğunu görürüz.

Bunun sonucu olarak da toplumumuzda, "düşündüklerini özgürce ifade edememe", "bir konuda karar verememe", "kıskançlık", "utangaçlık", "aşırı uyumluluk" gibi kendine güvenememe davranışların sergilendiğini sıkça görürüz. Yaşadığımız yüzyıldaki hızlı değişiklikler toplumun her alanında köklü değişikliklerle kendisini hissettirmektedir. Ancak temelde değişmeyen tek şey, ailenin çocuğun hayatının merkezinde olduğu ve olumlu ya da olumsuz çocuğun hayatına yön verdiği gerçeğidir. Ailelerin özgüven duyguları, çocuk gelişimi ve eğitimi ile ilgili bilgileri ve yetenekleri çocuklarının sağlıklı gelişim göstermeleri üzerinde önemli etkiye sahiptir. Dolayısıyla insan yaşamı boyunca gelişen kişiliğin gelişimi ve yapılanması temelin çocukluk döneminde atılır.

1. SEVGİ

Çocukların "koşulsuz" sevgiye gereksinimi vardır. Sevginin gücünü hissetmesi aynı zamanda güven duygusunun da gelişmesi katkıda bulunacaktır.

2. GÜVEN

Özgüvenin en büyük düşmanı belki de, korku ve endişedir. Temel gereksinimlerinin karşılanmayacağından endişe duyan veya duygusal ya da fiziksel dünyalarının her an yıkılabileceğinden korkan çocukların, kendileri, başkaları ve tüm dünya hakkında olumlu bir görüş geliştirmesi zordur. Çocuklar, ancak kendilerini güvende hissettikleri zaman riskleri göze alabilecek ve sorunlar karşısında güçlü olmak gibi bir potansiyel (dolayısıyla da özgüven) geliştirecektir.



3. MODEL OLMA

Çocuk ve ergenlerin özgüvenlerinin gelişebilmesi için gereken davranış ve sosyal becerileri kazanmalarında en etkin yol, onlara örnek olmaktır. Çocuklar, sözlerimizi değil izlerimizi takip ederler. Halk arasında söylenen bir söz vardır; "Kız anasından görmeden sofraya bezi kaldırmaz" diye. Başka bir söz ise; "Ot kökü üstünde büyür" derler.

4. İLİŞKİLER

İç ya da dış özgüvenin gelişebilmesi için, çocukların kendi evlerindeki çok yakın ilişkilerinden, bakkalla, kasapla, bisiklet tamircisiyle olan ilişkilerine kadar çok geniş bir yelpazede farklı deneyimler yaşamaları gerekir. Bunlar sayesinde, iç ve dış özgüvenleri için şart olan farkındalık ve kendilerini tanıma özelliklerini geliştireceklerdir.

5. SAĞLIK

Gücümüzden ve yeteneklerimizden azami şekilde yararlanabilmemiz için, enerjiye gereksinimiz vardır. Örneğin, sağlıklı beslenmeyen çocukların öğrenmelerinde düşüş olduğunu, bunun da potansiyellerini tam olarak kullanmalarını engellediğini, ayrıca sağlıklı oldukları zaman büyüme hızlarının arttığını biliyoruz. Üstelik toplumumuzda, dış görünüşü iyi olan çocukların övgü aldığı ve dikkat çektiği de bilinen bir gerçektir.

6. DESTEK

Çocukların özgüvenlerinin ve becerilerinin gelişmesi için, başarılı ya da başarısız olduklarına dair, onlara dürüst ve yapıcı biçimde bilgi verilmelidir. Böylelikle hedeflerini belirlerken gerçekçi olacaklardır. Çocuklara destek olmak aynı zamanda travma, üzüntü ve düş kırıklıklarının neden olacağı özgüveni sarsıcı durumlarda, çocuklara yardımcı olacak en önemli unsurdur. Örneğin, bir arkadaş tarafından reddedilmek ya da bir sınavda başarısız olmak, özgüveni zedeleyebilir. Bunun aşılabilmesi için, çocuğa destek verilmelidir.

7. ÖDÜLLER

Özgüveni geliştirme sürecinin heyecan verici ve ödüllendirici olacağı düşünülse de, durum bazen çok farklı olabilir. Çok hırslı insanlar için bile, ödüllendirilme sadece istenen bir durum değil, aynı zamanda gerekliliktir. Elbette, çocukları da bu kuralın dışında tutamayız. Çabalarının karşılığını (sadece maddi değil) alabilen çocukların morallerinin, alamayanlara göre çok daha yüksek olması normaldir.

Ebeveynler ne kadar eğitilmiş ve deneyimli olurlarsa olsunlar özgüvenli çocuk yetiştirmek oldukça zordur. Anne babalar önce kendilerini yetiştirmeli sonra da öğrendiklerini uygulamalıdır. Bunlar yapılırsa ancak çocuk yetiştirmede istenilen anababalar olunabilir.

E. ÖZGÜVEN İLE İLGİLİ KAVRAMLAR

I. Benlik (Öz)

Benlik, kişinin kim olduğuna ilişkin fikrini ifade eden bir kavramdır. Rızaoğlu'na (2012) göre benlik, bireyin, kendisine dair bir inanç ve görüştür. Bu görüş bireyi kim olduğuna ve kim olacağına dair algıyı ve inancı kapsar. Benlik insanın kendisi için kendisine biçtiği değerdir. Benlik başka bir tanımlamada, "bir kimsenin kendisini kendisi yapan özellik, kişinin öz varlığı, kendilik, kişilik" şeklinde ifade edilmektedir.

Bu noktada değinilmesi uygun görülen asıl konu sahip olunan benlik tanımının zaman içerisinde değişebilir olduğu gerçeğidir. Bireylerin sahip olduğu benlik tanımları genel olarak bir tutarlılık göstermiş olsa bile zaman içerisinde yaşam koşullarında, toplumsal çevrelerde, meydana gelen değişikliklerle ya da amaçlara ulaşmak gibi güdülerin etkisiyle benlik tanımları değişiklik gösterebilir. Birey bu nokta da yeni bir benlik kazanabilir ve bu kazanmış olduğu yeni benlik toplum tarafından desteklendiğinde kalıcılık özelliği gösterebilir. Benlik gelişiminde özellikle anne babanın tutum ve davranışları çok önemlidir. Eğer anne babanın benlik algısı olumluysa, çocuklarının da benlik algısının olumlu olacağı söylenebilir. Çocukların benlik algısı ebeveynlerinin sevgisi ile geliştirilebilir. Aynı şekilde okul yaşantısı ve ergenlik döneminin sağlıklı bir şekilde atlatılması da bireyin benlik algısını olumlu yönde etkiler (Mutluer, 2006).

II. Öz Yeterlik

Öz Yeterlik, kişinin kendi yeteneklerinin ve kapasitesinin farkında olması durumudur. Bir şeyi yapıp yapamayacağına ilişkin algısıdır. Öz yeterlik Bandura'nın Sosyal Bilişsel Kuramında öne çıkan önemli bir kavramdır. Bireylerin olası durumlar ile başa çıkabilmek için gerekli olan eylemleri ne kadar iyi yapabildiklerine ilişkin bireysel yargılarıdır.

Eğitimde öğrenmenin gerçekleşmesinde öz yeterlilik faktörü önemli bir etkidir. Öğrencilerde öz yeterlilik inancının yüksek olması onların başarısını etkiler. Öğrenciler kendilerini yeterli hissettiklerinde daha iyi motive olurlar ve öğrenme artar.

Öz yeterliliği düşük olan bireylerde olumsuz bir bakış açısı vardır. Öz yeterliliği düşük olan bireyler karşılaştıkları engellerin çözülemeyecek kadar zor olduğunu düşünür. Bireylerde buna bağlı olarak kaygı ve endişe görülür. Öz yeterliliği yüksek olan bireyler ise karşılaştıkları engellere karşı daha güçlüdür.

III. Özsaygı(Benlik Saygısı)

Özsaygı, kendine saygı duymak ve kendine değer vermek olarak ifade edilebilir. Özsaygı bireyin kendisini olumlu olarak değerlendirmesi, zayıf veya güçlü yönleriyle kendisini olduğu gibi kabul etmesidir. Bireyin kendisini beğenmesi ve saygı duyması için, onu diğer insanlardan ayıran niteliklere sahip olduğuna inanması gerekmemektedir. Özsaygı, bireyin kendisini olduğundan üstün ya da aşağıda görmeden olduğu gibi kendisinden memnun olmasıdır. Kişinin kendisini olumlu yeterli, sevmeye ve beğenilmeye değer bir birey olarak görmesidir (Doğru ve Peker, 2004).

Yavuzer(2002)'e göre benlik saygısı yüksek olan bireylerin kişilerarası ilişkilerde daha toleranslı oldukları, daha bağımsız davranabildikleri, fiziksel sağlıklarının daha iyi olduğu, grup etkileşimlerinin daha fazla olduğu, yaşamı daha anlamlı buldukları, daha iyi öğrenci oldukları, daha az kaygılı ve depresif oldukları, iş yaşamında bağımsızlığa değer veren, yarışmaya açık ve başarılı olmayı istedikleri görülür.

IV. Özgüven mi? Özsaygı mı?

Yukarıda birçok kez vurgulandığı gibi özgüven kişinin kendini kendi zihninde olumlu ve yeterli algılaması veya kendisi hakkında olumlu iç tasarımlara sahip olması olarak kabul edilir. Özgüven, "başkaları beni nasıl görüyor?" sorusunun cevabını verir. Başarıya bağlıdır ve dış değerlendirmeye açıktır. Başkaları tarafından yapılan değerlendirme sonucunda belirlenir.

Oysaki özsaygı kişinin kendisiyle kurduğu iç iletişimin yansımasıdır. Bu iç iletişim olumlu, dinamik ise özsaygı da aynı paralelde olacaktır. Çünkü özsaygı kendini kabule bağlıdır, kendini ve sınırlarını kabul etmektir, kişinin kendinizi nasıl gördüğüyle ilintilidir.

Carl Gustav Jung; "mutlu olmak istiyorsan, sınırlarını tanı ve onları kabul et" demiştir. Özsaygı, insanın kendisine olduğu kadar, başkalarına ve yaşadığı hayata saygı duymasını gerekli kıldığı için, geliştirilmeye ve yükseltilmeye gereksinim duyar. Kişi kendine verdiği değeri artırır, bilgisini çoğaltır, kaynaklarını kullanmayı öğrenir ve hayatı dost ve anlamlı olarak algılamaya başlarsa özsaygı da aynı ölçüde artma gösterecektir. Özsaygı koşulsuz olduğu sürece kişinin özgüveni yüksektir.

Özgüven için özsaygı, olmazsa olmaz koşullardan birisidir. Özsaygı, özgüveni doğurur. Ancak aşırı özgüvene sahip olan kişiler egolarını şişirerek, gerçeklikten, doğallıktan uzaklaşarak önemli ölçüde kişilik ve davranış sorunları yaşayabilirler.

Zaman zaman kişinin anlamadığı, kontrol edemediği, bilmediği durumlarda çekinik kalması, kendine güvenmemesi normaldir; buradaki kendine güvenmemiş olumsuz değil, olumlu bir durumdur. Bu durumda özgüveni olan kişi kendini yetersiz hissedebilir; ama aşağılık kompleksine kapılmaz. Aşağılık kompleksi özsaygısı ve özgüveni az veya eksik olan kişilerin yaşadığı ruhsal bir durumdur.

Kendine güven, hayata karşı yapıcı ve olumlu bir bakış açısını ve kendi gücüne inanmayı gerektirir. Ancak kendimize olan güveni değerlendirmede bazen zorluklar yaşarız. Örneğin bir mücadeleye, sınava veya yarışa hazırlanırken, bütün süreci yaşanması gerektiği gibi yaşadığımız ve yapılması gereken her şeyi yaptığımız bazı durumlarda başarısız duruma düştüğümüz de olur.

Kendine saygı ise, kendini ve sınırlarını kabul etmektir. Kendine saygı bir anlamda gerçeklerle yüzleşmektir. Kişinin neyi yapabileceğini, neyi yapamayacağını, nerede iyi olduğunu, nerede yetersiz olduğunu, başkalarının söylemesine gerek olmadan, kendinin bilmesidir.

F. AŞIRI ÖZGÜVEN MUTSUZ EDİYOR¹

Kendine güvenin bireysel ve ekip başarısı üzerindeki etkisi tartışılmaz, ancak başarıyı devamlı kılmak ve iç huzuruna sahip olmak ancak "kendine saygı" ile mümkündür. Birbirine çok yakın gibi gözükse de bu iki kavram bazı noktalarda örtüşse bile gerçekte birbirinden farklıdır ve bu fark günümüzde giderek gözardı edilmektedir (Prof. Dr. Acar Baltaş).

İnsanlar özellikle gençlik yıllarında başarıyı ve mutluluğu ararlar. Başarının mutlaka mutluluk getirmediğini, hedeflere ulaşmanın yetmediğini görünce de, yeni hedefler arayışına girerler. Bu arayış yaşam boyu sürer gider. Gerçek mutluluk, yedi yaşına kadar destekleyici bir aile içinde geçen bir çocukluğa özgüdür. Çocuk bu dönemde tüm güce sahiptir. Her şeyi kendinde hak görür, her şeyi yapabileceğini düşünür ve ölümsüz olduğuna inanır. Kimi kişiler yetişkin olsalar da olgunluğa eremedikleri için bu özellikleri sürdürmeye çalışırlar. Olgunluğa ulaşanlar ise, gerçeklik duygusuyla tanışır ve her şeyi yapabilir olmak yerine karşılıklılık ilkesini öğrenirler. Özsaygı yetişkinlikte olgunluğa erişen insanların sahip olduğu bir özelliktir.

Kendine güven, hayata karşı yapıcı ve olumlu bir bakış açısını ve kendi gücüne inanmayı gerektirir. Ancak kendimize olan güveni değerlendirmede bazen zorluklar yaşarız. Örneğin bir mücadeleye, sınava veya yarışa hazırlanırken, bütün süreci yaşanması gerektiği gibi yaşadığımız ve yapılması gereken her şeyi yaptığımız bazı durumlarda başarısız duruma düştüğümüz de olur. Böyle durumlarda başarısızlık insanı üzer ve mutsuz eder.

Ancak aynı zamanda insanı geliştirir, derinleştirir, bilgeliğe yolunda ilerlemesini sağlar ve kendisinden daha az şanslı olanlara karşı empati geliştirmesine yardım eder. Başarısızlığın getirdiği üzüntüyü yaşamak, başarısızlık nedenleri üzerinde düşünmek insanı geliştirir.

Bu noktada değerli olan kavram "özsaygı"dır. Özsaygı, "ben kendimi nasıl görüyorum?" sorusunun cevabıdır. Yüksek özsaygı, "Değerim başarıma bağlıdır" yerine "başarısız olduğum zaman da değerliyim" anlayışını temsil eder. Kendine saygı bir anlamda gerçeklerle yüzleşmektir. Kişinin neyi yapabileceğini, neyi yapamayacağını, nerede iyi olduğunu, nerede yetersiz olduğunu, başkalarının söylemesine gerek olmadan, kendinin bilmesidir. Böyle bir anlayış, başarısız olduğu zaman kişinin, nedeni kendi dışında aramak yerine, enerjisini kendisinin kontrol edebileceği noktalara odaklamasına imkan verir.

❖ Yüksek Özgüven ve Ego

Kişinin kendine saygısı, kendini olduğu gibi kabul etmesiyle ilgilidir. Kendine güven ise başarılı olmasıyla ve dolayısıyla başkalarının değerlendirmelerine bağlıdır. Oysa toplum olarak kendine güven duygusuna sahip olmaya çok özeniyoruz. Sahalarda kaybedenlerin yenildikleri takımın oyuncularına saldırdıklarına, yenilginin nedenini hakem hatalarına bağladıklarına tanık oluyoruz. Rakibini tebrik eden çok az sayıda örnekle karşılaşırız. Yapıcı, gerçekçi ve girişimci özgüvenle, hayalci, gerçekdışı ve bir bakıma savunmacı özgüveni birbirine karıştırıyoruz. Sonuç olarak kendine güveni bazen olur olmaz dozunu kaçırdığımız bir meydan okuma ve neredeyse bir "kabadayılık" gibi algılıyoruz.



Yüksek ego sahibi insanların bu kavramı "özgüven" olarak meşrulaştırmaya çalıştıklarını görüyoruz. Özellikle de bazı meslekler icra edenleri ister istemez bir ego zırhına büründürüyor, sahip oldukları egoyu mesleklerinin gereği olarak görüyorlar. Normalde dilimizde bu durumu ifade etmek için başka kalıplar da var: "Kendini beğenmiş, burnu havada, ukala, kibirli, küçük dağları o yaratmış" gibi. Bu ifadeler hep de üçüncü şahıs için kullanılır, kimse kendisi için bu ifadeleri kullanmaz. Çünkü kendini beğenmişlik, etraftakilere üstünlük taslamak, kasılmak hem ahlaken çirkindir, hem de psikolojik açıdan rahatsızlık belirtisidir. Bu durumun ileri boyutta narsisist kişilik bozukluğuna kadar yolu vardır. Kültürümüz de bu tutumu çirkin bulduğundan, dilimiz bunu hep olumsuz kavramlarla tanımlamış. Ama işte "egolarım yüksek" deyince bunu "özgüvenim, özsaygım yüksek" gibi bir anlama çekerek olumlu bir vasıf gibi kullanıyorlar. Halbuki özgüvenle narsisizm asla karıştırılmamalı.

Narsisizm, "kendimi seviyorum, kendimle barışığım, ben var ya ben, aman da egolarım ne kadar yüksek" diye bas bas bağırır, ter ter tepinirken, özgüven sakindir, doğaldır, gözümüze sokmaz o barışıklığını, afişe de etmez.

"ABD'de Donald John Trump, Paris Hilton veya Kim Kardashian gibi örnekleri ve bunların Türkiye versiyonları hatırlandığında balon gibi şişmiş bir ego ve bunun uzantısı olan sahte bir özgüvene sahip narsisistlerle karşılaşılır. Narsisistler benmerkezci, kendilerini herkesten üstün gören, olumsuz geri bildirimlere kapalı, amaçları için insanları kullanan, ahlak ve hukuk kurallarının kendileri için geçerli olduğuna inanmayan, kendileriyle ilgili büyüklük hezeyanlar içinde olan ve empatiden yoksun kimselerdir.

Abartılı bir özgüvenin biraz da kültürümüze özgü haklı bir nedeni var. Küçük yaşlardan başlayan baskı ve "yanlışları yakalamaya" dönük yaklaşım, insanların kendi potansiyellerini hayata yansıtma konusunda ciddi engeller oluşturmaktadır. Ancak herkesin bildiği bir gerçek vardır ki, başarısızlık hayatın en doğal parçasıdır. Her insan, her birim, her kurum, her takım, her ülke başarısız olur. Başarılı olduğu zaman kendisini değerli hisseden, çevre tarafından "iyi, doğru, değerli, güzel/yakışıklı" olarak değerlendirilen kişi; başarısız olduğu zaman kendisinin "kötü, yanlış, değersiz ve hatta çirkin" olduğunu kabul etmek zorundadır. Bunu içe sindirmek kolay değildir. Değerini sadece ve doğrudan başarısına bağlayan ve davranışlarının sorumluluğunu üstlenmekte zorlanan kişinin böyle bir durumda önünde üç yol vardır: Başarısızlık nedenini kendi dışında aramak, yalan söylemek ve fırsat bulduğunda hile yapmak.

Buraya kadar anlatılanlardan yola çıkarak şunu söyleyebiliriz; "Özgüven vezir eder, ego rezil eder" ve Carl Gustav Jung'un dediği gibi; "Mutlu olmak istiyorsan, sınırlarını tanı ve onları kabul et"

SONUÇ

Kendinden emin olmak ve yaptıklarının doğruluğundan hiç şüphe duymamak iyi bir şey değildir. Tam tersine, kişinin kendisiyle ilgili biraz kuşku duyması, yaptıklarına eleştirel bir gözle bakması, olumsuz geri bildirimler için çevresindekilere biraz fırsat vermesi iyi bir şeydir. Bunun sonucunda insan kendisini gerçekten geliştirebilir. Başarı kadar, başarısızlığın da hayatın bir parçası olduğunu kabul eder. Başarısızlıkları nedeniyle başkalarını suçlamak yerine, başarısızlıklarından ders çıkartır ve başarısız olanlara karşı empati geliştirir.

Böyle bir insan hep iyi ve mutlu olmak zorunda olmadığını bilir. Hayattaki hüznü ve mutsuzlukların da yaşamın bir parçası olduğunu kabul eder. Böylece üzüldüğü ve kendini iyi hissetmediği için ayrıca mutsuz olmaz. Bunun için başkalarını suçlamaz. Üzüntü ve başarısızlığının tadını yalnız kalarak çıkartır ve imkan varsa bunları gelişim için fırsatlara çevirir. Bunun sonucunda da derinleşir ve bilgelik kazanır.

Ancak başarılı olmak için her türlü doğru adımın atıldığı bazı durumlarda, görevin zorluğu veya rakibin üstünlüğü nedeniyle başarısız olmak da mümkündür.

Ebeveynler ve öğretmenler olarak çocuklarımızın yapabileceği ve yapamayacağı şeyler konusunda objektif olmalıyız ve çocuklara kendi istek ve özlemlerimizi yüklememeliyiz. Sürekli övgü ile yetiştirilmiş, gerçekçi olmayan bir benlik algısına sahip çocuklarda uyum problemleri sıklıkla yaşanır.

Şunu da unutmamak gerekir ki özgüven ile bencillik birbirinden farklı iki kavramdır. Kendi değerini bilen birey ile abartılı bir değer yüklenmiş birey arasında tabii ki farklılık olur. "Aşırı özgüven" belki de bu dengenin şaştığı noktada oluşur. "Ben senden daha iyiyim" duygusu, hem çocuğun bizzat kendine hem de çevresine zarar veren bir durumdur. Başkalarına söz hakkı tanımayan, hata yaptığını kabul edemeyen, hataları sonucu öfkeleri de beraberinde yaşayan tutumlar gelişebilir. Fazlası kişilik bozukluğu olarak nitelendirilen ego, aslında psikolojik bir durumdur. Egoist kişi, kendini merkez olarak kabul ettiği bir dünya yaratır ve o dünyada kendisinden başka değerli hiç kimse yoktur. Olabildiğince kibirli, öfkeli ve kindardırlar. Bu kişilerin konuşmaları çoğu zaman "ben" ile başlar. Kendilerinden başka hiç kimse takdir edilmeyi hak etmemektedir. İnsanların eşitliğine inanmazlar, kendileri daima diğerlerinden üstün ve iyidirler. Onların eşi benzeri yoktur.

(¹): Bu bölüm Prof. Dr. Acar Baltaş'ın "Özgüven Hastalığı" makalesinden özetlenmiştir.

BÖLÜM II
ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN SOSYAL VE DUYGUSAL
SORUNLARIN NEDENLERİ VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

KONU BAŞLIKLARI

- A. GİRİŞ
- B. DAVRANIŞ BOZUKLUKLARININ NEDENLERİ
 - a. KALITIM
 - b. BEDENSEL NEDENLER VE HASTALIKLAR
 - c. TEMEL İHTİYAÇLARIN KARŞILANMAMASI
 - d. ÇEVRE VE SOSYO-EKONOMİK NEDENLER
 - e. YANLIŞ EĞİTİM
- C. ÇOCUKLARDA UYUM VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI
- D. ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN SOSYAL-DUYGUSAL SORUNLAR VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

A. GİRİŞ

Bireyin sosyal bir varlık olarak toplumdaki yerini alması, kendisinden beklenen davranışları gösterebilmesi, onun doğumdan başlayarak psikososyal ihtiyaçlarının karşılanması, sosyal yaşamın gereklilikleri öğretilerek yetiştirilmesine bağlıdır.

Sağlıklı, başarılı ve topluma katkı sağlayacak bireyler yetiştirmede okul öncesi yıllar, tüm gelişim alanlarını ve insan yaşamını temel alan becerilerin kazanılmasında yaşamın en önemli yıllarıdır. Bu yıllar, bireyin yaşamında en hızlı gelişim gösterdiği, davranışlarının şekillendiği ve birtakım beceriler kazandığı dönem olması need-niyle kritik önem taşımaktadır. Bu kritik yıllarda kazanılan beceriler yetişkinlik dönemine kadar uzanan bir süreci etkilemektedir. Büyüyüp gelişmekte olan çocuklar yeni bilgi, beceri, davranış kazandıkça içinde bulun-duğu çevreye uyum sağlamaya çalışmaktadırlar. Bu uyum sürecindeki çocuklar bazı sorunlarla karşılaşabilir ve bu sorunları çözemediğinde ise ruhsal gerilimleri artabilir ve uyumsuz davranış sergileyebilirler (Çağdaş ve Seçer, 2006).

Okul öncesi ve daha sonraki dönemlerde çocuklarda görülen davranış sorunları genel olarak dışa ve içe dönük davranış problemleri olarak karşımıza çıkmaktadır. Dışa dönük davranış sorunları; dışarıya ve genellikle insanlara yönelik öfkeli, saldırgan davranışlar ile birlikte aşırı hareketlilik, karşı gelme, kurallara uymama gibi davranışları içerir. İçe dönük davranış problemleri ise içe kapanık olma şeklinde olup utangaçlık, kaygı, endişe, korku vd. olarak karşımıza çıkmaktadır (Drossos, 2004; Ergül, 2010).

Emre Sipahioğlu'na göre ise, çocuklarda uyum ve davranış bozuklukları; çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı, iç çatışmalarını davranışlarına aktarması sonucu ortaya çıkar. Hırçınlık, sinirlilik, saldırganlık, inatçılık, yalan söyleme, bir şeyler çalma, küfür gibi davranışlar davranış bozukluklarına girer.

Çocukların sağlıklı bir şekilde çevrelerine uyum sağlamalarında doğuştan getirilen kişiye özgü yapısal özelliklerin ve çevresel etmenlerin rolü vardır. Başlangıçtaki kalımsal özellikler ile daha sonraki yaşantıları içeren bu iki etmen, bazı çocuklara sorunlarla başa çıkma gücü verirken, bazılarında uyum bozukluklarına neden olmaktadır. Genel olarak davranış sorunları ile uyum bozuklukları eşanlamlı olarak kullanılmaktadır.

Çocukluk döneminde sık görülen davranış sorunlarını; çocuğun içinde bulunduğu gelişim dönemi, belirtinin sıklık ve şiddeti, belirtinin çeşitliliği, belirtinin sürekliliği açısından ele aldığımızda uyumsuzluk belirtisi olarak değerlendirmek hatalı olabilmektedir (Arı Başaran, 1986).

Okul öncesi ve ilköğretim döneminde çocuklarda hangi problem davranışların hangi oranda görüldüğünü belirlemek oldukça güçtür. Bu durum, çocuklarda sorun davranışın ne olduğu veya nasıl tanımlanacağı konusunda bir fikir birliğinin olmaması, problem davranışları tespiti yönelik geliştirilen ölçme araçlarının farklı nitelikleri ölçüyor olması ve bu yaş çocukları genellikle kendileri ölçme araçlarına cevap veremedikleri için ölçümlerin daha çok anne baba veya öğretmenler üzerinden yapılıyor olmasından kaynaklıdır.

Araştırmalar, çocuklarda davranış problemlerinin gelişimini etkileyen faktörler arasında yer alan ana-baba-çocuk ilişkilerinin incelenmesinin yararlı olduğunu önerirken (Maccoby, 1980; Oktay, 2007); anne-baba-çocuk ilişkilerindeki sorunun okul öncesi dönem çocuklarının yaşadıkları sorunlar arasında ilk sıralarda geldiğini ortaya koyan araştırma raporları da bulunmaktadır (OCD, University of Pittsburgh, 2005).

Yapılan çalışmaların sonucu çocuğun yetiştirilmesinden sorumlu anne-babaların çocuğun gelişim özellikleri ve çocukla iletişim konularında bilinçli olmasının önemini göstermektedir. Çocukların gelişimleri hakkında fikir sahibi olmayan anne-babalar, çocuklarına uyumlu davranış göstermede etkili olamamakla birlikte çocuklarında davranış problemleri ile karşı karşıya kalmaktadırlar (Dursun, 2010).

Çocukta davranış sorunlarını değerlendirirken dikkate edilmesi gereken birtakım unsurlar vardır. Çocukluk döneminde sık görülen davranış sorunlarını değerlendirirken çocuğun o an içinde bulunduğu gelişim dönemi, davranış sorununun sıklığı ve şiddeti, sorunun sürekliliği açısından ele alındığında, sorun davranış olarak adlandırmak hatalı olabilmektedir.

Davranışçı bilim insanları, sorun davranışları yanlış davranışın koşullanmalar yoluyla öğrenilmesine bağlarken psikanalitik kuramcılar sorun davranışların temelinde bilinçaltı süreçlerin önemli olduğunu vurgulamaktadır. Biyolojik yaklaşımı benimseyen kuramcılar ise davranış sorunlarının nedenlerini fizyolojik sorunlara bağlamışlardır.

Ancak son yıllarda çocuğun gelişiminin ve davranışlarının, çocuğu tek başına ele alınmasıyla değil tüm çevresiyle birlikte değerlendirilmesiyle anlaşılacağı fikri önem kazanmaya başlamıştır. Bu düşünceye göre, çocuğu tüm çevresi ve ilişkileri ile birlikte ele almak gerekmektedir. Gelişmeye tepki olarak ortaya çıkan geçici uyum bozuklukları eğer beklenen kısa sürelerde geçmezse, ileri yaşlarda da devam ederse, o zaman bunlara gerçek uyum bozuklukları demek gerekirken, bu çeşit uyum bozuklukları ruhsal bir rahatsızlığın veya ruhsal sorunların belirtisi olarak kabul edilmektedir.

B. DAVRANIŞ BOZUKLUKLARININ NEDENLERİ

Çocuğun doğuştan getirdiği özelliklerin ve çevresel etmenlerin uyum içinde olması önemlidir. Uyum, başarıyı, hayattan zevk almaya, problem çözebilme yeteneğini, doğru karar verme gücünü artırmaktadır. İşte bu olumlu sonuçlara ulaşabilmek için çocuğun yaşadığı uyumsuzluk nedenleri araştırılıp, kontrol altına alınmalıdır.

Çocuklukta davranış sorunları birçok araştırmacı ve kuramcı tarafından çok farklı açılardan açıklanmaya çalışılmıştır. Davranışçı bilim insanları, sorun davranışları yanlış davranışın koşullanmalar yoluyla öğrenilmesine bağlarken psikanalitik kuramcılar sorun davranışların temelinde bilinçaltı süreçlerin önemli olduğunu vurgulamaktadır. Biyolojik yaklaşımı benimseyen kuramcılar ise davranış sorunlarının nedenlerini fizyolojik sorunlara bağlamışlardır.

Ancak son yıllarda çocuğun gelişiminin ve davranışlarının, çocuğu tek başına ele alınmasıyla değil tüm çevresiyle birlikte değerlendirilmesiyle anlaşılacağı fikri önem kazanmaya başlamıştır. Bu düşünceye göre, çocuğu tüm çevresi ve ilişkileri ile birlikte ele almak gerekmektedir. Uyum sorunlarının ortaya çıkmasına sebep olan etmenler şunlardır:

- a. Kalıtım
- b. Bedensel nedenler ve hastalıklar
- c. Temel ihtiyaçların karşılanmaması
- d. Çevre ve sosyoekonomik nedenler
- e. Yanlış eğitim olarak

a. KALITIM

Anne babadan genler yoluyla çocuğa geçen özelliklere kalıtım denir. Örneğin; Altını ıslatma, inatçılık gibi problemler bireye kalıtsal olarak geçebilir. Fakat olumlu çevre koşulları ve eğitim yolu ile bu gibi olumsuzluklar ortadan kalkabilmektedir.

b. BEDENSEL NEDENLER VE HASTALIKLAR

Bedensel nedenler, uyumsuz davranışlar sergilenmesinde etkilidir. Görme, işitme bozukluğu, yürüme problemleri, ruhsal bozukluklar, iç salgı bezi bozuklukları süregen hastalıklar, kazalar ve şoklar, şaşılık, kamburluk, aşırı şişmanlık bedensel uyumsuzluk nedenleridir. Bedensel engelli çocuk bir yandan kendi içinde bedeninin diğer çocuklardan farklı olmasından kaynaklanan üzüntü ve uyumsuzluğu yaşarken diğer yandan da çevrenin bedensel özüne karşı olumsuz bakış açısı nedeniyle uyumsuzluk yaşayabilir.

c. TEMEL İHTİYAÇLARIN KARŞILANMAMASI

Her insanın hayatını devam ettirmesi, sağlıklı ve mutlu olabilmesi için önemli ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyaçların en azından asgari düzeyde doyurulması şarttır. Bu ihtiyaçlar iki gruba ayrılır.

1. FİZİKSEL TEMEL İHTİYAÇLAR

Bireyin büyüüp gelişebilmesi için zamanında ve yeterli karşılanması zorunlu ihtiyaçlardır. Solunum, yemek yeme, boşaltım, barınma, sıcak ve soğuktan korunma, vb. Bu ihtiyaçların zamanında ve yeterli karşılanması çocukta güven duygusunu geliştirir. Beslenme saati gecikmiş, uykusunu alamamış çocuk huzursuz, öfkeli ve saldırgan olur.

2. PSİKO-SOSYAL İHTİYAÇLAR

Bireyin ruh sağlığının yerinde olması, diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilmesi için psiko-sosyal ihtiyaçlarının karşılanması gerekir. Sevme-sevilme, başarılı olma, kabul görme, bir gruba dahil olma gibi ihtiyaçlar psiko-sosyal ihtiyaçlardır ve bireyin kendisini iyi hissetmesi için önemlidir. Gerek fiziksel ihtiyaçlar, gerekse psiko-sosyal ihtiyaçlar zamanında ve yeterli karşılanmadığında bireyde olumsuz davranışlar görülebilir.

d. ÇEVRE VE SOSYOEKONOMİK NEDENLER

Sosyal bir varlık olan birey, doğduğu günden itibaren öncelikle ailesinden ve yakın çevresinden daha sonra da komşuları, arkadaşları gibi değişik gruplardan etkilenerek büyür. Bireyin dahil olduğu grubun davranışları uyumsuz davranışlar sergiliyorsa birey de bunun etkisi altında kalır.

Ailenin sosyoekonomik koşullarının çocuğun temel ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalması bir takım uyum sorunlarını da beraberinde getirebilir. Yine ailenin ekonomik durumu çocuğun temel ihtiyaçlarını bile zor karşılayacak durumda ise, bu durum çocukta güvensizliğe ve uyum problemlerine yol açabilir. Okul ise çocuk için önemli başka bir çevredir. Bireysel farklılıklar, gerekli rehberlik, öğretmenlerin ve yöneticilerin tutumu çocuğun uyum başarısında önemlidir.

e. YANLIŞ EĞİTİM

Eğitim, bireyin istenilen, olumlu davranışlar kazanmasını amaçlar. Yanlış eğitim ise, çocuklarda uyumsuz davranışların oluşmasında önemli rol oynar. Çocuğun gelişimsel özelliklerini bilmeyen, bireysel farklılıkları görmezden gelen, baskılı, otoriter ya da tutarsız davranışlar gösteren anne-baba tutumları çocuklarda geçici olabilecek olumsuz davranışları pekiştirir ve yerleşmesine yol açar.

Tüm sorumluluğun anne-babada olduğu aile ortamında yetişen çocuklar, çoğunlukla ev dışına çıktıklarında bocalar, ne yapacaklarını bilmezler. Anne baba olarak ilk görevlerden biri çocuklara uygun eğitim olanakları sunularak önce kendisini, sonra çevresini tanımaya yardımcı olunmasıdır.

C. ÇOCUKLARDA UYUM VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

Çocuklarda uyum ve davranış bozuklukları çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı, iç çatışmalarını davranışlarına aktarması sonucu ortaya çıkar. Hırçınlık, sinirlilik, saldırganlık, inatçılık, yalan söyleme, bir şeyler çalma, küfür gibi davranışlar davranış bozukluklarına girer. Çocuklarda uyum ve davranış bozuklukları davranış, bireyin dışardaki diğer insanlarca da doğrudan doğruya gözlemlenebilecek tüm eylemleridir.

Uyum ise bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliğiyle içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve bu ilişkiyi sürdürebilmesidir. Çocuğun belirli bir sınır ya da engellenmesinden sonra çevresiyle olan ilişkilerinin bozulması uyumsuz davranışları sergilemesini doğurur. Kişilik, en uygun ortamlarda bile, pek çok sorunlar çözümlenip, engeller aşılarak geliştirilir. Çocuk gelişiminin doğal seyri içinde bir yandan yeni yetenekler ve beceriler kazanırken, bir yandan da pek çok sorunlarla karşılaşmaktadır. Çözümlediği her sorun ve engel, çocuğun ruhsal gücünü artırmakta ve kendi sorunlarıyla baş etmeyi öğrenmektedir. Böylece ebeveyn koruyuculuğuna daha az ihtiyaç duyarak, bağımsız davranışa yönelmektedir.

Çocuklar her yeni gelişim dönemine, her basamağa geçişte yeni birtakım beceriler kazanırlar. Çocuğun edindiği her yeni beceri, çözülmesi gereken sorunu da beraberinde getirir. Gelişim basamaklarında karşılaşılan sorunlar olağan ve geçicidir fakat çocuk bu dönemlerinde çevresindeki yetişkinlerin, anne babanın yanlış tutumlarına maruz kalırsa veya sorunlarını çözerken engellemelerle karşılaşarsa, dönemselsel yani olağan diye nitelenen bu sorunların çözümü yeni gelişim dönemlerine ve çocuğun ileriki yaşlarına ertelenir.

D. ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN SOSYAL-DUYGUSAL SORUNLAR VE ÇÖZÜM ÖNERİLERİ

Sosyal duygusal gelişim, çocuğun kendini ifade edebilmesi, duygularını kontrol edebilmesi, kendisiyle ve çevresiyle barışık ve uyum içinde olabilmesidir. Aileden sonra uygun toplumsal davranış biçimlerinin kazandırılabilmesi en uygun ortam olan okullarda akademik, sosyal ve duygusal ihtiyaçların doyumsuz bir biçimde karşılanmaya çalışılması ağırlık kazanmaktadır. Bu bağlamda sosyal duygusal becerilerin geliştirilmesi, çocukların güçlü ve olumlu akran ilişkileri kurmalarında, okul başarılarının artmasında, aile ilişkilerinin güçlenmesinde önemlidir. Sosyal-duygusal öğrenme, kendinin ve diğerlerinin duygularını tanıma, ihtiyaçlarına karşı duyarlı olma, duyguları ifade etme ve yönetme, güçlü ve zayıf yönlerini tanıma, etkili iletişim kurma ve sürdürme gibi yaşam görevlerini sürdürmek için ihtiyaç duyulan becerileri geliştirme süreci olarak tanımlanmaktadır.

Sosyal-duygusal öğrenme becerileri ise, diğerleri ile işbirliği yapma, etkili öğrenme, iş yaşamı-toplumsal yaşam aile yaşamı gibi alanlarda başarı için önemli rol oynayan ve akademik başarıyı destekleyen (problem çözme, stresle başa çıkma, iletişim ve benlik saygısı gibi) yetenekler bütünüdür (Elias vd., 2006). Bu yüzden çocukların akademik gelişimlerinin yanı sıra sosyal ve duygusal gelişimlerinin desteklenmesi önemli ve gerekli görülmektedir. Sosyal-duygusal öğrenme becerileri, çoklu zeka, sosyal beceri ve duygusal zeka kavramları ile iç içedir ve paralellik göstermektedir (Elias, 2003; Elias vd., 2006).

Bu bağlamda, sosyal beceriler, toplumla bütünleşmeyi sağlayan ve toplumsal hayata katılmayı kolaylaştıran, iletişim, akademik, kendini kontrol etme, uyum ve atılganlık gibi becerilerle, gözlenebilen-gözlenemeyen bilişsel ve duyuşsal öğeleri içeren ve öğrenilebilen davranışlardan oluşmaktadır. İçinde bulunan sosyal ortama uygun davranma becerisi olarak tanımlanan sosyal beceriler, kişilerarası ilişkilerin kurulmasında ve sosyal amaçların gerçekleştirilmesinde önemli rol oynamaktadır. Büyüyüp gelişmekte olan çocuklar yeni bilgi, beceri, davranış kazandıkça içinde bulunduğu çevreye uyum sağlamaya çalışmaktadırlar. Bu uyum sürecindeki çocuklar bazı sorunlarla karşılaşabilir ve bu sorunları çözemediğinde ise ruhsal gerilimleri artabilir ve uyumsuz davranış sergileyebilirler (Çağdaş, 2006). Okul öncesi dönemdeki çocuklarda görülen davranış sorunları daha önce de belirtildiği üzere genel olarak dışa ve içe dönük davranış problemleri olarak karşımıza çıkmaktadır. Dışa dönük davranış sorunları; dışarıya ve genellikle insanlara yönelik öfkeli, saldırgan davranışlar ile birlikte aşırı hareketlilik, karşı gelme, kurallara uymama gibi davranışları içerir. İçe dönük davranış problemleri ise içe kapanık olma şeklinde olup utangaçlık, kaygı, endişe, korku olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sosyal ve duygusal becerilerin öğrenilmesi önemli bir gelişimsel görev olarak çocuk ve ergenler ile eğitimci ve ebeveynlerin karşısına çıkmaktadır. Bu becerilerin kazandırılmasında fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal gelişim alanlarında yoğun ve hızlı değişimlerin yaşandığı ergenlik dönemi kritik bir önem taşımaktadır.

Çocukların sağlıklı bir şekilde çevrelerine uyum sağlamalarında doğuştan getirilen kişiye özgü yapısal özelliklerin ve çevresel etmenlerin rolü vardır. Başlangıçtaki kalıtsal özellikler ile daha sonraki yaşantıları içeren bu iki etmen, bazı çocuklara sorunlarla başa çıkma gücü verirken, bazılarında uyum bozukluklarına neden olmaktadır.

Gelişmeye tepki olarak ortaya çıkan geçici uyum bozuklukları eğer beklenen kısa sürelerde geçmez, ileri yaşlarda da devam ederse, o zaman bunlara gerçek uyum bozuklukları demek gerekmekte, bu çeşit uyum bozuklukları ruhsal bir rahatsızlığın veya ruhsal sorunların belirtisi olarak kabul edilmektedir.

Genel anlamda çocukta uyumsuzluğun nedenleri; kalıtım, beden özürleri, hastalıklar, iç salgı bezleri bozuklukları, kazalar ve şokları içeren bedensel nedenler; biyolojik, psikolojik ve sosyal temel ihtiyaçların doyurulmaması; aile yapısından doğan etmenler, ana-baba ilişkileri, çocuğun yakın çevresi, okul, sosyal ve ekonomik etmenler ve yanlış eğitimi kapsayan çevre etkisi ve sosyoekonomik nedenlere bağlanmaktadır.

Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu (1994) çocuk ve gençlerde görülen uyumsuzluk çeşitlerini, *davranış bozuklukları, sosyal- duygusal bozukluklar, alışkanlık bozuklukları ve ağır ruhsal bozukluklar* olarak dört grupta incelemektedir.

Çocuk ve ergenlerdeki yıkıcı davranışlar çocuk ve ergen psikiyatrisinin temel konularından olup davranış bozuklukları adı altında incelenir.

Bunlar:

Sosyal- Duygusal Gelişimle İlgili Problemler

1. Özgüven eksikliği,
2. Kaygı ve korkular
3. Kıskançlık
4. Utangaçlık
5. Saldırganlık
6. İnatçılık
7. Uyku bozuklukları
8. Depresyon
9. Kardeş kıskançlığı
10. Anne baba ayrılığı
11. Travma
12. Kayıp ve yas
13. Sosyal uyumsuzluk
14. Sosyal fobi
15. Okul ile ilgili problemler
16. Bağlanma problemleri
17. Sınırlara uymakta güçlük
18. Öfke problemleri
19. Yeme problemleri
20. Takıntılar
21. Tuvalet problemleri
22. Mastürbasyonv

Alışkanlık ve Eğitim Problemleri

1. Tikler
2. Parmak Emme
3. Kekemelik
4. Tırnak Yeme
5. Yalancılık
6. Altını Islatma (Enüresis)

Davranış Bozukluğu

1. Hırçınlık,
2. Saldırganlık
3. Yalan
4. Sinirlilik,
5. Geçimsizlik,
6. Kavgacılık,
7. Okuldan Kaçma ve Çalma

Ağır Ruhsal Bozukluklar

1. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu
2. Çocuk ve Ergende Depresyon
3. Çocuk ve Gençlerde Takıntılar (Obsesif-Kompulsif Bozukluk)
4. Çocuk ve ergenlerde en sık görülen obsesyon ve kompulsiyonlar
5. Otistik spektrum bozukluğu
6. Otizm, Down Sendromu,
7. Öğrenme güçlüğü(Disleksi)

Bireyin sosyal bir varlık olarak toplumdaki yerini alması, kendisinden beklenen davranışları gösterebilmesi, onun doğumdan başlayarak psikososyal ihtiyaçlarının karşılanması, sosyal yaşamın gereklilikleri öğretilerek yetiştirilmesine bağlıdır. Okul öncesi dönemde şekillenen çocuğun sosyal ve duygusal gelişimi üzerinde, anne baba ve çocuk etkileşiminin niteliği büyük önem taşıdığından anne ve babanın çocuklarına dengeli, kararlı ve tutarlı davranmaları gerekmektedir. Anne babalar çocuklarının sosyal ve duygusal gelişiminde uygun ve sağlıklı birer özdeşim modeli olacak şekildedavranmalı, çocuklarının yaş ve gelişim özelliklerine uygun beklentiler taşımalarıdır.

BÖLÜM III
ÇOCUKLARDA SOSYAL- DUYGUSAL GELİŞİMLE İLGİLİ PROBLEMLER

KONU BAŞLIKLARI

<p>A. GİRİŞ</p> <p>B. SOSYAL-DUYGUSAL GELİŞİMİ ETKİLEYEN ETMENLER</p> <p>1. KALITIM</p> <p>2. ÇEVRE VE KÜLTÜR</p> <p>3. ANNE- BABA TUTUM VE DAVRANIŞLARI</p> <p>4. KARDEŞ VE AKRAN İLİŞKİLERİ</p> <p>5. EĞİTİM PROGRAMI VE ÖĞRETMEN DAVRANIŞLARI</p>	<p>C. ÇOCUKLARDA SOSYAL- DUYGUSAL GELİŞİMLE İLGİLİ PROBLEMLER</p> <p>1. KORKU</p> <p>2. KAYGI</p> <p>3. KISKANÇLIK</p> <p>4. UTANGAÇLIK</p> <p>5. SÖZ DİNLEMİYEN ÇOCUK</p> <p>6. İNATÇILIK</p> <p>7. YALANCILIK</p> <p>8. ÇOCUĞA SINIR KOYMA</p>
--	--

A. GİRİŞ

İnsan kendini en kolay duyguları yoluyla ifade eder. Aynı zamanda sosyal bağların kurulmasında duygular temel rolü üstlenmektedir. Bu nedenle “sosyalduygusal” kavramının bir bütün olarak ele alınması gerekmektedir (San-Bayhan ve Artan, 2004).

Duygu, belli bir nesne, olay ya da kişilerin, bireyin iç dünyasında uyandırdığı izlenimler olarak tanımlanabilir (Güngör, 2002). Okul öncesi dönemdeki çocuklar, yetişkinlerin kendi duygularını nasıl kontrol ettiğini izleyerek duygularını düzenlemeyi öğrenirler. Demokratik tutuma sahip anne babalar, çocuklarının kendi duygularını anlamalarını ve denetlemelerini desteklerler.

Eğer, anne-babalar çocuklarıyla ilgili olumlu duygularını ifade etmekten kaçınırlarsa, önemsiz görüp göz ardı ederlerse, çocukların duygularını kontrol etmeleri zorlaşabilir (Berk, 2006).Duygularının farkında olan çocuk kendini daha iyi tanıır ve ifade edebilir.

Çocuğun duygularını anlamak ve ona uygun tepkiler vermek çocuğun kişiliğinin oluşmasında etkili olmaktadır. Böylece, çocuk topluma daha kolay uyum sağlayabilir. Topluma uyum sağlama, sosyal gelişimin ön koşullarından bir tanesidir. Sosyal gelişim, bireyin doğduğu andan itibaren içinde bulunduğu sosyal çevrenin, kültürün değerlerine ve davranışlarına uyum sağlama süreci olarak tanımlanmaktadır.

Erken çocukluk döneminde sosyal gelişimde engellerle karşılaşmış olan çocuk daha sonraki yıllarda ciddi sosyal ve duygusal problemler yaşayabilir. Çocuğun sosyal yönden iyi gelişmesi ise, onun yetişkinlikteki sosyal yaşantısını da etkilemektedir. Bu nedenle, erken çocukluk döneminde, çocukların sosyal yönden gelişmelerine olanak sağlayan uygun bir ortam sağlanmalıdır (Çağdaş ve Seçer Şahin, 2002; Elias ve diğ.,1997; Wortham,1998).

Çalışmanın bu bölümünde ebeveyn ve eğitimcilere yardımcı olmak amacıyla çocuğun/gencin duygusal davranış bozukluğu yaşamaması için sosyal gelişim becerileri geliştirmeye ilişkin bilgilere ve örneklerle yer verilmiştir. Her ebeveyn ve eğitimcinin bireylerin topluma uyum sağlayabilmesi için sosyal becerilere sahip olması gerektiğini bilmesi gerekir. Çünkü sosyal beceriler, bir çocuğun çevresindeki diğer kişilere yönelik davranışlarını ve çevreye uyumunu kapsamaktadır.

B. SOSYAL-DUYGUSAL GELİŞİMİ ETKİLEYEN ETMENLER

1. Kalıtım
2. Çevre ve kültür
3. Anne- baba tutum ve davranışları
4. Kardeş ve akran ilişkileri
5. Eğitim programı ve öğretmen davranışları

1. KALITIM

Çocukların doğuştan getirdiği özellikler sosyal davranışlarıyla yakından ilişkilidir. Hareketli çocuklar, yaşlılarıyla daha kolay sosyal etkileşime girerken, dahapasif çocuklar arkadaşlarıyla sorun yaşayabilmektedirler.

Çekingen, sıkılgan çocuklar genellikle sınıf arkadaşlarını izler ve oyun faaliyetlerine sadece bakarak ve az konuşarak etkileşimden kaçınan kaygılı davranışlar sergileyebilirler (Berk, 2006). Bunun için çocuğun doğuştan getirdiği özellikler çok iyi tanımlanarak desteklenmelidir.

2. ÇEVRE VE KÜLTÜR

Çevre, bireyin sosyal gelişimi, başkalarıyla olan ilişkileri, tutum ve davranışları üzerinde oldukça etkilidir. Özellikle kültürel etkiler, bebeklerde çeşitli duyguların oluşmasında, önemli bir rol oynamaktadır. Her kültürdeki duygusal ifadelerde farklılıklar vardır. Çocuk büyüdükçe içinde yaşadığı çevre ve kültürden etkilenmektedir. Toplumda çocuğa, sevgi dolu bir yaklaşım ve ilgiyle yaklaşıldığında sağlıklı bir sosyal-duygusal gelişim ortamı kurulmuş olacaktır (Aral ve diğ., 2000)). Yetişkinlerin davranışları kültürler arasında da farklılık göstermektedir. Aileler arasındaki sosyal ve kültürel farklılıkları kabul etmek önemlidir.

3. ANNE- BABA TUTUM VE DAVRANIŞLARI

Aile, çocuğun sosyal ve duygusal anlamda yetkin bir birey olabilmesi için oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Sosyal öğrenme kuramcılarının görüşüne göre, çocuk ilk sosyal davranışlarını, onlarla etkileşimde olan yetişkinlerin deneyimleriyle ve diğerlerini gözlemleme yoluyla kazanmaktadır. Çocuğun sosyal-duygusal gelişiminde anne babanın model olması ve olumlu etkileşiminin yanı sıra çocuklarına yönelik tutum ve yaklaşımları çok önemlidir. Anne-babanın güven verici, destekleyici ve hoş görülmesi bir biçimde çocuğuna yaklaşması, çocuğun sosyalduygusal gelişimi için en ideal etkileşim biçimidir. Anne-babanın çocuklarına sunduğu koşulsuz sevgileri, empati ve hoş görüye dayanan etkileşimleri çocuklarının çevreye daha kolay uyumunu sağlamaktadır.

*“Çocuklar sözlerimizi değil, izlerimizi takip ederler”
“Ot kökü üstünde büyür”
“Otu kaldır köküne bak”
“Kız anasından görmeden sofraya bezi kaldırmaz”*

4. KARDEŞ VE AKRAN İLİŞKİLERİ

Kardeşler arasındaki ilişki, onların daha sonraki yaşamlarında diğer ilişkilerine temel oluşturmaktadır. Kardeşleriyle ilişkisi güven ve dostluğa dayanan çocuklar daha sonra arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde bunu model almaktadır. Kardeşleriyle ilişkisi olumsuz olan çocuklar da bunu gelecekteki ilişkilerine taşıyabilirler. Kardeşler birbirlerine ilgilerini farklı şekillerde göstermektedirler.

Bu yollardan biri de taklittir. Küçük kardeş, büyük kardeşten fiziksel beceri, oyun, oyuncakla oynama, sözcükler, sayılar gibi bir çok kavram ve becerileri öğrenmektedir. Birlikte oyunlar oynamaktan ve paylaşmaktan çok hoşlanmaktadırlar (San-Bayhan ve Artan, 2004). Kardeşlerle ilişkiler kadar akranlarla olan ilişkiler de sosyal beceriler açısından önemlidir. Çocukların bazen arkadaşlarıyla, kardeşleriyle olduğundan daha uyum içinde oynadıkları görülmektedir.

5. EĞİTİM PROGRAMI VE ÖĞRETMEN DAVRANIŞLARI

Olumlu duyguların ve sosyal becerilerin kazandırılmasında öğretmen ve okul çevresinin önemi büyüktür. Öğretmenler çocuklara; akranlarıyla ilişki kurma ve sürdürme, kendini kontrol etme, çevreye uyum sağlama, grupta bir işi yürütmeye yönelik becerilerin kazandırılmasında çeşitli stratejiler kullanabilirler.

C. ÇOCUKLARDA SOSYAL- DUYGUSAL GELİŞİMLE İLGİLİ PROBLEMLER

Çocuklarda görülen uyum problemlerinin nedenleri incelendiğinde, sevgi yetersizliğinin önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Bunun yanı sıra kalıtım, bedensel hastalıklar, yanlış eğitim, çevre ve sosyo-ekonomik faktörler de uyumsuz davranışlara neden olmaktadır. Çalışmanın bu bölümünde yukarıda “*Sosyal Duygusal Gelişimle İlgili Problemler*” başlığı altında 22 madde olarak sıralananlardan aşağıda gösterilen 7 tanesi üzerinde kısaca durulma gereği duyulmuştur. Bunlar;

1. Korku
2. Kaygı
3. Kıskançlık
4. Utangaçlık
5. Söz Dinlemeyen Çocuk
6. İnatçılık
7. Sınırlara uymakta güçlükçekmedir.

Yukarıda gösterilen sosyal uyum ve davranış problemlerinin nedenleri ve problem davranışın ortadan kaldırılması ile ilgili yapılması gerekenlerin neler olduğu örnekler verilerek aşağıda anlatılmaya çalışılmıştır.

Bu kümede yer alan sorunlar, çocuğun çevresinden çok kendisini tedirgin eden ruhsal belirtilerdir. Korkular, kuruntular, saplantılı düşünceler, uyku bozuklukları gibi sorunlardır. Bu belirtileri gösteren çocuklar çevreleri ile ilişkileri çok bozuk olmayan, gergin, güvensiz ve çekingen çocuklardır. Kendi iç sorunlarını dışa yansıtılmaktan çok, kendilerine yönelten kaygılı çocuklardır.

1. KORKU

Korku ve kaygılar gelişimin bir parçasıdır. korku duygusu, çoğu kuramcı tarafından temel duygulardan biri olarak kabul edilmektedir (Izard, 1991; Sroufe, 1995; Ekman,1999). Diğer temel duygular arasında, sevgi, şiddet, mutluluk, öfke, hayret, neşe, keder, tiksinti sayılabilmektedir (Plutchik, 1980).

Korku duygusunu temel bir duygu olarak ele alan araştırmacılara göre korku, yaşamda kalmamızı sağladığı için diğer temel duygulara göre daha önemli bir değere sahiptir (Marks,1987a; Robinson,1991; Rowe,2002). Çoğunlukla bu duyguyu yaşayanlar ve çevresindeki bireyler için tatsız bir durum gibi algılansa da, aslında bireyin güçlenmesine yardımcı olur. Özellikle çocuklar kaygı ve korku yaratan durumlarla baş ederek yaşamda karşılıklarına çıkabilecek güçlüklerle baş etmeyle ilgili deneyimler kazanırlar. Hiç bir şeyden korkmamak aslında riskli de bir durumdur. Bir çocuğun uyum becerisinin gelişebilmesi için kaygı ve korkuları dönemleri içerisinde yaşamış olması beklenir.

Kısacası,korku, canlıların, görünen ve görünmeyen tehlikeler karşısında gösterdikleri doğal bir tepkidir. Korku, canlıyı uyarıcı ve kendini savunmasını sağlayan yararlı bir mekanizmadır. Canlı, kaçarak, saklanarak, gerektiğinde de mücadele ederek kendini korumaya çalışır.

Ancak birçok araştırmacı çocuklarda ve ergenlerde tecavüze uğrama, taciz edilme, takip edilme, mikrop kapma, bulaşıcı hastalık, bomba patlaması, yüksek ses, öldürülme, cinayet, trafik kazası, ciddi rahatsızlıklar, kaybolma, kaçırılma, yangın, deprem, fırtına, sel felaketi, karanlıkta kalma, evde yalnız kalma, aileden birinin ölümü, boğulma, yüksek yerden düşme, yalnızlık, sınıfta kalma, çetelerin eline düşme, aile veöğretmen tarafından eleştirilme, alay edilme, hastaneye gitme, diş hekimine gitme, ameliyat olma, kan görme, sakat kalma, silahla vurulma, hayvanlar tarafından yaralanma, eve hırsız girmesi, elektrik çarpması, gibi güncel yaşam korkularınınındikkate alınmadığı durumlarda, bu korkuların yetişkinlikte fobilere dönüşebileceği ifade edilmektedirler (Gullone ve King, 1997). Yukarıda ele alındığı gibi korku duygusunun uyum sağlamamızı kolaylaştıran, yaşamda kalma ihtimalini arttırıcı işlevsel özelliklerinin yanında, uyum sağlamamızı zorlaştıran, hayatta kalma ihtimalini azaltıcı işlevsel olmayan özelliklerinin de bulunduğu ifade edilebilir.

Bu çelişkili özelliklerin, korku duygusunun düzeyi ile ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, sıfır düzeyde korkunun, yaşamda kalma ihtimalini ve uyum sağlamayı mümkün kılmadığı (yaşamı sürdürmeye

yönelik işlevi), diğer taraftan benzer biçimde yüksek düzeydeki aşırı korkunun da, yaşamda kalma ihtimalini ve uyum sağlamayı zorlaştırdığı (korkunun yaşamı kısıtlayıcı özellikleri) bilinmektedir. Orta düzeyde islevsel korku ise, yaşamda kalma ihtimalini arttırmakta ve uyumu kolaylaştırmaktadır.

1.1. KORKUNUN NEDENLERİ

❖ Bazı kazalar veya uzun süreli hastalıklar geçirmek, kazanın oluşu ve hastalığın tedavisi sırasında uygulanan yollar çocuklarda kötü korkuların yerleşmesine neden olur.

❖ İnsanlar bilmedikleri şeylerden korkarlar. Korkunun asıl kaynağı da belirsiz olmasıdır.

❖ Bazı durumlar, eşyalar ve hayvanlar hakkında korkutucu bilgilerin verilmesi veya çocuğun unutamayacağı şiddetli bir olayla karşılaşması çocukta ömür boyu sürecek korkulara neden olabilir.

❖ Korku bazen de yetişkinlerden öğrenilir. Çocuklar taklit yoluyla yetişkinlerin korktuğu şeylerden korkabilirler

❖ Çocukta ilk zamanlarda korku bilinçsiz bir haldeyken anne baba ya da bakıcı “öcü, cıs, hapis, biber sürerim, iğneci, ölürsem görürsün” gibi eğitim hataları ve korkuyu disiplin aracı olarak kullanmaları korkuların bilinçli ve hayal gücüne dayalı hale gelmesine neden olur.

❖ Çocuk kendisine anlatılan korkulu masallardan, seyredilen korku filmlerinden, çevrede konuşulan ve diğer insanların başına gelen öykülerden korkuyu öğrenebilir.

❖ Çocukta güven duygusu eksikliği de korkuya neden olur.

❖ Çocuklar bilinmeyenler hakkında konuşmayı çok severler, yaşları ilerledikçe birbirlerini anlattıkları hayali öykülerle korkutmaya çalışırlar. Çocukların kendi aralarında konuşurlarken yarattıkları bu senaryolar korku nedeni olmaktadır (Cole, 1968; Douglas, 1989; Yörükoğlu, 1997; Gövsa, 1998; Evirgen, 2002; Dirim, 2003; Aydın, 2003; Tuzcuoğlu ve Tuzcuoğlu, 2005)

❖ 8-10 aylık bebekler geçici olarak da olsa ebeveynlerinde ayrılmak istemezler. Yüksek gürültü, yüksek bir ses ya da ürkütücü bir his hassas beyinlerini alarma geçirir.

❖ 3-5 yaşındaki çocuklar karanlık gecelerde ebeveynlerinde ayrılmak istemezler, yalnız kalmak onları korkutur. Bu nedenle yalnız kaldıklarında hayallerine gelen her türlü şeyden korkabilirler. Kostüm giymiş insanlardan (palyaço, Noel baba gibi) korkarlar.

❖ Mükemmeliyetçi ailelerde yetişen çocuklar ders ve okul başarısızlığından çok korkarlar. Aillerin bu baskıcı davranışı çocukta zamanla özgüven kaybına yol açar.



1.2. ÇOCUKLARIN KORKULARINA KARŞI NASIL DAVRANILMALI?

i. Çocuğu Tehdit Ederek Korku Aşılammamalı

Çocukların eğitiminde korkuyu bir disiplin aracı olarak kullanarak bir şeyler yaptırılmaya çalışılması çocukta korku oluşumuna neden olur. “Yaramazlık yaparsan seni dilenciye veririm, beni üzme yoksa seni köpeğe veririm, uyumazsan öcü gelir, seni alır götürür”.

ii. Çocuklar “Korkak” Olmakla Suçlanmamalı, Küçümsenmemelidir

Korkuları ile alay etmemeli, onları ayıplamamalı ve utandırmamalıdır: “Koskoca adam oldun hala bundan mı korkuyorsun?”, “Erkek adam korkar mı?”, “Arkadaşların hiç korkmuyor sen niye böylesin?” gibi kıyaslamalar yapmamalıdır. Çocuk korkutularak ondan istenilen davranışları yapması için zorlanmamalıdır.

iii. Aşırı Koruyucu Aileler

Aşırı koruyucu ailelerde çocuklarında korkular çoğalır. “Parkta kaydırağa binme düşersin, o çocukların yanına gitme seni döverler” gibi sözlerle çocuğu korumaya çalışmak onu girişkenlikten, deneyim kazanmaktan, da yanıklı olmaktan alıkoymaz.

iv. Çocuklara Korkutucu Film İzletilmemei, Korkutucu Masal ve Öykü Anlatılmamalı

Çocuklara korkmalarına neden olacak öyküler anlatılmamalı, korkutucu film izletilmemeli ve öykü anlatılmamalı, televizyon programlarında seçici davranılmalıdır.

v.Ebeveynler Çocuklara Örnek Olmalıdırlar

Korkuların gelişiminde genellikle anne ve babaların rolü büyüktür. Anne ve babasının karanlıktan veya gök gürültüsünden korktuğunu gören çocuk, anne-babasını rol model olarak aynı şeylerden korkacaktır.

vi. Çocuk Kaç Yaşında Olursa Olsun Hissettiği Korkuya Karşı Saygı Gösterilmelidir

Bağırarak, alay etmek veya korkusunu yok farz etmek korku sürecinin uzamasına sebep olacaktır. Korku anında ebeveynlerin ilk önce çocuğun yaşadığı duyguyu anlaması önemlidir. " Ne var canım korkacak bak odandasın" demek yerine onu neyin korkuttuğunu anlatmasına izin vermek sonra da onu sakinleştirmek ve güven vermek önemlidir. " Annen ve baban burada, yanında, sana bir şey olmasına izin vermezler" gibi yatıştırıcı cümleler kullanılabilir.

vii. Çocukların Korkularını Anlatmalarına İzin Vermek, Korku ile Baş Etmede Çok Yardımcıdır

Bazen korku yaratan durumlar hakkında konuşmak çok kolay olmayabilir. Böyle olduğunda korku yaratan durumunun resmini yapmak ya da oyun sırasında bunu ortaya çıkarabileceği (kuklalar, oyun evi gibi) oyuncaklar ile oynamasını teşvik etmek korkulan durumun ifade edilmesinde yardımcı olabilir.

Viii. Korku ile Baş Etmekte Etkili Olabilecek Bir Diğer Yöntem ise Masallar ve Hikayelerin Kullanılmasıdır

Masalda zor durumda kalan kahramanların bu durumdan nasıl kurtulduklarını görmek çocuğa kendi yaşadığı zorlukları aşmasında yol gösterir. Çocuk kitaplarından yararlanabileceğiniz gibi çocuğunuzla birlikte kendi masalınızı da yaratabilirsiniz. Çocuğun korktuğu nesnelere mizahi yönleri bulunup onlarla dalga geçmesi sağlanabilir. Örneğin, korktuğu canavarın resmini çizdirip süsleyerek komik bir hale sokulması gibi.

1.3. KORKU İLE BAŞA ÇIKABİLME

Bir çok kuramcı tarafından korku duygusunun, yaşamda kalmamız açısından dikkatli davranmamızı sağlayan bir duygu olmasının ötesinde, kimi zaman da haz verebilen bir duygu olduğu da belirtilmektedir (korku filmleri, boğa güreşleri, otomobil yarışları vb) (Marks,1987a; Rowe, 2002).

Ancak daha önce de belirtildiği üzere korkunun uyuma yönelik işlevsel özelliklerinin (hayatta kalma, motivasyon, koruma, bağlanma, gelişime katkı vb) yanında, bireyler için olumsuz, yıkıcı bir tarafının olduğu da uzmanlarca belirtilmektedir.

Duyguların en zehirlisi olarak tanımlanan (Izard, 1977) korku duygusunun yüksek düzeyde olduğunda , beynin bilgi işleme ve bellek kapasitesini azalttığı, algılamayı etkilediği, bunun sonucunda öğrenmeyi ve problem çözme yeteneğini sınırladığı belirtilmekte, bireylerin sosyal ve romantik ilişkileri üzerinde de olumsuz etkilerinin olduğu ileri sürülmektedir (Garber ve Dodge, 1991; Muris,2007).

Korkunun, bireyin yeni deneyimlerde bulunmasını önleyebildiği, diğer insanlara güveni zorlaştırabildiği, dikkat gerektiren durumlarda öğrenmeyi bozabildiği, yaratıcılığı engelleyebildiği ve sosyal kapasiteyi azaltabildiği belirtilmiştir (Muris, 2007). Korkuyla birlikte görülebilen yaşamı sınırlayıcı bu durumların, çocuk ve ergenlerin günlük yaşam işlevlerini ve ruh sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebileceği düşünülmektedir.

Bütün bunlara rağmen literatürde korkularla başa çıkabilmenin önemine değinen araştırmalarda ortak görüş; bireylerde korkuları ortadan kaldırmanın değil, korkularıyla başa çıkabilmelerine yardımcı olmanın önemli olduğu belirtmiştir.

1.4. KORKULARLA BAŞA ÇIKABİLME YÖNTEMLERİ

a. KAÇMA YÖNTEMİ

Korkuları ele alan araştırmacılara göre, korkulara yönelik müdahalelerdeki temel amaç, korkuların ortadan kaldırılması değil, tehdit kaynağı olan yaşam olayları üzerindeki kontrol duygusunun sağlanmasıyla, çocuklarda ve ergenlerde korkulara yönelik uygun ve etkin başa çıkma yöntemlerinin geliştirilmesidir (Robinson ve diğerleri, 1991). Korkulara yönelik başa çıkma becerilerinin kazanılmasının, diğer yaşam değişiklikleri ve yeni durumlara uyumu da kolaylaştırdığı ifade edilmektedir (Marks,1987).

Bu başa çıkma yöntemlerinin seçiminde, bireyin çevresinden destek sağlayabileceğine yönelik algısı (aile üyeleri, öğretmen, arkadaş vb), olumlu benlik algısı, problem çözme becerisi, korku üzerindeki kontrol duygusu, bağımsızlık duygusunun etkili olduğu belirtilmektedir. Bazı ebeveynlerin, korku duygusu yaşayan çocuklarının dikkatlerini başkayöne çekerek, korku duygusunu azaltmayı amaçladıkları belirtilmektedir. Bu yöntemin, çocuklarda ve ergenlerde korkularla başa çıkabilmede kaçınma davranışına örnek teşkil ettiği, ve kaçınmanın başa çıkmada işlevsel olmayıp korku duygusunu pekiştirdiği ileri sürülmektedir. Ebeveynler tarafından kullanılan bu yöntemin doğru olmadığını, erken yaşlarda çözümlenmemiş korkuların gelecekte kaygı bozuklukları için risk oluşturabileceğini ileri sürmektedir.

Muris ve diğerleri (2001), çocukların ve ergenlerin gece korkularını ve başa çıkma yöntemlerini araştırmışlardır. Çocukların ve ergenlerin, korkularıyla baş etmede sıklıkla izlediği yolların; Korku ile başa çıkmada:

- ❖ Kaçınma:
 - %30 daha geç yatmak isteme,
 - Dikkatini başka yöne verme %27(kitap okuma gibi),
 - Uykuya dalmaya çalışma %24,
 - Etkin kontrol etmek %12 (odada birisi olup olmadığını kontrol etmek gibi)
- ❖ Eveynlerinden destek arama %44 oluştuğunu belirtmişlerdir.

Diğer taraftan çocuklar, bu başa çıkma yollarının, kendi korkularını azaltmada etkili olduğunu ancak, başa çıkma yolları arasında, kaçınmanın en az etkili olduğunu, öz-kontrol becerisinin ise en etkili yöntem olduğunu belirtmişlerdir.

ii. MODEL ALMA YÖNTEMİ

Çocuk veya ergenin, korkulan durumla karşılaşan diğer kişilerin bu durumun üstesinden gelmesini izlemelerini içermektedir. Bu sayede çocuk veya ergen, başkalarının korkularıyla başa çıkma becerilerini görerek, kendi korkularıyla başa çıkmasını öğrenir. "Canlı model almada"; birebir korku nesnesi veya durum kullanılırken, "sembolik model almada"; korku nesnesinin video veya fotoğraf görüntüsü kullanılır, "örtük model" almada ise; çocuğun korkulan durumla model aldığı bireyin etkileşimini zihninde canlandırması istenmektedir.

1.5. KORKUNUN BELİRTİLERİ

İnsanlar korkularını yalnızca sözel olarak ifade etmezler. Korktukları andabedensel olarak da gözlenebilen belirtiler verirler (Tuzcuoğlu ve Tuzcuoğlu, 2005). Korku duygusu çocukta bazı belirtiler ortaya çıkarır, bunlar şöyle sıralanabilir;

- ❖ Ani korkularda fizyolojik belirtiler görülür. Aşırı heyecanlanma sonucu adrenalin hormonu salgısı artar, tükrük salgısının durması sonucu boğaz kurur, avuç içi terler idrar torbası daralır, çocuk altına kaçırabilir, ani hareket atakları, kalp atışında hızlanma, sık sık nefes alıp verme, deride solukluk, soğukluk, mide ve karın krampları, kaslarda sertlik, kol ve bacaklarda titreme, gözlerde açılma ve dışarı fırlama olur.
- ❖ Konuşmada tutukluk, kekeleme, tırnak yeme, parmak emme, diş gıcırdatma, bazen tamamen hareketsizlik bazen de kendini avutma çabaları görülür.
- ❖ Yüz ifadesi aniden değişebilir ve korkuyormuş gibi bir tutum takınabilir ya da kahkaha atma, sesli konuşma, bağırma, şarkı söyleme, gereksiz zamanlarda soru sorma davranışları görülür (Dirim, 2003).

2. KAYGI BOZUKLUĞU (ANKSİYETE)²

Literatürde kaygı (anksiyete) üzüntü hali, gerginlik göstergesi, duygusal bir durum olarak ifade edilmiştir. Aslında kaygı, vücudun bir tehlikeye karşı verdiği doğal tepkidir. Bireyin hayatının tehdit altında olduğunu anladığı an, baskı hissettiğinde ya da stresli bir durumla karşılaştığında otomatik olarak alarm durumuna geçmesidir. Eğer aşırıya kaçmazsa, kaygı, çok kötü bir şey değildir. Çünkü, kaygı, bireyin bir eyleme karşı hareketini sağlar ve ayrıca problemlerin çözümü için motive eder.

Kaygının yararlı veya zararlı olduğunu anlayabilmek için kaygının derecesinin ve başarılması amaçlanan görevin zorluk düzeyinin bilinmesi gerekir. Düşük düzeyde kaygı yaşamak her insanda görülebilir ve hatta bireyi olası tehlikelere karşı hazırlıklı olması için uyarıcı bir sistem olması açısından yararlıdır. Ancak kaygı düzeyi arttıkça, bireyde rahatsızlıklara yol açmaya ve en önemlisi işlevselliğini bozmaya başlar. Birey bu kaygısından dolayı günlük işlerini yapamaz, okula ya da işe gidemez, evden çıkamaz hale gelebilir. Bazen kaygısını yatıştırmak için kendisinin de saçma bulduğu ama bir türlü engelleyemediği davranışlarda bulunur. İşte bu durumda kaygı, kaygı bozukluğuna dönüşmüş ve tedavi gerektirir hale gelmiştir.

Kaygı bozuklukları ana başlığı altında birçok farklı bozukluk vardır. Belirtileri farklılık gösterse de genellikle kaygılı çocuklar daha çok ağlayan, daha kolay ve çok korkan, değersiz olduğunu ve yeterince sevilmediğini hisseden, gergin, hırçın, kolay yatışmayan, eleştiriden çabuk ve olumsuz etkilenen, hata yapmaktan korkan, gelecekle ilgili endişeleri olan çocuklardır.

2.1. KİŞİDE KAYGI BOZUKLUĞU OLABİLECEĞİNİ GÖSTEREN GENEL BELİRTİLER

- Sinirli, gergin, huzursuz hissetme
- Kötü bir şey olacakmış gibi hissetme, panik duygusu
- Kalp atışlarında hızlanma
- Nefes alışın hızlanması, terleme
- Ellerde titreme
- Kendini zayıf, güçsüz hissetme
- Odaklanmakta güçlük, dikkati kaygı yaratan düşünceden uzaklaştırmakta zorlanma
- Uykuya dalmakta güçlük
- Mide problemleri, hazımsızlık

Yukarıda verilenler sadece yetişkinlere özgü değildir. Yetişkinlerde görülen tüm kaygı bozuklukları çocuk ve ergenlerde de görülebilir, her yaşta tanı konulabilir. Ancak çocuk ve ergenlerin, yetişkinlerden farklı, içinde buldukları gelişimsel dönemde normal kabul edilen bazı korku ve kaygıları olduğu gözlenir. Bebeklikte yüksek sesler, bakım verenden ayrılma, yabancılar; okul öncesi dönemde ise hayvanlar, bağlandığı yetişkinlerden ayrı kalma, karanlık, maskeli kişiler, palyaçolar, hayali yaratıklar (canavar, ejderha vb.) korku ve kaygı yaratabilir.

Okul çağından itibaren ise korkuların dahagerçekçi bir nitelik kazandığı görülür. Yangın, hırsızlık, doğal afetler, sınavda başarısız olma, arkadaşları tarafından reddedilme/gruba alınmama, başkalarının önünde küçük düşme gibi gerçekte olabilecek durumlarla ilgili korkular belirginleşir. Dönem dönem bu tür korkuların gözlenmesi doğaldır. Gelişmekte olan zihinsel, duygusal ve sosyal becerileri sayesinde çocuğun, yaşadığı korkularla zaman içinde daha iyi baş etmesi beklenir.

“Canavarlar gerçek değildir”, “Kötü bir rüyaydı, geçti”, “Dünyanın sonu değil, daha iyisini yapabilirim” gibi olumlu düşüncelerle ya da “Şimdi derin bir nefes al, başka bir şeyle uğraş” gibi davranışsal yöntemler kullanılarak korkularıyla başa çıkma mekanizmalarının da geliştiği gözlenir. Normal kabul edilen korkuların çok daha yoğun ve abartılı yaşandığı kaygı bozukluklarında ise çocukların, bu tür etkili başa çıkma yöntemlerini kullanmadıkları, bu becerileri geliştiremedikleri görülmektedir.

Çalışmanın bu bölümünde korku ile kaygının farklılıkları ve benzerlikler üzerinde durulması uygun görülmüştür. Çünkü literatürde, korku ile kaygı kavramlarının ayırımının hala tartışma konusu olduğu görülmektedir. Korku ve kaygı duygusu, literatürde sıklıkla birbirlerinin yerlerine kullanılmışlardır.

2.2. KORKU İLE KAYGININ FARKLILIKLARI VE BENZERLİKLERİ

Mevcut literatür gözden geçirildiğinde, korku ve kaygının görünüm işlev ve biyolojik açıdan birbirlerinden oldukça farklı duygular oldukları belirtilmektedir (Barlow, 2002; Muris, 2007). Bununla birlikte korku ve kaygının benzer özelliklere sahip olmalarının, bu ayrımı zorlaştırdığı görülmektedir.

Korku ve kaygı, duygusal ve fizyolojik belirtiler yönünden, benzer özellikler göstermektedir. Her iki duygunun da, duygusal özellikler açısından, bir beklenti hissini, içermekte olduğu belirtilmektedir. Bununla birlikte, her iki duyguda da, terleme, titreme, sindirim sistemine ilişkin rahatsızlıklar, kontrol kaybı hissi vb fizyolojik belirtilerin olduğu ileri sürülmüştür (Marks,1987a; Ollendick ve King,1994; Gullone,2000; Gullone ve ark. 2001). Bunun yanında, korku ve kaygının, benzer özellikleri arasında, her ikisinin de, bireyde sıkıntı yaratmaları nedeniyle, istenmeyen (rahatsız edici) duygular olarak, görüldükleri ifade edilmektedir.

Kuramcılar, korku ve kaygının, birbirlerine benzer özelliklerinin bulunmasına karşın, bu iki duygunun birbirlerinden farklı duygular olduklarını savunmuşlardır.

Korku ve kaygı arasında, araştırmacılarca ileri sürülen temel farklılıklardan birisi, bu iki duygunun tehlike kaynağı/tehdit ile olan ilişkidir. Levitt'e (1971) göre kaygı, dışarıda uyarıcı olmaksızın görülürken, tehdit edici bir nesne veya durum fark edildiğinde ise kaygıdan çok korkudan bahsedilmektedir. Bundan dolayı kaygı, dolaylı bir uyarılmışlık hali olarak görülebilmektedir (Akt., Öhman, 2000). Öhman'a (2000) göre, kaygı sıklıkla uyarıcı öncesiye, korku, uyarı sonrasıdır.

Uzman Psikolog Özge Genlik'e (2017) göre kişi, korku duygusu deneyimlediğinde algıladığı tehditkar uyarıcı genellikle somuttur. Örneğin, köpekten korkan bir kişi, köpeğin karşı kaldırımdan ona doğru yaklaşmakta olduğunu gördüğünde hızla yönünü değiştirir ya da koşmaya başlayabilir. Köpek ortada olmadığına kişi karşısına köpek çıkacak gibi "korku" duygusunu hissetmez.

Kişi kaygı duygusunu deneyimlediğinde ise, tehditkar uyarıcının genellikle soyut ve zihinsel imajınasyonlar ile desteklenmekte olduğunu ifade eden Uzman Psikolog Genlik, "Kişi yolda yürürken 'Ya şimdi karşıma bir köpek çıkarsa, ya başıma kötü bir şey gelirse, ya çantam çalınırsa' gibi zihninde ürettiği senaryolar ile kaygı duygusunu deneyimlemektedir.

Özetlersek, kaygı ile korku arasındaki en temel fark; eyleme geçme ve düşünce boyutunda şekillenmektedir. Korku duygusunu deneyimlediğimizde; "alarm" halinde oluruz. Konsantrasyonumuz artar. Organizma kişiye kendi fiziksel bütünlüğünü koruyabilmesi için enerji verir. Kişi harekete geçer hemen hedef belirler ve hedefi doğrultusunda eylemlerini gerçekleştirir.

Kaygı duygusunu deneyimlediğimizde ise "dona kalma" halini deneyimleriz. Konsantrasyonumuz azalır, odaklanamayız. Organizma kişiye kendi psikolojik bütünlüğünü koruyabilmesi için enerji verir. Kişi kaygı duygusunu deneyimlediğinde donup kalır, hedefi yoktur, ilişki ve iletişim süreçlerini yönetemez.

2.3. KAYGI BOZUKLUĞU TÜRLERİ

Aşağıda farklı kaygı bozuklukları ile ilgili vaka örnekleri ve bilgiler yer almaktadır. Kaygı bozukluğunun 8 ana başlıkta incelenebilecek türü bulunmaktadır. Bu türlerin her biri, kendine özgü semptomlara (belirti) sahiptir.

Bu türler şunlardır:

- 2.3.1. Ayrılma kaygısı bozukluğu
- 2.3.2. Yaygın kaygı bozukluğu
- 2.3.3. Sosyal kaygı bozukluğu (sosyal fobi)
- 2.3.4. Özgül fobiler
- 2.3.5. Okulu reddetme ve okul korkusu
- 2.3.6. Sınav kaygısı
- 2.3.7. obsesif kompulsif bozukluklar
- 2.3.8. Seçici Konuşmazlık

Vaka Örneği; A adlı kız öğrenci 3. sınıfta iken katıldığı okul gezisinde düşüp bacağını kırdıktan sonra anne babası olmadan bir yere gitmeyi istememeye başlamış. Yaz tatillerinde yıllardır kardeşiyle birlikte annenin yazlığına giderken o yaz gitmek istememiş, zorunlu olarak gidince erken dönmek için çok uğraşmış.



Okullar açılacağı zaman tekrar okul gezisi olacak ve gitmek zorunda kalacak diye endişeye başlamış. Bu endişe birden “Gün içinde başıma bir şey gelirse?” ye dönüşmüş. Ve her akşam ertesi gün okula gitmemek için ağlamaya başlamış. Sabahları ağlama krizleri ve karın ağrıları oluyormuş. Ağlasa da okula gidiyor, derslere katılıyor ama teneffüslerde “annemi özledim” diye okul bahçesinde kuytu bir köşede ağlıyormuş.

Anne ile çocuk arasında, anne karnından başlayan yoğun ve sıkı bir ilişki vardır. Çocuk anne karnında iken adeta anne ile bir bütün gibidir. Dünyaya geldikten sonra da bu sıkı bağ devam eder. Bu beklenen ve doğal bir süreçtir. Anne çocuk arasında sağlıklı bağlanma istenen de bir şeydir aslında. Çocuk, bebeklik döneminde fiziksel ve duygusal tüm ihtiyaçlarını anneden karşılar. Beslenmesi, temizliği, korunması için anneye muhtaçtır. Sevilme, ten teması, sıcaklık gibi duygusal doyumunu da anne karşılar. Çocuk, anne sayesinde kendini dış dünyadaki tüm tehlikelere karşı güvende hisseder. Anne var ise sorun yoktur onun için.

Bazı anneler çocuklarına karşı var olan ilgi ve koruma duygusunu abartılı yaşarlar. Hala çocuğu kendi parçası olarak görür ve bir türlü çocuğun ayrı bir birey olduğunu kabul edemezler. Fiziksel ve duygusal ihtiyaçların karşılanmasında çocuk büyüye de farklılık göstermezler. Çocuğa hala küçük bir bebek muamelesi yaparlar. Örneğin 6-7 yaşına geldiği halde çocuğa kendileri yemek yedirirler. Yatarken yanından ayıramaz, birlikte yatarlar. Kendisi olmadan bir yere gönderemezler. Sürekli “kötü bir şey olacak” korkusu ile tetiktedirler. Aşırı koruyucu ve kollayıcı bu tavırları uzun dönem devam edebilir. Bu aşırı koruma hali “çocuğunu çok sevmek” ile izah edilmeye çalışılır. Oysa bu durum tamamen annenin duygusal yapısı ile ilgilidir. Anne, ancak kaygılı bir yapıya sahip ise koruma ve kollama tavrını abartır. Çocuğa nefes aldırılmaz adeta. Sürekli gözü üzerindedir. Tüm tehlikeleri en ince detayına kadar önceden fark edip çocuğu uyarır. Her hareketini gözler, yorum yapar. Çocuğun deneyerek öğrenmesine izin vermez.

Bu şekilde büyütülen çocukların önemli bir kısmında anneye aşırı bağıllık ve annesiz bir şey yapamama hali gelişir. Özellikle çocuğun kendisi de kaygılı bir duygusal yapıya sahip ise, anne yaptıkları ile var olan kaygısal durumu çok fazla artırmış olur. Ayrılma kaygısının oluşumunda temel iki neden olarak karşımıza “annenin kaygısı” ve “çocuğun kaygısı” çıkmaktadır. Bu iki kaygı hali birleşince ortaya “ayrılma kaygısı” çıkmaktadır. Ayrılma kaygısı, yaş büyüdükçe çocukta sosyal alanlarda büyük zorluklar oluşturacak çok ciddi bir psikiyatrik tablodur. Bu korku nedeniyle anneyi gözünün önünden ayırmak istemez. Anneden ayrılacağına mutlaka başına kötü bir şey gelecek korkusu yaşar. Kaçırılmaktan, annesini bir daha görmemekten ve başkalarının ona zarar vereceğinden korkar. Bu nedenle çocuk sosyal hayata katılmakta zorlanır. Özellikle yuva ve okul yaş geldiğinde bu kaygısı nedeniyle yuvaya ve okula gitmek istemez. Orada annesiz kalamaz. Annenin olmadığı her mekanda kalma, onun için zordur. Bazen ev içinde dahi anneyi bırakmaz. Adeta eteğinin dibinde, yapışık yaşar. Anne hangi odaya gitse onun peşinden gider, yalnız yatamaz. Anneden ayrı yattığında ise kötü rüyalar ile uyanır. Anneden ayrı kalması gerektiği durumlarda kaygının tetiklediği yoğun fiziksel belirtiler gözlenir. Baş ağrısı, karın ağrısı, bulantı, kusma bunlardan sık karşılaşılanlar arasındadır.

Anne ve çocuk arasındaki bu aşırı bağıllık iki taraflı ise yani hem anne çocuğuna hem de çocuk annesine aşırı bağlı ise genellikle okul öncesi dönemde sorun su yüzüne çıkmaz. Çünkü iki taraf da halinden memnundur. Çocuğun anneye aşırı bağıllığı var, yani çocuk çok kaygılı ancak annesinde kaygı bozukluğu yok ise anne bu durumdan okul öncesinde de çok rahatsız olur ve yardım ister. Diğer durumlarda ise yuva ya da okula başlama ile sorun fark edilir. Çünkü çocuk yuva yaş geldiği halde yuvaya gitmek istemez. Gitse dahi orada yalnız kalamaz, anneyi eve göndermez, yanında ister.

Aslında her çocuk, evden ilk ayrı kaldığında tedirgin olur. Bu, normal kabul edeceğimiz duygusal bir tepkidir. Ancak kısa süre içinde güven duygusu gelişir, bulunduğu ortama uyum sağlar ve annesiz orada kalabilir. Ayrılma kaygısı olan çocuklar ise anneyi bırakamazlar. Ya yuvaya hiç gitmez, evden dışarı çıkarılamaz, ağlayarak, kriz geçirerek gitmemek için direnirler. Ya da yuvaya gitseler dahi anneyi orada yanlarında isterler.

Anne yuvadan gittiğinde ise yoğun tepki verirler. Sürekli ağlarlar, huzursuz ve mutsuzdurlar. Günler geçmesine rağmen bu huzursuzlukları azalmaz. Bu duruma bulantı, karın ağrısı ve kusma gibi fiziksel belirtiler de eklenir. Fiziksel belirtilerin eklenmesi, durumun ne kadar ciddi olduğunun göstergesidir. Birçok anne ve yuva eğitimcisi maalesef bu klinik tablonun ciddiyetinin farkında değildir. Durumu basit bir şımarıklık ya da naz olarak kabul edip “empatiden yoksun” bir tavır sergilerler. Genellikle yuvadan aileye “çocuğu yuvaya bırakın gidin, bir süre ağlar, sonra alışır” mesajı verilir. Daha ilk günden yuvaya bu şekilde bırakılan bir çocuğun “ayrılma kaygısı” kat kat artar.

Diğer taraftan ayrılma kaygısı olan çocuklarda durum hayli ciddidir. Çocuk kesinlikle yuvaya basamak basamak alıştırılmalıdır. Önce anne ile yuvada kalmasına izin verilmelidir. Hatta annenin sınıf içine girmesi bile sağlanmalıdır. Eğitimcilerin çocuğa güven duygusu vermek için yoğun çaba sarf etmeleri gerekir. Çocuk önce yuvada güvende olduğunu hissetmelidir. Bu gelişmeden anneden ayrılamaz. Başlangıçta daha kısa sürelerde yuvada kalması ve giderek bu sürenin uzatılması önerilir.

Çocuklarında anneye karşı aşırı bağılılık olduğunu düşünen ailelere, erken dönemde (3 yaş civarı) yuva deneyimi yaşamaları önerilir. Anne çalışmasa dahi çocuk kısa süreli oyun gruplarına götürülmelidir. Böylece erken dönemde, anneden ayrı kalma egzersizleri yapılmış olur. Böylece yavaş yavaş çocuk anneden ayrı kalma yetisini kazanmaya başlar. İlkokul döneminde yaşanabilecek daha ciddi sorunların önüne de geçilmiş olur. Çünkü ayrılma kaygısı ilkokul döneminde karşılaştığımız, çocuğun okula gitmemesi ya da gitmekte aşırı zorlanması ile karakterize “okul fobisi”nin en sık karşılaşılan nedenidir. Okul fobisi, tedavisi hayli zaman ve efor isteyen klinik bir tablodur.

Ayrılma kaygısının tedavisinde ilk yapılması gereken aile rehberliğidir. Anne babanın tutum ve davranışlarının düzenlenmesidir. Yuvaya başlama döneminde yapılması gerekenlerin aileye ve eğitimcilere anlatılmasıdır. Çocuğun yaşadığı sıkıntının yoğunluğuna ve yaşam kalitesine etkisine göre tedaviye “kaygı giderici” ilaçlar da eklenebilir. Birçok aile bu durumda çocuğuna ilaç kullanmak istemez, ilaç tedavisine direnç gösterir. Bunun en önemli nedeni, ailenin çocuğun yaşadığı sıkıntının ciddiyetini anlamaması ve çocuğun ne kadar acı çektiğini fark etmemesidir. Ayrılma kaygısında çocuğun çektiği acı “diş ağrısından” daha az bir acı değildir. Bu durumda çocuğun sıkıntısını azaltacak ilaç uygulamamak, en hafifiyle çocuğa haksızlık etmek demektir.

2.3.2. YAYGIN KAYGI (KURUNTU-ANKSİYETE) BOZUKLUĞU TANI VE TEDAVİSİ



Vaka Örneği; B adlı öğrenci 11 yaşında bir erkek çocuğudur. Anne-babası onun ‘her zaman her şeyden kaygılanan bir çocuk olduğunu söylemekteydiler. Öğrenci yeni şeyler denemekten hoşlanmaz, özel bir olaydan haftalar öncesi o olay hakkında aşırı derecede heyecanlanıp olabilecek tüm kötü şeyler hakkında düşünüp durmuş.

Okulda öğretmenlerine yanlış yapıp yapmadığını tekrar tekrar sorar; hata yapmaktan, geç kalmaktan ya da bir kuralı çiğnemekten çok fazla endişelenirmiş. Çoğunlukla doğru cevabı bilmesine karşın sınıfta elini nadiren kaldırmış, çünkü cevabın yanlış olabileceğinden kaygı duymuş. Eve gelince ödevlerini büyük bir özenle yapar ve bunun için saatler harcarmış; çünkü istediği mükemmellikte ödevler hazırlayabilmek için defalarca yırtıp yeniden yapması gerekirmiş. Gece uykuya dalmakta zorlanır; uykuya dalmadan önce yaklaşık iki saat o günün ve bir sonraki günün olaylarını kaygıyla zihninden geçirirmiş.

Diğer yandan da gece hırsızların eve girerek ailesine zarar verebileceğini düşünmekte ve gece kalkıp evdeki sesleri dinlemekte, küçük kardeşinin iyi olduğundan emin olmak için onu sık sık kontrol etmekteymiş.

Yaygın kaygı bozukluğu olan çocukların kaygıları, normal düzeyde kaygı yaşayan çocuklardan farklı birtakım özellikler taşır. Yaygın kaygı yaşayan çocuklar, kaygı yaratan durumlarla ilgili abartılı değerlendirmeler yaparlar. Bu, günlük sıradan olayların felakete dönüştürülmesi şeklinde olabileceği gibi (ödevindeki küçük bir hatanın büyük bir başarısızlığa dönüştürülmesi) nadiren gerçekleşebilecek travmatik olayların (doğal afetler gibi) günlük olaylar kadar sık meydana gelebilecek olaylar olarak algılanması biçiminde de ortaya çıkabilir. Gerçekten felaket olarak kabul edilebilecek durumların gerçekleşme olasılığı ve olası sonuçları hakkında normal gruplardan çok daha yoğun bir kaygı yaşarlar. Çevrelerindeki kişilerden bu felaketlerin olmayacağına dair tekrar tekrar güvence isterler; fakat bu bile kaygılarını dindirmeye yetmez.

Yaygın kaygı bozukluğu olan çocukların kendilerini çok ağır eleştirdikleri ve mükemmeliyetçi oldukları gözlenmektedir. Hata yapmamak onlar için çok önemlidir. Başkaları tarafından değerlendirilmeyecekleri durumlarda bile performans kaygıları son derece yüksektir; çünkü en katı eleştirmenleri kendileridir. En iyiyi yapabilmek amacıyla başladıkları bir işi, örneğin ödevlerini defalarca düzeltip tekrar tekrar yapabilirler.

i. YAYGIN ANKSİYETE BOZUKLUĞUNUN BELİRTİLERİ

Çevresinde sürekli olarak tehdit yaratan durumları tarayarak tetikte olma ve aşırı uyarılmış olma hali bedensel bazı şikayetleri de beraberinde getirir.

- ❖ Belirgin bir nedeni olmayan korku ve endişe,
- ❖ Endişeyi çoğaltabilecek durumlardan kaçınmak, endişe yaratacak durumları ertelemek,
- ❖ Sorun çözmede ve konsantrasyonda güçlük,
- ❖ Bedensel bir hastalık varmışçasına kendisini gösteren aşırı uyarılma belirtileri,
 - Yorgunluk, halsizlik, baş ağrıları,
 - Kaslarda gerginlik, titreme, bulantı, ishal,
 - Uyku problemleri ve kolay irkilme gözlenebilmektedir.

ii. YAYGIN ANKSİYETE BOZUKLUĞUNUN NEDENLERİ

- ❖ *Genetik*:Yapılan çalışmalar(özellikle ikizler üzerinde) yaygın anksiyete bozukluğunun ailevi geçişi olabileceğini göstermektedir.
- ❖ *Çevresel Etmenler*: Travma ve sevilen birinin kaybı, boşanma, iş,okul değiştirmek gibi stresli yaşam olaylarının yaygın anksiyete bozukluğunun sebepleri arasında olabileceği düşünülmektedir.
- ❖ *Psikanalitik görüş*: Diğer anksiyete bozukluklarında olduğu gibi yaygın anksiyete bozukluğunda da anksiyete id, ego, süperego kaynaklı bir iç çatışmanın ürünüdür.
- ❖ *Bilişsel görüş*: Bu görüşe göre yaygın anksiyete bozukluğuna sahip kişilerde belirsizliğe dayanamama mevcuttur. Ayrıca mevcut anksiyeteyi kişinin "başa çıkma yöntemi" olarak kullandığı da düşünülmektedir.
- ❖ *Nörotansmitterler*: Beyinde özellikle serotonin ve serotonin taşıyıcılarında sorun olabileceği üzerinde durulmaktadır.

iii. YAYGIN KAYGI (KURUNTU-ANKSİYETE) BOZUKLUĞUNUN TEDAVİSİ

Bu hastalıkta psikoterapi; düşüncesele yanlı çıkarımların, varsayımların, kötü senaryoların, yerleşik inançla ilgili düşüncelerinin yerine olumlu düşünceler ve senaryolar imajına etmeyi, problem odaklı olumlu başa çıkma yollarını kullanmayı, olumsuz otomatik düşünceleri yakalayıp olumluları kullanmayı, olayları gerçekçi zeminde değerlendirip korkunçlaştırmayı bırakmayı hedeflemektedir.

Düşüncesele yeniden yapılandırılmada, kişi bu olayları nasıl tanımladığı ve yorumlandığının geçerli olup olmadığını değerlendirir. Tasalanma ile karşı karşıya gelmede bunlarla savaşmak ya da kaçmak yerine kabul ederek alışkanlık sürecine girip senaryoların gerçekleşme durumunun yersiz olduğunu görerek kaygıyı düşürmek amaçlanır. Burada en düşük kaygı doğrudan en çok olana doğru gidilir. Önlem olarak alınan davranışsal ritüelleri kırmak için bunların yerine hoş giden etkinlikler planlanabilir. Örneğin çocuğunu okuldan her zaman alması gerektiğini düşünen ya da eşini beklerken aşırı kaygılanan ev hanımı güzel bir yemek masası organize edebilir (Uzm. Dr. Zengibar Özarslan).

Prof. Dr. İrem Yaluğ Ulubil yaygın kaygı bozukluğu tedavisinde ilaç tedavisi, davranışçı ve bilişsel psikoterapiler, gevşeme eğitimi gibi tedavi yöntemlerinin yararlı olduğunu belirtmektedir. Psikoterapiyle endişeyle başa çıkma becerileri kazandırmak ve olumsuz düşünceleri değiştirmek hedeflenirken, medikal tedaviyle de kaygı düzeyinin azaltılması hedeflenmektedir.

Tedavide antidepresan ve anksiyolitik ilaçlar kullanılır. Bu ilaçlar depresyonun ve başka anksiyete bozukluklarının tedavisinde de kullanılır. Tedavinin amacı kaygı ve gerginliğin hızla tedavi edilmesidir. Tedavide kullanılan ilaçların ciddi yan etkileri ve bağımlılık riskleri yoktur. Tedavi gören hastaların çoğunluğu tedaviden yarar görür. *Ancak hangi tür tedavinin uygun olabileceğine doktora birlikte karar vermek yerinde olacaktır. Çünkü bir kişi için uygun olan bir tedavi, diğeri için uygun olmayabilir(Prof. Dr. İrem Yaluğ Ulubil)*

2.3.3. SOSYAL KAYGI BOZUKLUĞU (SOSYAL FOBİ)

Fobi: Fobi, korkunun özel bir çeşididir. Belirli tipte nesnelere veya durumlara olan aşırı nitelikte, neredeyse her zaman olan, mantıklı sebepleri olmayan ya da kişi tarafından mantıkdışı olduğu bilinen, sürekli korku olarak tanımlanmaktadır. Basit olarak ise fobi, “çoğu kez engel yici, abartılı bir korku” olarak tanımlanmaktadır (Beck ve Emery, 2006).



Fobiler sosyal yaşama zarar verir kimi zaman yaşamı güçleştirir. Fobilere örnek verecek olursak tüneller, karanlık mekanlar, dar mekanlar, gök gürültüsü, zararlı ya da zararsız hayvanlar, uçmaktan korkma, hızdan korkma, yüksekte korkma, sudan korkma, iğneden korkma diyebiliriz.

Vaka Örneği; *C isimli kız öğrenci 7. sınıfa kadar derslerinde başarılı, içine kapanık, çekingen, arkadaş edinmede güçlüğü olan, genelde kendi halinde olmayı tercih eden bir çocuk olarak tanımlanıyor. Yazılı sınavlarda çok başarılı olurken, sözlü sınavlarda çok kötü notlar alıyordu. Aslında sorumlulukları konusunda çok hassas olmasına, ödevlerini hiç aksatmamasına karşın, sınıf içinde sunum yapması gereken performans ödevlerinin hiç birini teslim etmemiş. Yaşıtlarının ilgilendiği spor faaliyetlerinden hoşlanmazmış. Evde babasıyla birlikte saz çaldığı ve ona eşlik ettiği halde okulda müzik derslerinde şarkılara katılmazmış, annesinin saz çaldığını başkalarına söylemesi onu çok öfkelenmiştir. İlk yıllarda sınıftaki doğum günü kutlamalarına katılmak istemez, gitmek zorunda kalırsa da bir köşede durmuş, sonraki yıllarda da artık davet edilmez olmuş.*

7. sınıfa başladığında dershaneye gitmesi gerekince evde sorunlar başlamış. Tanımadığı çocuklarla birlikte olma düşüncesi onu kaygılandırmış. Kendi başına dolmuşa binerek gidip geleceği söylenince şiddetle reddetmiş. Haftalar boyunca aile üyelerinden biri ona dolmuşta eşlik etmiş. Kendi başına dolmuşa binmesi gerektiğinde, başka yolculara şoföre göndermek üzere para vermek zorunda kalmamak için en ön sırada yer yoksa binmeyip diğer dolmuşu bekliyormuş. Bu nedenle bazen eve gelmesi saatler alıyormuş.

Sosyal fobi utangaçlığın ağır ve işlev bozucu bir halidir ve kişinin yaşamında sorunlar yaratabilir. Sınıfta söz alamamak, sağlıklı arkadaşlık ilişkileri geliştirememek, sosyal eğlencelere katılamamak, iş ortamında potansiyelinin altında performans sergilemek, karşı cinsle ilişki geliştirememek sosyal fobinin yol açacağı sorunlardan bazılarıdır. Sosyal fobi kişide yarattığı rahatsızlık dolayısıyla depresyonu da tetikleyebilir.

APA (Amerikan Psikoloji Topluluğu), sosyal fobiyi şöyle tanımlamıştır: sosyal fobi utanmaktan, küçük düşmekten, sosyal ortamlarda başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmekten yoğun şekilde korkma ve korkulan durumlardan kaçınma eğilimi ile tanımlanabilecek yaygın bir anksiyete (kaygı, bunaltı) bozukluğudur.

i. SOSYAL FOBİNİN TANI KRİTERLERİ NELERDİR?

❖ Tanımadık insanlarla karşılaştığı ya da başkalarının gözünün üzerinde olabileceği, bir ya da birden fazla toplumsal ya da bir eylemi gerçekleştirdiği bir durumdan belirgin ve sürekli bir korku duyma. Kişi küçük duruma düşeceği ya da utanç duyacağı bir biçimde davranacağından korkar.

❖ Korkulan toplumsal durumla karşılaşma hemen her zaman anksiyete(kaygı, bunaltı) doğurur, bu da duruma bağlı ya da durumsal olarak yatkınlık gösterilen panik atağı biçimini alabilir.

- ❖ Korkulan toplumsal ya da bireysel eylemin gerçekleştirildiği durumlardan kaçınılır ya da yoğun anksiyete ya da sıkıntıyla bunlara katlanılır.
- ❖ Kaçınma, anksiyöz beklenti ya da korkulan toplumsal ya da bir eylemin gerçekleştirildiği durumlarda sıkıntı duyma, kişinin olağan günlük işlerini, mesleki (ya da eğitimle ilgili) işlevselliğini, toplumsal etkinliklerini ya da ilişkilerini bozar ya da fobi olacağına ilişkin belirgin bir sıkıntı vardır. Yukarıdaki gibi veya benzer tip bir güçlüğü olan çocuklar bunun farkında değildirler. Yaşadıkları kaygı sıklıkla da günlük yaşamlarını, okul başarılarını, arkadaş ilişkilerini bozar ve onlara rahatsızlık verir. Yetişkinler bu kaygılarının yersiz ya da abartılı olduklarının farkındadırlar ama engelleyemezler.

ii. SOSYAL FOBİNİN NEDENLERİ NELERDİR?

Sosyal fobinin nedeni tam olarak bilinmemektedir. Ancak farklı etkenlerin bu duruma yol açtığı söylenebilir.

- ❖ *Genetik Nedenler:* Sosyal fobisi olanların sıklıkla utangaç, çekingen sosyal fobik akrabaları vardır.
- ❖ *Geçmiş yaşantılar:* Sosyal fobiklerin pek çoğu geçmişte utanç duyduğu, aşağılanmış hissettiği, mahcup duruma düştüğü yaşantılardan bahsedebilirler. Bu yaşantılar onlarda aynı şeylerin tekrarlanma korkusunu ortaya çıkartır. Aynı durumlara maruz kalmamak için sosyal ortamlardan uzak durmaya başlayabilirler. Bu kaçınma zamanla korkuyu artırır ve sosyal fobik kısır döngüyü (sosyal ortamda utanma, kaçınma, sosyal ortamdaki korkma) oluşturur.
- ❖ *Olumsuz düşünme:* Sosyal fobisi olan kişiler sosyal ortamlarla ilgili sıklıkla olumsuz düşünce geliştirirler. “Söyleyecek bir şey bulamayacağım.”, “Aptal gibi görüneceğim.”, “Kızlar/erkekler beni beğenmeyecek.”, “Herkes kaygılı olduğumu anlayacak.”, “Kendime güvensiz olduğum için kimse benimle ilgilenmeyecek.”, “Yemek yerken üstüme başıma döküleceğim” bu düşüncelerden sadece bazılarıdır.
- ❖ *Sosyal beceri eksikliği:* Bazı insanlar, sosyal ilişkiler için gerekli becerileri hiçbir zaman öğrenememiş olabilirler. Bu da sosyal ortamlarda sorun yaşamalarına neden olabilir. Bazılarının ise yaşadığı kaygı, sosyal becerilerini kullanmalarına engel olabilir.

iii. SOSYAL FOBİNİNİ TEDAVİSİ

Sosyal fobi ilaçlarla tedavi edilebildiği gibi psikoterapi yöntemi kullanılarak da tedavi edilebilir. Aslında bu durum daha çok sosyal fobinin kaynağıyla ilgilidir. Yukarıda bahsedildiği gibi genetik sebeplerden kaynaklanan bir durum söz konusuysa, sadece gerekli ilaçların kullanımıyla bile sosyal fobi tedavisi gerçekleştirilebilir. Ama bunun dışında çevresel etkenler de yaşanan sosyal fobinin kaynağıysa, ilaç tedavisinin yanında psikoterapi de mutlaka gereklidir. Hatta sadece psikoterapiyle tedavisi gerektiren durumlar bile mevcuttur. Psikoterapi ile sosyal fobi tedavisi, ilaç tedavisine göre daha uzun süreli ve daha zahmetlidir. Çünkü sadece hastanın biyolojik faaliyetlerinin değil; ruh sağlığının ve psikolojisinin de kontrol altında tutulması gerekir. Psiko-terapi ile sosyal fobi tedavisinde temel amaç hastanın korkularının kaynağına inmek, korkularıyla yüzleşmesini sağlayarak duyduğu kaygıların, endişelerin anlamsız olduğunu anlamaya sağlamaktır. Bunun için bireysel tedavi uygulandığı gibi, grup tedavisi de uygulanabilmektedir. Psikoterapi ile sosyal fobi tedavisinde doktor kadar hasta yakınlarının da tutumu çok önemlidir. Tedavi boyunca hastayı sosyal ilişkiler konusunda cesaretlendirecek telkinlerde bulunarak, onu insanlarla etkileşime geçme konusunda cesaretlendirerek hastanın tedaviye cevap vermesine yardımcı olmaları gerekir. Aksi takdirde hasta iç dünyasıyla baş başa kaldığında tekrar eski düşüncelere kapılacak; sürdürülen sosyal fobi tedavisi bir işe yaramayacaktır.

2.3.4. ÖZGÜL(BASİT)FOBİLER³



Vaka Örneği; 32 yaşında, evli, 2 çocuklu kadın hasta. Kendini bildi bileli kedilerden aşırı korkuyor. Onların üzerine sıçrayacağını düşünüyor, en çok korktuğu şeyin onların beklenmedik şeyler yapabilmesi olduğunu söylüyor. Çok saçma ve aşırı bulduğu bu korkusu yüzünden kedisi olan evlere gidemiyor veya gitmeye mecbur ise o evdeki kedinin bir odaya hapsedildiğinden emin olmak istiyor. Korkusunun ne kadar şiddetli olduğunu anlatmak için şu örneği veriyor:

“ikinci çocuğuma hamileydim. Bir gün apartmanın merdivenlerinden çıkıyordum. Birden ışıklar söndü ve o anda bir kedi tıslaması duydum. Hamile olduğumu, kaçınıcı katta olduğumu düşünmeden kendimi pencereden dışarı attım, şans eseri bana ve bebeğime birşey olmadı”.

Özgül fobi, belirli bir nesne ya da duruma karşı geliştirilen aşırı ve mantıkdışı korku olarak tanımlanır. Bu korkular bir hayvan türü, kapalı yerlerde bulunma (asansöre binme vb.), bir taşıta binme (otobüs, uçak vb.), okula gitme, karanlık gibi çeşitli nesne ve durumlara ilgili olabilir. Bunlar, çok yoğun kaygı yarattığından bu kaygıyla başa çıkmak için kişi, bu fobiye neden olan durumlardan ısrarla kaçınmaya, uzak durmaya çalışır. Bu da işlevselliğin bozulmasına, diğer bir deyişle, kişinin günlük yaşamdaki görevlerini yerine getirmesini engelleyerek önemli zorluklara neden olabilir (otobüse tek başına binememe uzaktaki okuluna gidememe vb.).

Çocukluktaki korkular geçici olabileceğinden bu korkuların fobi olarak kabul edilebilmesi için en az 6 aydır devam ediyor olması gerekir. Yetişkinlikteki fobilerde böyle bir koşul aranmaz. Yukarıda sözü edilen kaçınma davranışları da (ağlama, bağırma vb.) çocukluğa özgüdür. Diğer pek çok kaygı bozukluğunda olduğu gibi yetişkinlerden farklı olarak çocuklar, kaygılarının abartılı ve mantıkdışı olduğunun farkında değildirler.

Çocuklarda fobilerin gelişmesi farklı nedenlerle olabilir. Travmatik bir olay yaşamak ya da buna tanık olmak (trafik kazası geçirmek ya da başkasının geçirdiği bir kazada birinin zarar gördüğüne şahit olmak vb.), bir durum ya da nesnenin tehlikeli olduğuna dair çok sık uyarılmak (“Köpekler tehlikelidir, uzak dur, sakın yaklaşma” vb.) fobinin ortaya çıkmasına neden olabilir. Bir çocukta var olan fobinin aynı ya da benzerinin, çocuğun yakın olduğu bir yetişkinde de olması görülebilen bir durumdur. Bu da bize korkunun, kaygının görerek/ gözleyerek öğrenildiğini gösteren çarpıcı örneklerden biridir.

Özgül fobiler, fobiler grubu arasında en yaygın olan türüdür. Özgül fobinin başlama yaşı ortalama 16.5’dir. Birçok hasta çocukluğundan beri bu korkularının olduğunu, bir kısmı ise ergenlik döneminden sonra oluştuğunu söyler. İleri yaşta özgül fobi başlaması nadirdir. Hastalığın seyri genellikle kroniktir. Özgül fobilerin genel olarak iş ve sosyal hayatta fazla olumsuz etkisi olmadığı düşünülür. Ancak bu yanıltıcı bir düşüncedir. Basit gibi görünen hayvan fobileri ağır olduklarında hayatı büyük oranda kısıtlayabilir, hatta evden çıkamamaya neden olabilir. Yükseklik korkusu olan kişi yüksekçe çıkmayı gerektiren işlerde çalışamayabilir. Uçak fobisi kişinin seyahat etmesini engelleyebilir. Yutma fobisi olan kişi yemesi-içmesi bozulduğu için ciddi kilo kaybı yaşayabilir vb.

i. NEDENLERİ

Özgül fobilerin oluşmasında kişilerin yaşadığı olumsuz olayların rolü olduğu düşünülse de bu düşünce yanıltıcıdır. Örneğin çocukluğunda yüksekten düşmüş olma ile erişkinlikte yükseklik korkusu ilişkisi araştırıldığında beklenenin tam tersi bir sonuç çıkmıştır: çocukluğunda yüksekten düşmüşlerde, erişkinlikte yükseklik korkusu olma ihtimali daha azdır. Araştırmacılar bunu şöyle açıklıyor: yükseklik korkusu olanlar, çocukluklarında da bu korkuları olduğu için daha tedbirli davranırlar ve tehlikeli yerlerden kaçınırlar.

Korkuların genetik olarak belirlendiği, yani bazı nesne ve durumlardan korkacağımızın daha doğmadan belirlenmiş olduğunu gösteren güçlü bulgular vardır. Örneğin fobilerin ailevi özelliği çok iyi bilinir, anne veya babasında bir özgül fobi olan kişide benzer fobilerin sıklıkta geliştiğini biliriz. 2-4 yaşları arasındaki çocuklarda hayvan korkuları yaygındır. Bu korku çocuk hiç hayvanlarla karşılaşmadan veya zararlı olduğunu öğrenmeden önce başlayabilir. Bütün bu bilgiler, özgül fobilerin nasıl ortaya çıktığı konusunda tek bir açıklama olmadığını, genetik olarak doğuştan getirdiğimiz özelliklerin de, edindiğimiz deneyimler ve çevre etkisinin de önemli olduğunu gösteriyor.

ii. BELİRTİLERİ

Sokakta birisinin veya tehlikeli bir hayvanın saldırısına uğradığımızda kalbimiz nasıl çarpıyor, nefesimiz sıkışıyor, heryanımız uyuşuyorsa, mantıksız korkular sırasında da aynı şeyler olur. Kişiden kişiye değişiklikler olmakla birlikte bu durumlarda en sık görülen belirtiler şunlardır:

- Kişinin kalbi çarpar/sıkışır,
- Nefesi daralır,
- Titreme/terleme olur,
- Uyuşma/karınçalanma olur,
- Baş dönmesi,
- Bayılma hissi olur,
- Sık idrara gitme isteği olur vb.

Kişi korktuğu durum ya da nesneyle karşılaştığında bu duyguları yaşadığı gibi, bu durumları düşündüğü/hayal ettiğinde de yaşayabilir. Özgül fobilerde duyulan korku mantıksızdır ve aşırıdır. Yüksek bir yerden aşağı bakmak birçok insan için heyecan verici, korkutucu olabilir, ancak fobik kişide korku o kadar aşırıdır ki, yüksek binalara çıkamaz bile.

Fobilerin gündelik hayatı en çok ve en olumsuz etkileyen yönü kaçınmadır. Özgül fobisi olanların çoğu, korkulan durum ve nesnelere koşullar el verdiği ölçüde uzak durmaya çalışır: kedisi olan eve gitmez, yükseklere çıkmaz, asansöre binmez, uçağa binemez, yağmur yağdığı evden çıkmaz vb.

Özgül fobi grubu içinde sayılabilecek çok çeşitli fobiler bulunmakla birlikte en sık görülenler şunlardır: hayvan fobileri, yükseklik korkusu, kan ve yaralanma fobisi, gökgürültüsü ve fırtına korkusu, uçak korkusu, yalnız kalma korkusu, kapalı yer korkusu, araba korkusu, uzay fobisi, yutma fobisi.

III. ÖNLEME VE TEDAVİ

Özgül fobilerin tedavisi hem mümkündür, hem de başarı oranları yüksektir. Örneğin bunaltı bozukluklarında yaygın biçimde kullanılan davranışçı tedaviler özgül fobilerde ilk seçenektir. Alıştırma adı verilen yöntem en yaygın kullanılan davranışçı tekniktir. Bireysel veya grup halinde uygulanabilir. Bu teknikte kişinin korktuğu durumun ayrıntılı bir analizi yapıldıktan sonra korkulan durumla gitgide artan derecede karşılaşması sağlanır. Başlangıçta sıkıntı ve korku verici olan bu işlem, hasta korkulan ortamda yeteri kadar süre kalabilirse alışmayla (ve korkunun azalmasıyla) sonuçlanır. Tedaviye istekli olan ve tedavi uyumu iyi olan vakalarda birkaç seansta tama yakın düzelme elde etmek mümkündür.

Önceden dışıya gitme ve dış çekme oyunu oynatılan çocukların dışıde çok daha az korku yaşadıkları gösterilmiştir. Strese karşı aşılama uzun yıllardır bilinen ve başarıyla uygulanan bir modeldir. Özgül fobilerin birçoğu çocukluk ve ergenlikte başlar.

Bu korkuların hepsi erişkinliğe kadar sürmez, ancak çocukken fobisi olan kişinin erişkinlikte fobi geliştirme riskinin yüksek olduğu bilindiği için anne babalara önemli bir rol düşmektedir. Çocuklara hem korkusuz erişkin modeli olarak, hem de korkularının üzerine gitme konusunda onları cesaretlendirerek önleyici bir rol oynamaları yararlı olacaktır.

Ancak uçak fobisinde her zaman deneme yapmak kolay olmayabilir. Böyle durumlarda hastanın korkulan durumlarla hayalinde karşılaşması sağlanabilir ve bu da gerçek durumla karşılaşma kadar yarar sağlayabilir. Hatta son yıllarda sanal gerçeklik uygulamaları adı verilen yöntemlerle kişi kafasına takılan bir maskin içindeki görüntü ve seslerle yüzleşerek korkusundan kurtulabilmektedir.

Bu korkuların tedavisinde ilaçların rolü azdır. Hatta bazı durumlarda ilaçlar zararlı bile olabilir. Örneğin uçak korkusunu yenmek için uçuş öncesi sakinleştiriciler almak, o yolculuğu rahat geçirmesini sağlasa da bağımlılık ve ilaç yan etkileri gibi sorunlara yol açabilir. Fobiye ek olarak kişide depresyon da varsa antidepresan ilaç tedavileri yararlı olacaktır.

(³):Bu bölüm Türkiye Psikiyatri Derneği "Özgül fobiler" makalesinden özetlenmiştir.

2.3.5.OKULU REDDETME VE OKUL KORKUSU

Vaka Örneği; D., ilkokul 1. sınıf öğrencisidir. İlk dönem bittiği halde okula gitmek hala kendisi ve ailesi için ciddi bir sorundur ve okula gitmek istememe, ağlama ve sabahları yoğun karın ağrısı yakınmaları bir türlü geçmediği için çocuk ruh sağlığı birimine getirilmiştir. Verilen bilgiye göre, önceki yıl anasınına başlarken de gitmek istememiş, benzer yakınmalar nedeniyle ailesi onu zorlamamış ve kayıtlı olduğu halde anasınına devam etmemiş. İlkokulun ilk dönemi çok zor geçmiş, anne veya babanın okulda kendisiyle olmasını istemiş, şehir dışından büyükanne çağrılmış ve zaman zaman onunla evde oturmuş.



Şubat tatilinde ilk hafta annesiyle evdeymiş, ikinci haftayı şehir dışındaki akrabalarının yanında geçirmiş. Anne babadan ayrı kaldığı bu dönem-de hiçbir sıkıntı yaşamamış, tatilin son günü yatma saatinde yine karnı ağrımaya başlamış ve gece boyunca birkaç kez kabuslar görerek uyanmış. Ertesi sabah evden çıkmak çok zor olmuş, servise binmek istememiş, anne babası götürmek zorunda kalmış ve yine yol boyunca ağlamış. Okula varınca annesinin gitmesini istemiştir. Annesi işe dönmek zorunda olduğu için D.'yi okuldan alarak komşularına bırakmış. Akşama kadar komşuda sorunsuz bir şekilde annesinin eve dönmesini beklemiş ve aile artık yardım almaya karar vermiş.

Okul öncesi eğitime ya da ilkokula ilk kez başlayan çocuklar anne babalarından ayrılmak istemez, evden çıkarırken sorun olmasa bile tam okulun/sınıfın kapısında ağlar, içeri girmek istemez, anne babalarına yapışırlar.

Öğretmenler tarafından güçlükle içeri alındıktan sonra ise çoğunlukla kaygıları geçer ve okuldan ayrılma saatine kadar rahat olabilirler. Küçük yaşta çocuklarda daha sık rastlanan bu durumun birkaç hafta içinde geçmesi beklenir. Daha büyük çocuklarda da başlangıçtaki uyum sorunlarının dışında, okula gitmek istememenin çok çeşitli nedenleri olabilir.

Öncelikle okulda arkadaşlar arasında ya da öğretmenle yaşanan bir olumsuzluk, büyük sınıflardan kendisini zorlayan, alay eden, zarar veren ya da zarar vermekle tehdit eden birilerinin olup olmadığı araştırılmalıdır.

Belirlenemeyen bir nedenle çocuk okula gitmek istemiyorsa ve bu istememe aşırı kaygı şeklinde kendini gösteriyorsa, akıllara "okul korkusu" gelebilir. Okul korkusu ayrı bir tanı kategorisi olmamakla beraber, özgül bir fobi türü olarak ele alınabilen ve çok sık rastlanan bir kaygı bozukluğu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Çocuk ve ergenlerde okula gitmeyi reddetme, okul korkusuna bağlı olabileceği gibi farklı nedenlere de dayanıyor olabilir. Örneğin, "Ayrılma Kaygısı Bozukluğu" ya da "Sosyal Kaygı Bozukluğu" tablosunun bir parçası olarak karşımıza çıkabilir. Okul korkusunu bu iki tanı grubundan ayıran en önemli fark, kaygının okulla ilişkili olması, evde ya da diğer sosyal ortamlarda çocuğun sıkıntı yaşamamasıdır. Bunun yanı sıra okul reddi; yoğun üzüntü, umutsuzluk, çaresizlik gibi olumsuz duygular, düşük özgüven ve motivasyon eksikliği gibi belirtilerin görüldüğü depresyona bağlı olarak da ortaya çıkabilir.

Kaygı ve depresyon gibi duygu durum bozukluklarına ek olarak karşı olma/karşıt gelme bozukluğu, davranım bozukluğu gibi yıkıcı davranış bozukluklarında da okula gitmeyi reddetme sık görülen bir durumdur. Görüldüğü gibi çocuklar, çok farklı nedenlerle okula gitmeyi reddedebilirler.

Bir kaygı bozukluğu olarak okul korkusuna dönecek olunursa, bu çocuklarda sıklıkla bir önceki gece ya da sabah karın ağrısı, baş ağrısı, mide bulantısı, kusma, iştahsızlık, ağlama, hırçınlık vb. görülebilir. Anne-babasının kendisiyle okula gitmesini ister ve okula gittiklerinde bırakmak istemezler. Okula giderken yoldan geri dönmek ve okula gitmemek için çeşitli bahaneler uydurabilirler. Okula gitmediği zamanlarda son derece rahat ve mutlu oldukları gözlenir ama okulla ilgili sohbetlerde gerginlik yaşayabilirler, gitmediği günlerin derslerini çalışmak ya da verilen ödevleri yapmak da zor gelebilir.

i. OKUL KORKUSU HANGİ DURUMLARDA OLUŞUR?

Bazı aile tutumları ve özel durumlar çocuğun şiddetli bir okul korkusu yaşamasına yol açar. Okul korkusu açısından risk oluşturan bu durumları kısaca ele alalım.

- ❖ Anne-babanın çocuğuna karşı aşırı bağımlı bir tutum sergilemesi,
- ❖ Çocuğun çevresindeki yetişkinlerin ya da diğer çocukların okula yönelik gerçek olmayan olumsuzluklardan bahsetmesi,
- ❖ Çocuğun yeni bir kardeşi olduğuyorsa annesi ve kardeşi arasındaki ilişkiyi kıskanması,
- ❖ Bazı ailelerde büyükanne, büyükbaba, anne, baba, kardeş arasındaki çatışmalar, çocuğun okula uyum sağlamasını zorlaştırabilir.
- ❖ Bazı ebeveynler çocuklarını o anlık üzmemek için yalan söylerler. Örneğin, 5 dakika sonra geleceğim deyip uzun süre gelmezler. Bu durum çocukta güven duygusunu zedeler.

ii. OKUL KORKUSUNU YENMEK İÇİN ALINABİLECEK ÖNLEMLER

Altta yatan neden ne olursa olsun ailenin bunun çocukta yoğun kaygı uyandıran ciddi bir sorun olduğunu anlaması, kararlı ve tutarlı bir tutum sergilemesi gerekir.

Çocuk ve ergen ruh sağlığı hastalıkları uzmanı Dr. Ümit Işık, çocuklarda okul korkusu ile ilgili yaptığı açıklamada şu bilgileri vermektedir: Okul korkusu olan çocuklarda tedavide çocuk, aile, okul ve çocuğun bulunduğu diğer çevreleri de kapsayacak şekilde bir planlama yapılmalıdır. Başlangıçta çocuğun okula uyumunu arttıracak eylemlerde bulunmak okul ile ilgili olarak çocuğun aklındaki belirsizlikleri çözmek okul korkusunu yenmek açısından faydalı olacaktır.

- ❖ Çocuğun uyumu için; okul yaşantısı ile ilgili her şeyi planlamak, ‘okuldan kim alacak, hangi servis alacak, kim karşılayacak?’ sorularının cevaplarını vermek,
- ❖ Çocuğunuzla onu alacağınız zaman ve yer hakkında bilgi vermek, belirttiğiniz saatte ve yerde olmaya özen göstermek çocuğunuzun kaygılarını ve korkularını azaltacaktır.
- ❖ Çocuğunuzla birlikte okulu, iç mekanları gezmekte okulu tanımasını, benimsemesini ve endişelerinin azalmasını sağlayacaktır.
- ❖ Ebeveynler olarak sizlerin de okulla ilgili güzel anılarınızı ona anlatmanız, yaşadıklarınızı sizi okula ilk kimin götürdüğünü, günlerin nasıl geçtiğini, öğretmeninizi, arkadaşlarınızı, okuma yazmayı öğrenme serüveninizi paylaşmanız benzer süreçleri sizin ve başkalarının da yaşadığını ona hatırlatır ve rahatlamasını sağlar.
- ❖ Eleştiren, aşağılayan, korkutan ve sindiren bir yaklaşım başarıya ulaşamaz. Başarıya ulaştı gibi görünse dahi daha sonra oluşacak daha büyük sorunları peşinden sürüklemiş olur.
- ❖ Ailelerin kendini çocuklarının yerine koyması ve duyduğu kaygı ve endişeyi anlamaya çalışması gerekir. Çocuğunu okula gitmeye direndiği için cezalandırmamalı, küçük düşürücü sözlerle aşağılamamalıdır. Aileler sabırlı, tutarlı ve kararlı bir tavır içinde olmalıdır. Sorunu görmezden gelmek çözümü zorlaştırır.

Okula devam etme konusunda kararlı bir tavır içinde olmak, çocukta da bir güven duygusu oluşturacaktır. Çocuğun korkularını ve kaygılarını hafife almak, numara yaptığını düşünmek, çocukla alay etmek, kızmak, bağırarak, “Bebek misin sen, kocaman adam oldun, korkacak ne var?” gibi bastırıcı yöntemler çocuğun sıkıntılarını arttıracaktır. Okula uyum genellikle 1-2 hafta gibi bir sürede tamamlanır. Ancak uyumun sağlanmadığı ve okul korkusunun başlangıçta alınan önlemler ile kaldırılmadığı durumlarda bir psikiyatrik destek almak sorunun çözümünü hızlandıracaktır.

Buraya kadar anlatılanların dışında okulu reddetmenin o gün olacak önemli bir sınav ya da sınıf içinde bir sunumda “başarısız olma kaygısı” okula gitmek istememe nedeni olabilir. Aşağıda sınav kaygısı ve okul başarısızlığı ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.



2.3.6. SINAV KAYGISI

Vaka Örneği; Ezgi ortaokul 8.sınıf öğrencisidir. Ezgi 8. sınıfa gelene kadar girdiği bütün sınavlarda, sınav öncesi görevlilerden izin alarak lavaboya gider istifra eder sonra sınav salonuna dönerek soruları yanıtlamaya başlar. Ancak lavaboda zaman kaybettiği için soruların tamamını yanıtlayamaz ve çoğu kez de başarısız olur. Bu durum böyle devam edip gider. Uzmanlar bu gibi durumlarda, sorun yaşayan bireyin olay ile yüzleştirilmesini önermektedirler.

larda, sorun yaşayan bireyin olay ile yüzleştirilmesini önermektedirler.

Kaygının kökeni bireyin çocukluk dönemindeki yaşantılarına dayanır. Bu yaşantılar çocuğun ebeveynleri ve öğretmenleri gibi yetişkinlerin yanı sıra, yaşitlarıyla olan ilişkilerini de içerir.

Kaygı bulaşıcı bir duygu olduğundan dolayı kaygılı bir annenin çocuğunun da kaygılı olma olasılığı yüksektir. Anneden geçen kaygıyla çocuk, bilişsel yapısında yeni ilişkiler kurarak çevresindeki bazı kişiler ve durumlar karşısında da kaygı duymaya başlar (Öztürk, 2002).

Aile çocuğun okula başlamasından önce kişilik yapısının temellerinin atıldığı ve gelişimsel açıdan önemli dönemlerin yaşandığı bir ortam olduğundan, anne ve babanın çocuk üzerinde etkisi sadece kişilik yapısının şekillenmesinde değil ileriki yıllarda çocuğun eğitim yaşantısı, meslek seçimi gibi bir çok alanda da kendini göstermektedir. Bu durum anne-babanın çocuk üzerindeki önemini açıkça ortaya koymaktadır.

Yapılan araştırmalarda anne ve babalarının eğitim düzeyleri yüksek olan çocukların kaygı yaşama oranı, eğitim seviyesi düşük olan çiftlerin çocuklarına oranla daha azdır. Sosyo-ekonomik durumu yetersiz olan aile temel ihtiyaçlarını karşılayamamakta ve hayattan zevk alamamaktadır. Bu durum aile içi ilişkilerde gerginlik yaratmakta ve bu da çocuğun kaygı duymasına neden olmaktadır.

Evdeki sıkı disiplin, kısıtlayıcı ebeveyn tutumları, okuldaki otoriter eğitim-öğretim anlayışı; olumsuz, soğuk ve kırıcı öğretmen eleştirileri, cezalar, kıt not verme ve zorlu sınıf geçme koşulları sınav kaygısının küçük yaşlarda gelişmesine uygun olan koşulları oluşturmaktadır. Anne ve babanın mesleği çok fazla stresli ise bu durum aile içi ilişkilerine yansyarak çocuğun olumsuz yönde etkilemesine neden olmaktadır. Ailede kardeş sayısı arttıkça büyük çocuk kendisine olan ilginin azalacağından şüphe duyarak kaygı duygusunu yaşayabilmektedir.

Başarı durumu bağlamında, çocukların çoğu ailesi tarafından okuldaki derslerinde başarılı olmaları noktasında doğrudan ya da dolaylı olarak zorlanmaktadır. Yapılan araştırmalarda, çocukların akademik başarılarıyla kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya çıkarılmıştır (Alisinanoğlu, 2000).

Sınav kaygılı bireyler yalnızca sınav da değil, grup içinde konuşma, sorulara cevap verme, tartışmalara katılma, yüksek sesle okuma gibi etkinliklerde de korkulu, sinirli, gergin ve heyecanlı olurlar. Bireylerin kendilerine dönük bu olumsuz düşünceleri (kuruntuları) dikkatlerinin kolayca dağılmasına neden olur. Sınav sorularını okuma ve doğru cevaplama, konuşurken düşüncelerini organize etme, doğru sözcükleri seçme ve düzgün ifade etme gibi davranışlarında başarısız olurlar.

Sınav kaygısı, sınav öncesi edinilen bilgilerin sınav esnasında etkili bir şekilde kullanılmasına engel olan ve dolayısıyla başarının düşmesine neden olan yoğun kaygıdır. Yaşanan bu yoğun kaygı, öğrencinin sınava hazırlanırken ya da sınav esnasında potansiyelini verimli bir biçimde kullanmasına, dikkatini ve gücünü sınava yönlendirmesine engel olmaktadır.

Sınav öncesi ya da sınav esnasında belli bir miktar gerginlik ve heyecan hissetmek son derece doğaldır. Ancak bu duygu, yoğun olarak yaşanmaya başlarsa ve diğer insanlarla ilişkileri, kişinin yaşamını olumsuz yönde etkilerse rahatsızlık boyutu ortaya çıkar.

Her şeyin fazlası zararlı olduğu gibi kaygının da fazlası zararlıdır. Düşüncelerdeki aksaklıkların neden olduğu kısır döngü yukarıdaki şekilde görüldüğü gibi kırılmadığında sorun büyür. Aslında normal düzeyde yaşanan kaygı, öğrenciyi motive ederek daha iyi performans göstermesine yardımcı olmaktadır. Yani kaygının azı karar çoğu zarardır.



i. SINAV KAYGISININ BELİRTİLERİ NELERDİR?

Huzursuzluk, endişe, tedirginlik, sıkıntı, başarısızlık korkusu, çalışmaya isteksizlik, mide bulantısı, taşikardi, titreme, ağız kuruluğu, iç sıkıntısı, terleme, uyku düzeninde bozukluklar, karın ağrıları vs. bedensel yakınmalar, dikkat ve konsantrasyonda bozulma, kendine güvende azalma, yetersiz ve değersiz görme sık görülen belirtilerdir.

ii. SINAV KAYGISI YAŞANDIĞI NASIL ANLAŞILIR?

Öğrencinin başarısında belirgin bir düşüş gözlenir. Ders çalışmayı erteleme, sınav ve hazırlığı hakkında konuşmayı reddetme vardır. Soru sorulmasından rahatsız olurlar. Dikkat dağınıklığı, odaklanamama, fiziksel yakınmalarda dikkat çeken bir artış (karın ağrısı, mide bulantısı, terleme, uyku düzensizliği, iştahsızlık ya da tersine aşırı yeme, genel mutsuz bir ruh hali vb.), çok çalışılmasına karşın performans düşüklüğü kaygının varlığını gösterir.

iii. SINAV KAYGISININ NEDENLERİ NELERDİR?

❖ *Sınava yüklenen anlam:*Aşırı sınav kaygısı yaşayan öğrenciler sınavda ne kadar öğrendiklerinin değil kendi kişiliklerinin değerlendirildiğini düşünürler.

❖ *Bireysel Faktörler:*Bunaltıya eğilimli kişilik yapısı (mükemmeliyetçi, rekabetçi) olanlarda daha sık görülür. Sosyal çevrenin beklentileri ve baskısı da önemli bir etkidir.

❖ *Benlik saygısı ve özgüven:*Benlik saygısı düşük olan öğrencilerin yüksek olanlara kıyasla sınavlarda daha çok kaygılandığı saptanmıştır. Zorluklarla mücadele etmekte konusunda kendine güvenen öğrenciler daha az sınav kaygısı yaşamaktadırlar.

❖ *Zamanı etkin kullanamama/ kötü çalışma alışkanlıkları*

❖ *Öğrenilmiş çaresizlik:* Daha önce sınavlarda yaşadığı başarısızlıklar öğrencinin sınavlarda fazla kaygı yaşamasına neden olmaktadır.

iv. OLUMSUZ DÜŞÜNCELER VE ALTERNATİF DÜŞÜNCELER

❖ Olumsuz Duygu ve Düşünceler

- “Sınava hazır değilim”,
- “Bu bilgiler çok gereksiz ve saçma. Nerede ve ne zaman kullanacağım ki?”
- “Sınavlar niye yapıyor, ne gerek var?”,
- “Bu bilgiler gelecekte benim işime yaramaz”,
- Sınava hazırlanmak için gerekli zamanım yok ki”,
- “Bu konuları anlayamıyorum , aptal olmalıyım”,
- “Ben zaten bu konuları anlamıyorum”,
- “Biliyorum, bu sınavda başarılı olamayacağım” “sınav kötü geçecek” “Çok fazla konu var , hangi biri ne hazırlanayım?” sıklıkla gözlene olumsuz otomatik düşüncelerdir.

❖ Alternatif Düşünceler Nelerdir?

- “Yapmam gereken, yapabildiğim en iyisini yapmak”.
- “Olabilecek en kötü şey ne? “dünyanın sonu değil, telafisi var”.
- “Bunda başarısız olmam her zaman olacağım anlamına gelmez”.
- “Yeterli zamanımın olmadığı doğru , ancak olan zamanımı en etkili şekilde nasıl kullanabilirim?”
- “Tüm kaynakları çalışmasam bile , önemli bölümlere öncelik vererek sınavda hazırlanabilirim, hiç olmazsa bu bölümlerden puan kazanırım”.
- “Başarırsam hayatımın önemli bir dönüm noktasını aşacağım. Başarısız olmam tembel ve beceriksiz olduğumu göstermez. Daha fazla çalışmam gerektiği anlamına gelir”.
- “Zamanı kendi yararına kullanmak benim elimde”. Kaygıyla başa çıkmak için geliştirilebilecek alternatif düşüncelerdir.

v. SINAV KAYGISIYLA BAŞ EDEBİLMEK İÇİN NELER YAPMALIYIM?

❖ Sınav kaygısını yenmek için gerekli olan ilk adım farkındalıktır. Öncelikle öğrenci kaygı yaşayıp yaşamadığını sorgulamalı ve kaygı yaşıyorsa bunu kabullenmelidir. Çünkü kabullenilmeyen bir sorun için çözüm üretmek mümkün değildir.

❖ Eğer sınav kaygısı yaşıyorsanız, öncelikle kaygınıza neden olan faktörlerisaptamanız gerekmektedir. Böylece bu nedenleri değiştirmek ya da ortadankaldırmak için çaba gösterebilirsiniz. Unutmamak gerekir ki, kaygıyla onu bastırarak değil, kabul ederek ve anlamaya çalışarak baş edilebilir.

❖ Sınav kaygınızla mücadele ederken yapmanız gereken en önemli şey olumsuzdüşünce ve inançlarınızı daha yapıcı ve olumlu olanlarıyla değiştirmektir. Örneğin;

- “Sınav günü yaklaşıyor, çalışmamı yetiştiremeyeceğim.” Yerine “Sınava az zamanım kaldı ama planlı çalışarak eksiklerimi tamamlayabilirim.”
- “Bu sınavdan düşük not alırsam her şey mahvolacak.” yerine “Elimden geleni yapacağım; düşük bir not alsam bile bu sınav her şey demek değil.”
- “İyi değilim, yetersizim.” Yerine “Mükemmel değilim ama kendimi biliyorum. Bugüne kadar sınavlarımnda başarılıolabildiysem bu benim yapabilirliğimi gösterir.”
- “Kesinlikle başarılı olamayacağım.” Yerine “Sınavda başarılı olmak için elimden geleni yapacağım.” “Sınavda başarılı olamazsam herkesin gözündeki değerim azalacak.” Yerine “Bu sadece bir sınav, bu sınavın sonucu kesinlikle benim değerimi belirleyemez.”

Sınav kaygısıyla baş etmek için yapabileceklerimizi adım adım sınav öncesi, sınav sırası ve sınav sonrası olmak üzere 3 süreçte ele alabiliriz;

1. Sınavdan Önce

❖ Sınava iyi bir şekilde hazırlanmanız, kaygınızı azaltmanın en temel yollarından biridir. Bunun için, dersleri düzenli bir şekilde takip etmeniz, etkin bir çalışma programı uygulamanız ve tekrar yapmanız gerekmektedir.

❖ Etkin bir çalışma programı için ilk olarak kendinize kısa ve uzun vadeli hedeflerbelirleyin. Bu hedefler sizin hem daha verimli çalışmanızı sağlayacak hem de hedefleri gerçekleştirdikçe daha çok motive olacaksınız.

❖ Çalışmanız gereken çok fazla konu var ve yeterli vaktiniz yoksa önemli olduğunuduşündüğünüz ve sınavda çıkma ihtimali yüksek olan konulara odaklanın.

❖ Eğer grup olarak çalışmak size uygun bir çalışma şekli ise, arkadaşlarınızla birçalışma grubu oluşturabilir ve daha etkili çalışabilirsiniz. Bu sayede eksiklerinizve atladığınız noktaları fark edebilir aynı zamanda sınava ne kadar hazır olduğunuzusaptayabilirsiniz.

❖ Kesinlikle sınava hazırlanmayı son güne bırakmayın ve hiç bilmediğiniz yenikonuları sınavdan önceki gece çalışmaya başlamayın.

❖ Uyku ve yemek düzeninizi aksatmayın, ihtiyaç duyduğunuzda ara verin.

❖ Çalışma esnasında çok fazla kaygı yaşadığınızı hissederseniz kesinlikle çalışmaya ara verin ve size iyi gelecek şeylerle uğraşın. (arkadaşlarınızla konuşmak, egzersizyapmak, müzik dinlemek gibi)

2. Sınav Esnasında

❖ Sınava başladıktan sonra diğerlerine, kendinize ve gelecek planlarınıza değil sınava odaklanın.

❖ Sınav esnasında kendinizi çok kaygılı hissederseniz, sakinlemek için birkaç dakika verin. Arkanıza yaslanarak derin nefes alın, omuzlarınızı, kol ve bacaklarınızı gevşetin.

❖ Doğru nefes alıp vermeyi öğrenin. Diyaframdan nefes alıp verirsiniz vücudunuzgevşeyecek ve sınavda kaygınız azalacaktır. Diyaframdan nefes almak için yavaş birşekilde burnunuzdan nefes alın ve verin. Nefes alırken göğsünüz yerine mideniz inip kalkmalıdır.

❖ Kaygınız çok artarsa, “Şimdi sınava odaklanmalıyım.”, “Mükemmel olmak zorunda değilim, yapabilirim.”, “Dünyanın sonu değil!” şeklinde kendinizi olumlu düşüncelerle telkin edin.

❖ Yoğun kaygı yaşadığınızda kesinlikle sınavı yarıda bırakmayın. Uyguladığınız yöntemlerle kaygınızı bir süre sonra hafifleyecektir.

3. Sınavdan Sonra

- ❖ Sınavınız nasıl geçerse geçsin kendinizi ödüllendirin ve rahatlayın.
- ❖ Cevaplarınızı arkadaşlarınızinkilerle karşılaştırmayın.
- ❖ Bir sonraki sınavınız için hemen çalışmaya başlamayın, kendinize vakit ayırın.
- ❖ Sınav sonrasında eksik ve hatalarınızı tespit edip bunları gidermek için yapabileceklerinizi planlayın.

vi. ÇOCUKLARDAKİ KAYGI İLE EBEVEYN TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Çocuklarda Kaygıyı Etkileyen En Önemli Etmenlerden Biri: Ebeveyn Tutumu

Çocuğun sağlıklı gelişiminde temel amaç, onun fiziksel, zihinsel yönden olduğu kadar, sosyal ve duygusal yönden de ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Sevgi olgusuna dayanan duygusal gelişim, anne-baba- çocuk etkileşiminden kaynaklanmaktadır.

Çocuğun, anne ve babası tarafından sevilmesi, sözel olarak desteklenmesi, korunması ve ilgi görmesi onun duygusal ihtiyaçlarını oluşturmaktadır. Bu ihtiyaçların karşılanmaması veya karşılanmasındaki aksaklıklar, dengesizlikler, duygusal örselenmelere neden olmaktadır. Duygusal örselenmeler önlenemediğinde ise çocukta süren kaygının oluşmasına zemin hazırlanmış olacaktır. Sağlıklı kişilik özellikleri olan bireylerin, sağlıklı kişiliklerde çocuklar yetiştireceği düşünüldüğünde, kaygı gibi duyguların incelenmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır(Erözkan).

Ebeveynleri ile iletişimi iyi ve ihtiyaçları doğru şekilde karşılanan, yeterli sosyal çevresi olan çocukların benlik algısı olumlu yönde gelişeceğinden, ebeveynlere yönelik eğitim çalışmalarının yaygınlaştırılmasının yararlı olacağı açıktır. Gelişimin çok hızlı olduğu ve çevresel uyaranların sürekli artarak değiştiği çocukluk ve ergenlik döneminde ebeveynler ile çocuklar arasındaki ilişkinin biçimi önemli olmaktadır. Bu bağlamda ebeveynlerin çocukların gelişim ihtiyaçlarının farkında olmasını ve çocuklarla doğru iletişim kurmalarını sağlayacak çeşitli çalışmalara ihtiyaç vardır (Erözkan).

Ebeveynleriyle olan ilişkileri, çocuğun diğer bireylere, nesnelere ve tüm yaşama karşı aldığı tavırların, benimsediği tutum ve davranışların temelini oluşturur. Ebeveynler aynı zamanda çocuğa, aile ve toplumun bir üyesi olduğu bilincini aşar ve uyum biçimlerinin temelini atar.

Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olarak tanımlanabilen ergenlik dönemindeki ergenin, sorunlarını kolaylıkla çözebilmesi ve bu geçiş evresini zorluğa uğramadan aşabilmesi, geçmişteki olumlu ebeveynlerin tutumlarına bağlıdır. Çocukluk döneminde ebeveynleri tarafından yeterince sevgi, sevecenlik ve güven duygusuyla yetiştirilen ve başarılı bir disiplinin uygulandığı ortamda büyüyen çocuk, mutlu bir ergen adaydır.

2.3.7. OBSESİF- KOMPULSİF BOZUKLUKLAR (OKB)⁴

i. OBSESYON

Kişinin zihnine girmesine engel olamadığı, zihninden uzaklaştıramadığı düşünce, fikir ve dürtülerdir. Kişinin isteği dışında gelişirler, kişi tarafından mantıkdışı olarak değerlendirilirler ve yoğun sıkıntı ve huzursuzluğa yani anksiyeteye neden olurlar.

ii. KOMPULSİYON(BULAŞMA)

Obsesyonların neden olduğu yoğun sıkıntı ve huzursuzluğu azaltmak ya da ortadan kaldırmak üzere yapılan yineleyici davranış ve zihinsel eylemlerdir. Obsesyon ve kompulsiyonlar toplumdan topluma, kültürden kültüre değişiklik gösterebilir. Ülkemizde ve tüm dünya toplumlarında en sık görülen obsesyon ve kompulsiyon türleri aşağıda örnekler verilerek sıralanmıştır.

❖ Bulaşma Obsesyonu ve Temizlik Kompulsiyonu

Kişinin bedeninin ve giysilerinin kir, mikrop, toz gibi etkenler; kimyasal maddeler, deterjanlar, zehirler ile idrar, gaita ve diğer beden salgıları ile bulaşacağına ilişkin takıntıları ve bu takıntıların yarattığı sıkıntıyı gidermek için yaptığı davranışlarıdır.

Örnek

34 yaşında ev kadını, eve gelen misafirlerin dışarıdan mikrop taşıyacağı şeklindeki obsesyonlarından dolayı evdeki tüm terlikleri yıkanabilir terlik olarak değiştirmişti ve misafirler gittikten sonra hepsini çamaşır makinesinde yıkıyordu.

❖ Kuşku Obsesyonu ve Kontrol Kompulsiyonu

En sık görülen obsesyon ve kompulsiyonlardandır. Kişi gaz ocağı, kapı, kilit gibi nesnelerin açık kalmış olabileceğinden, ütü vs. elektrikli aletlerin fişlerinin prizde takılı kalmış olabileceğinden kuşku duyar (Kuşku obsesyonu) ve emin olmak için tekrar tekrar kontrol etme gereksinimi duyar (Kontrol kompulsiyonu). Bu kuşku ve kontroller yaşamın birçok alanında kendini gösterebilirler.

Örnek

45 yaşında erkek hasta, her akşam işinden evine döndüğünde otomobilini park edip evine girdikten sonra otomobilin kapısını kilitletiğinden emin olmuyor ve bazen iki-üç kez olmak üzere sokağa çıkıp otomobil kapılarını kontrol ediyordu.

Bazen hastalarda elinde olmadan başkalarına rahatsızlık ya da zarar vereceği, ağzından hoş karşılanmayacak nitelikte sözcükler kaçıracağı, yanındaki insanlara elinde olmadan zarar vereceği şeklinde obsesyonlar olabilir.

Örnek

40 yaşında erkek hasta, evde ailesi ile birlikte otururken "kontrolümü kaybeder de elimden bir kaza çıkar, eşime, çocuğuma zarar verir miyim" şeklinde düşünceleri nedeni ile aile üyelerinin bulunduğu ortamda eline makas/bıçak gibi kesici/delici aletler almıyordu.

❖ Cinsel İçerikli Obsesyonlar

Zaman zaman OKB'li hastalarda kendine, yaşına, toplumdaki yerine hiç yakıştıramadığı bir biçimde, cinsel içerikli obsesyonlar bulunur.

Örnek

16 yaşında lise öğrencisi erkek hasta, "Kontrolümü kaybedip de elimde olmadan bayan öğretmenlerime ve kız arkadaşlarıma sarkıntılık yapar mıyım ya da yanlış anlaşılabilir davranışlarda bulunur muyum?" şeklinde cinsel içerikli obsesyonlara sahipti.

❖ Dini İçerikli Obsesyonlar

Özellikle dini inançları yoğun yaşayan toplum kesimlerinde sık görülen bir obsesyon türüdür. Kişi kendini inanç ve görüşlerine tam karşıt bir biçimde ve çok yoğun sıkıntı yaratacak şekilde dini içerikli takıntılı düşünceleri düşünmekten alıkoymaz.

Örnek

58 yaşında, dini ibadetlerini tam olarak yerine getirdiğini ifade eden bir erkek hasta, namaz sırasında tam başını secdeye koyduğunda "Allah'ın varlığından kuşku duyma" şeklinde takıntılı düşünceler geldiğinden yakınıyordu.

❖ Simetri/Düzen Obsesyon ve Kompulsiyonları

Simetri gereksinimi ve düzen takıntıları da sık görülen belirtilerdendir. Kişinin tüm yaşamında simetri gereksinimi ve düzenlilik hakimdir.

Örnek

43 yaşında erkek hasta görev yaptığı kütüphanede raflardaki kitapları büyükten küçüğe, kalın ciltliden ince ciltliye belirli bir düzen içinde yerleştirmek için günlük mesaisinin büyük bir kısmını harcıyor, yapması gereken diğer işleri aksatıyordu.

❖ Dokunma Kompulsiyonları

Zaman zaman bazı OKB'li hastalar bazı davranışları yapmadan önce kendilerince önemsedikleri bir eşyaya dokunma gereksinimi duyarlar.

Örnek

37 yaşında erkek hasta, sabahları işine giderken vestiyerin yanında asılı duran ve üzerinde mutlu bir aile resmi bulunan anahtarlık kutusuna dokunmadan çıkarsa, ailesini ilgilendiren olumsuz bir olay ile karşı karşıya kalabileceklerinden endişe duyuyor, bazen geri dönüp yeniden dokunma gereksinimi duyuyordu.

❖ Sayma Kompulsiyonları

Bazı OKB'li hastalar herhangi bir günlük aktiviteyi belirli bir sayıya kadar saymadan yaparsa işinin rast gitmeyeceğini düşünerek sayma davranışında bulunurlar.

Örnek

33 yaşında kadın hasta, sabahları çocuğunu okula gönderirken üç kez “yolun açık olsun” demezse başına kötü bir şey geleceğinden endişe duyuyordu.

❖ Biriktirme ve Saklama Kompulsiyonları

Sık görülen kompulsiyon türüdür. Kişi “ileride gerekli olabilir” şeklinde bir düşünce ile gerekli olmayacak eşyaları bile biriktirebilir / saklayabilir.

Örnek

38 yaşında erkek hasta, uzun yıllardan beri düzenli olarak aldığı gazeteleri “içindeki bilgiler ileride çocuklarıma gerekli olabilir” şeklide bir düşünce ile düzenli bir şekilde ve tarih sırasına göre paketleyerek saklıyordu.

❖ Batıl İtikatlar, Uğurlu, Uğursuz Sayılar ve Renkler

Çoğu kişinin kültürel özelliklerinin bir parçası olarak bazı inanışları, davranışları, uğurlu ya da uğursuz saydığı sayı ve renkleri olabilir.

Çocukların üstünden atlayıp geçmemek, evden sağ ayakla çıkmak, yatağın sol tarafından kalkmamak gibi.Bu tür inanışlar günlük yaşam aktivitelerini engelleyecek ya da günlük işlevlerimizi kısıtlayacak kadar sık ve yoğun ise o zaman hastalık düzeyinde değerlendirilebilir.

iii. HER TAKINTILI DÜŞÜNCE YA DA DAVRANIŞ OKB MİDİR?

Yukarıdaki örnekleri okuduğunuzda aklınızdan “temiz, tertipli ve düzenli olmanın; güvenlik amacı ile kapıları, pencereleri kontrol etmenin ne zararı var, bunlar hastalık mı sayılmalı?” şeklinde düşünceler geçebilir. Elbette bu davranışları günlük yaşamımızda yapıyoruz ve hastalık olarak sayılmamalıdır. Ancak tıbbi açıdan bu şekildeki düşünce ve davranışların hastalık sayılabilmesi için günlük işlevlerimizi etkileyecek, kısıtlayacak, bozacak kadar şiddetli ve yoğun olmalıdır.

Örneğin, bir ev kadınının temiz ve düzenli olması doğal olarak hastalık sayılmaz ama hemen her gün, günün her saatinde temizlik yapıyor, her gün çamaşır yıkıyor ve bu davranışları nedeni ile de çocuklarına onları sağlıklı bir biçimde yetiştirebilmek için yeterli zamanı ayıramıyorsa hastalık olarak değerlendirilebilmelidir. Bir kişinin otomobilinin, kapılarının kilitli olduğundan emin olması güvenlik nedeni ile garip karşılanmayabilir ama evinden tekrar tekrar çıkarak ya da yolda geriye dönerek cam ve kapıları kontrol etmesi dikkat edilmesi gereken bir durumdur.

iv.OKB’NİN NEDENLERİ NELERDİR?

Herhangi bir kesinlik kazanmamasına karşın OKB’nin nedeni olarak birkaç varsayım üzerinde durulmaktadır.

❖ Genetik Nedenler

OKB’li hastaların anne-babalarında ve diğer birinci derece akrabalarında OKB’nin sık olarak görülmesi hastalığın genetik olabileceğini düşündürmektedir.

❖ Beyin İşlevlerinde Bozulma ve Serotonin

Beyin üzerinde yapılan araştırmalarda beynin bazı bölgelerinde ve özellikle de beyin içindeki sinirsel iletimde önemli rolü olan serotonin maddesinin işlevlerinde bozukluk saptanması bunların OKB’nin nedeni olarak araştırılmasına yol açmıştır.

❖ Çocukluk Çağı travmaları

Çocukluk çağı travmalarına (örneğin, cinsel istismar) maruz kalanlarda ileri yaşamlarında önemli bir stres yaşantısı ardından OKB'nin ortaya çıkabilmesi erken çocukluk dönemlerinin OKB gelişiminde önemli rol oynadığını göstermektedir.

❖ Kişilik Özellikleri

Kişilik yapısı olarak titiz, kuralcı, ayrıntıcı, mükemmeliyetçi özelliklere sahip olan kişiler OKB'ye yatkın kişiler olarak değerlendirilmektedir.

v.OKB NASIL TEDAVİ EDİLİR?

OKB günlük yaşam etkinliklerini ciddi olarak kısıtlayabilen, aile, meslek ve sosyal yaşamda önemli işlev kayıplarına yol açan, yaşam kalitesini düşüren bir hastalıktır. Kronikleşme yani müzmin hale gelme olasılığının yüksek olması tedavinin önemini arttırmaktadır. Tedavide kullanılan birkaç yöntem bulunmaktadır.

❖ Bilişsel-davranışçı Tedavi

Obsesif hastalar kaygı verici düşünceler ile bu düşüncelerden kaçarak ve kaçınarak başa çıkmaya çalışırlar. Ne var ki düşüncelerden kaçmaya çalıştıkça bu düşünceler daha da artmakta ve böylelikle kısır bir döngü oluşmaktadır. Davranış tedavilerinde amaç hastayı kaygı veren ve kaygı oluşturduğu için kaçma ve kaçınma davranışlarına neden olan düşüncelerle [obsesyonlar] karşı karşıya getirmek ve bu karşılaştırmının oluşturduğu kaygıyı azaltmak için devreye giren tekrarlayıcı davranışları [kompulsiyonlar] engellemektir. Bu şekilde yapılan tedaviye alıştırmaya tedavileri adı verilir.

❖ İlaç Tedavisi

Özellikle serotonin sistemi üzerinde etkili olan ilaçlar OKB tedavisinde oldukça yararlı olmaktadır. Tedavinin ilk günlerinde hafif bulantı, baş ağrısı, uyku bozukluğu, midede huzursuzluk gibi geçici yan etkiler ile hastaların çoğunun dile getirmeye çekindikleri cinsel yan etkiler görülebilir. Ancak bu grup ilaçlar genellikle hastalar tarafından kolaylıkla kullanılan ve kullanımları sırasında bir sorun yaşanmayan ilaçlardır. Etkilerinin görülmesi için iki hafta kadar beklemek gerekir.

(⁴): Türkiye Psikiyatri Derneği "Obsesif - Kompulsif Bozukluk" makalesinden özetlenmiştir.

2.3.8. SEÇİCİ KONUŞMAZLIK (SELEKTİF MUTİZM)



Vaka örneği: R., ev ortamında enerjik, canlı, konuşkan ve sosyal bir çocuk olarak tanımlanıyor. Ailesi, 2 yaşından beri annesi, babası, ablası ve birkaç yakın aile bireyi dışında kimseyle konuşmadığını belirtiyor. Aile, okul öncesi dönemde utangaç bir çocuk olarak düşünüp başkalarıyla konuşmaması üzerinde çok durmamışlar. Ama okul döneminde sessizliği sorun olmaya başlamış. Okulda hiç konuşmamasına rağmen, gün içinde okulda olan biteni evde anlatırmış. Okulda dersi dinliyor, defterine yazıyor ama öğretmenin sorularını yanıtlamıyormuş. Teneffüslerde arkadaşlarıyla oyunlara katılıyor ama onlarla tek kelime konuşmuyormuş.

Arkadaşları onu o şekilde kabul etmişler. Ara ara dalga konusu olmasına rağmen R., de bu durumu kabul etmiş. Arkadaşları, annesine 'yere düştüğünde, birisiyle çarpıştığında "ah" bile demediğini' belirtmişler. Seçici konuşmazlık, "başka durumlarda konuşuyor olmasına karşın, konuşmasının beklendiği özgül toplumsal durumlarda (örn. okulda) sürekli bir biçimde konuşamıyor olma" olarak tanımlanmaktadır. Başka bir ifadeyle seçici konuşmazlığın (selektif mutizm), konuşabilme becerisinin olmasına rağmen konuşmanın beklendiği bir takım ortam ve durumlarda konuş(a)mama durumudur. Seçici konuşmazlık, bir dil veya konuşma bozukluğundan çok utangaç mizaçla birlikte çevresel faktörlerin etkisiyle ortaya çıkan bir tür kaygı bozukluğudur. Durumun biyolojik sebepleri değerlendirilir ve tedavi girişimi bu bakış açısıyla planlanır.

Seçici konuşmazlığın nadir görülmesi ve bazen de zaman içinde kendiliğinden ortadan kalkması nedenleriyle gözden kaçabilmektedir. Seçici konuşmazlığın başlangıç yaşının genellikle iki-dört yaş arasında görülmektedir.

Okul öncesi dönemde ebeveynler sıklıkla çocukların çekingen ve utangaç olduklarını belirtmekte ve çocuklar okula başladıklarında genellikle bu durum öğretmenleri tarafından fark edilmektedir (Bulut, 2008). Seçici konuşmazlık zor bir çocukluk çağı hastalığı olduğundan terapi sürecinde bireysel yaklaşımdan çok ebeveynler, kardeşler, öğretmenler, arkadaşlar, okul rehberliği, konuşma terapistleri gibi uzmanları kapsayan bir ekibin işbirliği içinde çalışması önemlidir (Demirkaya, 2015).

i. NEDENLERİ

Nedenleri tam olarak belli olmamakla beraber seçici konuşmamazlığı olan çocukların ailelerinde yüksek oranda, seçici konuşmamazlık sosyal fobi ve kaçınma bozukluğunun varlığı, dikkat çekicidir. Bu sosyal kaygının genetik olarak taşındığı ve bu çocuklarda konuşmamanın sosyal fobinin bir belirtisi olduğu görüşünü desteklemektedir.

Yapılan araştırmalarda bazı çocukların kendi seslerini duymaktan rahatsızlık duydukları, seslerinin hoş olmadığı duygusuna kapılıp kendi seslerini duymak istemedikleri için konuşmayı tercih etmedikleri de ifade edilmektedir. Bazen depresyonun da eşlik ettiği durumlarda olabilir. Kız ve erkek çocuklarda her iki cinsiyette de eşit olarak görülür. Genellikle normal yetenek de olan çocuklardır. Zeka düzeyleri normaldir. Genel olarak toplumumuzda görülme sıklığı %1 den az olmaktadır.

ii. TEDAVİ

❖ Aileler Çocuklarına Nasıl Destek Olabilir?

Seçici konuşmazlık tedavisinde erken başvuru çok önemlidir: Bunun sebebi çocuğun konuşmamasının güçlenmesi ve tedavinin zorlaşmasıdır. O yüzden aileye düşen ilk görev en kısa zamanda tedavi arayışına girmektir.

❖ *Çocuğun güvende olduğu hissini güçlendirmek:* Seçici konuşmazlığın çocukların kaygılı hissettikleri durumlarda ortaya çıktığı göz önüne alınırsa temel çaba kaygıyı azaltmak ve kaygıyla baş etme yöntemlerini geliştirmek olmalıdır. Çocukların kendilerini en güvende hissettiği alan çoğunlukla anne ve babasının yanındır. Bu güven ortamının genişletilmesi ve güçlendirilmesi önemlidir.

❖ *Çocuğunuzla zaman geçirin:* Kaliteli zaman kavramı günümüzde ebeveynlerin çalışma saatlerinin artması ile değişen koşullarda ortaya çıkmış bir kavram. Çocuğun ihtiyaçlarını anlayabildiğiniz ve ilginizin sadece ona yöneldiği zaman aralıkları oluşturabilmek çocuğunuzun güven hissini desteklemek için önemlidir. Bu zaman aralığı kişilerin şartlarına göre değişmekle beraber ne kadar kısa olursa olsun ayrılabilirdiğinde önemli gelişmeler sağlayabilir.

❖ *Konuşmayı teşvik eden aktiviteler seçin:* Ailece oynanacak oyunlar, birlikte yemek hazırlamak, bir yerler görmek, yeni şeyler keşfetmek çocuğunuzun duygu ve düşüncelerini ifade etmesi için uygun aktivitelerdir. Beraber televizyon izlemek veya bilgisayar oyunu oynamak çocuğunuzun konuşmasını destekleyen zaman geçirme yöntemleri değildir. Mümkün olduğunca göz kontağı kurmak ve dikkatini onu konuşmaya yönlendirecek konulara çekmek faydalı olur.

❖ *Duyguların ifadesine izin verin ve baş edebildiğinizi gösterin:* Çocuğunuzun duygularını rahatça ifade edebilmesi, sizin bu duygularla baş edebileceğinizi görmesi ile ilişkilidir. Ne hissederse hissetsin bunun sizin için dayanılabilir olduğunu bilmek çocuğunuzun kendi duygularıyla baş etmesini kolaylaştırır. Çocuğunuza "bunu hissetmen yanlış" demeyin.

3. KISKANÇLIK

i. KISKANÇLIK

Kıskançlık, temelde güvensizlikten kaynaklanan içgüdüsel bir duygudur. Kıskançlığa insanın sahip olduğu ilgi ya da sevgiyi kaybetme, başka biriyle paylaşma endişesi ya da başka bir insanda ya da yaşamda var olan şey-

lere sahip olma isteğini de içeren kaotik bir ruh hali denilebilir. Kıskançlık yaşarken, kişi mutsuzluk, öfke, yetersizlik, yalnızlık, güvensizlik ve çaresizlik duygularını da beraberinde yaşar. Kıskanmak çoğu kez utarılan bir duygu olarak algılanır. Bu nedenle kabul etmek, yüzleşmek zor gelir. Kıskançlık duygusu aynı anda birçok duyguyu birlikte getirir: Kaygı, mutsuzluk, korku ve kızgınlık. Bu duyguların hepsi olumsuz duygular olmakla birlikte, kıskançlıktan daha kolay dışa vurulabilen duygulardır. Oysa kıskançlık da diğer duygular gibi doğru dile getirilebilecek, dışa vurulabilecek bir duygudur. Aslında her insanda biraz bulunan kıskançlık duygusunu normal sınırlarda tutmak yaşamı anlamlı ve zevkli kılar.

ii. KARDEŞ KISKANÇLIĞI

Prof. Dr. Neriman Samurçay "*Çocuklarda Kardeş İlişkileri*" adlı makalesinde kardeş kıskançlığı ile ilgili şunları söylüyor: "Cinsellik duyguları karışmamış, çıkar gözetmeyen, derin bir sevgiyi anlatmak için çoğu kez, 'Birbirlerini kardeş gibi severler' deriz. Litree, kardeşliği, 'Kardeş olmadıkları halde, birbirlerine kardeş gibi davranan kimselerin aralarındaki sıkı sevgi bağı' olarak tanımlar. Bu noktadan hareket ederek, gerçek kardeşliği de, derin bir dostluk duygusu saymak olasıdır. Ne var ki meseleyi sadece dostların kardeş, kardeşlerin de dost oldukları açısından ele almak yeterli olmayacaktır".

Samurçay'a göre kardeşler arasında sevgi kadar, kin ve nefret duygularının da söz konusu olabileceği düşüncesi psikologlara hiç de aykırı gelmez. Onların pek iyi bildikleri ikizli duygu, kardeşler arasındaki ilişkiyi açıklayabilecek önemli bir kavramdır.

Tarihsel açıdan ele alacak olursak, kardeşlik ilişkilerinin çeşitli uygarlıkların tarihinde ve ulusların yaşamında çok büyük bir yeri olduğunu görülür. Örneğin din kitaplarında Habil ve Kabil, Yakub ve İsmail, Yusuf ve kardeşleri, Lea ve Rachel, Amnon ve Tamar, bize kardeşliği olduğu kadar, rekabeti, nefreti ve yasak sevgiyi anımsatır.

Benzer olayları kendi tarihimizde(Osmanlı dönemi) de görüyoruz. Cumhuriyet Gazetesi'nin 10 Ekim 2016 tarihli "Cumhuriyet & Devrimleri" makalesinde verilen bilgiye göre 3. Mehmet 19 kardeşini bir gecede öldürmüş ve bu olay tarihin sayfalarına kazınan acı olaylarından biri olarak geçmiştir. Kanuni Sultan Süleyman, Rodos'un fethinde Cem Sultan'ın oğlunu ve onun oğlunu idam ettirmiştir. Maalesef tarihimizde benzer olaylar çoktur. Sözü ettiğimiz bu vakalardan da anlaşılacağı gibi kardeş kıskançlığının kaynağı, dünyaya gelenin, «rakip» olarak kabul edilmesidir.

Kıskançlık yaşamın her döneminde görülebilir ancak çocuklukta biraz daha yoğun yaşanabilir. Kıskançlık, çocukların kendisi ve çevresindeki insanlarla olumlu ve dengeli ilişkiler kurmasına engel olan, çocuğu yaşanılması zor, mutsuz duruma düşüren bir durumdur. Kıskançlığı çok yoğun yaşayan çocuklar, kendisine olan ilgi ve sevginin başkasına yönelmesi sonucunda kendini terkedilmiş, güvensiz hissederler. İstedığı ilgiyi elinden alan kişiye karşı öfke, nefret, öçalma duygularıyla dolar.

Kıskançlığı artıran nedenlerden biri reka-bettir. İstenen olmak, yükselen olmak, sevilen olmak, aranan olmak kıskançlık duygularını harekete geçirir. Eğer bu duygu kişiyi işini daha iyi yapmaya yöneltirse yapıcıdır. Ancak bunun yerine kıskandığı kişileri yıkmaya, kendine haksızlık yapıldığını, değerinin bilinmediğini, başkalarının çalışmalarını nedeni ile değil, çeşitli nedenlerle kayırdıklarını ileri sürüyorsa kıskançlık verimi düşürür.

iii. KISKANÇLIĞIN NEDENLERİ

Çocuklarda görülen kıskançlık nedenleri aşağıdaki gibi özetlenebilir.

- ❖ Çocuğun öz güvenin eksik olması.
- ❖ Çocuğun kendini yetersiz görmesi, sürekli başkalarıyla kıyaslanıp eziklihhissetmesi, aşağılık duygusu.
- ❖ Çocuğun bir kişiye duyduğu sevgiyi paylaşmaya dayanamaması, paylaşmaduygusunun gelişmemesi ve ailesinin dikkatinin ondan uzaklaşması.



❖ Öfke, nefret, intikam, kendine acıma, küçük düşme ve korku gibi karışık duyguların birleşmesi (Nilsen, 1997; Dirim, 2003; Aydın, 2003; Tuzcuoğlu ve Tuzcuoğlu, 2005).

iv. KISKANÇLIK DUYGUSUNUN NEDEN OLDUĞU UYUMSUZ DAVRANIŞLAR

❖ Çocuk yeni doğan kardeşinin ardından anneye yatma, altını ıslatma, anneyi emmek isteme gibi bebeksi davranışlar sergiler ve daha önceden yapabildiği işleri yapmayarak yetişkinlerin yapmasını ister.

❖ Bazı çocuklar kıskançlık duygularını doğrudan açığa vurmazken bazıları kıskandığı kişilere karşı kıskançlık hislerini basit nedenler karşısında bile kızma, ağlama, bağırma, çağırma, kekeleye, saldırmaya, uykusuzluk, eşyaları kırıp dökme, parmak emme, aşırı sinirlenme, öfkelenme, sürekli korktuğunu, üşüdüğünü, acıktığını söyleme gibi rahatsız ve huzursuz edici davranışlarla gösterirler.

❖ Çocuğun kıskançlık davranışına ilgisiz kalındığında kıskançlık duygusu dahada artar ve kıskanılan kişiden öç alma, zarar verme duygusuna, yalan söyleme davranışlarına döner.

Kardeş kıskançlığında dikkat edilmesi gereken diğer önemli bir husus da şudur:

Prof. Dr. Neriman Samurçay'ın verdiği bilgiye göre bazı çocuklar, yeni gelen kardeşine karşı duyulan kıskançlık duygularını, yukarıda verilen örneklerde olduğu gibi açıkça ortaya koymaz. Kimi çocuk kardeşine aşırı bir düşkünlük gösterir, onu pek çok sevdiği izlenimini verir. Hatta anne bu durumda, kendi çocuğunun diğer çocuklar gibi kardeşini kıskanmadığını sanıp, sevinebilir.

Oysa çocuk gerçekte, annesinin kendisinden büsbütün uzaklaşacağı korkusuyla kıskançlık duygularını içine atmıştır. Gösterdiği aşırı sevgi, kardeşine karşı beslediği olumsuz duyguları örtmek içindir. Zamanla bu duygular yerini olumlu olanlara bırakacaktır. İnsanoğlunun en doğal ve en evrensel duygularından biri olan kıskançlık, kardeşler arasında tüm yaşam boyunca dalgalanmalar gösterecek, bazen olumlu bazen de olumsuz bir çizgi izleyecek, ya da olumsuz duygular bastırılarak bilinç dışına itilecektir.

v. KARDEŞİM VE BEN...

...

"Çok heyecanlıyım! Dün babam eve ne zamandır istediğim lego seti ile geldi. Sevinçten havalara uçtum. Yemekten sonra, hep önemli bir şey söyleyecekleri zaman yaptıkları gibi beni aralarına alıp koltuğa oturdular. Babam dedi ki: "Sonunda ne zamandır istediğin şey oluyor. Bir kardeşin olacak." Artık ağabey oluyormuşum. Yani büyüyorum... Sadece mum üflediğimde büyünür zannediyordum, meğer insanın kardeşi olunca da büyümüş!"

...

"Çok yorulduğum bugün. Aslında beni okula yollamadıkları için bütün gün evde halam ile oyun oynadık ama aklım hep kardeşimin ne zaman eve geleceğindeydi. Ama halam şimdiden çok değişti. En sevdiğim sosisli sandviçi ve patates kızartmasını yememe izin verdi, hatta yemekten sonra çikolata bile yiyebildim. Sonra da oyalanmam için bana iPad'ini verdi. Ağabey olmak sanırım iyi bir şey!"

...

"Hani annemin en büyük yardımcısı olacaktım? Kardeşime dokunmama bile izin vermiyor. Kucağıma almak da yasak. Çok küçük olduğum için annem hep onunla ilgilenmek zorundaymış. Buhaksızlık, ben de daha küçüküm! Canım ara sıra biberon emmek bile istiyor. Ama 'Bir ağabeye hiç yakıştıramıyorlarmış'. Çok saçma!"

...

"Bu sabah canım okula gitmeyi hiç istemedi. Annem, kardeşime süt verdiği için beni servise indirmede. Sanırım beni eskisi kadar sevmiyor. Bu kadarı da fazla! Ben de ağlarım, servise de binmem! Evde annemle birlikte kalmak istiyorum. Okula da gitsem hep aklıma annem ve kardeşim geliyor. Kim bilir evde neler yapıyorlardır? Hani birlikte eğlenecektik?"

«Kardeş kardeşin ne olduğunu(daha iyi bir biçime girmek), ne öldüğünü ister» atasözünün çok iyi belirttiği gibi kardeş kardeşin zarara uğramasını istemez ama onun kendisinden üstün olmasını da çekemez. Bu örnekler birden fazla çocuk sahibi olan anne babaların hiç de yabancı olmadığı şeyler olsa gerek.

Çocukların gözünden baktığımızda, kardeş sahibi olmak başlangıçta heyecan vericiyken aslında hiç de kolay bir şey değil. Süreç; heyecan ve mutluluk kadar hayal kırıklığı ve dışlanmışlık duygularını da beraberinde getiriyor. Bu, anne babalar için de çocuklarına nasıl davranmaları gerektiği ile ilgili kafalarının karıştığı zor bir dönem olabiliyor.

vi. ANNE VE BABALARA ÖNERİLER

Ana-babanın tutumu, bu konuda büyük bir etken olarak rol oynamaktadır. Kardeş kıskançlığının doğal ve evrensel olduğu noktasında hareket eden ana-baba hiç bir kaygıya düşmeden, kardeşler arasındaki ilişkilerin olumlu bir biçimde gelişmesine yardımcı olacaktır. Ancak çocuk eğitimi konusunda ebeveynlerin eğitilmiş olmalarının şart olduğu da unutulmamalıdır(Bu konuda,Thomas Gordon'un "Etkili Anne-baba Eğitimi" kitabının okunması tavsiye olunur)

❖ Kardeşler arasındaki anlaşmazlık ve kavgalarda anne-baba hakim ya da hakem rolünde olmamalıdır. Mesele ancak çok büyümüş ve içinden çıkılması zor bir hal almışsa müdahale edilmelidir.

❖ Kardeşler arasında bir kavga çıktıysa, "kim başlattı?" sorusunu sormayın. Çünkü çocuklar birbirlerini suçlayarak içinden çıkılması zor bir problemin içine sizi de çekerler. Böyle bir mesele karşısında kavganın içinde olan her çocuğa , kavganın başlamasına sebep oldukları için eşit şekilde sonuçlarına katlanabilecekleri bir yaptırım uygulanmalıdır. Mesela ortada paylaşılmayan bir top varsa, onu ortadan kaldırıp, "Siz aranızdaki problemi çözene kadar bu bende kalacak" diyerek onları çözüm aramaya teşvik edebilirsiniz.

❖ Kardeşler arasındaki anlaşmazlıkta sürekli büyük çocuğa, "sen büyüksün, ablasın, ağabeysin ya da sen kızsın-erkeksin" şeklinde yüklenilmesi doğru değildir. Genelde küçük çocuklar kavga sonucunda ağlayarak annelerinin yanına gelirler ve büyük kardeşlerini suçlamaya çalışırlar. Anne-baba böyle bir durumda kesinlikle taraf tutmamalıdır. Çünkü böyle bir tutum küçük kardeşin anne-baba tarafından kollandığı ve korunduğu yargısının gelişmesine sebep olur.

❖ Aile içinde birlik olma mesajları verilmeli, bazı konularda çocuklarla birlikte hareket edilmeli, onların da fikirleri alınmalıdır. Böylelikle çocuklar karşılaşılan problemlerin konuşularak ve birlikte hareket edilerek çözülebildiğini öğrenirler.

❖ Kardeşler iyi geçindiklerinde övülmeli ve zaman zaman ödüllendirilmedir.

❖ Kardeşlere aynı hediyeyi almaktansa, her yaşın ayrı hediyesi olduğunu, büyüyünce küçüğe de aynı türden hediyeler alınmayacağını söylemek faydalı olur.

❖ Çocuklarda mülkiyet duygusunun kuvvetli olduğu dikkate alınarak mecbur kalmadıkça büyük kardeşin eşyalarını küçük kardeş kullanmamalıdır ve bebeğe bir hediye geldiğinde, büyük çocuğa da hediye verilmelidir.

vii. ÇOCUKLAR ARASINDAKİ ÇATIŞMALARININ ÇÖZMEK

Kardeş kıskançlığı hangi yaşta olursa olsun tüm çocuklar tarafından yaşanabilir. Kardeşlerden birinin daha yüksek not alması, daha dikkat çekici olması, anne babanın farkında olmadan söyledikleri herhangi bir söz, birine sunulan ve diğerinin mahrum kaldığı herhangi bir imkan, kardeş kıskançlığını her an kışkırtabilir ve kardeşler arasında problemlerin doğmasına sebep olabilir. İki kardeş arasında bir kıskançlık durumunun olup olmadığı anne baba tarafından dikkatle gözlenmeli ve gerekli önlemler seri bir şekilde alınmalıdır.

VAKA ÖRNEĞİ

İki kardeş Jimmy veTommy oyuncak kamyonu çekiştiriyorlar. İkisi de bağırıyor ve ağlıyor. İkisi de istediğini yapmak için gücünü kullanmayı deniyor. Benzer olaylarla karşılaşan ebeveynler aşağıdaki yöntemlerle problem çözmeyi deneyebilirler.

1. Çatışmadan Tümüyle Uzak Durmak:Ebeveynler böyle çatışmaların dışında kalırlarsa, çocuklar bunları çözmek için kendileri bir yol bulabilirler, böylece birazcık da olsa sorunlarını çözmeyi öğrenmiş olurlar.

2. Arabulucularla Konuşmaya Davet Etmek:Çocuklar kavgayı sürdürür ve ebeveyn sorunu çözmelerini kolaylaştırmak için işlerine karışmanın yararlı olacağını düşünürse bir arabulucu yararlı olabilir.

Çocuklar kavgayı sürdürüyor:

Örnek:

Jimmy: Kamyonu istiyorum. Bana ver. Bırak, bırak!

Tommy : Önce ben aldım ama geldi, elimden aldı. Ver!

Ebeveyn : Kamyon için kavga ediyorsunuz. Bu konuda konuşmak ister misiniz ? Tartışmak isterseniz size yardımcı olabilirim. Bazen böyle durumlarda bir arabulucu, çatışmayı o anda sonlandırır. Çocuklar sanki sorunlarını ebeveynlerinin önünde tartışarak çözme yerine, kendi kendilerine çözüm bulmayı yeğlerler.

3. Etkin Dinlemeyle Çocuklara Yardım Ederek Soruna Çözüm Bulma: Bazı durumlarda ise ebeveynin daha etkin rol oynaması gerekebilir. Böyle durumlarda etkin dinlemeyle sorun çözme özendirilebilir.

Örnek:

Jimmy : Kamyonu istiyorum. Bana ver. Bana ver. Bırak, bırak!

Ebeveyn : Jimmy o kamyonu çok istiyorsun.

Tommy : Ama önce ben aldım, geldi, elimden aldı . Geri versin.

Ebeveyn: Tommy, kamyonu önce sen aldığın için sen de kamyonunu istiyorsun. Jimmy elimden aldığı için ona çok kızıyorsun. Çatışıyorsunuz. Bunu çözmenin acaba bir yolu var mı?

Tommy : Onu verirse sorun çözülür.

Ebeveyn: Jimmy, Tommy bu çözümü öneriyor.

Jimmy : Evet ! Çünkü kendi istediği olacak.

Ebeveyn: Tommy, Jimmy bu çözümü beğenmediğini söylüyor. Çünkü sen kazanacaksın, o kaybedecek .

Tommy : Ben kamyonla oynarken Jimmy benim oyuncak arabamla oynayabilir.

Ebeveyn: Jimmy, Tommy başka bir çözüm öneriyor. O kamyonla oynarken sen onun oyuncak arabasıyla oynayabilirmişsin.

Jimmy : Tommy kamyonla oynadıktan sonra ben de oynayabilir miyim anne ?

Ebeveyn : Tommy, Jimmy sen oynadıktan sonra kamyonla oynamasına izin verip vermeyeceğini öğrenmek istiyor.

Tommy : Tamam . Ben çabuk oynarım.

Ebeveyn: Jimmy, Tommy olur dedi

Jimmy : Tamam o zaman

Ebeveyn: İkiniz de sorununuzu çözdünüz değil mi ?

Çocuklar bir büyüğün yanında ve hele de o büyük hakim ya da hakem olma hevesindeyse, onun otoritesini karşı tarafın kaybetmesi için kendi yararına çekmek isterler. Eğer ebeveynler çocuklar arasındaki çatışmayı kendi kararlarıyla çözerlerse, onlardan birinin ebeveyninin kararını haksız bulması ve direnç göstermesi hatta ona düşmanlık duyması kaçınılmazdır.

Ebeveynler bazen iki tarafın düşmanlığını bile kazanabilirler. ("Madem kavga ediyorsunuz, ikiniz de kamyonla oynamayacaksınız."). Oysa ebeveynler evde , öğretmenler okulda, oyun bahçesinde, spor karşılaşmaları gibi yerlerde karşılaştıkları birçok sorunu yukarıdaki yöntemlerle çözebilirler. Yapılan çalışmalarda birçok ebeveyn bu yöntemi (*Kaybeden Yok Yöntemi*) kullanarak yani problemlerin çözümünü çocuklarına bırakarak hakim ya da hakem rolünü üstlenmeden sorunların üstesinden geldiklerini ifade etmişlerdir.

4. UTANGAÇLIK NEDİR?⁽⁵⁾

Kişiler arası ilişkileri etkileyen önemli etmenlerden birisi de başkalarının bulunduğu yerde yaşanan tedirginlik ve kısıtlanma duygusu olarak tanımlanabilecek olan "utangaçlık"tır. Utangaçlık bireyin yeni insanlarla tanışmasını, yeni arkadaşlar edinmesini ve değişik yaşantılardan zevk almasını güçleştiren en önemli etmen olarak görülmektedir (Zimbardo, 1977). Enc'e göre (1980) utangaçlık, başkaları ile olan ilişkileri sırasında duyulan ve doğru davranışları ketyen rahatsız edici duygudur. Carducci (2000) de utangaçlığı, genel olarak kişiler arası ilişkilerde yaşanan aşırı sıklıktan, benlik saygısının düşük olmasından ve reddedilme korkusundan dolayı ortaya çıkan kişiler arası bir sorun olarak görmektedir.

Utangaçlık, bireylerin genelde yaşamlarını, özelde ise eğitim yaşamı, meslek yaşamı, arkadaş ve aile yaşamını etkileyen bir değişkendir. Bir çok insan için utangaçlık, temel ihtiyaçların önündeki bir engeldir. Utangaçlık insanları kontrol eder ve onları sınıfta, sosyal ve iş ortamında etkisiz kılar (Carducci, 2000). Kendine güvenme, kendini ifade edebilme, bireyin yaşamının bir çok bölümünde gereksinim duyacağı özelliklerdir.

Bu özelliklere sahip olduğu takdirde birey iş başvurularında yapacağı mülakatlarda, iş seminerlerinde ya da okulda hazırladığı ödevi sunma gibi yaşamında karşılaşılabileceği buna benzer durumlarda başarılı olabilecektir. Buna karşın utangaç bireyin özellikleri düşünüldüğünde bu tür durumlarda başarılı olma olasılığının oldukça az olduğu söylenebilir. Ayrıca başarılı olsalar bile mesleklerinde utangaç olmayanlar kadar kolay gelişme gösteremezler (Arens, 2000).

Utangaç bireylerin yeni ya da gergin bir ortama alışma süreleri oldukça uzundur. Özellikle, stresli durumlarda utangaçların daha fazla zamana ihtiyaçları vardır (Carducci, 2000). Utangaç kişiler kendileriyle ilgili endişe yaşarlar ve kendileri hakkında olumsuz düşüncelere sahiptirler. Utangaç kişiler sosyal ortamlardaki hoşnutsuzluğu abartma eğilimindedirler ve başkalarının göstermiş olduğu olumsuz tepkilerden kolaylıkla etkilenirler. Kendileriyle ilgili olumsuz yargılar utangaç bireyin düşük özsaygı geliştirmesine neden olmaktadır. Utangaç kişiler, sosyal ortamlarda kaygıdan ziyade bilişsel anlamda bir rahatsızlık yaşamaktadırlar.

Utangaçlıkla ilgili ciddi sorunu olan bireyler, sosyal ortamlara katılamazlar, konuşmakta zorlanırlar, ve diğer insanlara az ilgi gösterirler. Bu da onların yalnızlığa itilmelerine ve kendilerini yalnız hissetmelerine neden olur (Henderson ve Zimbardo, 1988). Zimbardo (1977), utangaçlığın sosyal ilişkiyi etkileme biçimini şu şekilde sıralamaktadır:

- ❖ Utangaçlık, yeni insanlarla tanışmayı, yeni arkadaşlıklar kurmayı ya da yeniyaşantılardan zevk almayı güçleştirir.
- ❖ Utangaçlık, kişiyi haklarını talep etmekten alıkoyarak fikirlerini ya da değeryargılarını ifade etmesini güçleştirir.
- ❖ Utangaçlık, net bir şekilde düşünmeyi ve etkili bir şekilde iletişim kurmayı güçleştirir.
- ❖ Utangaçlık depresyon, kaygı ve yalnızlık gibi olumsuz duygulara eşlik eder.
- ❖ Utangaçlık, sahip olunan olumlu ve güçlü kişisel yönlerin başkaları tarafından olumlu olarak değerlendirilmesini kısıtlar.

Kısaca utangaçlık; kendine güveni olmayan, sık hata yapmaktan korkan, ne düşünüp ne hissettiğini ifade edemeyen kişilerin; sosyal çevreye uyum sağlamasını ve alışamadığı durumlarda serbest davranmasını engelleyen, çekingen, korkak, kararsız ve kişiliksiz olmasına yol açan, kişi için acı ve işkence halini alan, düşük benlik algısıyla yakından ilgili olan bir duygudur.

Sosyal engellenme olarak görülen utangaçlığın insanları etkileme biçimi, başkalarının bulunduğu ortamlarda çekingen olmaktan, bireyin yaşamını tümüyle etkileyen travmatik kaygı durumlarına kadar çeşitlilik göstermektedir. Daha kötüsü utangaçlık ciddi bir nevroz biçimine dönüşebilir (Zimbardo, 1977).

a. UTANGAÇLIĞA NEDEN OLAN ETKENLER

Araştırmacılar (Asendorpf, 1993; Pedlow, Cann, Prior ve Oberklaid 1996) utangaçlığın nedenleri ile ilgili aşağıdaki noktalar üzerinde durmaktadırlar;

- i. Utangaçlık için bir insanda genlerin baskın olması,
- ii. Ebeveynlerin yanlış tutum ve davranışları,
- iii. Sosyal becerilerin zayıf kazanılması,

i. Utangaçlık için Bir İnsanda Genlerin Baskın Olması

Utangaçlığın genetik geçişli bir kişilik özelliği mi, yoksa sonradan öğrenilmiş bir davranış şekli mi olduğu literatürde sıkça tartışılmıştır. Utangaçlığın genetik geçişini izlemek için yapılan ikiz çalışmalarında tek yumurta ikizlerindeki utangaçlık davranışı çift yumurta ikizlerine göre daha benzer bulunmuştur.

Bununla beraber genetik katkının etkisinin çevresel etkenlerin rolünü düşündürecek şekilde orta düzeyde olduğu görülmüştür. Colorada evlat edinme çalışmasında, üvey ana babanın utangaçlıklarıyla evlat edinilen bebeklerin utangaçlık dereceleri arasında çevresel etkenlerin rolünü destekler biçimde orta derecede bir ilişki bulunmuştur. Yine aynı çalışmada 24 aylıkken evlat verilen bebeklerin utangaçlık düzeyleri ile biyolojik ebeveynlerin utangaçlık düzeyleri arasında zayıf derecede bir ilişki bulunmuştur (Fyer 1993; Akt:Türkçapar, 1999). Bu bulgular utan-gaçlıkta genetik ve çevresel faktörlerin birlikte rol oynadığını göstermektedir.

ii. Ebeveynlerin Yanlış Tutum Ve Davranışları

Utangaçlığın gelişmesinde anne-baba ve çocuk etkileşiminin önemli olduğu konusunda genel bir düşünce birliği vardır. “Ebeveyni tarafından sürekli azarlanan, aşırı korunup kollanan, inisiyatif kullanmasına izin verilmeyen, yetersiz ya da beceriksiz olduğu kendilerine hissettirilen çocuklar ilerideki yaşamlarında utangaç, çekingen, ürkek, kendi başlarına karar veremeyen, sosyal ilişkiler kurmakta zorluk çeken yetişkinler olarak karşımıza çıkmaktadırlar (Yüksel, 2005).

Yakın tarihlere kadar insanların sahip olması gereken önemli bir meziyet sayılan utangaçlık, günümüzde kişilerarası ilişkileri etkileyen önemli etmenlerden biridir (Cardduci ve Zimbardo, 1995; Durmuş, 2007). Utangaçlık çocukluk ve ön ergenlik çağlarında takdir edilen bir davranış olarak pekiştirilebilmektedir.

Örneğin utangaç bir erkek çocuğu çok sevimli bulunabilmekte veya utangaç bir kız çocuğu “hanım hanımcık” olarak değerlendirilip takdir edilebilmektedir. Ancak, çocukluk ve ön ergenlik çağlarında sosyal onay aracı olabilen utangaçlık ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde birey için travmatik sonuçlar doğurabilmektedir.

iii. Sosyal Becerilerin Zayıf Kazanılması

Utangaç bireylerin en önemli sorunlarından bir diğeri de ilişkiye başlayamamalarıdır (Carducci, 2000). Utangaç bireyler, başkalarıyla birlikte olmayıp yani onlara hiç görünmeyerek önemsiz olma ve onların içlerinde bulunarak değersiz olma gibi durum arasında sıkışıp kalırlar. Utangaç bireyler aşağıda belirtilen sorunlarla karşı karşıya kalırlar.

- Tamamen dışlanma, depresyona girme, yalnızlığa itilme, insanlarla tanışma ve arkadaş edinmede zorlanma gibi sosyal problemler,
- Utangaç kişilerin başkalarının yanında net düşünemedikleri ve olumsuz yargılara sahip oldukları için davranışsal olarak karşılıklı konuşmalarda donup kaldıkları bilişsel problemlerdir (Carducci, 1995).
- Utangaç bireyler sosyal yaşantıda, içinde buldukları ortamla ya da diğer insanlarla değil sürekli olarak kendi davranışlarıyla ilgilenirler. Kendisine yönelik olumsuz inançları aklına gelince iyice gerilirler ve utangaçlıkları artar (Carducci ve Zimbardo, 1995).
- Utangaç bireyler daha çok çevresinden gelecek geribildirimlerle ilgilenirler. Ancak utangaç bireyler olumsuz geribildirimleri doğru algılamakta ve doğru olduklarını hemen kabul etmekte, olumlu geribildirimleri ise yok saymaktadırlar. Hatta, olumlu geribildirimler aldıklarında kendilerini rahatsız hissetmektedirler (Henderson ve Zimbardo, 1998).
- Utangaç bireyler nasıl göründükleri, başka insanların onlar hakkındane düşündükleri ve başka insanların onlardan hoşlanıp hoşlanmadıkları gibi konularda endişe yaşarlar. Yanlış şeyler söylemekten korktukları için konuşmazlar; diğer insanların kendi fikirlerine dikkat etmeyeceklerini ve önem vermeyeceklerini düşünürler (Gard, 2000).
- Utangaç bireyler mümkün olduğunca az konuşurlar, genelde konuşmayı başlatmazlar, konuşmak zorunda kaldıklarında da gözlerini kaçırırlar ve az mimik kullanırlar. Konuşmalarda karşı çıkıp tartışmaktansa genelde uzlaşma yolunu seçerler. Sosyal davranışları başlatmadaki isteksizlikleri kendi yeteneklerine olan inançlarının zayıf olmasından kaynaklanmaktadır (Henderson ve Zimbardo, 1998).
- Utangaçlıkla ilgili yapılan çalışmalarda kendi kendini suçlama ve kendi farkında lığının çok yüksek olması, olumsuz değerlendirilme korkusunun ve utangaçlığın önemli belirleyicileri olarak ortaya çıkmıştır.

Bu düşüncenin sonucu olarak birey, kendisiyle ilgili fiziksel sosyal ya da akademik yeterliğine ilişkin olumsuz değerlendirmeler yaparak, kendisini engeller.

Utangaç bireylerin nasıl arkadaş olacaklarını ve bunu nasıl sürdüreceklerini; iletişim kurabilmeyi, karşı cinsle buluşup dışarıya gidebilmeyi ve bir gruba ya da toplantıya nasıl katılacaklarını öğrenmeye ihtiyaçları vardır. Diğer bir deyimle utangaç bireylerin yaşam becerilerini edinmeye gereksinimleri vardır.

b. ÇOCUKLARDA UTANGAÇLIK

Utangaçlığın gelişimsel sürecine bakıldığında, çocuklukta değişken, ergenlikte ve yetişkinlikte ise daha kararlı bir yapıdadır. Çocukluk dönemindeki utangaçlıklar, çocukların davranışlarının engellenmesinden kaynaklanabilmektedir (Wayland, 1997). Davranışları engellenmiş çocuklar, alışık olmadıkları büyüklerle ya da akranlarıyla bir arada oldukları zaman tedirgin olmaya başlarlar (Kagan ve Reznick, 1986).



Utangaç çocuklar, özgüveni yeterince gelişmemiş çocuklardır. Yanlış bir şey yapmaktan ve söylemekten çekinirler. Yardım istemekten utandığı ya da kendini çok yalnız hissettiği için okulda başarısız olabilirler. Sakin ve çekingen olarak düşünülen bu çocukların uyumsuzluğu geç fark edilir.

Utangaçlığın en önemli nedenlerinden biri anne-babanın çocuğu sürekli kontrol altında tutması, en basit hatasında bile ayıplaması, aşağılaması, cezalandırmasıdır. Yine anne-babanın şiddetli kavgaları, çocuğun engellenmesi, sevgi ihtiyacının doyurulmaması da utangaçlığa sebep olabilir. Çocuğun model aldığı yetişkinlerin utangaç bir kişiliğe sahip olması da çocuğu etkiler.

Çocuklara sürekli "Akıllı çocukları herkes sever", "Uslu ol herkes sana aferin desin", "Sen diğer çocuklar gibi yaramaz olma", "Sakın başkalarının yanına çok yaklaşma, kimseyle konuşma". Gibi sözlerle çocuğa öz güvenini kazandıracak olan ortamları ve olayları engellemek de utangaçlığa sebep olabilir.

c. ÇOCUĞUNUZ UTANGAÇ İSE ÖNCE KENDİNİZİ SORGULAYIN. BU 4 EBEVEYN MODELİNE DİKKAT!⁽⁶⁾

Temelinde tenkit, alay, küçümseme, kıyaslama ve hatta şiddet bulunan 'yıkıcı iletişim' biçiminin, çocuğu utangaçlığa ittiğini söyleyen uzmanlar, anne ve babanın önce kendi tavırlarını sorgulaması gerektiğini belirtiyor. "Yıkıcı iletişimi seçen anne-babaların dikkati sürekli olarak çocuğun hatalı davranışlarına odaklıdır. Çocukların yaptığı olumlu davranışlar üzerinde durmazlar. Örneğin; çocuk sınavdan 3 kez iyi not aldığı anda 'aferin' demez ama 1 kez kırık not alınca hemen kızıp eleştirir. Utangaçlığı tetikleyen anne-baba modellerini ise şöyle sıralayabiliriz:

1) Koruyucu Anne-Baba Modeli

Çocuk adına her şeyi kendi yapan anne-babadır. Çocuğa davranış tarzları 'Tutma düşürürsün, dokunma kırarsın, koşma düşersin, dışarı çıkma üşürsün, oynama terlersin, yabancılara yaklaşma sana kötülük ederler...' gibidir. Bu anne-babaların bazılarında korkulu-kaygılı kişilik özelliklerine rastlanır.

2) Baskıcı ve Otoriter Anne-Baba Modeli

Çocuğa fırsat vermeyen, her davranışını kontrol edip istediği kalıba sokmaya çalışan anne-baba modelidir. Çocuğun hiçbir konuda fikri sorulmaz, doğruyu yanlış bilmeyeceği düşünülür ve anne-baba onun adına karar verir. Çocuk ayrı bir birey olmaktan ziyade anne-babanın bir uydusudur. Çocuğa dayak atma ve ağır cezalar verme gibi davranışlar gözlemlenir.

3) Yargılayıcı ve Eleştirel Anne-Baba Modeli

'Beceriksizsin, başarısızsın, kardeşin senden daha güzel yapıyor, arkadaşın senden daha başarılı sen onun gibi güzel yapamıyorsun...' gibi söylemlerin hakim olduğu ve çocuğu sürekli eleştiren, kıyaslayan, aşağılayan anne-baba tutumudur.

4) Sevgisiz, İlgisiz Anne-Baba Modeli

Bu anne ve babaların çocukları odasında kendi başına, ortamlarda ilgisiz, sevgisiz, onaysız (aferin, bravo gibi) bırakılır ve çocuk dikkatini çevreye ve kişilere çekecek uyarılardan yoksun kalır. İçine kapanır, sosyal yönü gelişmez. Bizim ülkemiz gibi bazı ülkelerde, kültürlerde ailelerde, utangaç ve çekingen kişiliğin (usluluk terbiyelilik, efendilik, uysallık gibi) olarak değerlendirilip onaylanması da utangaç kişiliğin nedenlerindedir.



Bunun yanı sıra çocuklardan güçlerinin üstünde performans beklemek çekingenlik yaratır. Mükemmeliyetçi öğretmenler ve anne-babalar çocuklara kendilerini eksikli yetersiz hissettirirler. Bir diğer önemli neden ise yetişkinlerin tutarsız davranışlarıdır.

Çocuğu önce öpüp severken 1 dakika sonra kızmak; doğru denilen bir şeye bir başka zaman yanlış demek gibi tutumlar çocuğun kendisine ve ailesine olan güvenini yok eder.”

d. **UTANGAÇLIĞI AŞMAK İÇİN ANNE VE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER**

❖ Öncelikle ebeveynler utangaçlık sorunu önemsemeli. ‘Nasıl olsaküçük daha, büyüyünce değişir’ diyerek utangaçlık temelinin pekişmesine engel olmalı. Gerekeni yapmalı sonuç alamazsa profesyonel bir yardım almalı.

❖ Utangaç çocukla olumlu iletişim kuran bir anne-baba modeli benimsenmeli. Olumlu iletişim çocuğun doğru yaptıklarına odaklanmaktır, sevgi ve ilgi gösterip ona karşı sabırlı olmaktır.

❖ Çocuklara sorumluluklar verilmeli, deneme yanılma yoluyla tecrübe kazanmasına zemin hazırlanmalı, bu şekilde çocuğun kendi güvenini artırmalı.

❖ 3 yaşından itibaren çocuk okul öncesi eğitim kurumlarına gönderilmeli.

❖ Çocuğa oyun, arkadaş ortamları sağlanmalı ve ne yapacağına dair direktiflerden uzak durmalı.

❖ Başkalarının yanında çocuğun utangaç olduğundan bahsetmemeli aksine başarılı yönleri dile getirilmeli. Ancak abartılı övgüden kaçınılmalıdır.

❖ Kardeşler arasında ayrımcılık yapılmamalı. Çocuklar birbirleriyle rekabete sürüklenmemelidir.

(⁵): Galip YÜKSEL’in “Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeyleri” makalesinden özetlenmiştir.

(⁶): e-Psikiyatri”Çocuğunuz utangaç ise kendinizi sorgulayın” makalesinden özetlenmiştir.

5. SÖZ DİNLEMİYEN ÇOCUK!

Söz dinlememe, daha eski bir dille söylersek, itaatsizlik, birçok ana-babanın yakındığı bir konudur. Çocuklar, daha bebeklik çağında, yetişkinlerle ilişkilerinde “hayır” sözcüğünü ve “olmaz” sözcüklerini, “peki” ve “evet”ten daha çok kullanırlar. Bebek, “istemem” sözcüğünü dille anlatamadığı zaman, başı ve elleriyle ifade eder. Kimi zaman yetişkine uymak, kimi zaman ise uymamaktan, karşı olmaktan mutluluk duyar. Aynı tutumu, özgür yetiştirilmiş çocukta temiz kalma (altını kirletmeme) alışkanlığını öğrenirken de görürüz. Bu çocuklar, kimi zaman temiz kalmaktan zevk alır, kimi zaman da bunu reddederler.

Tüm ebeveynler çocuklarının söz dinlemesini isterler. Hatta çoğu ebeveyne göre söz dinleyen çocuk “uslu” çocuktur. Çünkü onlar anne-babalarının nasihatlerini dinledikleri için, yapılmaması söylenen şeyi yapmadıkları için daha az hatayla karşılaşılır ve ısrarcı olmadıkları için de anne-baba saatlerce dil dökmek zorunda kalmaz, rahat eder.

Peki ne içindir çocukların hata yapmalarını engellemek için döktüğümüz nasihatler, diller? Elbette ki anne-babalar çocukları hata yapmadan, daha önceden deneyimleri olan kişileri dinleyip direkt doğruya ulaşsınlar, zorluk yaşamassınlar isterler. Hatta bunun için uzun uzun çocuğu karşılarına alıp anlatırlar ve çocukların dikkat süresi bizden çok daha kısa olduğu için, kısa bir süre sonra dikkatleri dağılır. Ya başka bir konu açarlar, ya başka bir şeyle oynar, ilgilenirler ya da sıkılıp kalkıp giderler. Daha sonra anne babalar “Bak işte görüyor musun? Hiç dinlemiyor!” damgasını yapıştirirler çocuğa. Ya da bir anne çocuğundan defalarca odasını toplamasını istemiştir ancak çocuk ya aldırış etmiyordur ya da “Tamam” diyerek geçiştiriyordur. Bir başka örnek, anne-baba çocuğunun bilgisayarın başından kalkıp ders çalışmasını ya da uyumasını istiyordur ancak çocuk yine istenileni geçiştirmiyor veya duymamazlıktan geliyordur. Kardeş kavgalarında, oyuncak paylaşmama ve bunlar gibi birçok durumda aile ve çocuk çatışma yaşıyor.

a. ÇOCUKLAR NEDEN SÖZ DİNLEMEZLER?

Tüm ebeveynler çocuklarının söz dinlemesini isterler. Anne, bebeklikten başlayarak, çocuğa söz geçirmek gereğine inanır. “yere oturma!.., onu ağzına sokma” şeklinde çocuğu uyarır. Bebeğin buna tepkisi ise öfkedir. Kendisini engelleyen annesine karşı gelir. Bu durumda çocuk, ya her şeye karşı çıkar, ya da görünürde “uysal” davranır. Bu “sözde uysallığın” sakladığı “gizli isyan” isteği bir gün patlak verir.

Çocuklar, ailede öğrendikleri iletişim şeklini, sosyal hayatta da devam ettirme gayreti içinde olacaklardır. Bu amaçla, anne babaların, çocukların konuşmayı öğrenmeye başlamasından itibaren iletişim adına, çocuklarla konuşurken daha dikkatli ve daha yumuşak olmaları gerekir. Yani, eş dostla konuşurken dikkat ettiklerinden çok daha fazlasına, çocuklarla konuşurken dikkat etmelidirler. Çünkü çocukların kalpleri daha hassas olduğu gibi anne babalarını da model almaktadırlar.

Mevlana ne söylediğinden daha çok, nasıl söylediğini ve karşısındaki muhatabın gönlünde nasıl bir etki yapacağını şu veciz sözleriyle ifade etmektedir: “Söz vardır, keskin kılıç gibidir; dostluğu keser, öldürür. Kalpte tedavisi imkansız yaralar açar. Gönül bahçesindeki yeşillikleri, sevgi çiçeklerini hazan mevsimi gibi kurutup öldürür. Bir söz de vardır ki, ilkbahar mevsimi gibidir. Her tarafı süsler, güzelleştirir, sayısız faydalar sağlar.”

Söz dinlemeyen çocuğun ana-babası incelendiğinde, asıl sebebin, ana-baba davranışlarından kaynaklandığı görülür. Çünkü çocuğun yakın ilişkisi daha çok ana-babayadır. Çocuk çok küçükken, kendini bir “obje” olarak görür, mekanik bir tavırla hareket eder. Söz dinlemeyerek dikkatleri üzerine toplamayı dener. Çevre tarafından önemsenmek istemektedir. Anneye yardım etme, babaya yardım etme gibi “önemsendiğini” gösteren işler verildiğinde, çocuğun tutumu olumlu yönde değişebilir.

❖ Peki Çocuklara Neden Söz Dinlemezler?

Çocukların küçük yaştan itibaren zihinsel gelişimlerinin bir özelliği olarak her şeyle oynamak isteyişleri, anne babalar tarafından “Ona dokunma, bunu elleme, oraya gitme, yapma, etme!” gibi emirler, çocukların hem zihinsel gelişimlerini engellenmekte hem de iletişim problemlerine neden olmaktadır.

“Onu yapma, şunu yapma, onu elleme, şuna dokunma!” diyerek ne yapmaması gerektiği konusunda sürekli emirler alan bu çocuklar, acaba neler hissediyorlar? Kızgınlık mı, öfke mi, bıkkınlık mı, ya da “ Oh ne güzel annem ve babam, her şeyimi düşünüyorlar” mı derler ya da duyarsızlaşır mı söylenenlere karşı?

Bu durumlarda çocuklar ne yapsın, hep yapmaması gerekenler söylenmektedir. “O kadar yapılmaması gerekenler içinde, evde hiç mi dokunulacak ve yapılacak bir şey yok?” dediğinde ise; “Gitsin oyuncaklarla oynasın, internete girsin ya da televizyon seyretsin!” benzeri sözler söylenir. Tamam, oyun oynasın, internete girsin, televizyon seyretsin de nereye kadar? Her şeylerine karışılan ve gereken ilgi gösterilmeyen çocuklar da ister istemez söz dinlemeyeceklerdir.

i Çocukların söz dinlemelerinin başında ilgisizlik gelmektedir. Çocuğa ve çocuğun sıkıntılına gereken ilgi gösterilmediği zaman, çocuk da söz dinlememe adına hırçın olacaktır. Gerekirse ilgi çekmek için, istenmedik davranışlara yönelecektir.

ii. Güç çatışması haline getirilen iletişim şekli, söz dinlememeye neden olmaktadır. “Benim dediğim olacak!” diye katı kurallarla belirlenen ilişkilerde, başlarda kaybeden çocuk gibi görünse de sonunda pes eden anne baba ve kazanan çocuk olacaktır. İsteklerin güçle yaptırıldığını öğrenen çocuk, kendisi de bunu zamanla aile ve arkadaş çevresinde kullanacaktır.

iii. Güç çatışmasıyla kaybeden kişi, yine intikam duygusuna bağlı olarak, söz dinlemeyecektir. Dediklerini yaptırma konusunda çocuğun gurunu inciten anne babaların çocukları, misafirlikte ya da alışveriş merkezleri gibi ortamlarda anne babayı zor durumda bırakabilirler.

iv. Sürekli uyarılan ve söz dinleme adına sürekli kızılıp aşağılanan çocuklar, zamanla aşağılık duygusuna kapılabilirler. Kendilerini yetersiz ve değersizlik duygusuna kapılan çocuklar, anne babasına olduğu kadar hayata da olumsuzluk içinde baktıklarından söz dinlemeyeceklerdir.

b. SÖZ DİNLEMİYEN ÇOCUĞA NASIL DAVRANMALI ?

❖ Çocuğunuzu yemeye çağırınız ve her zamanki klasik cevabı verdi; “şimdi olmaz” onu zorla sofraya getirmek yerine, kendinizi onun yerine koymaya çalışın. Eğer arkadaşlarıyla oynuyorsa, ona oynamak istediğini bildiğinizi ancak yemeğinde hazır olduğunu söyleyin. Burada önemli olan, sorunun bir parçası olduğunuzu değil, yanında olduğunuzu göstermeniz.

❖ Sinirlenmemeye çalışın; yumuşak ama kararlı olun limitler koyun okul çağındaki çocuklar limitlerini bilmek isterler. Bunları “İznilenmeden telefonla konuşamazsın” ya da “Seni ilk çağırdığımda gelmelisin “ gibi cümlelerle onlar açıklayın. Bütün bu yaş çocukları gibi sizin çocuğunuzda bunlara uymakta zorlanıyorsa, zorlamak yerin çözüm yollarını araştırın.

❖ Onunla konuşun ve söz dinlememesinin nedenlerini araştırın. Ödevini yapmak istememesi belki de oynamaya yeteri kadar zamanı olmamasındandır. Sorunlarını çözmeye yardımcı olacağını anladığında daha uyumlu olacaktır.

❖ Onu ödüllendirin, çocuğunuz sizi dinlemediğinde ona bağırarak karşılık vermemek çok güç olabilir, ancak kendinizi tutun. Bilin ki, çocuğunuz isyankar davrandığında zaten kendini kötü hissediyor ve ona kendini daha kötü hissettirerek iyi davranmasını sağlamanız olanaksız. Bunun yerine onun iyi davranışlarını vurgulamak ve bu konularda onu sıkça cesaretlendirmek çok daha yararlı. Unutmayın okul çağındaki çocuklarınız için disiplin onu kontrol etmeniz anlamına gelmez.

❖ Ceza onu istediğiniz şekilde davranmaya itebilir. Ancak bu sadece korktuğu için olacaktır. Çocuğunuz için en iyisi, doğru olanı kendi istediği için yapmasıdır. Bu onun için hayatı daha da eğlenceli bir hale getirecektir. Yine de bir kuralı çiğnediği zaman on bunun sonuçları olacağını gösterin, ancak cezalandırıcı bir tavır takınmayın.

❖ Ona güç verin çocuğunuza bağımsızlığını kullanabileceğini ve kendini ifade edebileceği imkanlar yara-

tın. Mesela ne giyeceğini kendisinin seçmesine izin verin. Ona akşam et yemeğinin yanında hangi sebzeleri yemek istediğini sorun. Bu yaklaşım ona ve ihtiyaçlarına saygı duyduğunuzu gösterir. Ona kendini güçlü hissettirmeniz bir diğer yolu da ne yapamayacağını değil, neler yapabileceğini söylemeniz. Örneğin "evde top oynayamazsın" demek yerine "bahçede oyna" diyebilirsiniz.

❖ Bazen görmemezlikten gelin, eğer çocuğunuz yeşil tişörtünü turuncu şortuyla giymek istiyorsa ona karışmayın. Bazen başınızı öbür tarafa çevirip görmemezlikten gelin. Örneğin saçını taramadığında yada oyuncaklarını çekmecesine kaldırmak yerine toplayıp yatağın altına koyduğunda vb.

❖ Yaşına ve içinde bulunduğu dünyaya saygı gösterin. Çocuğunuza yatağını toplamasını söylediğinizde bunu nasıl yapacağını bildiğinden emin olun. Ona zaman ayırıp sorumluluklarını nasıl yerine getirebileceğini öğretin. Çocuğunuzun dünyasına saygılı olun.

❖ Oyunu bırakıp, size sofrayı hazırlamanıza da hemen yardım etmesini beklemek yerine ona zaman tanıyın; "beş dakika içinde yemek yiyeceğiz yavaş yavaş oyunu bırakıp bana yardım eder misin?" Bu onun surat asmasına engel olacaktır ancak sabırlı ve kararlı olursanız çocuğunuz sonunda söz dinlememenin onu bir yere götürmeyeceğinin farkına varacaktır.

❖ Bir diğer önemli husus ise tutarlılıktır. Sözlerimizde, farklı ortamlarda dahi olsa tutarlı olmalıyız. Çocuğa evdeyken "Hayır" dediğimiz bir şeye, başkalarının yanındayken sorduğunda da "Hayır" diyebilmeliyiz. Yoksa çocuk bunu çok kısa bir süre içinde öğrenir. "Ben ağladığım zaman, arkadaşlarım geldiği zaman, misafir olduğu zaman ya da markette olduğumuz zaman annem-babam "Hayır" dediği şeylere rezil olmamak için veya uğraşmamak için o an "Evet" diyorlar.

Ya da annesinden oynamak için izin isteyen bir çocuğa annesi birinci seferde "hayır" demişse çocuğun bütün yalvarmalarına rağmen bu kararında ısrar etmelidir. Yoksa birinci ve ikinci seferde "hayır" diyen anne çocuğun yalvarmasına dayanamayıp üçüncü seferde "evet" derse, çocuk bunu bir alışkanlık haline getirir ve her defasında bu taktiğe baş vurur. Ve sonunda kazana da çocuk olur.

❖ En önemli sorumluluklardan birinin de düşünce sorumluluğu olduğu unutulmamalıdır. Çocukların yerine düşünüp hareket edersek çocuklar düşünce sorumluluğu kazanamazlar. Bu yüzden sorunun çözümünü bilsek dahi amacımız ve görevimiz çözümü söylemek değil, çocuğa çözüm yolunu buldurmaktır. Çözüm yolunu kendi bulan çocuklar, sosyal hayatlarında da karşılaştıkları problemleri kendi başlarına çözebilmekte zorlanmayan bireyler olurlar. Üstelik düşüncelerini davranışa döktüklerinde sonuçlarından da kendilerinin sorumlu olduklarını bilirler. Bunun temelleri küçük yaşlarda atılır. Çözümü çok basit, çözümü çocukların üretmesine ve hatta çözümünü deneyerek yanılmasına fırsat verin ki o da tecrübe sahibi olabilsin. Nasihatlerle bilinen yanlışlıkları söylemek, çocuğa doğru yolu göstermek çocukları sıkır.

❖ Çocuğa değişik seçenekler sunmak: Belirli sınırlamalar getirirken, aynı zamandabelirli bir serbestlik de tanınmış olur. Örneğin "Oyuncaklarını kendin mi toplamak istersin, yoksa sana yardım edeyim mi?" denilebilir. Ya da örneğin markette çocuğa istediklerinden sadece birisini alma şansı verilebilir.

❖ Olumlu davranışı takdir etmek: Çocuk olumlu bir davranış gösterdiğinde bu davranışı nedeniyle onurlandırılmalıdır. Bu, her zaman çocuğa hediye alınması anlamına gelmez; ona sarılıp "Bugünkü güzel davranışından dolayı çok mutlu oldum, teşekkür ederim" demek de onu çok mutlu edecek, ilerideki davranışları içinyürekli olacaktır.

Ama bazen işler yolunda gitmeyebilir. Eninde sonunda, çocuk anne ya da babasını dinlemediğinde, onların nasıl davranacağını gerçekten söylediklerini yapıp yapmayacaklarını sınamak isteyecektir. Eğer çocuk ebeveynleri dinlemiyor ise, bu durumda başvurulacak bazı yöntemler vardır:

• Doğal sonuçlar: Çocuk yaptığı hareketin doğal sonuçlarına katlanmasını öğrenmelidir. Ancak bu sonuçlar çocuk için herhangi bir tehlike yaratmamalıdır. Örneğin, çocuk sütünü kasıtlı olarak dökmüşse, o öğünde yeniden süt içemeyecek ya da eğer oyuncağının kırmışsa o oyuncakla oynayamayacaktır. Bu kendisinin yaptığı davranışın bir sonucu olduğu için de anne ya da babayı suçlamayacaktır (kendi düşen ağlamaz kuralı).

Böylece çocuk sütünü bir daha dökmemesini, oyuncuğı ile daha dikkatli oynamasını kısa zamanda öğrenecektir.

- **Mantıklı sonuçlar:** Çocuğun doğal sonuçları öğrenmesi en iyisidir. Ancak bu her zaman işe yaramayabilir. Örneğin, anne çocuğa oyuncaklarını toplamasını söylemişse ve çocuk da bunu yapmıyorsa ne yapabilir? İşte bu durumda, çocuğun hareketiyle ilgili bir sonuç yaratılabilir. Anne, eğer çocuk oyuncaklarını toplamazsa onları kaldıracağını ve akşama kadar oyuncaklarla oynayamayacağını ona söyleyebilir. Bunu söylerken annenin söylediği şeyi gerçekten yaparak ciddi olduğunu çocuğa göstermesi gerekir. Fakat bunu bağıarak değil, yumuşak bir ses tonu ile söylemelidir.

- **Çocuğun çok istediği bir şeyi kısıtlamak:** Mantıklı bir sonuç çıkarmak her zaman mümkün olmayabilir. Çocuk ebeveyni dinlememekte ısrar ediyorsa, çocuğa çok istediği başka bir şeyin kısıtlanacağı söylenebilir. Ancak bu yöntem uygulanırken bazı noktalara dikkat edilmelidir:

Örneğin, beslenme gibi çocuğun gerçekten gereksinimi olan şeyler kısıtlanmamalıdır. Bu yöntemin etkili olabilmesi için kısıtlanacak şey çocuğun gerçekten çok istediği bir şey olmalıdır. Ebeveyn söylediği şeyi gerçekten yapmalıdır. Mesela davranışını düzeltmediği sürece çocuğa dondurma yiyemeyeceği söylenmiş, fakat herhangi olumlu bir gelişme olmadığı halde, anne ya da baba onun gönlünü almak için biraz sonra dondurma almışsa, bu yöntem doğaldır ki işlemecektir.

Sonuç olarak; çocuklarınızı gerçekten dinlediğinizde, onlara zaman ayırdığınızda, konuşurken onları yüreklendirdiğinizde, onlarla ilgilendiğinizde, onlara fırsat verdiğinizde ve en önemlisi onları koşul-suz kabul edip takdir ettiğinizde iletişim problemi yaşanmayacaktır.

ÇOCUK YAŞADIKLARINDAN ÖĞRENİR...

Eğer bir çocuk eleştiriyile yaşarsa, kınamayı öğrenir.

Eğer bir çocuk düşmanlıkla yaşarsa, savaşmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk utançla yaşarsa, suçlu hissetmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk hoşgörü ile yaşarsa, sabırlı olmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk övgüyle yaşarsa, değer vermeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk alayla yaşarsa, utanmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk adil yaşarsa, adaleti öğrenir.

Eğer bir çocuk güvenceyle yaşarsa, inanmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk dürüstlikle yaşarsa, doğruyu öğrenir.

Eğer bir çocuk yüreklendirmeyle yaşarsa, kendine güvenmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk arkadaşlıkla yaşarsa, dünyada sevgiyi bulmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk onaylamayla yaşarsa, kendinden hoşlanmayı öğrenir.



Dorothy Law Nolte

6. ÇOCUKLARDA İNATÇILIK

Anne babaların çocuklarını yetiştirirlerken yaşadıkları sorunlardan kendilerini en çok zorlayanlarından biri; çocuklarının evdeki kuralları hiç önemsemeyen, laf/söz dinlemeyen, başına buyruk hareket eden inatçı davranışlarıdır. İnatçılık, çocuğun gelişiminin bazı dönemlerinde ortaya çıkan bir özelliktir. Kişinin belli ve kabul edilen bir neden olmadan bir olayda ya da harekette ısrar etmesine inat denir. Çocuk, kendi varlığının farkına vardığı dönemlerde, bunu çevresine kabul ettirmek için çevreden gelen uyarılara karşı direnir.



Acaba bu inatçı davranışlar, normal gelişim dönemine mi ait, yoksa bir davranış problemi haline dönüşmüş hali midir? Öncelikle belirtmek gerekir ki; inatçılık, duygusal gelişimin bir sonucudur. Elbette normal gelişim dönemlerinde yaşanan inatçı davranışlar da, yanlış tutumlar nedeniyle, bir davranış problemi haline gelebilmektedir. Peki, normal inatçı davranışlarla, bir davranış bozukluğu olarak inatçılığı nasıl ayırt edebiliriz? Bunun için öncelikle gelişim dönemlerinin nasıl yaşandığına bakalım.

a. ÇOCUKLARDA İNAT DÖNEMİ

❖ İlk kritik dönem “birinci yaş dönemi”dir. Çocuk bir yaşından sonra yani yürümeye başladıktan ve yavaş yavaş konuşmaya başladıktan sonra, inatçı davranışlar göstermeye başlar. Anne babanın dediğinin tersini yapmaktan ve kuralları çiğnemekten zevk alır gibidir. Anne “Yapma!” dedikçe, çocuk inadına istenmeyen davranışı tekrarlar.

❖ İkinci kritik dönem “2,5 yaş dönemi”dir. Kas, kemik ve sinir sistemi yönünden yani fizyolojik olarak hızlı bir gelişme gösterdiğinden, uyum sağlamakta zorlanır. Dengesiz, kararsız, olumsuz, her şeye ‘Hayır!’ diyen isyancı bir kişilik sergiler. Psikolojik yönden de “bağımsızlık çabası” içindedir. Yardım istemez, her şeyi kendi başına yapmak ister. Bir yandan da her istediğini kendisi yapamadığının da farkındadır. Bu nedenle engellenmişliğin gerginliğini yaşar. Aslında bu davranışlarıyla “ben de varım, benim düşüncelerim de değerli ve geçerli” demektedir.

Çocuk, yavaş yavaş kendi varlığını keşfeder ve kendini kabul ettirmek için çaba gösterir. Pek çok dengesiz davranış gösterir. Çok istediği bir şeyi, aniden “ben artık onu sevmiyorum” diyebilir. Bu dönemde anne ile çocuk arasında en sık çatışmalar tuvalet ve temizlik konusunda yaşanır. Anne babanın yapacağı en iyi şey, bir yıldan fazla sürmeyecek olan bu dönemde, çocuktan sevgisini esirgememek ve zor da olsa sabretmektir. Dönem sağlıklı bir şekilde atlatılırsa, çocuk kendiliğinden sakinleşir ve rahatlar.

❖ Üçüncü kritik dönem “4 yaş dönemi”dir. Bu dönemde çocuk kendi başına buyruk, kafasına estiği gibi hareket eden, sağda solda dolaşan, çok konuşan, istekleri hiç bitmeyen, durmadan soru soran ancak cevabını dinleme sabrı göstermeyen, başladığı işi yarım bırakan sabırsız bir çocuktur. Ancak bununla beraber 2,5 yaş çocuğu kadar inatçı değildir. Sabırla soruları cevaplanmalı, istekleri kurallar ve imkanlar dahilinde karşılanmalıdır. Kritik ayrıntı yine çocuğun şefkatle karşılanmasıdır.

❖ Dördüncü kritik dönem “6 yaş dönemi”dir. İnatçı ve olumsuz davranışlarıyla sanki 2,5 yaş çocuğu geri gelmiş gibidir. Anne babalar 5 yaşındaki o uyumlu ve uzlaşmacı çocuğun nasıl olup da böyle zıt bir kişilik sergilediğine anlam veremezler. “Bu çocuğa ne oldu, birden huyu çok değişti?” derler. Çocuğun kritik dönemde olduğu unutulmazsa, okula başlama sürecine sağlıklı ve başarılı bir şekilde geçilecektir.

❖ Beşinci ve son kritik dönem “ergenliğe geçiş dönemi”dir. Çocuk 12-13 yaşlarında hızlı bir cinsiyet hormonları salgısına maruz kaldığından, bu hızlı değişime ayak uydurmakta zorlanır. Küçük şeyleri problem yapar, hemen ağlar, çabuk kızar, eleştiriye ve nasihate sert tepki verir. Sizler daha uyarılara ve nasihate başladığınız anda, sıkılmaya ve sizi dinlememeye başlar. Fiziki görünümünü aşırı önemser. Tek bir sivilce bile onu hayata küstürebilir. Okul başarısında düşme görülebilir. Odası dağınık, genellikle duvarları posterlerle kaplıdır. Yüksek sesle müzik dinler. Verilen harçlığı beğenmez.

Modaya göre giyinme, erkeklerde saç uzatma ve marka takıntısı başlayabilir. Bu dönemde de genç ergen, kişiliğinin kabul edilmesi için çevresindekilerle inatlaşır ve çatışır.

Unutulmamalıdır ki; bundan önceki kritik dönemleri sağlıklı bir şekilde atlatan, kurallar içinde özgür kalan, anne babanın hoşgörüsü ve sabrıyla büyüyen, sevildiğinden ve değer verildiğinden emin, özgüven duygusu gelişmiş çocuklar ergenliğe geçişi kolay atlattıkları.

Şimdi kritik dönemlerle sınırlı kalmayan, davranış problemlerine dönüşmüş olan İnatçılığı inceleyelim.

İnatçılığın davranış bozukluğu olarak kabul edilmesi için, sözü edilen yaşların dışında da çocuğun inatçı davranışlarının yoğun olarak sürüyor olması gerekmektedir. İnatçı çocuk, öfkesini sağlıklı bir şekilde yaşayamayan, kendisini ifade edemeyen çocuktur.

b. İNATÇILIĞIN NEDENLERİ

❖ ***Biyolojik Etmenler:*** Her çocuk doğuştan kalıtsal, sinirsel ve biyokimyasal ya da bu üçünün bileşiminin oluştuğu belirli bir biyolojik yapıdadır. Biyolojik etmenler sonuçtan çok eğilimi oluşturmaktadır. Her çocuk biyolojik olarak bazı tür davranışlara eğilimli kılınmıştır.

❖ ***Aile Etmenleri:*** Anne babalar, çocukları sosyalleşme sürecinde "tek kaynak" olmamasına rağmen bu süreçte en temel faktör olarak görülmeye devam edilmektedir. Bu durum ebeveynlerden çocuğa doğru olan tek taraflı bir etkilenmeden çok, her iki tarafın da birbirini etkilediği bir süreçtir. Bu karşılıklı etkileşime rağmen ebeveynler, özellikle erken gelişim dönemlerinde çocukları nedeniyle daha fazla etkiye sahiptirler.

Araştırmacılar okul öncesi dönemdeki çocuklarla yaptıkları çalışmada ebeveyn kontrolünün özellikle demokratik ve otoriter ebeveyn tutumları tanımlamıştır.

- Demokratik ebeveynler çocuklarından uygun davranış beklerler ve aynı zamanda gerçekçi olduğunda kurallara uymalarını isterler. Özellikle sıcak ve ilgilidirler. Sabırlı ve duyarlı bir şekilde çocuklarını dinlerler ve aile içinde verilecek olan kararlarda çocuklarının görüşlerini alırlar. Bu ailede yetişen bir çocuk erken gelişim dönemlerinden itibaren sağlıklı bir benlik geliştirdiği için "inatçılık" gerektirecek davranışlara başvuramaz.

- Otoriter ebeveynler, koydukları kurallara çocuklarının koşulsuz uymalarını ve itaat etmelerini beklerler. Bu tür ailelerde çocuklar kurallara uymadıklarında ceza uygulanır ve ebeveynler çocuklarıyla fazla bir görüş alışverişinde bulunmazlar. Daha çok çocuklarını söylediği her şeyi sorgulamadan kabul etmesini beklerler. Otoriter ebeveynler, otoritenin sağlanmasına oldukça önem verirler ve çocuklarının bunu değiştirme çabalarını hemen bastırırlar. İnatçı çocuğun genel tutumu çoğunlukla gergin anne-çocuk ilişkisinin bir sonucudur ve başlangıcı özerklik dönemine kadar gider.

Annenin tuvalet eğitimi veya yemek konusunda çok katı ve ısrarcı oluşu çocuğu pasif direnmeye götürür. Yemekte nazlanarak oturağına oturtulunca dışkısını tutarak anneye direnir. Anne-çocuk arasında bu dönemde başlayan savaş başka alanlara da sıçrayarak sürüp giderse ortaya inatçı bir kişilik çıkar. Çok karışan, çok söyleyen, ayrıntılar üzerinde çok duran bir anne, çocuğunu böyle bir savunma yoluna kolayca iter.

c. İNATÇI COCUĞA NASIL YAKLAŞILMALIDIR?

Çocuğun inatlaşması, kendi varlığını gösterme ihtiyacından kaynaklanır. Çocuklar yetişkinin sahip olduğu muhakeme ve düşünme becerisine sahip değillerdir. İnat döneminin çocuğun gelişimi, bireyselleşmesi için önemli olduğunun aile tarafından bilinmesi önemlidir.

❖ ***Olumlu Bir Yaklaşım:*** Bu dönemdeki en önemli şey anne babanın sakin kalabilmesidir. Anne babasının sakin kalabildiğini gören çocuk kendisini güvende hissedebilir. Örneğin;

- Çocuğun kendi başına yapmak istedikleri (yemek yemek, kendi kıyafetini seçmek vb.) konusunda desteklenmesi, çocuğun ileriki yaşamında kendisine güvenen bir birey olmasına yardımcı olacaktır.

- Bu dönemde anne babanın çocuğun yapmasını istediklerini pozitif cümlelerle ifade etmesi, "Hayır" kullanmaması önemlidir. Yasaklar koymak yerine çocuk kurallara uyduğunda onu ödüllendirmek çocuğun davranışının pekişmesine yardımcı olacaktır.

- Çocuğa alternatifler sunmak, bu alternatifler üzerinden seçim yapmasını sağlamak, uzlaşmacı bir tavır sergilemek, çocuk öfkelendiğinde onun dikkatini başka bir alana yönlendirmek, ilgisini çekecek seçenekler oluşturmak önemlidir.

- Anne baba çocuğun istediğini neden yapmadığını, yapmamasının kendisinde yaratmış olduğu duyguyu ifade etmesi, çocuğun anne babasını sürekli engeller koyan kişiler olarak algılamasının önüne geçecektir. Aile içinde herkesin uyduğu kurallar konusunda anne babanın ortak bir dil kullanması önemlidir.

Çocuğun inat döneminde edindiği tecrübeler, anne babanın tepkileri sosyal gelişimi açısından önemlidir. Çocuk bu dönemde sınırları öğrenemezse ileride kuralları kabul etmekte zorlanabilir. Anne babanın çocuğun istedikleri karşısındaki tutarsız davranışları, çocuğun ilerleyen dönemlerde davranış bozukluğu göstermesine neden olabilir.

Kabul edilmesi gereken çok önemli noktalardan biri, çocuğun aile büyüklerinden farklı duyup, farklı görüp, farklı algılayıp, farklı düşündüğüdür. Bu yüzden çocuğun yetişkinlerden farklı

“Öğüt vermek kolay, örnek olmak zordur.”

La Rochefaucauld

olan düşüncelerine saygı göstermeli gereksiz inat davranışları göstererek çocuğa yanlış model olunmamalıdır.

Eğer inat davranışı her türlü olumlu yaklaşıma rağmen düzelmiyorsa çocukta ruhsal bir duruma işaret ediyor olabilir. Ruhsal travmalar, depresyon, kaygı bozukluğu gibi durumlar çocuklarda inatçı davranışlara sebep olabilir. Bu durumda mutlaka bir uzmana danışmak gerekir.

7. YALANCILIK⁽⁷⁾

Yalan söylemek, insanın kaygı ve korku duyduğu anlardan kurtulmak için başvurduğu savunma mekanizması, yani kendini koruma yoludur. Başka bir ifadeyle yalan, insanların doğru olmadığını bildiği bir şeyi, aldatmak, örtbas etmek amacıyla söylemesidir.

Ancak zararlıda olsa zararsızda olsa yalan... yalandır. Sonuçta kişinin kendini aldatması ve bununla birlikte başkalarını da adatmaya çalışmasıdır. Bir hatayı gizleme amacı ile gerçeğe uygun olmayan bu girişim sözle olabildiği gibi bazen de, jest, yazı ve susma ile de olabilmektedir.

a. ÇOCUK VE YALAN

Yalan söylemek toplumumuzda en çok yadırganan ahlaki zaaflardan birisidir. Bundan dolayıdır ki aileler kendi çocuklarının yalan söylemesi karşısında kaygılanır ve bazen de onlara ciddi manada tepki gösterirler.

Çocuklar farklı gelişim dönemlerinde farklı tür yalanlar söylediklerini gözlemleyebiliriz. 3 yaşından küçük çocuklarda henüz yalan söyleme kavramı yoktur. Çünkü 3 yaştan küçük çocuklar düşüncelerini saklayabildiklerini bilmezler ve ne düşünseler anne-babalarına bildirirler.

3-4 yaş civarında ise çocukların hayal gücü çok fazladır ve bir çok hikaye uydurmaktan hoşlanırlar. Yeni kazandıkları becerilerini, bilgilerini hikayelere aktarabilirler. Bu hikayeler sayesinde gerçek hayattaki bir çok rolü deneme fırsatları olur. Gerçekleri hayal güçleri ile saptırarak, abartarak “yalan” söyleyebilirler. 3-4 yaş çocukları zaman zaman hatalı davranışlarını bir başka hayali kişiye atabilir böylece suçluluk duygusunu azaltmış olur. Örneğin; bardağı deviren hayali köpeği olabilir.

Bu durumda aslında çocuğun suçluluk duygusunun geliştiği ve duygunun içselleşme sürecinde olduğu gözlemlenebilir. Çocukların 5 yaştan önce söyledikleri yalanların çok önemi olmamakla birlikte, okul çağı çocukları ebeveynlerini, öğretmenlerini veya arkadaşlarını memnun etme güdüsü ile doğru söylememeyi seçebilir.

Okul çağında olan çocuklar artık hayal ve gerçek, doğru-yanlış kavramlarını algılar ve ayırt edebilir. Bu dönemde çocuk baş kalarının onaylamayacağı şeyleri yapar ancak bu deneyimi farklı yansıtarak olası yaptırım ve sonuçlardan uzaklaşmaya çalışır. Bu çabasına bilinçli yalan söyleme denilebilir. Bu gelişim dönemindeki çocuklar yalan söylemekten veya yalanlarının keşfedileceğinden korkmaları aslında yalanın doğru olmayan tehlikeli olduğunu fark ettikleri anlamına gelir. Çocuk, gerçeği ayırt ettiği yaşa geldiğinde bu huyundan vazgeçer. Ama bazı çocuklar bu evreyi de geçtiği halde yalan söylemeye devam ederler.

b. ÇOCUKLAR YALAN SÖYLEMEYİ YETİŞKİNLERDEN ÖĞRENİR

Çocuklar yalan söylemeyi ilk olarak aile içinde öğrenirler. Telefona cevap vermeye giden çocuğuna, 'beni filanca sorarsa evde yok dersin' diyen bir baba veya anne dolaylı yoldan çocuğa yalan söylemeyi öğretmektedir. Veya anne-babadan birinin çocuğunun yanında bir arkadaşına kızı Zeynep'in çok hasta olmasından (kızı hasta olmadığı halde) dolayı bugün gelemeyeceğini söylemesi ya da annenin uyumadığı halde telefonla arayan arkadaşına uyduğunu söyleterek çocuğuyalana dahil etmesi.



Annenin kızına; "Akşam babana güne gittiğimizi sakın söyleme sora hasta ziyaretine gittiğimizi söyleriz." Gibi zaman zaman söylenen yalanlar aile içinde çocukların yalan söylemeyi öğrenmesine örnek olarak gösterilebilir.

c. ÇOCUKLAR HANGİ NEDENLERDEN DOLAYI YALAN SÖYLER?

Çocuklar genel olarak; dikkat çekmek, cezadan kaçınmak, bazı menfaatler elde etmek, ilgi görmek, ona zor gelen bazı sorumluluklarından kurtulmak ve korkularından dolayı yalan söyleyebilirler.

Cezadan kurtulmak ya da ödüle ulaşmak amacıyla yalan söyleyen çocuklar yalanı nereden öğreniyorlar?

❖ Çocuk Yalanı Aileden Öğrenir

- "Oğlum sesiz ol sana çikolata alacağım".
- "Akşam baban gelince sana oyuncak getirecek".
- Eve gelen telefona baba; "evde yok de oğlum".
- Annesi 9 yaşındaki oğluyla minibüse biner ama üç beş kuruş kar yapabilmek için "o henüz 5 yaşında, okula gitmiyor" diyerek yalan söyler.
- Evde çektiği komşusunu, mahallede görse güler yüz gösterip över.

Böyle bir ailede büyüyen çocuk yalanın doğal bir şey olduğunu düşünerek kendisi de yalan söylemeye başlar.

❖ Çocuk Yalanı Basılı ve Görsel Yayınlardan Öğrenir

Televizyonların aşk dizilerinde, aksiyon filmlerinde, magazin programlarında, sabah programlarında, reklamlarda, haberlerde çok sayıda yalana rastlamak mümkündür. En masum çizgi filmlerde, romanlarda bile yalana maruz kalan bizlerin bilinçaltına yalan o kadar normal bir şey olarak kazınıyor ki, sonrasında onu içimizden söküp atmak çok güçleşiyor.

❖ Çocuk Yalanı Çevreden Öğrenir

Ailemiz yalan söylemese, televizyon izlemesek de çevremizde yalan söyleyen o kadar kimse var ki. Kısacası arkadaşlarımız, komşularımız, amcalarımız, teyzelerimiz gözümüzün içine baka baka yalan söyleyebiliyorlar.

Yalancılık günümüzde bir meslek ve hatta daha da ileri, bir sanat olmuş. Teknolojik ilerlemelerin bu kadar hızlı ve yoğun yaşanması da engelleyemiyor yalanı ve yalan söylemeyi. Hatta yalan ve yalancılık çağa ayak uydurup hızla büyüyüp ve gün be gün gelişim gösteriyor. Tıpkı bir bukalemun gibi ortama, çağa, mesleğe, sanata, kısacası her şeye uyum sağlıyor.

Yalan söylemek, ille ağızımızdan çıkan kelimeler değildir. Hile yapmak, dolandırmak, kalpazanlık yapmak ve daha bir çok şeyi yapmak yalanın diğer branşları olmaktadır. Politikacılar, sanatçılar, bilim adamları kısacası tüm meslek dallarında rastlayabiliriz yalan ve yalancılara.

Karşımızdaki insanın, yalan söylediğini anlasak bile, bir çoğumuz bunun doğruluğunu araştırma ihtiyacını duymuyoruz. Karşımızdakilerin duymak istediklerini onlara söylemek, onların mutluluğunu görüp karşılığında ödüllendirilmek, hepsi küçücük bir yalanın büyük eserleridir. Eğer doğruyu söylemiş olsanız başınıza gelebilecekleri asla tahmin edemezsiniz. Ama söylediğiniz yalan kariyerinizi arttırabilir, ödül almanızı sağlayabilir, maaşınızın artmasına neden olabilir.

Artık günümüzde, inkar etmenin bu kadar rahat olması, suça teşviki körüklemekte, insanların duymaktan hoşlanacakları şeylerin söylenmesi, yalanın cazibesini ve boyutunu, bir gökdelenin daima yükselen katları durumuna sokmaktadır. Git gide manevi değerlerin yozlaşması, kapitale dayalı sistemin içerisinde, insanların daha fazla para kazanma hırsı ile zamanın çoğunu çalışmaya ayırması ve kısa yoldan başarı ve zengin olma arzusu, yalan ve yalancılığın günümüzün en cazip mesleği durumuna gelmesine sebep olmaktadır.

Sabah yatağımızdan kalktığımız andan, gece yatağa girip uykuya dalmamıza kadar geçen sürede, sayısız yalan ve yalancıyla karşılaşmaktayız. Kahvaltıda yediğimiz ekmeğin gramajının eksik olmasından tutun da; televizyonda haberleri izlerken konuşan politikacının, ekonominin mükemmel durumundan, demokrasinin tıkır tıkır işlemesinden bahsetmesine kadar hep yalan vardır. İşine geç kalan memurun söylediği bahaneden, dersine çalışmayan öğrencinin uydurduğu klasik “akşam elektrikler kesikti, çalışamadım” bahanesinin altında yine aynı yalan vardır.

Yalancılık artık günümüzün mesleğidir. Eskiden dürüstlüğün her şeyin üstünde olduğu söylenirdi, şimdilerde de yine söylenen bu. Ancak, eskisi kadar artık üstünde durulmamaktadır. Ne yazık ki mesleklerin icrasında ve üretilen politikaların temelinde yatan asıl gerçek yalandır.

Reklamın tabanını oluşturan da aynı yalandır. İnsanları etkilemenin temelinde de aynı yalan karşınıza çıkar. Artık karizmatik liderlerin yerini günümüzde, insanları en iyi etkileyen ve bunu yaparken de onların duymaktan hoşlanacakları şeyleri, onlara en güzel şekilde ifade edebilenler almıştır. Yani gerçek yalancılar....

d. ÇOCUKTA YALAN SÖYLEME DAVRANIŞINI ORTAYA ÇIKARABİLECEK FAKTÖRLER

❖ Aile çocuğun sadece fiziksel değil duygusal ihtiyaçlarını da karşılamalıdır. En temel olan sevmeye ve sevilme duygusal ihtiyacının farkında olmalı ve çocuğun bu ihtiyacına karşılık vermelidir. Çocuğunu sevdiğini söylemeli, ondan sevgi gördüğünde mutluluk duyduğunu ifade etmelidir. Ebeveyn çocuğunu dokunarak, öperek sevmeyi ihmal etmemelidir.

❖ İlgili beklentisinde olan çocuk daha çok yalana başvurmaktadır. Çünkü çocuk için ilgi ekmek kadar su kadar gereklidir. Normal şartlarda bu ilgiyi göremeyen çocuk yalan söyleyerek ilgiyi üzerine çeker. Bu ilgi ister ona kırgınlık şeklinde olsun ister ceza şeklinde olsun çocuk için önemli değildir. Önemli olan ilgidir ve bu ilgiyi elde etme yollarının hepsi mubahtır.

❖ Ebeveynler çocuklarını ayrı bir birey olarak kabul etmekte zorlanırlar. Kendi isteklerini, hedeflerini çocuklarına yüklerler. Kendi yapamadıklarını çocuklarının yapmasını, kendi yaşayamadıklarını çocuklarının yaşamasını isterler. Ancak çocuklarımız farklı bireylerdir bu sebepler onların duygularını anlamaya yönelik empati kurmak ve çocuğun duygu ve düşüncelerini aktarabileceği uygun ortamlar oluşturmak gereklidir.

❖ Çocuğun her davranışına müdahale etmek çocukta engellenmişlik hissi yaratır. Çocuk isteklerini düşüncelerini yerine getirmek için bu sefer yalancılara başvurabilir.

❖ Çocukların olumlu davranışları ödüllendirmeli ve pekiştirmeli, olumsuz davranışlar gözlemlendiğinde ise bu davranışların yapıcı şekilde düzeltilmelidir.

❖ Ebeveyn çocuğunun gelişim düzeyini takip etmeli. Gelişim evrelerinin özelliklerini bilmeli ve çocuğun kapasitesini keşfetmelidir. Bu kapasite ve sınırlar dahilinde ondan başaramayacağı şeyleri istememelidir.

❖ Aile çocuğunu kesinlikle akranları ile karşılaştırmamalıdır. Çocuğun başarı ve başarısızlığını çocuğun kendi yetenekleri içinde ve süreç içindeki gelişmeleri dikkate alarak değerlendirmelidir.

❖ Ebeveynin çocuğa uyguladığı normalden fazla ve gereksiz yasak ve baskılar yalan söylemenin zemini oluşturur. Yasak ve baskılarının nedenleri anlatılmalı, ortak kararlar doğrultusunda hareket edilmelidir.

❖ Çocukların ilgi ve yetenekleri doğrultusunda onları destekleme, ilgi ve yetenekleri dışındaki alanlarda zoraki yönlendirmelerden kaçınılmalıdır.

❖ Çocuğun söylediği yalanın türü boyutu ne olursa olsun eğlenceli bile olsa pekiştirmekten ve ödüllendirmekten kaçınılmalıdır.

e. YALAN SÖYLEYEN ÇOCUĞA SAHİP AİLELERE ÖNERİLER

- ❖ Yalan söyleme davranışıyla mücadele etmek için ilk olarak çocuğunun ne tür yalan söylediği keşfedilmelidir.
 - ❖ Gelişimsel süreç değerlendirilmelidir. Çocuğun 6–7 yaşına kadar söylediği yalanlar ahlakı bir hata gibi görülmemelidir. Çünkü çocukların bu dönemde yalan söylemesi gelişiminin bir parçası olarak değerlendirilir. Bu dönemdeki yalanlara karşı tepkiler abartılmamalı, yalanlara ve çocuğun yalan söylemesine karşı cezalandırıcı yaklaşılmamalı, çocuğa karşı öfke seilmeme gibi tutumlara girilmemelidir. Bununla birlikte çocuğa sık sık doğru söylemenin önemi anlatılmalıdır.
 - ❖ Çocuğun çevresindeki yetişkinler çocuğa iyi birer model olmalıdır. Etrafında yalan söyleyen ebeveyn gören çocuk bir süre içinde yalan söylemeye başlayacaktır. Ayrıca çocuklar genelleyerek öğrendikleri için ebeveynin belli durumlarda yalan söylediğinin farkına varamaz ve her koşulda yalan söylemeye başlar. Ayrıca bazı aileler çocuklardan kendileri ile birlikte yada kendi adlarına yalan söylemelerini isterler. Bu tür durumlar çocuğun yalanı normal bir durum olarak algılamasına neden olur.
 - ❖ Çocukla sürekli iletişim halinde olunmalıdır. Neler yaşadığı sorulmalı, anlatılmalı. Yalan söylediği farkedildiğinde “o olay acaba şöyle olmuş olabilir mi?” şeklinde olasılıklar anlatılmalıdır. Çocuğa kesinlikle yalan söylüyorsun, doğruyu söyle, bu böyle olamaz gibi yargılayıcı cümleler kullanılmamalıdır.
 - ❖ Çocuğu yalan söylemesine neden durumlar saptanmalı. Bu durumları yaşaması engellenmelidir. Eğer durum engellenemez ise çocuğun bu tür durumlarda kaldığında neler yapması gerektiği somut örneklerle sık sık anlatılmalıdır.
 - ❖ Yalan söylemeye başladığı ilk dönemlerde çocuk bir suçluluk duygusu duymaya başlar. Çocuk iyi takip edilmeli ve yalan söyleyip söylenmediğini fark edilmelidir. Yalan söylediği anlaşıldığında çocuğu bu suçluluktan kurtarma amaçlı itiraf etmesine yardımcı olunmalıdır.
- Ancak bu itiraf çocuk kendi ve etrafı ile barışık bir durumda yapmalıdır. Suçluluk duygusu yalan söyleme davranışı kökleşmeden önce yaşanır. Eğer aile çocuğun yalan davranışlarına aşırı sert , tepkisel ve cezalandırıcı yaklaşırsa çocukta da suçluluk duygusu görülmemeye başlanır.
- ❖ Yalan söyleyen çocuk ailesinin onunla olan mücadelesinin kendi iyiliği için olduğunu bilmelidir. Burada bir güç gösterisi değil, yardım söz konusu olmalı ve ona güven vermelidir.
 - ❖ Yalan çocukta özgüven eksikliğinin belirtisidir. Çocuktaki yalan davranışın sönmesi için mutlaka tek başına, sahip olduklarıyla çok değerli olduğu söylenmelidir. Yapabildiği davranışlar üzerine düşünülerek özgüveni yükseltilmelidir.
- Özetle, önce çocukta yalan söylemesinin nedenlerin bulunması gerekir. Sonra çocuğa doğruluğun yararları, sağlayacağı mutluluk somutlaştırılarak öğretilmelidir.

f. USTA BİR YALANCI ÇOCUK YETİŞTİRMENİN YOLLARI

- I. ‘Sakin yalan söyleme, yoksa...’ diyerek tehdit edin. Çocuklar zaten baskı altında oldukları için yalan söylerler. Yalan söyleyen çocuğu bir de tehdit etmek çocuğu yalancılıkta ustalaştırmaktan başka işe yaramaz.
- II. Çocuğunuza yalan söyledikçe ve çocuğunuz yalanınızı fark ettikçe “şaka yapmıştım” deyin. Çocuk yalanının fark edildiğini hissedince, yalanının adına “şaka” demeyi öğrenir. Çocuk işine geldiğinde yalan, yakalanacağını hissettiğinde “şaka” diyerek kendini kurtarmayı öğrenir.
- III. Çocuğunuz kendinden büyük birisinin yalanını yakaladığında, “Çocuklar yalan söylemez, büyüklerin işine sen karışma” deyin. Böylesi bir söz, çocuğu yalandan uzaklaştırmaz, aksine yalanı meşrulaştırır. Yalanı büyüklerin kullanabileceğine çocuğu inandırır.

Çocuk her ne kadar kendinden büyükler tarafından “Sen küçüksün” diyerek ayrımcılığa uğrasa da, büyüklerin sergilediği davranışları kendi de büyüyünce yapmak üzere zihninin bir noktasına çalar saat kurar gibi yerleştirir. Günü geldiğinde iyi bir yalancı olur çıkar.

IV. Çocuğunuzun yalanını fark ettiğinizde “Neden yalan söyledin?” diye sorun. Çocuğa sorulacak bu soru anlamsızdır, çünkü cevabı yoktur. Ayrıca böylesi bir soru çocuğa “Sen yalancısın!” etiketinin yapıştirilmesine neden olur ki, çocuk artık kendini “yalancı” olarak tanımlayabilir. Eğer çocuk kendini bir defa “Zaten ben yalancıyım” diye tanımlarsa, yalan söylerken yüzü kızarmaz bir yalancı oluverir.

V. Çocuğunuzun iyi bir yalancı olmasını istiyorsanız, ona verdiğiniz sözde durmayın. Çocuklar kendilerine verilen sözleri çok özenle takip ederler. Ebeveynlerin kendilerine verdiği sözde durmaması çocuğun “sözde durmanın çok da önemli olmadığı” ahlakını geliştirir ki bu da yalancılığın temelidir.

VI. Çocuğunuzun yalanını gördüğünüzde, yalan söylemeyen çocukları ona örnek gösterin. Çocuklar hiç bir zaman kendilerinin başkalarıyla kıyaslanmasından hoşlanmazlar. Hele ki yanlış bir davranış sergileyen çocuğa bir başka çocuk örnek göstererek doğru yola çekmeye çalışmak çocuk için oldukça incitcidir.

VII. Çocuğunuzun iyi bir yalancı olmasını istiyorsanız, kendi yalanınızı “pembe yalan” ve “masum yalan” diye sevimli hale getiriniz. Yalan yalandır. Anne- babanın bu yalana bir de pembe renkli kıyafet giydirip şirin göstermesi çocuk açısından da vakti geldiğinde uygulanacak bir yöntem olarak öğrenilir.

VIII. Çevrenizde yalanınız fark edildiğinde kendinizi kurtarmak için çocuğunuzun şahit gösterin. Çocuk, yetişkinlerin birbirlerine karşı nasıl da yalan söylediğini ve fark edilen bir yalanın nasıl şahitlendirileceğinin ilk provalarını böylece anne-babası ile yapar.

g. YALAN DEDEKTÖRÜ” OLMAMIZ MÜMKÜN MÜ?

Klinik psikoloji alanında dünyaca tanınan ve David J. Lieberman’ın araştırmalarına göre, birinin yalan söyleyip söylemediğini aşağıdaki ipuçlarıyla anlayabilirsiniz:

- 1) Yalan söyleyen kişi göz temasından kaçınır, göz göze gelmemek için elinden geleni yapar.
- 2) Yalan söyleyen ya da bir gerçeği saklayan kişi, ellerini ve kollarını daha az kullanır.
- 3) Kendisine soru sorulduğunda elleri sınıksız kapanıyorsa ya da avuçları aşağı dönükse bu yalanın ya da kandırmanın sinyalidir.
- 4) Ellerini yüzüne ya da boynuna doğru götürüyor olabilir.
- 5) Verdiği cevap nedeniyle içinin rahat olduğunu göstermeye çalışır kaçamak bir şekilde omzunu silker.
- 6) Şaşırmış, korkmuş ya da mutluymuş rolü yapıyorsa, yüzünde beliren ifade, ağız bölgesiyle sınırlı kalır.
- 7) Yalan söyleyen kişi ayakta dururken ya da otururken konuşma sırasında sırtını dik tutmaz.
- 8) İşaret parmağını ikna etmek istediği kişiye yöneltmez.
- 9) Kendisini itham eden kişiyle arasına bir takım nesnelere koyar.
- 10) Bilinçaltından sızan gerçek duygular, düşünceler ve niyetler dil sürçmesi şeklinde ortaya çıkar.
- 11) Yalan söyleyen kişi, ‘ben, biz ve bizim’ gibi zamirleri ya çok az kullanır ya da hiç kullanmaz.
- 12) Kullandığı kelimeler açık ve net olmayabilir.
- 13) Sorulan soruya oranla aşırı bir tepki gösterir.
- 14) Yalan söyleyen kişi, bütün sorularınıza cevap verebilir ama kendisi size soru sormaz”
- 15) Konu değiştirildiğinde rahatlar ve gerginliği azalır.
- 16) Haksız yere suçlandığına sinirlenmez.
- 17) ‘Gerçeği söylemek gerekirse’ ve ‘Neden yalan söyleyeyim ki’ gibi cümleler kullanır.
- 18) Soruyu önceden düşünmüş ve cevabı hazırlamıştır.
- 19) Sorunuzu tekrar etmenizi ister ya da soruya soruyla karşılık verir.
- 20) Konuşmasına, ‘Yanlış anlamamı istemem ama’ gibi bir cümleyle başlar.

8. ÇOCUĞA SINIR KOYMA

a. GİRİŞ

Çocuklar için birçok yabancı durum ve kavramla dolu olan dünya, onlar için hem merak kaynağıdır hem de bilinmezliğin getirdiği endişelerle doludur. Bu nedenle çocuklar, onlara yeni yollar gösterecek, nelerin güvenli nelerin güvensiz olduğunu anlatacak, davranışlarının sonuçlarını öngörmelerine yardım edecek ebeveynlere ihtiyaç duyarlar.

Her anne baba da çocuğunu en iyi şekilde yetiştirmek ister. Çocuğunun mutlu, başarılı, iyi bir kişiliğe sahip bir birey olarak toplumda yer almasını arzu eder. Bilinen bir söz vardır: Eğitim ailede başlar. İşte burada ailenin vereceği iyi eğitim, çocuğuyla kurduğu sağlıklı iletişim becerilerini kullanmasına bağlıdır.

Sınır koymak nedir? Sınır koymak, çocuğun kendisini emniyette hissederek hareket edebileceği alanı belirleyen yardımcı ve yol gösterici işaretleri çocuğa sunmaktır. Çocuk neden sınırlara ihtiyaç duyar? Çocuk, hiç tanımadığı büyük bir dünyayı keşfe çıkmıştır. Yön verici ipuçlarına ihtiyaç duyacaktır. Öğrenmeye açtır ve pek çok hedefi vardır. Ancak, bu iyi tanımadığı dünyada hedefini şaşırması ya da yönünü kaybetmesi muhtemeldir. Keşif yolculuğu sırasında kendisi için tehlikeli olabilecek alanlara da dala bilir. İşte bu noktada çocuk kendisine yön gösterecek, tehlikeli alanlara daldığında dur diyecek, güvенеbileceği yön göstericilere ihtiyaç duyacaktır.

Çocuğun en önemli yön göstericileri öncelikle anne ve babasıdır. Ancak anne ve babalar çocuklarına sınır koymakta zorlanırlar. Bunun en büyük nedeni de çocuklarına kolay kolay hayır diyemezler.

Ülkemizde anne babaların çocuk yetiştirme ile ilgili çocuklarına sınır koyma ve otorite sağlama konusunda sorunlar yaşadığı gözlemlenmektedir.

Çalışmanın bu bölümünde ebeveynlere ve çocuklarla çalışan diğer ilgililere “Çocuğa Sınır Koyma” konusuna yardımcı olabilmek amacıyla literatür taraması sonucu elde edilen bilgiler özet olarak sunulmuştur.

b. ÇOCUK YETİŞTİRMEDE SINIR KOYMANIN ÖNEMİ

Çocuklar, kurallarını bilmedikleri bir dünyaya doğarlar. Büyüdükçe kendilerinden beklenenlerin değişmesi ve çeşitlenmesi ise durumu daha da zora sokmaktadır. Sınırlar, bu öğrenme ve keşfetme sürecinde çok önemli bir role sahiptir. Çocuklar, dünyayı tanıyıp, kendi başlarına bir şeyler yapmaya, yeni ilişkiler kurmaya başladıklarında değişik tepkilerle karşılaşır. Bunlarla başa çıkabilmeleri için ihtiyaçları olan en önemli rehber, net sinyallerdir. Çizilen sınırlar anlaşılır ve tutarlı olduğu sürece, çocuklar için onları anlamak ve uygulamak kolay olacaktır.

Sınırlar, özellikle birey olarak kendi başına doğru kararlar veremeyen veya vermekte güçlük çeken, doğru ile yanlış ayırt etmekte zorlanan kendi çocuklarımız için koyduğumuz kısıtlamalardır. Önem derecesi çocuğumuz o kötü ve istenmeyen davranıştan uzaklaştırma becerisi ile doğru orantılıdır. Her anne-baba yetiştirdiği çocuğun toplum tarafından kabul görmesini, takdir edilmesini ve ileride başarılı bir hayat yaşamasını kendisinin de bu hayata bir şeyler katmış olduğunu bilmek ister.

Sınırları zorlama eğiliminde olsalar dahi çocukların asıl ihtiyacı olan sınırlı ve kurallı yaşamdır. Sınırsızlık içinde yaşayan çocuk; yönünü belirleyemez, güven duygusu hissedemez, daima bir desteğe bağımlı olma, onay alma, yardım alma ihtiyacı duyar.

Sınır koymanın çocukların hayatlarına yansıyan faydaları vardır. Yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da güven duygusu en önemli duygudur ve sınırlar çocuğa güvende olduğunu, değerli olduğunu hissettirir. Geliştirmesi hedeflenen duygulardan biri de sorumluluk duygusudur (*ilerleyen bölümlerde bu konu ele alınacaktır*) ve sınırlar çocuğun sorumluluk duygusunu geliştirir. Aynı zamanda sınırlar aile ilişkilerini, dinamiklerini düzenlemeye yardımcı olur. Sınırlar, çocuklarımızın doğru ile yanlış birbirinden ayırt edebilmelerini, özgüvenlerini geliştirebilmelerini, sorumluluk sahibi bireyler olmalarını, arkadaş ilişkilerinde ve toplum içinde kendilerini ifade ederken kontrollü davranışlar sergilemelerini sağlar. Çocuklar sınırlar sayesinde toplum kurallarına uymayı ve anne-baba otoritesini öğrenirler.

c. ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA SINIR KOYMAKTA NEDEN ZORLANIYORLAR?

- Çünkü çocuklarına hayır diyemiyorlar.
- Çünkü çocuklarını çok sınırlıyorlar.
- Çünkü kendilerini eğitimden uzak tutuyorlar.
- Çünkü çocuklarına emretmek istemiyorlar.
- Çünkü çocuklarını şımartıyorlar.

d. SINIRLAR NASIL BELİRLENİR?

İstenmeyen davranış karşısında ceza kullanılması, istenmeyen davranışı ve direnci arttırır. Ceza, çocuklara nasıl davranmaları gerektiğini öğretme konusunda etkili bir araç değildir. Ceza, yapılmaması gereken davranışı öğretirken, istenen davranışı öğretme konusunda etkili değildir. Ebeveynler bazen sınırlar ve kurallar eğitimi cezalarla vermek ister. Bazen de daha ılımlı ve yumuşak yöntemler kullanarak ikna etme yolları tercih edilir.

Ancak en etkili yol, yaş düzeyine uygun olacak şekilde net ve açık ifadeler kullanarak doğru mesajlar vermektir. Olumsuz içerikli emir cümleleri kullanmak yerine, anlaşılır ve olumlu bir yönerge ile ifade edilirse çocuk kendisinin değerli olduğunu hissedecek ve verilmek istenen davranışı benimseyecektir. Kullanılan yöntemler farklı olsa da çocuklara vermek istediğimiz mesajlarda sıklıkla sözlerimizi ve davranışlarımızı kullanırız. Bu iki mesajdan biri net değilse iletişimde kopukluk olur.

Sınırlar, etkili ve uygun bir şekilde belirlendiğinde çocukların araştırma yapmalarına yardımcı olur. Çocuklar, sınırlarımızı yaklaşık olarak bir yaşlarına doğru keşfetmeye başlarlar ve bu süreçte en önemli araştırmalarının cevabını ararlar.

- “Doğru olan nedir?”
- “Hangisi yanlıştır?”
- “Yetkili kimdir?”
- “Ne kadar ileri gidebilirim?”
- “Çok ileri gittiğimde ne olur?”

Sınırlar, onaylanan davranışları tanımlar. Bir kuralın sonucunda ne oluyor ise o bizim onayladığımız davranıştır. Çocukların ilerlemeleri beklenen yolun hangisi olduğunu anlamaları için net sınırlara ihtiyaçları vardır.

Sınırlar ilişkileri tanımlar. Çocuklar, yetişkinlerle ilişkilerinde ne kadar güç sahibi olduklarını ve bu ilişkiyi ne kadar kontrol edebildiklerini, gün içinde yetişkinlerle etkileşimde bulunurken araştırma yaparak keşfederler.

Çocuk bu araştırmaların çoğunu evde yapar. Evde öğrettiğimiz kurallar, dış dünyada onaylanan davranışlar açısından standartları oluşturacaktır. Çocuklar, güç, kontrol ve otorite konusunda evde gözlemlediklerini hiç kaçırmazlar ve davranışlarını buna göre ayarlamayı öğrenirler. Çocuklar, sınırlar sayesinde toplum kurallarına uymayı ve anne-baba otoritesini öğrenirler.

Örneğin okula ilk başladığında karşısına çıkan toplum kurallarına uymayı, olumsuz duygularla baş etme becerisini evde edindiği deneyimlerine göre şekillendirir. Çocuklar, sınırlar sayesinde kendilerini güvende hissederekler. Kendisine veya başkasına zarar verebileceği durumlarda anne-babasının kendisini durduracağını bilmenin rahatlığını yaşarlar. Sınır belirleme dinamik bir süreçtir. Çocuklar büyür ve değişir. Gelişim evrelerindeki değişikliklere göre de özgürlük, ayrıcalık ve sorumluluk yüklenmeye hazır hale gelirler.

e. SINIR KOYARKEN BEKLENTİLER MAKUL OLMALIDIR

Beklentileriniz makul olsun...Anne-babalar çocukları için çok çaba sarf ettikleri duygusunu yaşayabilir ve en makul anlaşmalara bile uyulmamasından dolayı incinebilirler. Bu normaldir, aşırı tepki vermemeniz daha yerinde olacaktır. Çocuğunuzun aileye katkıda bulunduğunu, ailenin bir parçası olduğunu ve yükü paylaştığını hissetmesi için ev işlerine yardım etmesini isteyin ve adil bir sorumluluk paylaşımı konusunda ısrar edin. Görevlerini sık sık hatırlatmanız gerekebileceğini unutmayın. Ancak bunu yaparken sık sık “evde her şeyionun yaptığı” ya da “sürekli angaryalarla uğraştığı” gibi sözler duymaya da hazırlıklı olun.

Sınır ve kuralları belirlerken hangi nedenlere dayandığınızı da düşünün. Örneğin koyduğunuz kural ve sınırlar gerçekten makul mü, yoksa sadece siz o şekilde yetiştirildiğiniz için bu kuralları koymuş olabilir misiniz? Kendi kendinize söyledikleriniz ergenlik sorunları ile baş etmeniz için asıl farkı yaratacaktır. Örneğin “ Bu davranışına tahammül etmek zorunda değilim.” diye düşünmeniz aranızdaki mücadelenin devam etmesi olasılığını artırırken, “Çocuğum şu anda zorlanıyor, bu durumu düzelterek en iyi yöntemi bulmak için uğraşmam lazım.” şeklinde düşünmeniz ortamın sakinleşmesi ve daha yapıcı çözümler üretme şansınızı artırır. Çocuğunun davranışı kontrolden çıkıyorsa veya şiddet söz konusu oluyorsa, bir uzmandan yardımı alınız.

f. SINIRLARI BELİRLERKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?

I. Aşama : Ebeveynlerin Kendilerine Sormaları Gereken Sorular:

- Çocuğumu ne kadar iyi tanıyorum?
- Çocuğum beni kızdıran “X” davranışını yaparken aklından neler geçiyor?
- Çocuğum bu davranışı yapınca eline neler geçiyor?
- Çocuğum bu davranışı yaptığında neden bu kadar öfkeleniyorum?
- Kendim ve çocuğum için neler istiyorum?

II. Aşama

- Anne- babanın çocuğun sınırlandırılacak davranışları üzerinde görüş birliğine varması,
- Çocuğu eleştirmeden kendisi hakkında konuşmasına fırsat verilmesi,
- Değiştirilmesi uygun görülen davranışın değişmesi için neler yapılabileceğinin çocukla beraber düşünülmesi ve kurallar üzerinde anlaşılması.
- Olası değişikliklere çocuğunuzu önceden hazırlayarak pek çok uygun olmayan davranışa engel olabilirsiniz. Örneğin, evde çocuğunuzu uykuya hazırlarken “5 dakika sonra uyku zamanı”, yemek yedirmeden önce “yemek zamanı” diyebilirsiniz. Eğer olaylar gerçekleşmeden önce çocuğunuzun olacağını bilmesini sağlarsanız, çocuğunuz değişikliklere daha kolay uyum sağlayacaktır.
- Çocuğunuz sürekli kısıtlamak ya da aşırı kurallar koymak da uygun bir davranış değildir. Bu nedenle kuralları koyarken anne-baba olarak sizler için en önemli ve olmazsa olmaz kuralları belirleyin.
- Kurallar koyarken en önemli noktalardan biri anne-babanın çocuğa model olmasıdır.
- Kurallar konusunda çocuğunuzla güç savaşına girmekten kaçınınız. Örneğin tekrar tekrar bir şeyi yapmamasını söylemeyin. Bu durum çocuğunuzun gözünde yetkinliğinizin azalmasına ve bu duruma karşı oluşacak sağırlığa neden olacaktır.

III. Aşama

- Üzerinde anlaşılan kuralların tutarlı biçimde uygulanması,
- Kurallar ihlal edildiğinde yaptırımların tutarlı biçimde uygulanması.

g. SINIR KOYMADA ALTIN KURALLAR

- Gerçekten gerekliyse ve kararlıysanız “hayır” deyin.
- Çocuğunuz kurallara uymuyorsa nasıl bir yaptırım uygulayacağınıza karar verin ve tutarlı olun.
- Çocuğunuza uzun nasihatlerde bulunmayın.
- Güç kavgasına girmeyin.

h. ÇOCUK KURALLARA UYMADIĞI ZAMAN NE OLACAK?

Kurallar ihlal edildiğinde daha önceden üzerinde dikkatle düşündüğünüz bazı sonuçların uygulanması gerekir. Bu sonuç ne olursa olsun, çocuğunuz cezalandırıldığını düşünerek, size karşı gelebilir; ancak hiçbir şey yapmamanız bir dahaki sefere çok daha zor bir durumla karşılaşmanıza neden olabilir. Hemen tepki göstermek yerine, nedenleri düşünün. Öncelikle çocuğunuzun anlatacaklarını dinleyin. İhlal edilen kurallara uygun sonuçlar belirleyin. Örneğin eve belirlenen saatten geç gelmesi durumunda bir dahaki sefere izin verdiğiniz zamandan daha erken gelmesi veya yarın evde kalacaksınız gibi...

Bazı anne-babalar bu eğitimi ağır cezalarla verir. Bazıları da yumuşak yöntemler kullanarak hatırlatma ve ikna etme yolunu seçer. Bu iki yöntem arasında gidip gelen anne babalar da vardır. Bazıları da net ve açık mesajlar verirler. Yöntemler farklı olabilir ama mesajımızı vermek için aynı araçları kullanırız: sözlerimiz ve davranışlarımızı. Bu iki mesajdan biri net değilse iletişimde kopukluk olur.

Örneğin “Oynamadan önce odanı temizle.” dediğimizde ve çocuk odasını temizlemeden oyuna gidiyor, onun görevini anne yapıyor ve çocuk, bunun karşılığında herhangi bir dönüt almıyorsa çocuk, koymak istediğimiz kural ve ondan beklediğimiz şey hakkında belirsiz, karmaşık bir mesaj almış olur. Sözlerimiz “Odanı temizle.” derken davranışlarımız, “Odanı temizlemesen de olur.” demektedir.

Asıl kural hangisi? Asıl kural “Odanı temizleme zamanı” deyip hemen akabinde davranışımızla odanı böyle temizlemen gerekir.” şeklinde ifade edip bunu göstermektir. Bir yönerge emir ve olumsuzluk taşımadan açık, net, olumlu anlaşılır ve basit bir şekilde ifade edilmelidir ki çocuk, kendini bir birey olarak görebilsin ve değerli olduğunu hissedebilsin.

I. PEKİ, ÇOCUĞA SINIR KOYMANIN FAYDALARI NELERDİR?

• Sınırlar Çocuğa Güvende Olduğunu Hissettirir.

Kurallar, sınırlar bizim hayatımızı kolaylaştırdığı gibi çocuklarında hayatını da kolaylaştırır. Bizler yetişkin olarak hayatımızda sınırlara ve kurallara ihtiyaç duyarken çocukların bilişsel seviyesi düşünüldüğünde sınırlara, kurallara ve rutinlere ne kadar çok ihtiyaçları olduğunu anlayabilirsiniz. Çocuklar ancak sınırlar olduğunda kendilerini güvende hissedebilirler. Örneğin çok işlek bir kavşakta trafik ışıklarının olmadığını düşünün. Ne hissedersiniz? Kendinizi güvende hissedebilir misiniz? “Kesinlikle hayır” diyebilirsiniz. Çocuklar içinde anne babalarının sınır koyması aynı işlevi görüyor. Sınırlar olmazsa çocuklar kendilerini bir karmaşanın içinde kaybolmuş gibi hissederekler.

• Sınırlar Çocuğun Sosyal Becerilerini ve Uyumunu Artırır!

Çocukların erken yaşlarda sınırlarla karşılaşması sadece güvende olma ihtiyacını karşılamaz aynı zamanda çocukların sosyal becerilerinin gelişmesine de yardımcı olur. Sınırlar konularak büyümüş çocuklar sosyal hayattaki kurallara uyum sağlamakta zorlanmaz. Çünkü toplumda hangi davranışının kabul gördüğünü, hangi davranışının kabul görmediğini anne babaların koydukları sınırlarla deneyimleyerek öğrenmişlerdir. Eğer çocuğunuza sınır koymaz ve onaylamadığınız bir davranışı yapmasına izin verirseniz, çocuğunuza o davranışının yanlış olduğunu öğrenme şansına vermemiş olursunuz.

• Sınırlar Çocuğun Sorumluluk Duygusunu Geliştirir!

Sınır konulması çocukların sorumluluk alma, kendini kontrol etme, kendi kararlarını verme gibi önemli kişilik özelliklerinin de gelişmesine yardımcı olur. Çocuklar sınır konulduğunda anne babanın sunduğu alternatifler hakkında karar vermek zorunda kalır. Anne babanın sunduğu alternatiflerden birini seçer ve o seçtiği seçeneğin sonucunu kabul ederler. Bu deneyim çocukta sorumlulukduygusunu geliştirir.

• SınırlarAile İlişkilerini İyileştirir!

Sınırları olan bir aile de herkes kendi görev ve sorumluluklarını bilir. Daha az kavga, tartışma ve stres yaşanır. Ailede en çok tartışmalar çocuklara sınır konulamadığı için çıkar. Bu tartışmaların sık yaşanması çiftlerin ve tüm ailenin huzurunu kaçıtır. Diğer taraftan çocuğuna sınır koyan anne babalar bu tartışmaları yaşamaz. Çünkü çocuklarıyla güç kavgasına girmez, ona seçenekler sunarak sınır koyarlar. Böylece aile daha mutlu ve huzurlu olur. Bu ailede büyüyen çocuk da daha mutlu büyürler.

- Tekrarlama ve hatırlatma,
- Konuşmalar, nasihatler ve nutuk çekmeler,
- Yanlış davranışı görmezden gelme,
- Net olmayan mesajlar,
- Etkili bir model oluşturamama,

- Tartışma ve çekişme,
- Rüşvetler ve özel ödüller,
- Ebeveynler arasındaki tutarsızlık,

❖ ETKİSİZ SÖZEL MESAJ” ÖRNEKLERİ

- “Banyo zamanı geldi, tamam mı?”
- “Hiç olmazsa bir kez olsun nazik olmayı deneyemez misin?”
- “Bana bir iyilik yapıp, bir kez benimle işbirliği yapar mısın?”
- “Telefonda olduğumu görmüyor musun?”
- “Tavırlarını beğenmiyorum.”
- “Artık bu kadar yeter!”

❖ “Etkisiz Davranışsal Mesaj” Örnekleri

Çocukların dağıttıklarını onların yerine toplamak, kendileri giyinebilecekken onları giydirmek, vuran bir çocuğa nasıl bir duygu olduğunu anlaması için vurmak ve sizin keyfiniz yerinde olduğu için kabul edilemeyecek bir davranışı görmezden gelmek gibi davranışlar etkisiz davranış örnekleridir. Çocuğunuzun olumlu davranışını desteklemek için ortamı hazırlamanızla ya da çevreyi düzenlemenizle ona “uygun” olarak tanımladığınız davranışı sergileme fırsatı yaratmış olursunuz. Çevre düzenlemesi, olumsuz davranışı olumlu bir şekilde değiştirmenin etkili ve basit bir yoludur. Burada, çocuğunuzun davranışını etkileyen çevreyi fark ederek çocuğunuzun destekleme söz konusudur.

❖ Çocuğunuzun Uygun Davranışlar Gösterdiği Zamanları Yakalayınız!

Sevdiğiniz ya da istediğiniz uygun bir davranış yaptığında ve bunu tekrarlamasını istediğinizde çocuğunuzun bunu bilmesini sağlayınız. Bunun için sözel övgüler kullanınız. Sözel övgüler kullanmak, çocuğunuzun uygun bir şekilde davranmaya devam etmesini sağlayan en iyi yoldur. Bu aslında uygun davranışın devam etmesi için çocuğunuzun çevresinde neyin olumlu olduğunun farkına varmasıdır.

- “Bugün benimle çok güzel oynadın/ çalıştın.”
- “Oyuncağını paylaşman çok hoşuma gitti.”
- “Seninle oyun oynamak/ kitap okumak gerçekten çok eğlenceli.”
- “Oyuncaklarını topladığın, odanı temizlediğin için teşekkürler.”
- “Etrafı toplamamda, masayı hazırlamamda bana yardım ederek beni mutlu ettin.”, “Sessizce okuman/ oyuncaklarıyla oynaman çok hoş”.



i. ÇEVRE DÜZENLEMeye ÖNEM VERİNİZ!

Çocuğunuzun çevresini (odasını, oyun alanı) ilgi gösterdiği, sevdiği nesne oyuncak ve etkinliklerle düzenlemeniz, uygun olmayan davranışı önlemenin ve durdurmanın en etkili yollarından biridir. Çocuğun yakın çevresinde, çocuğa farklı etkinlikler, oyuncaklar ya da araç gereçler sağlayarak çevreyi zenginleştirebilirsiniz.

Çocuklar, hareket alanlarını sınırlandıran bir çevrede uygun olmayan davranışlarda bulunabilir. Uygun olmayan davranışlar (fırlatmak, kaçmak, ağlamak veya bir dizi rahatsız edici davranış) çocukların bazen yardım bazen de sakinleşmek istedikleri anlamına gelebilir. Bu nedenle çevreyi çocuğunuzun sizin yardımınız olmadan rahat hareket edebileceği ve etkinliklerde bulunabileceği şekilde sadeleştirerek düzenlemeniz uygun olmayan davranışları önlemenize yardımcı olabilir. İlaçlar, kesici aletler, temizlik malzemeleri gibi çocuğun güvenliğini tehdit edebilecek zararlı maddeler ya da tehlikeli, yetişkin gözetimi gerektiren araç-gereçleri çocuğun ulaşamayacağı yerlere kaldırma, çocuk için düzenli ve sağlıklı bir ortam düzenlemek demektir.

j. BİR ETKİNLİĞİ DİĞER BİR ETKİNLİKLE DEĞİŞTİRİNİZ !

Eğer çocuğunuzun evde istemediğiniz bir davranışı yapmak üzereyken görürseniz ona oynayabileceği, sevdiği, ilgi gösterdiği başka şeyler veriniz ya da farklı etkinlikler sununuz.

Eğer çocuğunuza eğlenceli bir alternatif sunmadan, yapmak üzere olduğu olumsuz davranışı engellerseniz, ağlama ve kızgınlık tepkileri (öfke nöbeti) ile karşılaşabilirsiniz. Sakin bir şekilde seveceğini ya da ilgileneceğini bildiğiniz bir alternatif sunarsanız, çocuk genellikle bunu kabul edecektir. Bir diğer yardımcı strateji ise çocuğunuza iki farklı seçenek sunmaktır. Bu durumda çocuğun dikkati dağılır ve siz ona istediği, hoşuna gidebilecek seçenekler sunarak istediğine sahip olmasını sağlayabilirsiniz

k. ÇEVRESİNDEKİ DEĞİŞİKLER İÇİN ÇOCUĞUNUZU HAZIRLAYINIZ !

Çocuğunuzu olası değişikliklere karşı önceden hazırlayarak onun pek çok uygun olmayan davranışına engel olabilirsiniz. Örneğin çocuğunuzu uykuya hazırlarken “5 dakika sonra uyku zamanı”, okula gitme zamanından birkaç dakika önce “birazdan okula gitme zamanı” yemek yedirmeden önce “yemek zamanı” diyebilirsiniz. Eğer olaylar gerçekleşmeden önce çocuğunuzun olacakları bilmesini sağlarsanız çocuğunuz değişikliklere daha kolay uyum sağlayacaktır.

Böylelikle çocuğunuza hoşlandığı ve yoğunlaştığı bir etkinlikten ayrılma zamanının geldiğini önceden söylediğinizde, onun önündeki zaman içerisinde gerçekleşecek değişikliklerin farkına varmasına ve işbirliği yapmasına yardımcı olursunuz.

BÖLÜM IV SORUMLULUK EĞİTİMİ

KONU BAŞLIKLARI

<p>A. SORUMLULUK KAVRAMI</p> <p>B. SORUMLULUK EĞİTİMİ</p> <p>a. SORUMLULUK BİLİNCİ VE SORUMLULUK DUYGUSUNUN GELİŞİM İLKELERİ</p> <p>b. SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMA</p> <p>c. SORUMLULUK EĞİTİMİNDE AİLE</p> <p>I. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMADA BAZI TEMEL KURALLAR</p> <p>II. ÇOCUĞA SORUMLULUK KAZANDIRMADA ATILACAK ÖNEMLİ ADIMLAR</p> <p>III. SORUMLULUK DOĞUŞTAN GETİRİLEN DEĞİL, ÖĞRENİLEBİLEN BİR BECERİDİR</p> <p>IV. SORUMLULUK KAZANDIRMA SÜRECİNDE ENGELLER</p>	<p>V. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMADA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER</p> <p>VI. ANA-BABA TUTUMLARININ ÇOCUKTA SORUMLULUK DUYGUSUNA ETKİSİ</p> <p>VII. ÇOCUĞUN SORUMLULUK KAZANMASINDA ARKADAŞ İLİŞKİLERİ</p> <p>VIII. ÇOCUĞUN SORUMLULUK DUYGUSUNU KAZANMASINDA SEVGİNİN ROLÜ</p> <p>d. OKULDA ÇOCUKLARA VE GENÇLERE SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMA</p> <p>C. ÖĞRENCİLERİN ÖDEV SORUMLULUĞU</p>
--	--

A. SORUMLULUK KAVRAMI

Sorumluluk, başkalarının kendi gereksinimlerini karşılamalarına engel olmayacak şekilde, bireyin kendi gereksinimlerini karşılama yeteneği (Glasser,1990), erken çocukluk döneminden başlayarak, çocuğun yaşına, cinsiyetine ve gelişim düzeyine uygun olarak görevlerini yerine getirmesi olarak tanımlanmaktadır(Yavuzer, 2007).

Dhillon'a (2002) göre de bilgi çağındaki teknolojik gelişmeler, sanal ortamdaki ilişkilerin kazandığı farklı sosyal ilişkiler nedeniyle günümüzde sorumluluk kavramının kapsamında ve tanımında farklı boyutlar ortaya çıkmıştır (akt: Töremen, 2011). Fester'e göre sorumluluk sahibi kişi, kendilerine ve başkalarına karşı saygılıdır. Üstüne düşen görevleri yerine getirir. İşlerini kendi kendine yürütür ve başkalarına gereksiz yere yük olmak istemez. Öz değerinin bilincindedir. Duygu, düşünce ve davranışlarından yalnız kendini sorumlu tutar. Hak etmediğini almaya kalkmaz. Çalışkan bir insan, iyi bir ana-baba ve iyi bir komşudur (akt: Çıkılı vd., 2002).

Bir yaşam becerisi olarak sorumluluk, çocukların yaşam boyu başarılı olmalarında ve öz disiplin kazanmalarında etkindir ve bu beceriyi çocuklar ailelerinden, arkadaş çevrelerinden, toplumdan ve okullarından kazanırlar. Jerkins'e (1994) göre, çocuklar sorumluluğu biz öğrettiğimiz zaman öğrenirler. Sorumluluk hissi kendiliğinden gelişen bir his değildir.

Öyleyse çocukların daha sorumlu yetişebilmeleri için bazı tedbirlerin alınması gereklidir (akt: Çıkılı vd., 2002; Özen, 2002). Cüceloğlu'na (2011) göre, bu becerinin gelişmesi için insanın sorumluluk alabileceği bir ortamda yetişmesi gerekir.

Kişinin yetiştiği ortamda, kendisi için seçim yapma ve yaptığı seçimin sonuçlarından sorumlu olma fırsatı verilmemişse, sorumluluk duygusu gelişemez sorumlulukları konusunda ilgili öğrencilerle sadece konuşarak onlarda toplum ve kendileri adına sorumluluk duygusunun geliştirilmesi de beklenemez. Sorumluluğu geliştirme aktif bir uygulamadır. Öğrencilere kendi deneyimleriyle sorumluluk duygusunu geliştirmeleri ve sorumluluğu öğrenme fırsatları sunulmalıdır (McCabe, 1992' den akt: Ackerman vd., 1997).



Mackenzie'ye(2000)göre ev işleri, çocuklara sorumluluk kazandırma ve kendilerini ailenin yararlı ve değerli bir üyesi hissetmelerine yardımcı olması konusunda mükemmel sonuçlar veren yöntemlerdir. Çocuklarınız erken de başlasa, geç de kalsa, ev işleri ile ilgili kurallarınızın kesinliği onları desteklemek için kullandığınız sınırların belirginliğine bağlıdır. Belirgin sınırlar çocuklara ev işleri yapma sorumluluğu kazandırmanın anahtarıdır. Dodson'a (2000) göre, disiplin konuya uyum sağlamaktır. "Uyum sağlamak eğitimin temelidir. Birçok anne-baba, çocuğuna disiplin kurallarını öğretirken eğitim psikolojisinin bu temel prensibini göz ardı ederek çocukları ile uyum sağlama zahmetine girmeden onlardan isteklerde bulunur ve onların yerine kararlar verirler. Aynı yanlış bazı öğretmenler için de geçerlidir. Okuldaki öğretmen de evdeki öğretmen (anne-baba) de ilişkilerde öncelikle ahenk yaratmalıdır.

Çocukların içinde doğup büyüdüğü ve ilk eğitimi aldığı kurum olarak aile okul eğitiminden de büyük ölçüde sorumludur. Yeşil'e (2003) göre, aile ortamı sınıf ortamına göre sorumluluk eğitimine daha uygundur. Bu sebepten, eğitim sürecinde okul aile işbirliği çocukların gelişimi ve başarısı açısından büyük öneme sahiptir. Naftchi-Ardebili (1995) de, aile katılımını arttırmak için öğretmenlerin, okul personelinin ve ailelerin okul-aile işbirliği için hazırlanmaları gerektiğini belirtmiştir. European Commission'nunca (2009), sorumluluk, en önemli toplumsal değerlerden biri olarak görülüp, okul öncesinde kazanılması gereken sosyal beceri ve değerlerden biri olarak kabul edilmekte ve sorumluluk eğitimi sürecinde ailenin etkisi üzerine yapılacak çalışmalarda, aile tüm yönleri ile değerlendirilmektedir.



Baker ve Soden'e (1988) göre, yapılan çalışmalarda bu etki iyi ölçülememekte ve değişkenler iyi belirlenmemektedir. Ailenin sosyo-ekonomik durumu gibi farklı değişkenler de ele alınmalıdır. Çocukların en çok etkilendiği içinde bulunduğu iki kurum olarak aile ve okul, sorumluluk eğitiminde önemli rol oynamaktadır. Hamby'e (1992) göre de çocukların eğitiminden ve geleceğinden öncelikli olarak aile, sonra da okul sorumludur (*Bu bölüm Mehmet Taşdemir ve Gülen Dağistan'ın "Çocuklara Sorumluluk Kazandırmada" makalesinden özetlenmiştir.*

B. SORUMLULUK EĞİTİMİ

Bütün bireyler rolleri gereği, hayatları boyunca birtakım sorumluluklara sahiptir. Sorumluluk bilinci bireyi, sosyal hayattan akademik hayata; iş başarısından kişisel gelişime kadar her alanda etkilemektedir. Dolayısıyla birey, doğduğu andan itibaren sorumluluklardan bağımsız olarak hayatını idame ettirememektedir. Sorumluluk gelişimi de diğer gelişim alanlarında olduğu gibi çocuktan çocuğa farklılık gösterir. Çünkü her çocuğun yetenekleri, kişilik özellikleri, fiziksel yapısı farklıdır. Bireysel farklılıklar dikkate alındığında aynı yaştaki her çocuğun aynı davranışları geliştirmedeği gözlemlenir. Bu nedenle her çocuk aynı zamanda aynı sorumlulukları alırla denilemez.

Sorumluluk duygusu öğrenilen ve kazanılan bir beceridir. Çocuğun hayatındaki her beceriyi öğreten ve geliştirmesine yardımcı olan anne baba, sorumluluk duygusunun gelişiminde de başrolde sahiptir. İyi bir sorumluluk eğitimi ile topluma uyum sağlayan, toplum kurallarına uyan, karşısındakini anlayabilen, kendi kararlarını cesaretle alıp bu kararlarının sonuçlarına katlanmayı bilen, bağımsız, tutarlı ve girişken bireyler yetiştirebilmek için eğitim-öğretim kurumları olan okullara da çok büyük görevler düşmektedir. Özellikle aile bireyleri ve okulöncesi eğitimcileri, çocuklar için bu değerleri öğrenecekleri ilk modellerdir. Çevrenin ve sosyal grupların bireyden çeşitli beklentileri vardır.



Kişi; ailesine, arkadaşlarına, çevresine, devlete, topluma, öteki milletlere, doğaya ve diğer canlılara karşı sorumludur (Töremen, 2011). Her öğretmen öğrencilerinin, her ebeveyn evlatlarının, her usta çırağının, her amir maiyeti altındaki memurlarının, her işveren işçilerinin sorumluluk sahibi olmasını ister. Bu nedenle sorumluluk temel ahlaki değerler arasında sayılmış ve eğitimin yeni kuşaklara aktarmak istediği en önemli değerlerden birisi olmuştur (Gün, Kılıç ve Kaya, 2016).

Literatürde kişisel, sosyal, ahlaki, vicdani, öğrenme, akademik, dini, yasal, vatandaşlık gibi sorumluluk türlerinden bahsedilmektedir (Şahan, 2011; Nazıroğlu ve diğ., 2016; Çoban, 2016; Yontar, 2013). Bu çalışmada sorumluluk, bir kişilik özelliği olarak ele alınmıştır.

a. SORUMLULUK BİLİNCİ VE SORUMLULUK DUYGUSUNUN GELİŞİMİ VE TEMEL İLKELER

Literatürde erken çocukluk döneminden itibaren sorumluluk duygusunun ve sorumlu davranışın nasıl kazanılabileceğini araştıran çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Yine sorumluluk duygusu ve davranışının ailede ve okullarda nasıl kazandırılacağı hangi yaklaşımın daha etkili olduğu, sorumluluklarının sınırının ne olması gerektiği sıkça tartışılmaktadır.

Sorumluluğun davranışlarda ilerletici ve ketleyici yönü vardır(Korkmaz ve Tatar; 2004). Bu özelliği nedeniyle, spor yapma, kitap okuma, sağlıklı beslenme, müzik ve sanat etkinliklerine katılma gibi olumlu davranışların sürdürülmesi ile sigara, alkol, zararlı madde kullanımı ve dijital bağımlılık gibi olumsuz davranışların engellenmesi açısından sorumluluğun oldukça önemli bir özellik olduğu söylenebilir.

Ayrıca lise öğrencilerinin içinde buldukları gelişim dönemi olan ergenlik, bireyde soyut ve mantıksal düşünmenin gelişim gösterdiği bir dönemdir. Bağımsızlık ve özgürlük ile sorumluluk alma arasındaki dengenin kurulduğu bir dönem olan ergenlik, kişilik gelişimi açısından büyük bir önem taşır (Acar, 2012).

Eğitimcilerin genel kanısı böyle bir eğitime mümkün olduğunca küçük yaşta başlanması ve sistematik bir plan dahilinde verilmesidir. Sorumluluklarını bilen ve yerine getiren çocuklar yetiştirebilmek her şeyden önce çocuk yetiştirmenin temel ilkelerine uymayı gerektirir. Bu temel ilkeler, sağlıklı iletişim kurabilen, sorunlar karşısında uygun çözümler üretebilen, zorluklarla baş edebilen, çeşitli travmaları başarıyla atlatabilen birer yetişkin olmasını sağlayacak olan temel ilkelerdir. Sorumluluk konusunda sorun yaşayan anne babaların öncelikle çocukla olan iletişimlerini, evdeki kural/ sınırları, çocuğa ayrılan zamanı, övgü/eleştiri dengesini gözden geçirmeleri gerekir (Sürücü, 2007). Çocuğun yaşamındaki ilk eğitimciler olan anne-babalar, çocuğun sorumluluk duygusunun gelişiminin temelini oluşturan kişilerdir. Çocuğun sorumluluk duygusu; anne-babasının davranışlarını gözlemlemesiyle, onların övücü ya da yericı sözlerinin etkisiyle gelişmeye başlar.

Yukarıda da belirtildiği gibi her çocuğun farklı yetenekleri, farklı kişilik özellikleri farklı bir fiziksel yapısı olması sebebiyle sorumluluğun gelişimi çocuktan çocuğa değişiklik gösterir. Bireysel farklılıklar dikkate alındığında aynı yaştaki her çocuğun aynı davranışları geliştirmedeği gözlemlenir. Bu nedenle her çocuk aynı zamanda aynı sorumlulukları alır denilemez.

Çocuğun sosyalleşmesi, doğumdan başlayarak yaşam boyu devam eden oldukça karmaşık bir süreçtir. Bebeğin ilk sosyal ilişkisi annesi ya da annelik görevini yapan kişi ile olur. Hemen hemen iki yaşına kadar çocuk daha çok yetişkinlere dönük bir sosyal tutum izler. Yaşlılarına karşı merak ve ilgi duymasına karşın onlarla özellikle ilişkiler giremez. Hatta yaşlıları ile rahat bazı ilişkiler kurduktan sonra bile, sık sık büyüklerinin yanına gelirler.

Çocuğun sosyalleşmesinin sağlıklı olabilmesi için anne-babanın, çocuğu ile sağlıklı bir iletişim ve etkileşim içinde olmaları gerekir. Çocuğa sosyal deneyim kazanması için imkanlar hazırlamalıdır. Bu amaçla anne-baba tarafından çocuğun arkadaş gruplarına girmesine, grup etkinliklerine katılmasına, duygularını düşüncelerini ifade etmesine, sorumluluk almasına bağımsız hareket etmesine imkan sağlanmalıdır.

b. SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMA SÜRECİ

Çocuklar arasında kişisel farklılıklar söz konusu olsa da sorumluluk kazandırmaya yönelik sürecin “temel” ve “değişmez” öğeleri vardır. Bunlar (Civelek, 2006): Bilgilendirme, takip, geri bildirim ve hatırlatmadır.

i. BİLGİLENDİRME

Çocuğun davranışında istenen değişimin gerçekleşebilmesi için önce bu değişim hakkında bilgilendirilmesi gerekir. Çocuğun bu değişimi bir gereksinim olarak görebilmesi için nedenleri hakkında bilgi vermek önemlidir. Kuralların neden konduğu ve sorumluluğun önemi anlatılmalıdır. Çocuklar niçin bazı işleri yapmak zorunda olduklarını anlar ve bilirlerse, ailesine yardım etmeyi ve bağımsız davranmayı benimserler.

ii. TAKİP

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

iii. GERİBİLDİRİM

Belli bir süre sonra istendik davranışın uygulanışı hakkında çocuğu bilgilendirmek gerekir. Eğer istenen sorumlu davranışın sayısında artış varsa, çocuğun motive edilmesi; eğer beklenen sorumlu davranışın ortaya çıkmasında sıkıntılar varsa, bu sıkıntılar ve olası nedenlerinin çocukla paylaşılması gerekir.

v. HATIRLATMA

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

Sözü edilen bu öğeler sadece sorumluluk kazandırma sürecine ait değildir. Temel alışkanlıkların oturmasında, kuralların belirlenmesinde kısaca yaşantımızı düzenleyecek her türlü önlemlerde bulunması gereken öğelerdir ve ancak kararlı ve sabırlı bir tutumla yaklaşıldığında davranışın oturması sağlanabilir(Civelek, 2006).

Çok küçük yaşlardan başlayarak çocuklara sorumluluk kazandırma konusunda başta aileler ile çocuğun bakımını ve eğitimi üstlenen kişiler olmak üzere tüm topluma görev düşmektedir (Öncü, 2002; MEB, 2006). Çocuğun bir konuda sorumluluğu tamamen üstlenmesi için o işin gerçekten ona bırakıldığını görmesi gerekir. Yapılmayan işler için tekrar tekrar hatırlatmaya devam etmek, söylenmek, nutuk çekmek ya da onun yerine yapmak gibi davranışlar, sorumluluğu anne babanın taşımaya devam ettiğini gösterir. Onlar bunu yapmaya devam ettiği sürece çocuk sorumluluğu üstlenmez.

Devamlı hatırlatmak, söylenmek yerine aile toplantısında işin yapılmaması durumunda yapılacak şeyler konusunda verilen karar uygulanmalıdır. Çocuklar bir süre anne babanın kararlılığını test edebilirler. Bu noktada öfkelenmeden, kararlı ve tutarlı tutumunu sürdürmekle sonuca ulaşılabilir. Bir hafta kadar sonra tekrar bir araya gelinir ve alınan kararların uygulanıp uygulanmadığı konuşulur. Kararlaştırılan önlemler yeterli değilse yeni kararlar alınır. Belirlenecek sonuç çocuğun yaşına, gelişim düzeyine uygun olmalı ve kararlar çocukla birlikte alınmaya çalışılmalıdır (Sürücü, 2007).

Yaşam sorumluluklar dizisinin peş peşe gelerek insanı sarmaladığı bir döngüdür. Herkesin ister istemez bir sorumluluklar dizisinden geçmesi ve üzerine almak zorunda olduğu sorumlulukları yerine getirmesi gerekmektedir (MEB, 2006). Unutkan'a (2005)göre okulöncesi dönemde sorumluluk eğitimi *evde* ve *anaokulunda* verilen sorumluluk eğitimi olarak iki aşamada ele alabiliriz. 0-3 yaş döneminde çocuğun yaşamında merkez, ailedir. Bu nedenle çocuğa sorumluluk kazandırmada da temel yapı ailedir.

c. SORUMLULUK EĞİTİMİNDE AİLE

Daha önce de vurgulandığı üzere çocuğun doğduğu andan itibaren başlayıp, ilk izlenimleriyle gelişen sorumluluk algısı ailede başlar. Doğumdan sonraki ilk yıllar kişiliğin oluşumu bakımından kritik dönemdir ve aile tutumları, çocuğun eğitiminde ve kişiliğinin oluşumunda doğrudan etkilidir (Başaran, 1974). Bu açıdan ailenin, çocuğun gelişimi ve eğitiminden sorumlu başlıca kurum olduğu söylenebilir. Aile ortamı bireylerin dahil olduğu ve etkisinde kaldığı ilk sosyal ortamdır. Bu ortamda aileyi oluşturan tüm faktörler çocukların bir bütün olarak tüm gelişimlerinde önemli rollere sahiptir. Aile yapısı ve büyüklüğü ailedeki tüm yapı ve yaşantıyı etkileyen temel faktörlerden biri olarak çocukların sorumluluk gelişiminde de önemlidir.

Özellikle çekirdek aile yapısının giderek arttığı günümüzde çocukların sorumluluk bilincinin oluşmasında ebeveynlerin çocuk üzerindeki etkisi daha fazla önem kazanmaktadır.

Çocuk okula başlayana kadar, anne ve babalar birçok sorunla karşılaşır. Sonra çocuk okula başlar ama sorunlar bitmek yerine dahada artar. Hemen hemen her anne, çocuk okuldan eve geldiğinde çocuğun, giysilerini belirli bir yerde çıkarıp gereken yere asmasını, çantasını olduğu yere bırakmamasını, biraz dinlendikten sonra ödevlerini yapan bir çocuk olmasını hayal eder. Anne çocuğunu bir kalıba sokmaya çalışır. Ve maalesef çocukların çoğu bu kalıba girmek istemezler. Bu durumda da anne sürekli "hadi" diyen, yapılması gerekenleri bir amir konumunda sürekli hatırlatan, çocuk da "tamam" diyen ama harekete geçmeyen, oyalanan, kaytar-mak için planlar yapan bir çocuk haline dönüşür.

Bu dönemde en büyük sorunlardan biri de çocuğun ödevlerini yaparken sıkılması ve ders çalışmamasıdır. Bu çocuklar için normal karşılanırsa da, anne ve babalar için büyük bir sorundur. Çünkü çocuğun başarısız olması anne ve babalar için çocuğun istenilen yere gelememesi korkunç bir durumdur. Bu durum birçok ailenin yaşadığı bir sorundur. Çocuğun derslerine olan ilgisizliği, çocuğun motive olamaması önemli bir problemdir, anne ve baba için de endişe vericidir. Ama bunun sebebinin anne ve baba çocukta değil, kendinde arama-lıdır(*Sorumluluk, ilerleyen bölümlerde çocuk ve ödev konusu ele alınacaktır*).

Çocuğa sorumluluk duygusunu kazandırabilmek için yapılması ve yapılmaması gerekenlerin neler olduğu, konularında birçok aile sorunlar yaşar. Siz de anne-baba olarak bu konularda soruların yaşıyor ve yapılması gerekenleri merak ediyor olabilirsiniz. Aşağıda ebeveynlere çocuğa sorumluluk kazandırabilmek için yapılması gerekenler örneklerle açıklanmaya çalışılmıştır. Ancak, genel gelişim özellikleri açısından değerlendir-diğimizde her çocuğun farklı yetenekleri, farklı kişilik özellikleri olduğundan sorumluluğun gelişimi çocuktan çocuğa farklılık gösterebileceğini unutmamalıdır.

I. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMADA BAZI TEMEL KURALLAR

Her anne baba çocuğunu özgüven sahibi, kendi kendine yetebilen ve kararlarını kendi başına alıp bunları uygu-layabilen, davranışlarının sonuçlarını göze alabilen bireyler olarak yetiştirmeyi hedefler. Böyle çocuklar yetiştir-menin koşullarından biri de onlara sorumluluk duygusu kazandırmaktan geçer. Çocuklara sorumluluk duygusu kazandırmak onlara sağlanan fırsatlara ve ebeveynlerinin yaklaşımlarına bağlıdır. Ancak her çocuk farklı yete-neklere ve kişilik özelliklerinesahiptir bu nedenle aynı yaştaki her çocuğunaynı sorumlu davranışı yerine getir-mesini bekleyemeyiz.

i. 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.

❖ 2 - 4 yaş

- Sofrada tek başına yemeğini yemek,
- Tek başına uyumak,
- El-yüz temizliğini yapabilmek,
- Dişlerini fırçalamak,
- Yardımla giyinmek ve soyunmak,
- Kirli kıyafetlerini sepete atmak,
- Kıyafet seçimi, hazırlanacak yemek, gezmeye gidilecek yer gibi konularda karar sürecine katılmak,
- Oyun oynarken nerede olacağını anne babasına söylemek,
- Oyuncaklarını toplamak,
- Oyuncaklarını korumak,
- Kitap dergi ve gazeteleri yerine kaldırmak,



- Anne babaların basit getir götür işlerini yapmak,
- TV, radyo gibi basit elektronik eşyaları açıp kapamak,
- Alışveriş dönüşü malzemelerin yerleştirilmesine yardımcı olmak,
- Alçak raflara hafif ve kırılmayacak malzemeleri yerleştirmek,
- Yemek masasına peçete ve kırılmayacak malzemeleri koymak,
- Çöpü dışarı çıkarmak,
- Varsa evdeki hayvanları beslemek,
- Varsa arabayı yıkamaya yardım etmek

5 - yaş



- Eşyalarına iyi bakmak,
- Temiz kıyafetlerini çekmeceye ya da dolaba yerleştirmek,
- Eşyalarına iyi bakmak,
- Üzerinden çıkardığı kıyafetleri katlayabilmek ve dolabına kaldırmak,
- Telefona gerektiği şekilde cevap vermek,

- Saçlarını taramak,
- Yemeğini yedikten sonra tabağını kaldırmak,
- Basit yiyeceklerin hazırlanmasına yardım etmek,
- Oyuncaklarını toplamak,

❖ 6 – yaş

- Döktüğü şeyleri toplamak
- Evin toplanmasına yardım etmek
- Çiçekleri sulamak
- Sebzeleri yıkamak
- Ayakkabılarını bağlamak
- Tek başına giyinip soyunmak
- Evden çıkarken ışıkları ve suları kontrol etmek, açksa kapamak



❖ 7 – yaş



- Çantasını hazırlamak,
- Dişlerini fırçalamak,
- Ödevlerini yapmak,
- Kitaplarını korumak,
- Televizyon izleme saatine uymak,
- Harçlığını bağımsızca kullanmak,
- Alışverişe yardım etmek,
- Alışveriş malzemelerinin taşınmasına yardım etmek,
- Hava durumuna ve gidilecek yere uygun olarak giyeceklerini seçmek,

- Balkon kapısının önünü vb. yerleri sulamak ve süpürmek,
- Gerekli durumlarda evdeki telefonu kullanmak,
- Kim olduğunu sorarak sokak kapısını açmak,

❖ **8 - yaş**

- Sabahları çalar saatiyle kendi başına kalkmak,
- Hatırlatmadan öz bakımını yapmak,
- Yardım almadan banyo yapmak ve kurulanmak,
- Odasını, dolabını, yatağını ve çalışma masasını düzenli tutmak,
- Okuldan gelen mesajları anne babasına iletmek,
- Dersleriyle ilgili sorumlulukları almak, kimseye söylemeden derslerini düzenli bir şekilde yapmak,
- Kendi kıyafet alışverişinde anne babasına yardımcı olmak,

❖ **9 - yaş**

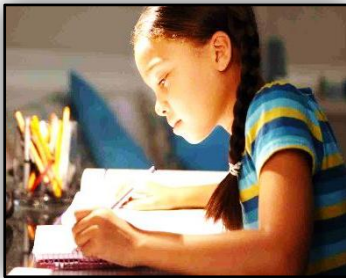
- İlgilerini belirleyip zamanını planlamak ve günlük programlar yapabilmek,
- Ev dışı yakın yerlere gidip gelmek,
- Evdeki bazı tamir işlerine yardımcı olmak,
- Kendinden küçük kardeşinin yıkanmasına, yardımcı olmak,
- Kendinden küçük kardeşinin beslenmesine yardımcı olmak,
- Arkadaşlarıyla iyi ilişkiler kurmak,
- Alışveriş yapmak,

❖ **10- yaş**

- Kendi yatak çarşaflarını değiştirmek,
- Listedeki malzemeleri çarşıdan almak,
- Kendi randevularını takip etmek (diş hekimi, spor antrenmanı veya dil kursu vb.),
- Okumak istediği kitapları almak,
- Basit yaralanmalarla başa çıkmak,
- Arkadaşlarını evde ağırlamak,
- Doğum günleri ve özel günleri planlamak ve kutlamak,
- Kimse söylemeden belli görevleri yerine getirmek,
- Komşulara yardımcı olmak,

❖ **11 - 17 yaş**

- Kendi hakkını savunmak,
- Başkalarının hakkına saygı duymak,
- Evde yardım gerektiren işler olduğunda kendi isteğiyle yardım önerisinde bulunabilmek,



- Çamaşır, bulaşık makinesi vb. çalıştırmak,
- Makineden çıkan bulaşıkları boyunun yettiği raflara kaldırmak,
- Eve dönüş saatlerine uymak,
- Anne babası meşgul olduğunda kardeşiyle ilgilenmek,
- Kardeşinin giyinmesine ve yatmasına yardımcı olmak,
- Anne babaya evdeki tamir işlerinde yardımcı olmak,
- Evde tek başına kalmak,
- Kendi başına ulaşım araçlarına binmek,
- Toplu yerlerde gerektiği gibi davranmak,

- Bazı gruplara katılmak (izci yada gençlik grupları),
- Bağımsız olarak kendi ödev programını yürütmek,
- Para biriktirip uzun vadede almak istediklerini planlamak.

II. ÇOCUKLARDA SORUMLULUK KAZANDIRMADA ATILACAK ÖNEMLİ ADIMLAR

Her çocuk farklı yeteneklere ve kişilik özelliklerine sahip olduğunu ve bu nedenle de aynı yaştaki her çocuğun aynı sorumlu davranışı yerine getirmesini beklemenin doğru olmadığını bir kez daha hatırlatarak yukarıda maddeler halinde verilen sorumluluk duygusu konusu aşağıda özetlenmiştir. Çocuklara yaşlarına ve yeteneklerine göre 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 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. Oysa ebeveynler sabretmeli ve çocukların yaşayarak öğrenebilmesine fırsat tanımalıdırlar.

1. 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. Dışlerini 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 gibikonularda sorumluluk alabilirler.

2. Çocuğunuzun Bazı İşleri Tek Başına Yapmasına İzin Verin.

2,5 yaşından itibaren döke saça da olsa yemeğini kendibaşına 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 unutmama 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.

3. 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.

4. Çocuğunuzun Bir İş Sizin İsteddiğiniz Gibi Yapmasını Beklemeyin.

Çocuğunuza verdiğiniz bir işin sizin istediğiniz gibimükemmel 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.

5. Çocuğunuza Aitlik Hissi Kazandırın.

Çocuğunuzun kendisine ait olan şeylerin sorumluluğunalabilmesi 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.

6. Çocuğunuza İyi 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.

7. Çocuğunuza Öğretmek İsteddiğiniz 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.

8. Çocuğunuzun Yerine Getirmesini İsteddiğiniz İşleri Oyun Haline Getirin.

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

9. Çocuğunuzun Takdir Edin.

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

10. Çocukların Ev İçerisinde Düzenli Bir Rutinleri Olsun.

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

11. Çocuğunuz İle Aile Üyelerinin Ev İçindeki Sorumluluklarına İlişkin 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 şikayet edebilir.

12. 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 çocuğunuzun motivasyonunu arttırmak için etkili bir yöntemdir.

13. Çocuğunuzun 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 çocuğunuzun sorumluluklarını üstlenmediğinde tehdit ederseniz (Oyuncaklarını toplamazsan parka gidemezsin gibi) bu durum arasında bir güç savaşının doğmasına yolaçabilir. Üstelik çocuk oyuncaklarını toplamayarak parka gitmemeyi de kendince bir seçenek olarak tercih edebilir.

14. Çocuğunuza Sorumluluklarını Aşama Aşama Kazandırın.

Çocuğunuz bir beceriyi kazandıktan sonra, bir sonrakibeceriye 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.

III. SORUMLULUK DOĞUŞTAN GETİRİLEN DEĞİL, ÖĞRENİLEBİLEN BİR BECERİDİR

❖ Rousseau (2006)'ya göre, bazı çocuklar sadece kendine söyleneni yaparak, kendiliklerinden bir adım bile atmayarak yetişirler; ama kabahat onların değil, onları izin almadan tuvalete bile gidemeyecek kadar bağımlı yetiştiren anne-babalardadır.

Bu çocuklar daima anne-babaları tarafından kendilerine söyleneni yaptıkları için muhakeme yetenekleri asla gelişmez, ömürlerini kendileri ve çevrelerinde olup bitenlerle ilgili hiç düşünmeden bir kukla gibi geçirip giderler. Çocuk kendisine yemek yemesini, su içmesini, ağlamasını, gülmesini veya ayağını öne uzatmasını söyleyen bir anne-babaya sahipse, bütün bunları kendiliğinden yapmak için zahmete katlanmaz.

❖ Çocuk anne-babası onu durdurana kadar yemek yemeye alıştıysa midesinin ihtiyacını değil, anne-babasının sözünü dinler. Aynı şekilde, artık doyduğunu söyleyen bir çocuğu yemeye zorlamak da “Sen kendinin farkında değilsin, her zaman benim dediğimi yap.” mesajı verir. Böyle yetişen bir çocuk anne-babası yanında olmadığı zaman şaşkın, beceriksiz ve kararsız olur.

❖ Çocuk her zaman kendi kendine yetecek özgüvenine sahip bir şekilde eğitilmelidir. Çocuğa her şeyi kendisi deneyerek öğrenmesi için fırsat verilmelidir. Kendi kararlarını alabilme ve aldığı kararların sonuçlarına katlanabilme sorumluluğunu taşımasına olanak tanınmalıdır.

Unutmayın! 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.

VAKA ÖRNEĞİ-1

Bir gün adamın biri ormanda gezerken otların arasında bir hareketlilik görür. O tarafa doğru yaklaşır ve otların arasında bir kelebek yavrusunun (kozanın) kozasından çıkmaya çalıştığını görür. Adam küçük bir delikten çıkmak için büyük bir mücadele veren kelebek yavrusunu uzunca bir süre izler.



Bir müddet sonra kelebek çabalamaktan vazgeçer. Adam sanki, kelebek yavrusunun gücünü yitirdiğini ve bu nedenle de delikten çıkmaktan vazgeçtiğini düşünerek ona yardım etmek ister; kelebek yavrusuna doğru yaklaşır dikkatlice kozanın liflerini sıyrır, deliği büyütür, birkaç dakika sonra kelebek yavrusu kolayca dışarı çıkar. Adam, kelebeğin gücünü toplayıp, kanatlarını açıp, uçağını düşünür. Ama düşündüğü olmaz bedeni kup kuru ve küçük kanatları buruş buruş olan kelebek ne kadar çabalasa da uçamaz ve buruşmuş kanatlarıyla yerde sürünmeye başlar.

Adam iyi niyetli bir şekilde kelebeğe yardım etmeyi istemişti ama bilmediği bir nokta vardı; kelebek yavrusu kozasından çıkarken vereceği mücadele ile bedenindeki sıvının kanatlarına gitmesini sağlayacak ve böylece güçlenen kanatları sayesinde doğru zamanda kozasından çıkarak uçacaktı.

VAKA ÖRNEĞİ-2

“Oğlumuz çekirdek yerdı ve kabuklarını biz toplardık. Tuvalete gider sifonu basmaz, biz basardık. Hep arkasından topladık, yaptığı olumsuz şeylerin faturasını hep biz öderdik “. 40 yaşına geldiğinde kredi kartı yüzünden bizi çok zor durumda bırakmıştı. Emekli maaşımızdan kredi kartı borcunu güçbela ödedik”. Oğulları, aile dostlarından birine “ Anne benim baba benim, öderlerse biricik oğullarının borcunu ödüyorlar, başkalarına ne oluyor ki “şeklinde serzenişte bulunmuştu.

Acaba bu aile çocuklarına yardım ederken, kozadan çıkmaya çalışan kelebek yavrusu gibi hayata hazırlanma becerilerini mi yok etmişlerdi?

KISSADAN HİSSE...

Koza öyküsünde olduğu gibi, aşırı koruma hissi ile çocuklarına sahip çıkan anne-babalar, çocuklarına iyilik yaptıklarını zannederek onlara çok büyük zararlar verirler. Onların hayata hazırlanmasına izin vermeyerek, sosyal hayatlarını başkalarına bağımlı hale getirirler.

Aşırı koruyucu aile içinde yetişen çocuklar, kozadan suni müdahale ile çıkartılan kelebek gibi, sosyal hayata atılmak için gerekli olan donanıma sahip olamazlar. Çevremizde kozasından çıkmaya çalışan kelebeğe yardım eden iyi niyetli adam gibi pek çok kişi görürüz.

Çocuklarımızı pek tabii ki sevip kollayacağız ancak onların da bir birey olduğunu, hata yapma, yanılma ve hayata dair bazı konularda kendilerinin karar vermelerine engel olmamalıyız. Çünkü deneme-yanılma yoluyla güçlendirecekleri kendi kanatları, tüm yaşamları boyunca onları taşıyacak ya da asla kendileri gibi olmayıp uçamayacaklar.

IV. SORUMLULUK KAZANDIRMA SÜRECİNDE ENGELLER

Sürücü 'ye göre (2007); sorumluluk kazandırabilmenin önündeki engeller;

Bazı anne babalar çocuklarının daha çok küçük olduğunu ona kıyamadığını söylerler. “Nasıl olsa okula başlayınca bir sürü sorumluluğu olacak, şimdiden bıktırmayalım” düşüncesiyle çocuk okula başlayınca kadar ondan hiçbir yardım beklemez. Altı yaşına kadar evde en ufak bir sorumluluk almamış olan çocuk okula başladığında sorumlulukları üstlenmekte zorlanacaktır. Sorumluluk vermeye ne kadar geç başlanırsa çocuğun sorumluluğu alması o kadar zor olur.

(1) Çocuk küçükken bazı işleri onun yapmasını istemek, ona öğretmeye çalışmak annenin o işi tek başına yapmasından daha fazla zaman ve sabir ister. Birçokanne baba yeterince sabırlı olamama ya da zamanın kısıtlı olması gibi nedenlerle çocuğa fırsat tanımak yerine her işi kendileri yaparlar.

(2) Anne babanın titiz, mükemmeliyetçi tutumu da çocuğun sorumluluk almasını aksatabilir. Yatağını topladıktan sonra annesinin beğenmeyip düzelttiğini fark eden çocuk aynı işi tekrar yapmaya istekli olmaz.

(3) Bazı anne babalar ise çocuğun küçükken sorumluluk alması gerektiğine inanırlar ama bunun için yeterince kararlı bir tutum gösteremezler. Çocuğa oyuncaklarını toplamasını söylerler ama çocuk toplamayınca yine kendileri toplarlar.

(4) Çocukların bazıları yaşlılarına göre daha yavaşlar. Başladıkları işi bitirmeleri çok uzun sürer. Böyle bir çocuk karşısında anne baba ondan herhangi bir iş istemekten kaçınır. Çocuk kreşe giderken söylenen “ O kadar yavaş hazırlanıyor ki, geç kalacağız diye her sabah ben giydiriyorum, annesi yediyor” ifadesi okula başladıktan sonra da devam eder.

(5) El becerileri iyi olmayan, sakarlığı olan çocuklara da döküp saçar, iyi yapamaz diye sorumluluk verilmez. Yemeği ağzına verilir. Sonra da “kocaman oldu, hala kendi işini kendisi yapamıyor” diye yakınılır. Bu çocukların kendilerine güvenebilmeleri, becerilerini geliştirebilmeleri ve sorumluluköğrenmeleri için daha fazla fırsata gereksinimleri vardır.

V. ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMADA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

Öncü (2002) çocuklara sorumluluk kazandırmada dikkat edilmesi gereken noktalar olduğunu belirtmiştir.

(1) Çocuğun yaşına, gelişimsel düzeyine, bireysel özellik ve ilgilerine uygun görev ve sorumluluk vermek, olanaklar buldukça seçim yapmasına olanak sağlamak,

(2) Karşılaştığı sorunlara kendi başına çözüm yolları bulmasına destek olmak ve sadece gerektiği yerde müdahale etmek,

(3) Yaptığı hareketlerin sonuçlarını değerlendirmek ve bu hareketlerin başkalarını nasıl etkileyebileceğini görmesini sağlamak,

(4) Çocuğun sorumluluk almak istediği durumları iyi değerlendirmeye çalışarak hevesini kırmadan sorumluluğunu yerine getirmesine destek ve yardımcı olmak,

(5) Çocuğun üzerine aldığı sorumluluğu yerine getirebilmesi için cesaretlendirmek (MEB, 2006).Çocuklara küçük yaşlardan başlayarak üzerlerine aldıkları görevleri yerine getirme ve tamamlama olanakları sunulmalıdır. Bu yapılmazsa geleceğin yetişkinlerinin üzerlerine aldıkları görevleri yerine getiremeyen bireyler haline gelmesi kaçınılmaz olur. Bugün sorumluluk eğitimi alan çocuklar yarın toplum bilinci oturmış, ahlaki olgulara sahip çıkan, ülkesini, insanları, doğayı seven ve koruyan, herkese saygı gösteren yetişkinler haline gelecektir (Öncü; 2002).

VI. ANA-BABA TUTUMLARININ ÇOCUKTA SORUMLULUK DUYGUSUNA ETKİSİ

Uyumlu ve özgür bir aile ortamı içinde, tutarlı ve sağlıklı ilişkiler içinde yetişen çocuk, özerk bir birey olarak yetişkin yaşamına ulaşabilir. Ana-babanın tutumu, gelişmekte olan bir çocuğa örnek model oluşturduğundan kişiliğini etkiler ve özdeşim modellerinden edindiğini, benzer tutumları sergilemesiyle ortaya koyar.

Anne ve babanın, çocuklarına yönelttikleri tutumların sağlıklı olması, büyük ölçüde onların kendi içlerinde barışık, dengeli, huzurlu ve birbirlerine karşı sevgi ve saygılı olmalarına bağlıdır. Çocukların ve gençlerin sosyal ve kişilik özelliklerini ana-baba tutum ve davranışlarıyla ele alan araştırmalar, ana-babanın destekleyici tutum ve davranışlarıyla ikna yoluyla denetim kurmalarının olumlu etkilerini vurgulamışlardır.

Çalışmanın bu bölümünde daha önce de(bkz: *Özgüvenin oluşumunu ve gelişimini etkileyen faktörler*) üzerinde kısaca durulan”Ana-Baba Tutumlarının Çocukta Sorumluluk Duygusuna Etkisi” konusu 6 ana başlık altında yeniden ele alınmıştır. Bunlar:

- 1) Aşırı Koruyucu Tutum
- 2) Otoriter Tutum
- 3) Gevşek Tutum
- 4) Dengesiz (Kararsız) Tutarsız Tutum
- 5) Yetkinci Tutum
- 6) Demokratik Tutum

1) AŞIRI KORUYUCU TUTUM

Anne-babaların en önemli görevlerinden biri, çocukların dışarıdan gelebilecek tehlikelere karşı korumak ve kontrol etmektir. Ancak, koruma çocuğun sağlıklı büyüüp gelişmesine engel olacak düzeyde olmamalıdır.

Anne-babaların aşırı derecede koruyucu tutumu, çocuğu gereğinden fazla kontrol etmesi ve özen göstermesi anlamına gelir. Aşırı koruyucu tutum içindeki ana-babalar, düşmanca bir çevreye karşı çocuklarını koruyan anne-babalar olarak tanımlanırlar.

Araştırma bulguları, annelerin aşırı koruyucu tutumlarının kendi çocukluk dönemlerinde sevgi ve şefkatten yoksun aile ortamında büyümüş olmalarından da kaynaklanabileceğini ortaya koymaktadır. Böyle bir ortamda büyüyen anneler, çocukluk dönemlerinde göremedikleri sevgi ve ilgiyi çocuklarına vermek isterler. Ancak bunu yaparken ölçülü davranmadıkları için aşırıya kaçarlar.

Aşırı koruyucu tutum içindeki anne, çocuğun ağlamasına dayanamaz, sık sık doktora götürerek sağlık kontrolünden geçirir. Çocuğu kucağından indirmez ve yanından uzaklaşmasına tahammül edemez. Kendi ihtiyaçlarını kendisinin karşılamasına imkan vermez. Kendi kendine yemek yemesine fırsat vermek yerine, elinde tabak arkasında dolaşır. Çocuğu odasında yalnız başına bıraktığı zaman, hiçbir neden yokken başına bir şey geleceği kaygısına kapılır. Çocuğun mikrop kapıp hastalanacağı veya bir kazaya uğrayacağından korkar.

Arkadaşları ile oynamasını ve bağımsız hareketlerini engeller. Aşırı koruyucu tutum içindeki anneler, çocuklarının kendilerinden farklı bir birey olduğunu ve bağımsızlıklarını kazanmaları gerektiğini algılayamazlar. Çocuğun her davranışını kontrol etmeye ve ona yardım etmeye çalışırlar.

Bu durum çocukta güvensizlik duygusuna neden olduğu için çocuk anneden ayrı kalmak istemez ve güvenceyi annesine bağımlı kalmakta bulur. Böyle bir yaklaşım çocuğa sen bilemezsin, sen başaramazsın, sen küçüksün, sorunlarını tek başına çözümüylemezsin mesajını verir. Çocuğun kendine olan güven duygusunun gelişmesini engeller ve başkalarına bağımlı bir kişilik geliştirmesineneden olur.

VAKA ÖRNEĞİ-1

5 yaşındaki Ayşe'nin önüne annesi 4 köfte koyar ve hadi ye der. Ayşe 2 köfte yedikten sonra annesine doyunduğunu söyler. Annesi “ hayır doymadın 2 köfteyle doyulur muymuş? “ tabağındaki bütün köfteleri bitireceksin der. Ayşe çok doydum yiyemeyeceğim dediğinde annesi “bak yemiyorsun zayıflayacak, hasta olacaksın seni doktora götüreceğim paramız yok hepsini ya bitir bitirmeden bu sofradan kalmayacaksın.” diye yanıt verir. Bu aile ortamında küçük Ayşe kendi yaşamının direksiyonunda değildir, kendi yaşamının direksiyonuna geçmesi kösteklenmiştir.



Annesi açık açık söylemese dahi ona güçlü bir mesaj vermektedir. Bu mesaj şudur: *Sen doyup doymadığını bilmezsin, ben bilirim. içinden gelen duygu ve düşüncelere inanma benim dediğimi yap, gerisine karışma.*

Bu aile ortamında Ayşe dışarı çıkıp oynamak istediği zaman annesi o zaman hırkanı giy demiştir. Ayşe anne üşümüyorum hava sıcak dediğin de sana hırkanı giy dedim, hırkanı giymezen seni dışarı bırakmam! diye yanıt vermiştir. Burada ki mesaj da aynıdır *sen üşüüp üşümeceğini bilmezsin ben bilirimdir.*

Hayatında böyle binlerce etkileşim yer alan Ayşe, annesinin, babasının ve diğer büyüklerinin “ *sen bilmezsin büyükler bilir*” mesajına gerçekten inanır ve ömür boyu bir başkası tarafından yönetilmeyi bekler hale gelir. Artık kendi yaşamı için karar vermekten aciz hale getirilmiştir. Kendi yaşamının direksiyonunda oturamayacağını ve oturmaması gerektiğini kabul eder.

Çocuk, ne zaman kendisi direksiyona geçmeye çalışsa anne ve baba yukarıdaki örnekler gibi etkileşime devam eder ve bir süre sonra çocuk şöyle düşünmeye başlar:

- *Benim, kendi yaşamımın direksiyonunda oturma yetkinliğim yok.*
- *Kendi yaşamımın direksiyonuna oturmayı düşündüğüm ve çabaladığım zaman kendini bilmez şekilde davranıyorum ve anne babamı üzüyorum.*
- *Onlar benim iyiliğimi isteyen, beni seven insanlar ve benim iyiliğim için benim yaşamım direksiyonun ellerinde tutuyorlar.*
- *Eğer ben iyi ve akıllı bir çocuksam hiç itiraz etmeden onların benim yaşamımı yönetmelerini kabul ederim ve benim yaşamım direksiyonun da oldukları için onlara minnettar olmayı öğrenirim.*
- *Aslında benim yaşamım neler olup bittiğini ben değil annem babam bilir.*

VAKA ÖRNEĞİ-2

Eğer Ayşe çocuğun gelişimini destekleyen aile ortamında büyüseydi. Ayşe önüne konan köftelerden 2' sini yedikten sonra annesine doyunduğunu söylediğinde, annesi peki kızım der. Ve Ayşe bilir ki bir sonraki yemek saati ne kadar ıvır zıvır yeme hakkı yoktur.

Yemek zamanı gelince yenir ve bu, ailede birlikte yapılan bir iştir. Bu ailede hiç kimse her istediğini istediği zaman yiyemez. Ayşe ne kadar yiyeceğine karar vermekte serbesttir ama yemek yenirken bu ailenin üyesi olduğu ve bu ailenin üyesi olmanın getirdiği sorumlulukları bulunduğu ona sevgiyle ve açık seçik anlatılmıştır.

Bir kişi arabanın direksiyonuna oturduğu zaman aklına geldiği gibi kullanamaz ; uyması gereken trafik kuralları vardır. Trafik kuralları, hem sürücüyü hem de yoldaki diğer insanları korumak için vardır. Küçük Ayşe, kendi yaşamının direksiyonundadır ama direksiyonda olmanın her istediğini aklına geldiği gibi yapmak olmadığını da bilmektedir. Kendi yaşamının direksiyonunda olmanın bir sorumluluğu vardır.

Ve Ayşe'den bu sorumluluğun farkına varması beklenir.(Ayşe ile ilgili vaka-1 ve vaka-2 örnekleri Doğan Cüceloğlu'nun “Başarıya Götüren Aile” kitabından yararlanılarak özetlenmiştir).

2) OTORİTER TUTUM

Otoriter anne-baba tutumu, çocukla konuşmadan , anlaşmadan, isteklerini dikkate almadan, anne-baba tarafından belirlenen kural ve emirlerin çok katı bir şekilde uygulanmasıdır.

Otoriter anne-babalar, çocuğa sert, soğuk ve kesin bir tavırla yaklaşırlar. Çocuğa kendi hissettikleri sevgilerini, çocuk kendilerinin istediği gibi davrandığı zaman gösterirler. Çocukları ile etkileşimleri oldukça yetersiz ve serttir. Çocuğun duygularını, düşüncelerini ifade etmesine imkan vermezler. Çocuğu koymuş oldukları çok sayıdaki katı kurala uyması için zorlarlar. Çocuktan kendilerine itaat etmesini ve emirlerini yerine getirmesini isterler. Çocuğun isteklerini ve beklentilerini dikkate almazlar. Eğitimde sık sık cezaya yer verirler. Çocuğun en ufak yaramazlığı ceza ile sonuçlanır. Bazı anne-babalar, çocuğu dayak gibi fiziksel cezalarla, bazıları suçlama, ayıplama, utandırma gibi duygusal cezalarla, bazıları da sevdiği etkinliklerden alıkoyma gibi ayrıcalıklardan yoksunlaştırarak cezalandırırlar. Otoriter anne-baba tutumunda, çocuk üzerinde aşırı baskı ve sıkı bir disiplin mevcuttur.

Aşırı baskı altında tutulan çocuk, kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmekten çekinir ve başkalarının isteklerine uymaya çalışır. Baskı çocuğun nazik, dürüst ve dikkatli davranmasını sağlayabilir. Ancak çekingen, başkalarının etkisinde çabuk kalabilen, aşırı hassas bir kişilik yapısı geliştirmesine neden olur. Uysal olarak yetiştirilen bu çocuklar, ileride atılım ve girişimcilikten yoksun, pasif bir kişi durumuna gelebilirler.

Ancak aşırı baskı altında tutulan çocuklar, her zaman çekingen, pasif, ürkek ve korkak davranışlar göstermezler. Bu çocukların bazıları vurucu, kırıcı, saldırgan davranışlara da yönelebilirler. Çünkü anne-babanın cezacı tutumu, çocuğa olumsuz bir model oluşturmuş ve güçlünün güçsüzü ezeceğini öğretmiştir.

Otoriter tutumda sık uygulanan ceza, çocukta vicdan gelişimi olumsuz yönde etkiler. Çocukta suçluluk duygusu yaratır ve özgüvenini azaltır. Bu durum çocuğun işbirliği ve sosyal ilişkilere ilişkin olumsuz davranışlar geliştirmesine neden olur. Ayrıca kendilerine ceza veren anne-babalarına kızgınlık, öfke gibi duygular hissetmelerine neden olabilir ve onlarla sağlıklı iletişim kurmalarını engelleyebilir.

3) GEVŞEK TUTUM (ÇOCUK MERKEZCİ AİLE)

Burada anne-babanın çocuğa egemen olma ve onun üzerinde aşırı baskı kurma eğilimi yerine çocuğun başına buyruk yetişmesi, dilediğince davranması ve kendi üzerinde ailesinin denetimine olanak tanımaması söz konusudur. Çocuk, aşırı bir hareket ve davranış serbestliğine sahiptir.

Kendine ve çevresine zarar verecek davranışları bile etkili bir denetimden uzaktır. Kendisine, belirli şeyleri yapması, belirli şeyleri yapmaması gerektiği anlatılmamış veya yeterli kesinlikte belirtilmemiştir. Ara sıra sert çıkışlar, cezalar, kısıtlamalar, gözdağı vermeler görülsün bile, bunlar çoğunlukla caydırıcı olmaktan, hareketin yanlışlığını anlatabilir olmaktan uzak kalmıştır. Ailenin kendi karşısında düştüğü acizliği kavrayan çocuk, dizginleri ele geçirir ve bu zayıflığı kendi istekleri yönünde kullanır. "İstediyimi yapmazsan ağlarım sonra!" veya "Bana masal anlatmazsan yemeğimi yemem!" gibi tehditlerde bulunur. Bu istekler yerine geldikçe, çocuk daha şımarık, bencil, sorumsuz ve yalnızca kendi istekleri yönünde davranan bir kişilik kazanır ("Kissadan Hisse..." vaka-2 örneği yeniden bir göz atınız).

4) TUTARSIZ TUTUM

Sık görülen kusurlu anne-baba tutumlarından biri de tutarsız anne-baba tutumudur. Dengesizlik ve tutarsızlık ya anne-babanın çocuk eğitimi konusundaki görüş ayrılığından ya da anne-babanın çocuğun davranışları karşısında gösterdikleri değişken davranış biçiminden kaynaklanabilir.

Tutarsız anne-baba tutumu karşısında çocuk ne zaman nasıl davranması gerektiğini öğrenemez. Hangi davranışlarının anne-babası tarafından hoşgörü ile karşılanacağını, hangilerinin karşılanmayacağını ya da cezalandırılacağını kestiremez. Çünkü bu durum anne ya da babasının o andaki ruh haline bağlıdır. Tutarsızlık çocukta ilk zamanlar bazı iç çatışmalara, huzursuzluklara neden olur. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular; anne babaları tarafından tutarsız tutumla yetiştirilen çocukların tutarlı tutumla yetiştirilen çocuklara oranla cezaya daha fazla direnç gösterdiklerini, saldırgan davranışlarda bulduklarını ve saldırgan davranışların kolayca değiştirilemeyeceğini ortaya koymuştur.

Çocuğa uygulanan disiplinde anne-babanın tutarlı bir tutum içinde olmaları, çocuğun neyi yapıp neyi yapmayacağını öğrenmesine yardımcı olur.

Anne-babanın aralarında hangi davranışların kabul edilebilir, hangilerinin kabul edilmez olduğu konusunda anlaşmış olmaları, çocuğun sosyalleşme çabasına katkıda bulunur. Çocuğun sosyalleşebilmesi için içinde yaşadığı toplumda kabul edilen ve kabul edilmeyen davranışları öğrenmesi gerekir. Özellikle anne-babanın, çocuktan yapmasını istediği davranışı neden yapmasını istediğini belirtmesi, ceza verdiği zaman neden ceza verdiğinin nedenini açıklaması, çocuğun toplumun normlarına, kurallarına uygun olan davranışları kazanmasını kolaylaştırır ve saldırgan davranışlarını azaltır.

5) YETKİNCİ TUTUM (MÜKEMMELLİYETÇİ ANNE-BABALAR)

Kusurlu anne-baba tutumlarından biri de anne-babaların çocuklarına karşı yetkinci bir tutum içinde yaklaşmalıdır. Yetkinci anne-babalar, çocuktan başarılı olması için aşırı bir beklenti içindedirler. Çocuklarının diğer çocuklardan daha başarılı olmasını isterler ve sık sık başka çocuklarla kıyaslarlar.

Çocuğun göstermiş olduğu başarılarla yetinmezler. Çocuğa sürekli olarak nasıl daha başarılı ya da daha yeterli duruma gelebileceğini anlatırlar. Çocuktan beklentileri genellikle onun yaşına, gelişim düzeyine, yeteneklerine uygun ve gerçekçi değildir. Yetkinci anne-babalar, çocuklarına gelişim düzeyinin üstünde öyküler okurlar. Çocukları ilgi göstermeyince de canları sıkılır. Onların gerçek doğasını görmeye çalışmazlar. Çocuk beklentilerine cevap vermediği zaman beklentilerinin uygun olmadığını araştırmak yerine, çocuklarının değerlerini ya da kendilerini sorgularlar.

Böylece hatanın çocuktan ya da kendilerinden kaynaklandığını düşünürler. Yetkinci anneler, kendi yaşantılarında da yetkinci bir eğilim gösterirler. Her seçimde her işte mükemmel ararlar. Yerleri defalarca silerler, bulaşıkları defalarca yıkarlar, evlerini katı kurallarla yönetirler. Bu tutumlarını çocuk yetiştirmelerine de yansıtırlar. Bu nedenle çocuğu gereksiz yere sık sık doktora götürürler. Yüksek öğrenim gören bazı anneler ise tüm çocuk bakımı kitaplarını okumaya çalışırlar. Bu anneler için çocuğun temizliği, okulda yiyeceği yemek, birlikte oynayacağı arkadaşları bile başlı başına birer sorundur.

Yetkinci anne-babalar, çocuklarını kusursuz hale getirmek ya da daha başarılı olmaları için onlara baskı uygularlar. Çocuk, bu beklentilere cevap verebilecek kapasite ve yeteneğe sahip ise pek fazla sorun ortaya çıkmayabilir ya da daha az etkilenebilir. Ancak çocuk, anne-babasının beklentilerine cevap verebilecek güç ve yeteneğe sahip değilse, "ben beceriksizin biriyim", "aptalın tekiyim", "başarısızım" gibi kendi benliğine ilişkin olumsuz değerlendirmeler yapmaya başlar.

Bu durum çocuğun benlik saygısını azaltarak kendisine olan güven duygusunun gelişmesini engelleyebilir. Anne-babasının beklentilerine cevap verebilecek güce ya da başarısızlığa uğrayan çocuk "ne yaparsam yapayım annemin istediklerini yapamıyorum", "nasıl olsa başaramıyorum o zaman denememe gerek yok" diyerek çaba göstermekten vazgeçebilir. Ya da çalışmadan vazgeçerek anne-babalarını cezalandırmaya çalışırlar.

Anne-babaların, çocuğun yeteneğini aşan bir beklenti içinde olmaları çocuğun itaatsiz, isyankar olmasına da neden olabilir. Bu özelliklere sahip çocuklar arkadaş grubuna girmekte, grup üyeleri tarafından kabul edilmekte zorluklarla karşılaşabilirler. Grup etkileşiminden yoksun çocuklar yardımlaşma, paylaşma, işbirliği gibi prososyal davranışları geliştirmekte ve başkaları ile olumlu sosyal ilişkiler kurmakta zorlanabilirler.



VAKA ÖRNEĞİ

Güney Kore, akademik başarısı çok yüksek bir ülke... Uluslararası akademik başarıyı ölçen PISA sınavında her yıl başa giren ülkelerden. En son 2012'de yapılan sınavda 65 ülke arasında 5. oldu. İlk 7 sırayı Asya ülkeleri paylaştı. Başarılılar çünkü "çılğınca" çalışıyorlar!

Bu çalışkan öğrencilerden birinin ismi ise Ji... Ji, ortaokula gidiyordu ve ülkedeki öğrenciler arasında en başarılı %1'in içindeydi. Bu başarılı öğrenci yaşadığı bir olayın sonrasında hapse girdi çünkü Ji annesini öldürdü. Ji'nin annesini öldürme nedeni ise oldukça ilginç. Küçük çocuk, annesini veli toplantısına gitmesin diye öldürdü.

Çünkü annesinin en son sınavlarda aldığı düşük notları duymasından korkuyordu. Bu korkunun nedeni ise olayın vahametini ortaya koyuyor. Ji'nin annesi oğlu düşük not alınca onu dövüp yemek vermiyormuş. Küçük çocuk annesini öldürdükten sonra sırrını sekiz ay boyunca sakladı. Her gün okula hiçbir şey yokmuş gibi gidip gelmeye devam etti. Komşulara annesinin şehri terk ettiğini söylüyordu. Cesedi kokmasın diye odasının kapısını sıkıca bantlamıştı. Hatta her şey normal görünsün diye arkadaşlarını ara sıra eve çorba içmeye davet ediyordu. Ta ki onlardan ayrı yaşayan babası bir gün eve gelip cesedi bulana kadar...

6) DEMOKRATİK TUTUM

Anne-baba tutumları arasında en sağlıklı olan bu tutumda çocuklara hoşgörülü, güven verici ve destekleyici yaklaşım benimsenir. Bu tutuma sahip anne babalar, çocuklarına sıcak davranır ve koşulsuz saygı ve sevgi gösterirler. Çocukların her durumda düşüncelerini belirtmelerini ve paylaşımlarını desteklerler. Anne babaların davranışları, birbiriyle tutarlı ve kararlıdır. Demokratik tutuma sahip anne babalar her çocuğun kendine özgü bir gelişim kapasitesi olduğunu bilir ve ona uygun davranırlar. Çocuklarından gelişimlerine uygun düzeyde olgun davranmalarını beklerler. Aileler çocukları ile ortak etkinliklerde bulunurlar ve onlara sorumluluk verirler; gerekli durumlarda desteklerler. Demokratik ailelerde özerk davranışların desteklenmesine dikkat edilir.



Çocuğun kendini ifade etmesine ve özdenetim kazanmasına katkı sağlayacak ortamlar sunulur. Demokratik tutuma sahip ailelerin çocukları sosyal ve duygusal anlamda daha yeterlidirler ve diğer bireylerle daha çok işbirliği içerisindedirler. Bu tutuma sahip ailede yetişen çocuklar, kendine güvenen, uyumlu, yaratıcı, bağımsız, sorumluluk sahibi, insanlara güvenebilen ve sevilen bireyler olarak yetişirler("Aşırı Koruyucu Tutum" bölümündeki vaka-2 örnek olarak verilebilir).

VII. ÇOCUĞUN SORUMLULUK KAZANMASINDA ARKADAŞ İLİŞKİLERİ



Arkadaşlık, çocuğun gelişimini ve kişiliğini etkileyen ailesinden sonraki en önemli etkidir. Arkadaş ilişkileri çocukların gelişiminde büyük rol oynar. Arkadaşlık, çocukluk döneminde başlayan ve yaşam boyu devam eden oldukça önemli bir sosyal olgudur. Çocukların gelecek yaşamlarında sağlıklı ilişkiler kurmasının temelleri çocuklukta kurulan arkadaşlıklarla atılır.

Çocuklar 3 yaşından önce akranlarıyla bir arada bulunmaktan hoşlanırlar ancak arkadaşlık düzeyinde bir birliktelik gözlenmez. Çocukların akranlarıyla anlamlı bir etkileşim içine girmesi 3 yaşından sonra görülür. Arkadaşlık ilişkilerinin temel özelliği birlikte oyun oynama ve paylaşımır. Bu döneme kadar yalnız oynamayı tercih eden çocuk, yaşlılarıyla oynar ve oyuncaklarını paylaşmaya başlar. Henüz her şeyin sadece "ben" olduğu ve paylaşımın ilk başladıkları dönemde çocuklar, küçük ya da şiddetli oyuncak tartışmaları yaşayabilirler.

Çocuklar için arkadaşlık ilişkilerinin en rahat ve en iyi şekilde kurulduğu ortamlar okul öncesi eğitim kurumlarıdır. Çocukların yaşadığı çevrede çok sayıda yaşıtı olsa da, onlarla sürekli veya sık sık iletişime geçse de anaokullarındaki gibi düzenli bir etkileşim söz konusu olmaz. Okul öncesi eğitim kurumlarında çocuk hem olumlu arkadaşlık kurmayı öğrenir, çok sayıda arkadaşları olur hem de yaşama dair bilgi ve beceriler edinir.

Arkadaş edinmek ve ilişkiyi sürdürmek, belli bir olgunluğa ulaşmış olmayı gerektirir. Yaşıtları ile ilişki kuramayan, arkadaşlık edemeyen çocuklarda, içe kapanma ya da ilgiyi kesebilmek için saldırgan davranışlar görülebilir. Arkadaş edinme ve bu arkadaşlığı sürdürme becerileri, çocuğu sadece sosyal bakımdan geliştirmek. Arkadaşlık aynı zamanda; aidiyet duygusu, değer ve kabul görme hissi kazanımına ve özgüveninin gelişimine yardım eder. Çocuğun zihinsel, fiziksel ve duygusal alanda gelişmesi için arkadaşları olması şarttır ve çocuk için arkadaş, hayati bir ihtiyaçtır. Arkadaşa duyulan ihtiyaç, sadece onunla vakit geçirmek için değil; bilgi ve deneyim kazanmak içindir.

Çünkü arkadaş ilişkileri ona toplumsal yaşam içinde kabul gören davranışları ve iş birliğini öğretir. Liderlik, sorumluluk, grup çalışması gibi yetenekler arkadaşlar sayesinde kazanılır. Ayrıca çocuk; bir yere ait olma, sevgi, saygı, çözüm üretme ve yardımlaşma duygularını kazanma fırsatlarını grup içinde bulur. Arkadaşlarıyla oyun oynayarak enerjisini boşaltma şansını yakalar. Arkadaş ilişkileri yoluyla kendini ve diğerlerini tanıma fırsatı bulan çocuk, farklılıklara hoşgörü ile bakmayı öğrenir.

Johnson ve Gillicuddy ikilisi (1983), tarafından yapılmış bir araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular; çocuklara yaşitları ile iletişimde bulunmaları içingereken fırsatların verilmemesinin onların sosyal kurallar hakkında bilgilerinin de yetersiz kalabileceğini ortaya koymaktadır.

i. OLUMLU ARKADAŞ İLİŞKİLERİ GELİŞTİRMEYİ DESTEKLEYEN EBEVEYN TUTUMLARI

Aile içi iletişim ve ilişkiler, çocukların sosyalleşmeleri yönünden temeldir. Arkadaş ilişkilerinin gelişmesine esas olan sosyal beceriler, aile içerisinde kazanılmaya başlanır. Anne babaların birbirlerine ve çocuklarına karşı tutumları, davranışları, çevreleriyle olan ilişkileri, aile ortamında birbirleriyle olan iletişimleri, çocukların arkadaş ilişkilerine de yansımaktadır. Örneğin, evinize gelen misafiri nasıl karşıladığınız, arkadaşlarınızla yardımlaşma biçiminiz ve hoşlandığınız ya da hoşlanmadığınız durumlara verdiğiniz tepkiler, çocuklarınız tarafından dikkatle izlenir ve büyük olasılıkla taklit edilir. Çocukların, eğer varsa, kardeşleriyle ilişkileri ve aile içerisindeki paylaşımları, onların arkadaş ilişkilerini de etkiler. Olumlu ve sağlıklı kardeş ilişkileri çocuğun sosyal gelişimi açısından son derece yararlıdır. Kardeşler arasındaki olumlu, istendik ilişkilerin gelişebilmesi için ebeveynler;

- Birbirini sevme ve düşünme konusunda örnek olmaya,
- İyi geçinme konusunda onları yüreklendirmeye,
- Yaşlarına uygun etkinlikler belirlemeye,
- Çocukları kardeşleriyle kıyaslamamaya,
- Çocukların arasındaki kavgalarda hakem rolünü üstlenmemeye özen göstermelidirler.

❖ Olumlu Arkadaş İlişkileri Geliştirmeyi Destekleyen Ebeveyn Tutumları

• Erken yaşlardan itibaren, aileleri tarafından arkadaşlık kurabilmeleri için yönlendirilen ve ortam yaratılan çocuklar hem olumlu arkadaşlık kurmayı öğrenirler ve çok sayıda arkadaşları olur, hem de yaşama dair bilgi ve beceriler edinirler.

• Arkadaş edinmek için bazı becerilerin aile ortamında kazandırılması gerekir. Bu da ebeveynin sorumluluğundadır. Örneğin, ebeveynler, çocuğa paylaşmayı, başkasının duygularını anlamayı, duygularını denetim altına almayı, belirlenmiş kurallara uymayı, cesaretli ve girişken olmayı, saygılı olmayı, kendinden küçükleri sevmeyi ve korumayı, yardımlaşmayı vb. öğretmelidir.

• Çocuklarının arkadaşlık tercihleri konusunda müdahaleci değil (örneğin, kendi değerlerine uymayan ya da farklı davranışlar gösteren çocuklarla, arkadaşlık kurmamaları konusunda ısrarcı olmak vb.) gözlemci olan ebeveynlerin çocukları; arkadaşlarıyla ilişkileri, kimlerle arkadaş oldukları, ne tür oyunlar oynadıkları konusunda ailelerine karşı açık olurlar. Müdahaleci yaklaşımlar, çocuğun anne-babaya arkadaşlıkları konusunda yalan söylemesine yol açmakta ya da çocuğun tüm arkadaşlık ilişkilerini olumsuz etkileyebilmektedir.

VAKA ÖRNEĞİ

Kötü karakterli bir genç varmış. Bir gün babası ona çivilerle dolu bir torba ile bir tahta vermiş. "Arkadaşlarınla tartışıp, kavga ettiğin her zaman bu tahtaya bir çivi çak" demiş. Genç, ilk gün tahtaya 37 çivi çakmış. Sonraki haftalarda kendi kendini kontrol etmeye çalışmış ve geçen her gün daha az çivi çakmış. Nihayet bir gün gelmiş ki genç tahtaya hiç çivi çakmamış. Babasına gidip söylemiş. Babası onu yeniden tahtanın önüne götürmüş. Genç "Bugünden başlayarak tartışmayıp kavga etmediğin her gün için tahtadan bir çivi çıkar" demiş. Günler geçmiş. Bir gün gelmiş ki her çivi çıkarılmış. Babası oğluna "Aferin! İyi davrandın ama bu tahtaya dikkatli bak. Çok delik var. Artık tahta geçmişteki gibi güzel olmayacak" demiş.



Arkadaşlarla tartışılıp kavga edildiği zaman kötü kelimeler söylenilir. Her kötü kelime bir yara (delik) bırakır. Arkadaşına bin defa kendisini affettiğini söyleyebilirsin, ama bu delik aynen kalacak kapanmayacak. Bir arkadaş ender bulunan bir mücevher gibidir. Seni güldürür, yüreklendirir, ihtiyaç duyduğunda sana yardımcı olur, seni dinler ve sanayüregini açar" demiş.

ii. OLUMLU ARKADAŞ İLİŞKİLERİNE SAHİP BİR BİREY YETİŞTİREBİLMEK İÇİN...

- Çocuğa kendi başına yapabileceği ya da yapamayacağı şeyler anlatılmalıdır. Bu konuda her ailenin sınırları, değerler sistemi, hayata bakış açısı farklıdır, kendine özgüdür. Çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlayabilmek için, çocuğun içinde bulunduğu yaş özellikleri dikkate alınarak kabul edilebilir sınırların belirlenmesi ve bu konuda net ve tutarlı olunması gerekir.
- Grup ortamında bireysel olmaktan çok, grup bilinci önemli olduğu için, çocuklar ebeveynlerin beklemediği davranışlar gösterebilir. Böyle bir durumda çocuğu suçlamadan, olayın ne olduğunu, nasıl geliştiğini anlamaya çalışmak ve gerekli açıklamaları çocuğa yapmak gerekir.
- Ebeveynler, çocuğun arkadaşları hakkında olumsuz eleştirilerde bulunmamalıdır. Çünkü çocuk, arkadaşlarını kendisi seçmiştir. Bu tutum, çocuğun benlik saygısına zarar verebilir. Benzer biçimde iyi arkadaş seçimlerinin de övülmesi ve desteklenmesi çocuğu mutlu ederken kendisine saygısını ve özgüvenini geliştirmesine katkıda bulunur.
- Çocuğa, arkadaşlarıyla yaşadığı çatışmalarda kendini kontrol etmesinin ve fiziksel saldırganlığa, şiddete başvurmadan karşılık verilmesinin önemi vurgulanmalı ve gerekçesi açıklanmalıdır. Eleştirileri hoş karşılaması ve yapıcı tutumlar geliştirebilmesi için yol gösterici olunmalıdır.
- Çocuğun duygularını ve fikirlerini açıklamasına izin verilmelidir. Onu dinleyin ki o da başkalarını dinlemeyi öğrensinsin.
- Ebeveynler, dinlemeye ve iletişime açık olmalıdır. Deneyimlere dayanarak alternatif çözümler üretme konusunda çocuklara yardımcı olurken ne yapmaları gerektiği konusunda zorlayıcı olmaması önemlidir. Çocuklar kendilerine uygun çözüme kendileri karar vermeli, kararının sorumluluğunu da taşımalıdır. Çocuğun doğru kararlar verebilecek potansiyele sahip olduğuna güvenilmeli ve bu konuda çocuklar motive edilmelidir.

Kimle gezdiğinizize, kimle arkadaşlık ettiğinize dikkat edin.

Çünkü; bülbül güle, karga çöplüğe götürür. *Mevlana*

Gerçek dostlar yıldızlara benzerler. Karanlık çökünce ilk onlar görünürler.

Napolyon

VIII. ÇOCUĞUN SORUMLULUK DUYGUSUNU KAZANMASINDA SEVGİNİN ROLÜ



Sevgi, insanları bir arada tutan en önemli etken, karşılıklı yararlanma ve dayanışma gereksinimidir. Sevgi insan topluluğunun bulunduğu her yerde vardır. Ailenin olduğu gibi toplumsal yaşamın da kaynaştırıcı gücü ve mayasıdır. Sevgiyi en geniş anlamda, "insanları birbirine yaklaştıran olumlu ve iyi duyguların tümü" olarak tanımlamak yanlış olmaz. Ana-baba sevgisi, çocuk sevgisi, kardeş, arkadaş, eş sevgisi, yurt ve insanlık sevgisi evrensel olan tek bir duygunun değişik görüntüleridir.

İnsanoğlu sevme yeteneğini seville seville kazanır; sevmeden önce sevilme-yi öğrenir. Çocuklukta sevginin ana ve baba gibi bir iki kaynaktan alması önemlidir. Sevgi, açlık ve susuzluk gibi sürekli doyurulmak isteyen bir duygudur. Yaşamda sevgi boşluğunu dolduracak, onun yerine geçecek başka bir şey gösterilemez. Ana kucağındaki yavru da, seksen yaşına gelmiş insan da onsuz edemez. Kişi yaşamında ne denli başarılı, olursa olsun, sevgiyi yitirdiği zaman kendini boşlukta bulur. Bilinçli ya da bilinçsiz olarak giriştiğimiz birçok işler, başarıya ulaşma tutkusu hep bu beğenilme ve sevilme gereksiniminin karşılanması içindir.

i. AŞIRI SEVGİ GÖSTERİSİ

Sevgilerini çok aşırı ve abartılmış biçimde açığa vuran ana-babalara çevremizde çok sık rastlarız. Böyle bir anneyi ele alalım:

Doğumun ilk gününden başlayarak, çocuğuna aşırı bir düşkünlük gösterir. Bebek yeteri kadar besleniyor mu? Gereken bakımı verebiliyor muyum? diye sürekli kaygılanır. İlk aylarda göze çarpmayan ve olağan sayılan bu düşkünlük, çocuk büyüdükçe belirginleşir.

Anne çocuğun ağlamasına dayanamaz, aksırsa, hapşırırsa hekime koşar. Çocuk ayaklandıktan sonra, ya düşerse diye kaygılanır. Bir an gözünün önünden ayırmaz ya da kucağından indirmez. Çocuk dört-beş yaşına gelmiş, daha kendi başına yemek yemenin tadını tatmamış, eline kaşık almamıştır. Anne, çocuğun yediğini bir türlü yeterli bulmaz. Oyalayarak, masal söyleyerek, elinde tabak ardında koşarak doyurmaya uğraşır. Çocuk nazlanır, huysuzlanır, hatta yediğini çıkarır. Ama anne direnir. "Babanın hatırı için, benim hatırım için!" diye diye büyük bir insanı doyuracak kadar dolu tabağı bitirtir.

Kimi ailelerde beslenme alışkanlığı on yaşından sonra bile bırakılmaz. Oyun çağına gelen çocuk, düşer diye oyuna bırakılmaz ya da anne başında bekler. Yaşıtlarına karşı her an korur. Giyinebilirken giydirir. Üstü açılır, üşür diye ana-baba odasında, sıklıkla ana-baba yatağında yatırır. İstekleri önceden sezilir, bir dediği iki edilmez. Çocuk okul çağına gelir, her çocuğun kendi gittiği okula o elinden tutularak götürülür, getirilir. Çocuğun yemesine yardım eder, terleyip terlemediğini yoklar. Kısacası çocuk el bebek, gül bebek büyütülür, kol kanat gerilir, şımartılır. Bu annelerin yanılışı çocuğu sevmekle sevgiye boğmak arasındaki ayırımı yapamayışlarından gelir.

Bu şekildeki sevgi gösterisi çocuğun sosyal gelişimini olumsuz yönde etkiler. En önemlisi de, bu çocuklar kendi kendilerini kontrol edemedikleri için, savunmasız, çabuk uyum gösteren, utangaç çekingen bir yapı geliştirirler.

Bu çocuklardan bazıları ise, otoriter bir tutum geliştirerek başkalarını ezmeye çalışan sorumsuz bir kişi olurlar. Yani başkalarını kullanırlar (Aşırı sevgi göstererek çocuk yetiştirmeye çalışan ebeveynlere, yukarıda "Çocuklarda Sorumluluk Duygusu Kazandırma" bölümündeki vaka-1 ve vaka-2 örneklerini tekrar okumaları önerilir).

ii. SEVGİ YETERSİZLİĞİ

Sevgi gösterisi bakımından, karşı uçta yer alan ana-baba, verici olmayan ana-babadır. Çocuğun ruhsal gereksinimleri çok yetersiz olarak karşılanır. Çocuğa yaklaşım sıcaklıktan yoksundur. Anne ya da baba, genel olarak çocuğu benimseyememiş gibidirler. Sevecenlik gösterdikleri zaman bile, hallerinde bir zorlama ve yapmacıklık göze çarpar. Çocuk hakkı olan kollanma ve korunmadan yoksun kalmıştır. Çocuk bakımı anneye ağır bir yük gibi gelir. Çocukların kendisini eve bağladığından, gezmesine, çalışmasına engel olduğundan yakınıdır. Yanına sokulmalarını istemez. Öpüşü, kucaklayışı soğuktur. Kimi anne bu soğukluğu bilinçli olarak açığa vurur. İçinden öpmek gelmediğini, başka anneler gibi, içinin kaynamadığını belirtir. Anne çocuğun olumlu niteliklerine karşı kör gibidir, kusurlarını ise hiç kaçırmaz. Gerçekten itici bir anne bu tutumunu haklı göstermek istercesine, "Çocuk dediğin" ana-babadan korkmalı, çekinmeli. Çocukları şımartmaya gelmez. Ben onların hiçbir şeylerini eksik etmem ama yüz göz olmam gibi mantık yürütür.

Tutumunu başkalarından olduğu gibi kendinden bile gizlemeye çalışır. Çünkü ana-baba için en güç şey çocuğu sevmeyi kendi kendine başkasına itiraf etmektir. Soğuk anne, çocuğun hiçbir yaramazlığını bağışlamaz. Herşeyi görür, abartır ve başına kakar. Onu başkasıyla karşılaştırır ve aşağı bulur. Olumlu davranışlarını ödüllendirmek şöyle dursun, görmezden gelir, olağan sayar. Çocuğa doğuştan kötüymüş duygusu aşılır. Aslında bu anne ya da baba kendi içindeki olumsuz duyguları, çocuğuna yansıtmakta, ondan kaynaklanıyormuş gibi göstermektedir.

Yukarıdaki açıklamalardan yola çıkılarak sevgi yetersizliği içinde büyümüş olan çocuklar normal çocukların canlılığından yoksundurlar, anne sevgisi ve korunma gereksinmelerinin karşılanmamasının yarattığı duygusal bir açlık içindedirler.



Boynunuzda taşıyabileceğiniz en değerli mücevher çocuğunuzun kollarıdır.

Bu ise çocukların aşırı hassas bir kişilik yapısı geliştirmesine neden olacaktır. Uysal olarak yetiştirilen bu çocuklar, ileride atılım ve girişimcilikten yoksun pasif bir kişi durumuna gelir. Toplumun kendisinden beklediği görevi ve sorumlulukları benimsemeye ve gerçekleştirmeye birtakım güçlüklerle karşılaşır.

Özellikle anne vebaba çocuğun kişiliğinin oluşumunda önemli rol oynayan özdeşim modelleridir. Çocuk bu özdeşim modellerini kendisine örnek alarak yaşamla ilgili olumlu ya da olumsuz davranış kalıpları geliştirmektedir. Yaşamın amacı olan ve yaşama anlamkatan çocukların sevgi, saygı anlayış içinde büyütülmeleri, sağlıklı kişilik geliştirerek toplumda istenen birey olmaları açısından önemlidir.

Aile içi ilişkilerde doyum sağlayabilen, anne ve babası tarafından desteklenenuyumlu bir kişilik geliştirerek toplumda olumlu ilişkiler kurup kurabilmekte saygıgöstermeyi, sorumluluk almayıöğrenebilmektedir. Sevgi ve güven dolu bir aile ortamındabüyümeyen, anne ve babası tarafından sürekli toplumda sevilmediğini ve istenmediğini hisseden çocuk ise güvensiz bir kişilik geliştirebilmektedir. Karmaşıkduygu ve düşünceler içerisinde bunalan ve hiç kimsenin kendisini sevmediği kuşkusunakapılan çocuk büyüklerinin sevgi ve ilgisini çekebilmek amacıyla gereksizdavranışlara yönelebilmektedir.

iii. SEVGİMİZİ GÖSTERMENİN BAZI YOLLARI

Yetersiz sevginin aşırı sevgiye göre sonuçları daha ağır olmaktadır. Sevgi sürekli çocuğu koruma ve kollama değil, onu kendi geleceğinde gerekli yaşam bilgilerini göstermek ve iyi bir eğitim verebilmektir (Taşkın,2009). Çocuklarına sevgi ve ilgiyi hak ettiklerini hissettirmek akıllı ebeveynlerin onlara verebileceği en güzel hediyedir. Sevginin abartılı bir sevecenlikle dışa vurulması gerekmez, bir ebeveynin sevgisini çocuklarına sürekli bir şeyler vererek belli etmeye çalışmasına da gerek olmamalıdır (Nagel, 2001). Sevgi herkese verilebilir. Sevgi azalan bir duygu değildir. Sevgi sevilmeyi beraberinde getirir. Sevilmenin ne kadar tatlı olduğunu hisseden bir kimse, herkes tarafından sevilme ister.

Çocuklarınız Sizin Çocuklarınız Değil!

*Çocuklarınız sizin çocuklarınız değil,
Onlar kendi yolunu izleyen Hayat'ın oğulları ve kızları.
Sizin aracılığınızla geldiler ama sizden gelmediler.
Ve sizinle birlikte olsalar da sizin değiller.
Onlara sevginizi verebilirsiniz, düşüncelerinizi değil.
Çünkü onların da kendi düşünceleri vardır.
Bedenlerini tutabilirsiniz, ruhlarını değil.
Çünkü ruhları yarındadır,
Siz ise yarını düşlerinizde bile göremezsiniz.
Siz onlar gibi olmaya çalışabilirsiniz ama sakın onları
Kendiniz gibi olmaya zorlamayın.
Çünkü hayat geriye dönmez, dünle de bir alışverişi yoktur.
Siz yaysınız, çocuklarınız ise sizden çok ilerilere atılmış oklar.
Okçu, sonsuzluk yolundaki hedefi görür
Ve o yüce gücü ile yayı eğerek okun uzaklara uçmasını sağlar.
Okçunun önünde kıvançla eğilin
Çünkü okçu, uzaklara giden oku sevdiği kadar
Başını dimdik tutarak kalan yayı da sever*

Halil Cibran

d. ÇOCUKLARA SEVGİMİZİ GÖSTERMENİN BAZI YOLLARI

- Öncelikle anne baba arasındaki iletişimin doğru olması ve sevgi için model olmaları gerekmektedir. Sevginin ne demek olduğunu anne baba arasında gördükten sonra çevresine de sevgiyi aktarabilmeleri sağlanmalıdır.
- Çocuğunuza verdiğiniz değeri hissettirin ve bunun için sebep olmadığına inandırın. Değer verildiğini bilmek her çocuğu mutlu edecektir.
- Sevginin içinde şiddete yer yoktur. Hiçbir şekilde şiddette başvurmayın.
- Onu dinleyin. Ve göz temasından asla kaçınmayın.
- Sevginizi ifade edebilmenin en güzel yollarından birisi de onunla birlikte vakit geçirmek, değerli olduğunu hissettirmektir.
- Sevginizi asıl başarısız olduğu zamanlarda gösterin. Sevginizi başarısına veya bir sebebe bağlamasının önüne geçilmelidir.
- Akraba ilişkilerine önem verin sık sık bir arada olmaya özen gösterin.
- Anne babalar çocuğunuzun yanında birbiriniz hakkında olumsuz şeyler söylemeyin.
- Toplum içinde çocuğunuzun düşüncelerini mutlaka dinleyin ona söz hakkı verin.
- Ve en önemlisi sevginin sadece insanlara karşı değil hayvanlara, doğaya, çevreye, büyüklerine karşı olması gerektiği bilinci aşılanmalıdır.

e. OKULDA ÇOCUKLARA VE GENÇLERE SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMA

Çocuğun okul öncesi dönemdeki gereksinimlerini karşılayabilmek, bugünkü bilimsel ve teknolojik gelişmelerin sağladığı olanaklara rağmen, ailenin tek başına başarabileceği bir konu olmaktan çıkmıştır. Çocuğun sürekli olarak tüm gelişmelerini desteklemek, evde ailenin kendisine sağlayamadığı eğitim olanaklarını vermek ve düzenli bir eğitim programına başarı ile katılmaya hazırlamak için ebeveynlerin dışında eğitimcilere gereksinim vardır. İşte okul öncesi eğitim kurumları özellikle bu açıdan ailelere gerekli eğitim desteğini sağlayan kuruluşlar olarak çok önemli bir işlevi yerine getirmektedirler (Aksoy, 1994).

Çocuğun okul ortamına girmesi ile birlikte dikkati, anne babasından ziyade bu yeni ortamlarla, daha geniş bir toplumsal çevreye yönelmeye başlar. Şimdiki amacı, bu yeni sosyal çevrenin kendisinden beklediklerini yerine getirebilmek ve kendisine düşen görevleri yapabilmektir. Bu süreç, çocuğun edindiği sorumlulukları eylemsel olarak hayata geçirmesi için önemlidir.

Üzerine düşen görevleri kendi başına yapabilmesi, yaptığı hatalardan kendini sorumlu tutması ve başkalarını suçlamaması, hak etmediklerine sahip olmak istememesi, başkalarının haklarına, duygu ve düşüncelerine karşı saygılı olması, mutlu, uyumlu ve başarılı olmaları, özellikle okul çağı çocuklarının gelişimsel görevleri arasındadır. Bu şekilde kendi ihtiyaçlarını tek başına karşılama becerisini kazanan çocuğun, yetişkinlere duyduğu bağımlılık giderek azalır.

Davranışlarının sonucunu yaşadıkça ve gelişen becerilerini kullandıkça, çocuğun kendine olan güveni artar. Beceri ve sorumluluklarını kullanması ve geliştirmesi için fırsat verilmeyen çocukların ise yeterlilik duygusu ve özgüven gelişimi sınırlanır, karşılaştığı her başarısızlık; yetersizlik ve aşağılık duyguları ile sonuçlanma eğilimi gösterir. Her ne kadar çocuklar arasında bireysel farklılıklar varsa da eğitimciler aşağıda sunulan program çerçevesinde öğrencilere yardımcı olabilirler.

f. OKULDA ÇOCUĞA SORUMLULUK DUYGUSU KAZANDIRMADA AŞAMALARI

1) Bir Amaç Edinin

“Sedat’ın daha sorumlu bir insan olmasını istiyorum” gibi bir amaç iyi bir başlangıç olmayabilir. “Sevgi’nin ödevleri konusunda daha sorumlu davranmasını istiyorum” veya “Tamer’in benim dersime gelirken getirmesi gereken tüm malzemeyi getirmesini istiyorum” veya “Mine’nin düzenli not tutmasını ve bunları kullanmasını istiyorum” gibi bir amaç belirleyin. Sadece amacınızı düşünmek bile konuya odaklanmanızı ve doğru yönde davranmanızı sağlayabilir.

2) Gerekli Malzemeyi Belirleyin

Olmasını beklediğiniz sorumlu davranış tek başına düşünülemez. Akademik olmayan yeteneklerden bahsederken bunu genellikle göz ardı ederiz. Örneğin, çocuklar belli bir seviyeye geldiklerinde bir gün kendilerinden ödev defteri tutmaları istenebilir. Bazı çocuklar bunu sorunsuz ve talimat gerektirmeden yerine getirirken, diğerlerinin de bu konuda yardıma ihtiyacı olabilir. Öğretmenin, verilen ödevi tahtaya yazmasını isteyebilirler ve hatta her şeyi bir arada görebilmeleri için formlar geliştirilmesi gerekebilir. Günün sonunda, öğretmenin her ödevi için "Bu ödevi yapmak için nelere ihtiyacın var? İhtiyacın olan malzemeyi al ve çantana koy" şeklinde yönlendirilmesi gerekebilir. Amacınıza odaklanın ve gerekli davranış kitaplarını tespit edin. Planınız yaklaşık olarak aşağıdakine benzeyecektir:

Amaç: Ahmet'in ev ödevleri konusunda daha sorumlu davranmasını istiyorum. Ahmet:

- Bunu yapabilecek yeteneğe sahip olmalı,
- Ödevlerin neler olduğunu sınıftayken öğrenmeli,
- Unutmamak için ödevlerini ödev defterine not etmeli,
- Ödevlerini yapabilmek için nelere ihtiyacı olduğunu tespit edebilmeli,
- Sınıftan ayrılmadan önce ödev defterini kontrol edip gereken malzemeyi tespit etmeli,
- Gereken malzemeyi ve ödev defterini eve götürmeli,
- Ev ödevini yapmalı,
- Her şeyi tekrar çantasına koyup okula getirmeli,
- Okulda ödevini çıkartıp tekrar yerine koyabilmeli.

3) Düzeyi Belirleyin

İstenenleri yapmak için gereken yetenekleri belirlediğinizde, öğrencinin hangi yeteneklere sahip olduğunu da bilmeniz gerekir. Bunu yapabilmek için de öğrenci bir müddet gözlemlenmelidir.

Yukarıdaki örnekte olduğu gibi, Ahmet'in ödevlerini yapabilmek için gereken yeteneğe sahip olduğunu biliyordum. Onu izledim ve ödevlerini defterine kaydettiğini gördüm. Dersin sonunda, her ne kadar ödev defterini açmadığı ve gereken malzemeyi eve götürmek üzere toplamadığı noktada ona müdahale ettim.

4) Zayıf Noktalar Konusunda Alınacak Tedbirler

Öğrencinin halihazırdaki seviyesini bilerseniz, gereken özel tedbirleri alabilirsiniz. Ahmet vakasında, Ahmet'in, dersin sonunda ödev defterini kontrol etmesi ve gerekli malzemeyi çantasına koyarak yanına alması gerektiğini biliyordum. Öncelikle, Ahmet'i defterini açarken, ödevlerini tek tek okurken ve gerekli malzemeyi toplarken sürekli izledim. Birkaç gün sonra ancak hazır hale gelmiştim.

Sonunda, her şeyi yapıp bitirdi ve kontrol ettim. Durumdan memnun fakat ona karşı acımasızdım, karşılığını da gördüm. Ahmet daha sıklıkla ödevlerini yapmaya başladı.

5) Kurallar Katlanılacak ve Sonuçlar Katı- Kesin Olmalı

Eğer, "Derse başlamadan önce kurşun kalemlerini aç" şeklinde bir kural koyduysanız, kuralı yumuşatmayın. Derse başladıktan sonra kalemini açmak isteyen öğrenci kibar bir dille izin verilmemeli ve dersi ucu küt bir kalemle izlemek zorunda kalmalıdır -veya teneffüste dışarı çıkmayarak kalemlerini açmalı ve çalışmasını yapmalıdır. Öğrenci sorumluluğunu bilmeli, aksi takdirde sorumsuzluğunun olabilecek sonuçlarına katlanmalıdır.

6) Ana-Babadan Yardım İsteyin Fakat Bu Yardıma Bel Bağlamayın

Öğrencinin anne-babasına bilgi verin ve yardımlarını talep edin, ancak, planın başarısını tamamen onlardan gelecek yardıma endekslemeyin. Ana-babadan gelecek yardımın faydası olabilir ama okulda uygulayabileceğiniz yöntemleri daima göz önünde bulundurun.

7) Amaç İçin Gereken Ön Hazırlıklar Üzerinde Çalışırken Nihai Amacınızı Gözden Kaçırmanın

Asıl amacınızı her zaman göz önünde bulundurun. Öğrencinin yetenekleri üzerinde çalışırken önce basit olan- dan başlayın.

Bir kez kolay olanı başardığınızda adım adım diğer yetenekler üzerinde uğraşma aşamasına geçin. Bir noktada saplanıp kalarak asıl amacınızı unutmayın. Zaman zaman öğrencinin derli toplu olması konusuna çok fazla enerji sarf ettiğim oldu. Oysa, notları çok titiz bir şekilde tutması konusunda mükemmel olmasını beklemeden notlarını gözden geçirmesini öğretmem gerekirdi. Ahmet gibi bir öğrenciyi kendime bağımlı kılmak çok kolay olurdu. Kendimi ondan sorumlu hissetmem onun işini kolaylaştırırdı ve ben yıl boyunca öğleden sonra boş saatlerimi onun tepesinde dikilerek geçirebilirdim. Eğer nihai amacımı unutsaydım bütün bunlar başıma gelebilirdi. Esas amacı gözden kaçırmayarak beni yanlış yöne sevk edebilecek hareketlerden kaçındım.

8) Çocukları Takviyeye Bağımlı Hale Getirmeyin

Bazı öğretmenlerin öğrenciye çok sayıda ödül, süslü etiketler ve şeker vermeleri öğrencinin başarısının ucuzlamasına neden oluyor. Sonuçta giderek daha fazla ödül verir ve öğrenciden daha az karşılık alır hale geliyorlar. Bu işte kural; "sonuç getirecek en düşük ödülün verilmesi"dir. Hangi destekleme (takviye) yönetimini kullanırsanız kullanın, öğrencilerinde daha az dış dokunur ödüllerle ödüllendirip, öğretmene daha bağımlı olmasını ve kendisi ile gurur duymasını sağlayın.

C. ÖĞRENCİLERİN ÖDEV SORUMLULUĞU

Eğitim kurumlarının temel amacı, bireylerin sürekli değişen bilgileri öğrenip, gerçek yaşam da kullanmalarını sağlamaktır. Bu amaçla okulların; eleştirel düşünen, problemlere çözüm üreten, yaratıcı fikirler ortaya koyan, kendini başkalarının yerine koyarak düşünebilen, tarihi ve kültürel geçmişinin önemini anlayabilen bireyler yetiştirmesi gerekmektedir (Kutlu vd., 2009).

Sosyal bir kurum olan okullar günlük yaşamın tüm imkanlarını içinde barındırabilmelidir. Böylelikle okul çatısı altında verilen eğitim gelecek yaşam için hazırlık değil yaşamın kendisi olmalıdır. Okulda edinilen bilgi ve deneyimler günlük hayatta kullanılabilmelidir.

Oysa bugün ülkemizde okulda kazanılan deneyimlerin günlük hayattan uzak olduğu belirtilmektedir (Bektaş ve Horzum, 2010). Okul eğitim sistemimizde öğrenmenin en fazla gerçekleştiği birim olarak kabul edilmektedir. Ancak öğrencilerin okul dışında geçirdiği yaşantılarında bilinçli ya dabilinçsiz bir şeyler öğrendiği çoğu eğitimci tarafından kabul edilen bir gerçektir. Bu doğrultuda öğrencilere ders dışı zamanlarda düzenli, planlı ve amaçlı olması kaydıyla kısa veya uzun dönemli etkinlikler verilmesi eğitim öğretim sürecinde bireyin gelişimine önemli katkılar sağlayacaktır.

a. EV ÖDEVİN BAŞARIYA ETKİSİ

Ev ödevinin başarı üzerinde etkisi var mıdır? Sorusuna Keith (1986), Walberg, Paschal & Weinstein (1985) ev ödevinin başarı üzerinde güçlü bir etkisi olduğundan söz ederler. Ev ödevinin başarıyı geliştirdiğine ilişkin birçok kanıt vardır: İlkokul (Paschal, Weinstein & Walberg, 1984; Wolf, 1979), lise (Foyle 1984; Keith 1982; Keith ve Page, 1985), üniversite (Polachek, Kniesner & Harwood, 1978) öğrencileri üzerinde yaptıkları incelemelerde ev ödevinin başarıyı geliştirdiğini saptamışlardır. Ancak ailelerden ve bazı eğitimcilerden gelen sesler ev ödevlerinin bu olumlu etkilerine karşılık ev ödevlerinin niteliği-niceliği uygulama biçimi bakımından bunun istendik şekilde (amaca uygun) yürütülmediğini göstermektedir. Bu kişiler ev ödevlerinin faydadan çok zarar sağladığını savunurken tamamen kaldırılmasını istemekte, neden olarak şu fikirleri öne sürmektedirler (Yetenç, 1955 - Dinçer, 1948, Demirel, 1989).

Bu eğitimcilerin ev ödevlerinin verilmemesi yönündeki görüşleri şöyle özetlenebilir:

- 1) Okullarda tekrarlar yeteri derecede yapıldıktan sonra ev ödevine ihtiyaç yoktur.
- 2) Öğretmenler çok ödev veriyorlar. Gelişmekte olan çocuk için bu zararlıdır.
- 3) Program yüklü olduğu için çocuklar ödev yüzünden yorulmakta, dinlenmeye zaman bulamamaktadır.
- 4) Öğretmenler, hayati değeri az olan ödevlere daha çok yer vermektedirler.
- 5) Ev ödevleri kontrol edilmemektedir; ya da gelişigüzel kontrol edilmektedir. Fayda yerine zarar getirmektedir. Ödevler baştan savma yapılmakta, ailelere yaptırılmakta, aileleri rahatsız etmekte, öğrencilere tembellik, hazır konma, okuldan dersten soğuma gibi kötü alışkanlıklar kazandırmaktadır.

- 6) Birçok çocuk okuldan eve geç dönmekte ve etkili çalışmamaktadır.
- 7) Çoğunun, evde ders çalışmak için uygun ortamı olmamaktadır.

Peki ödevler gereği gibi verilse verimli olmaz mı?

Literatürde bazı araştırmacılar (Akin, 1998; Clark, 1988; Çetinkaya, 1992; Johnson ve Pontius, 1989; Pascal; Yapıcı, 1995) ödevlerin öğrenme-öğretme sürecinde kullanılmasının gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Bu araştırmacılar ödevlerin öğrencileri aktif öğrenme için yönlendirdiği, motive ettiği ve ödev yaparken öğrencilerin bireysel hızları doğrultusunda çalışmalarına izin verilmesinin gerekliliğini vurgulamışlardır.

Ancak aralarında Dinçer ve Ulutaş(2003) ve Duygulu(2007)'nun da bulunduğu birçok eğitimci ve yazar ödevin dezavantajlarının ortadan kalkması ve daha etkili bir öğretim tekniği durumuna getirilmesinin şart olduğunu belirterek öğretmenlere ödevlerle ilgili izleyecekleri stratejiler konusunda şu önerileri getirmişlerdir:

- 1) Ödevlerin belirli bir amacı olmalıdır. Amaçlı ev ödevi anlamlıdır, uygundur, yaratıcıdır, kalitelidir.
- 2) Ev ödevinin amacı öğrencilere açıklanmalıdır. Öğrencilerin, amacı anladıklarından emin olunmalıdır. Öğrenciler eğer öğrendiklerini kullanabileceklerine inanırlarsa öğrenmek için daha fazla çaba harcarlar.
- 3) Öğretmenler, düzenli aralıklarla anne babalarla görüşerek, anne babaların ev ödevleri hakkındaki görüşlerini öğrenmeli, anne babalara çocuklarına nasıl yardımcı olacakları ile ilgili bilgiler vermelidirler. Öğretmenlerin anne babalarla görüşmesi sonucunda, çocukların ödevlere karşı olan tutumu, ilgisi ve ailesinden destek alıp almadığı ortaya çıkacaktır.
- 4) Öğretmenler, anne babalara çocuklarının rahat çalışması için ev ortamını nasıl düzenleyecekleri ve çocuklarına nasıl rehberlik edecekleri konusunda yardımcı olmalıdır.
- 5) Öğrencilerin ödevlere yönelik katılımı ve düzeyleri kayıt edilerek, ailelerine rapor edilmelidir.
- 6) Ödevleri çeşitlendirmek gereklidir. Orijinal olarak hazırlanmış ev ödevleri, ilgiyi artırır. Aynı tür ödevleri yapmak öğrenciler için çok can sıkıcı bir durumdur.
- 7) En önemlisi de öğrencilerin ilgi ve yetenekleri doğrultusunda ev ödevi vermeye dikkat edilmelidir. Öğrenciler ilgi ve yeteneklerine uygun olan ödevleri sıkılmadan ve zorlanmadan yapacaklarından, ev ödevlerine karşı olumlu duygular besleyeceklerdir. Ödevlerini yapabildiklerini görmek özgüvenlerini artıracaktır.
- 8) Öğretmenler, daha çok düşünmeyi geliştiren, yaratıcılığı destekleyen ve araştırmaya sevk eden ev ödevleri vermelidirler. Ev ödevleri verilen dersleri destekleyici ve araştırmaya yönelik olmalıdır. Ev ödevi öğrencilerin bilgileri kitaptan deftere aktarması şeklinde değil, araştırmasını, deney yapmasını, yaşayarak öğrenmesini sağlamalıdır. Bu amaçla öğrencilere farklı hazırlık gerektiren (fotoğraf çekme, proje hazırlama, materyal toplama vb.) ev ödevleri vererek bilgiye ulaşmanın farklı yolları gösterilebilir. Bu yollarla öğrencilerin hem eğlendikleri hem de öğrendikleri görülecektir.
- 9) Ödev, asla bir ceza yöntemi olmamalıdır. Notları iyi olan öğrenciler değil de, yalnızca zayıf olanlara ve yaramazlık edenlere ödev veren bir öğretmen ev ödevinin eğitici görevinin bir kenara atılıp cezaların en büyüğü olarak görülmesine yol açacaktır.
- 10) Verilen ödevin dikkatle planlanması, ciddiye alınması ve uygun şekilde gözden geçirilip öğrenciye dönüt verilmesi gerekir. Ödevler ister ev, ister sınıf, isterse araştırma niteliğindeki ödevler olsun kesinlikle öğretmenin kontrolünden geçmelidir. Öğretmen tarafından kontrol edilmeyen ödevler öğrenciye yararlı olmadığı gibi, onları baştan savmacılığa ve ödev yapmamaya sevk eder. Öğrencinin emek harcıyarak yaptığı ödev, eğer öğretmeni tarafından incelenmemiş ve değerlendirilmemişse bu öğrenci açısından ciddi bir hayal kırıklığı oluşturur. Bundan sonra verilecek ödevleri yapma konusunda isteksiz bir tutum takınacaktır, çünkü çocuk eğer başarılıysa takdir edilmeyi ister. Başarısızsa nerde hata yaptığını bilmesi gerekir. Özellikle iyi ve doğru tarafların yazılı ve sözlü olarak vurgulanması öğrencinin üzerinde çok fazla olumlu etkiler yaratır. Ev ödevleri öğretmenler tarafından dikkatli bir şekilde incelenmeli, üzerine eğitici notlar yazılmalı ve öğrencilere geri dağıtılmalıdır. Ödevleri sadece öğretmenin değil, öğrencinin kendisi düzeltebilir. Bu düzeltme işlemi sınıfça, kümece ya da bireysel olarak olabilir.

11) Öğretmen derste ödevi açıklamak için gerekli zamanı ayırmalıdır. Öğretmenin dersin sonunda üç beş saniye içinde verdiği ödevi öğrencilerin anlaması beklenemez. Öğrencilere işlenecek yolları, neleri, nasıl, ne kadar, yapacağına dair ipuçlarını, gerekli araç gereçleri, bitirme süresini ve genel biçim hakkında gerekli bilgileri vermelidir. Gerekirse ödevi not ettirmelidir.

12) Ödevlerini zamanında yapan öğrenciler için ödüller verilmelidir.

13) Diğer öğretmenlerle birlikte ev ödevinin verilme sıklığı, uzunluğu konularda ortak plan yapılmalıdır.

14) Öğrencilerin ev ödevlerine karşı tutumları öğretmenlerinin ödevler konusunda izledikleri stratejilerle doğrudan ilgilidir. Çünkü bazı öğretmenler öğrencilere hem fazla hem de ağır ödevler verirken ödevin niteliğini çok fazla dikkate almamaktadırlar. Bu da öğrencilerin ödevlere karşı olumsuz tutum geliştirmesine sebep olmaktadır. Öğrencinin eğitim-öğretim hayatında aile kadar önemli rolü olan öğretmenlerin, özellikle ilköğretim çağındaki öğrenciler için sorumluluklarının çok fazla olduğu unutulmamalıdır.

b. ÖDEVLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ VE DÜZELTİLMESİ

Yukarıda da belirtildiği üzere ev ödevlerikonusunda bazı eğitimcilerödevlerin mutlaka verilmesini savunurken bazı eğitimciler de ev ödevlerinin tamamen kaldırılmasını savunmaktadırlar. Ancak genel eğilim ödevlerin öğrencileri aktif öğrenme için yönlendirdiği, motive ettiği ve ödev yaparken öğrencilerin bireysel hızları doğrultusunda çalışmalarına izin verilmesinin gerekliliği olduğu yönündedir. Ayrıca ödevlerin, öğrencilerde sorumluluk duygusunun gelişmesine yardımcı olduğu, sorumluluk alma ve zamanı etkili kullanma becerisi kazandırdığı da belirtilmektedir.

Bugün okullarımızdaki uygulamalara bakıldığında bazı öğretmenlerin öğrencilere hem fazla hem de ağır ödevler verdikleri görülmektedir. Programın yoğun olmasından dolayı verilen ödevleri öğretmenlerin kontrol edemedikleri de bilinen bir gerçektir. Ancak sebebi ne olursa olsun öğretmenlerin bu tutumları hem ödevlere karşı olan eğitimcileri haklı çıkarmakta hem de öğrencilerin ödevlere karşı olumsuz tutum geliştirmesine sebep olmaktadır.

Kısaca belirtmek gerekirse ödevlerin fonksiyonunun gerçekleşmesi ve ödev yapma alışkanlığının kazandırılması, büyük ölçüde o ödevin değerlendirmesine bağlıdır. Bir çok yazar okunmayan ve değerlendirilmeyen ödevlerin öğrencileri ilgisizliğe götürebileceğini, düzenli bir şekilde toplanan ve kontrol edilip değerlendirilen ödevlerin ise, öğrencilere bu tür çalışmaların gerekli olduğunu gösterdiğini belirtmektedirler.

Değerlendirilme aşamasında ayrıca ödevlerin üzerine eğitici notlar yazılması ve öğrencilere geri dağıtılmasına dikkat edilmelidir. Öğretmenin ödev üzerine yazdığı ifade öğrenciyi geliştirici nitelikte olmalıdır. Takdir edici ifadelere de yer verilmelidir ve mutlaka kullanılmalıdır (Binbaşıoğlu, 1994; Fidan, 1997; Yapıcı, 1995).

Ödev değerlendirmede öğrenci ödevi kendisi değerlendirip düzeltebilir, öğrenciler birbirlerinin ödevlerini değerlendirip düzeltebilir veya ödevi öğretmen bizzat kendisi değerlendirip düzeltebilir. Öğrencinin kendi ve arkadaşlarının ödevini düzeltirken objektif olup olmadığı kontrolü gerekebilir. Fakat öğrenci ödevini kendi değerlendirip düzelttiği zaman kendine güven duyacağı için, böyle bir yolu tercih etmenin bireysel gelişim açısından yararlı olacağı düşünülebilir (Temel, 1989).

ÖDEV DÜZELTE TENİKLERİ

Araştırmacılar düzeltme tekniklerini beş şekilde sınıflamışlardır.

Bunlar;

- | | |
|---|--|
| 1) Sınıfça düzeltme, | 4) Öğrencinin kendi kendine düzeltmesi, |
| 2) Kümece ve karşılıklı düzeltme, | 5) Eş zamanlı değerlendirme(veli-öğretmen) |
| 3) Öğretmenin öğrenciyle birlikte düzeltmesi, | |

Anne babalar, çocuklarının ev ödevlerini kontrol etmelidirler. Ödevlerin okulda sunulmadan önce evde anne babalar tarafından kontrol edilmesi, çocuklara yaptıkları hataları düzeltme ve eksiklerini tamamlama fırsatı verecektir. (Ödev konusu "ÖDEV ve AİLE" bölümünde daha detaylı olarak yeniden değerlendirilecektir)

BÖLÜM V

ÖĞRENME STİLLERİ VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ

KONU BAŞLIKLARI

- A. GİRİŞ
- B. ÖĞRENME STİLİ
- C. BİREY KENDİ ÖĞRENME STİLİNİ BİLDİĞİNDE
- D. ÖĞRENME STİLLERİNİN SINIFLANDIRILMASI
- E. DUNN VE DUNN'IN ÖĞRENME STİLLERİ MODELİ
- F. GÖRSEL, İŞİTSEL, DOKUNSAL /KİNESTETİK ÖĞRENME STİLLERİ
 - a. GÖRSEL ÖĞRENME STİLİ
 - b. İŞİTSEL ÖĞRENME STİLİ
 - c. DOKUNSAL (KİNESTETİK) ÖĞRENME STİLİ
- G. DUNN VE DUNN ÖĞRENME STİLLERİ FAKTÖRLER
- H. ÖĞRENME STİLLERİ VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ
 - a. ÖĞRENME STİLİNE UYGUN ÖĞRENME – ÖĞRETME ORTAMLARI DÜZENLEME
 - b. SINIFI ÖĞRENME STİLLERİNE GÖRE DÜZENLEME

A. GİRİŞ

Çağdaş toplumlar sürekli değişim halinde bir yandan yenileşirken, biryandan da kendi mekanizmalarını yeni durumlara uyarlamaktadırlar. Özellikle son çeyrek yüzyılda eğitime olan etkilerin uygulamaya dönüşmesi için hemen hemen bütün ülkelerde bir yeniden yapılanma arayışı ve çabası olduğu gözlenmektedir. Eğitim politikaları belirleme çalışmalarında, bir yandan o politikanın olduğu çevre, ülke koşulları ve bağlamın gir-dileri göz önüne alınırken, bir yandan da uluslar arası ölçütler ve standartlardan yararlanılarak bir sentez-lemeye gidildiği anlaşılmaktadır. Yakın tarihe göz atıldığında II.Dünya Savaşından sonra eğitime ağırlık veren ülkelerin hızla kalkındığını, sağlam demokrasiler kurduğunu; bunu yapmayan ülkelerin kalkınma sürecinde yer alamadığını ve demokrasilerini olması gerektiği gibi geliştiremediklerigörülmektedir.Türkiye'nin de bu gelişme-lere, gerekli yenilik ve değişikliklere yöneldiği görülmektedir. Nitekim yenilenen/2004 öğretim programlarında, içinde bulunduğumuz çağ,“bilginin hızla yenilenerek üretildiği çağ” olarak nitelendirilmiştir.

Milli eğitimin sistemimizin yazılı olan genel amaçları incelendiğinde öğrencileri; hür ve bilimsel düşünme gücüne, geniş bir dünya görüşüne sahip, insan haklarına saygılı, kişilik ve teşebbüse değer veren, topluma karşı sorumluluk duyan; yapıcı, yaratıcı ve verimli kişiler olarak yetiştirilmesinin hedeflendiği görülmektedir.

Şüphesiz eğitimin amaçlarının gerçekleşmesinde, programda yer alan derslerin öğretiminde tüm unsurların etkili bir şekilde bütünleşmesine ve birlikte işlemesine bağlıdır. Program, öğretmen, öğrenci, rehberlik, ortam, strateji, yöntem-teknik, teknoloji, araç-gereç, ödev, ölçme ve değerlendirme vb. unsurlar sistemin işlemesinde kuşkusuz her biri büyük bir öneme sahiptir.

Bütün bunlar eğitim sistemimizin alt yapısını oluşturan tekdüze mantık yerine çoklu sebep ve çoklu sonuçlara dayalı bir anlayışın oluşması yönünde yoğunlaşmaktadır. Çünkü 2005/2006 öğretim yılında uygulamaya konan yapılandırmacı eğitim sisteminin temel felsefesi “her yerde eğitim”, “yaşam boyu eğitim”, “sürekli eğitim”, “bireysel öğrenme”,“aktif katılım” gibi çağdaş eğitim ilkelerinden oluşur. Bu anlayış öğrencinin aktif olmasını, bilgiyi araştıran, inceleyen sorgulayan bireylerin yetiştirilmesini savunmaktadır.

Ancak ülkemizde yaklaşık 15 yıldır uygulanan “yeni program” hedeflerinin çok uzağında kalmıştır. Bunun en büyük nedeni öğretmenlerin alışageldikleri uygulamalarının ötesine geçerek yeni programa uyum sağlaya-mamış olmalarıdır.

Yapılandırmacı öğrenme ilkelerini benimsemiş bir öğretmen olmak, yerleşmiş birçok uygulamayı gönüllü olarak terk etmeyi ve yenilerinin benimsenmesini gerektirmektedir (Tok, 2010).

Yeni öğretim programlarının başarıyla uygulanabilmesi için, öğretmenlerin öncelikle yeni rol ve sorumlulukları hakkında yeterince bilgi sahibi olmaları gerekmektedir. Oysa yapılandırmacı eğitim anlayışına göre eğitim-öğretim faaliyetlerini yürütecek olan öğretmenler bundan bihaberdir. Konu ile ilgili yapılan bir araştırmaya göre öğretmenlerin %70'i hala klasik ezberci ve sadece bilgiyi aktarıcı bir eğitim anlayışıyla devam etmektedir.

B. ÖĞRENME STİLLERİ

Birçok geleneksel eğitim sistemindeki esas problem, bazı öğrencilerin “öğrenme özürü” olması değil, birçok öğretmenin öğretim yaklaşımlarını farklı yollardan öğrenen öğrencilere göre uyarlamakta isteksiz olmasıdır (Saban, 2001).

İçinde bulunduğumuz bilgi çağında, ülkemizde hala öğretmen merkezde yer almakta ve tüm sınıf yönetimine dayalı geleneksel öğretimin yetersiz kaldığı yapılan araştırmalardan anlaşılmaktadır. Öğrenciyi öğrenme ortamının merkezine çeken, onu aktif hale getiren yöntemlere ihtiyaç duyulmaktadır (Kayıran, 2007). Bu nedenle ülkemizde ve dünyada bireysel farklılıklara dikkat çeken bir gelişme olarak “Öğrenme Stilleri” ve “Çoklu Zeka Kuramı” görülmektedir.

Stil kavramı, moda, sanat, spor, medya gibi alanlarda kullanılmaktadır. Günlük konuşmada genellikle stil yerine tarz sözcüğü de kullanılabilir. Bir ayakkabı gördüğümüz zaman “tam benim tarzım”. Bir yemek yediğimiz zaman “benim tarzımda yapılmış”. “İşte tam da bu benim saç tarzım” ifadeleri sık sık söylenmektedir.

Birçok farklı disiplinde karşımıza çıkan stil kavramı psikolojide de karşımıza çıkmaktadır. Örneğin: Kişilik, biliş, iletişim, motivasyon, algı, öğrenme ve davranış vb.

Öğrenmek ve öğretmek için birçok yol vardır. Herkes öğrenebilir ama herkes aynı şekilde öğrenemez. Bütün çocuklara uyan bir öğrenme stili yoktur. Herkesin en iyi öğrendiği yolu bulup o yolu açmalı ve orada ilerlemeyi kolaylaştırmalıdır. *Her öğrencinin en iyi öğrendiği yol, onun öğrenme stilidir.* Bir öğrencinin algılamasına, çevredeki diğer insanlarla ilişkilerine ve öğrenme çevresindeki davranışlarına etki eden bilişsel, duyuşsal ve fizyolojik yapısı, onun öğrenme stilini belirler. Ayrıca öğrenme stilleri öğretimin bireyselleştirilmesinin en sağlam yollarından biridir. İyi veya kötü öğrenme stili yoktur. Önemli olan her öğrenciye en uygun şekilde öğreneceği stille öğretmektir (www.egitim.aku.edu.tr).

Bazı kişiler dağınık bir masada çalışmaz, önce masayı düzenler, kendince bir tertip verir, sonra oturur ve çalışır. Bazı kişiler ise bu dağınıklıktan hiç rahatsız olmaz hattafarkına bile varmaz. Bazıları bir iş yaparken işin görsel açıdan da güzel olmasını, başka bir deyişle güzel görünmesini ister. Sınıfta görürüz, bir kısım öğrenciler ödevlerini itina ile yapıp verirken, bazı öğrenciler kargacık burgacık yazılmış, silgi lekeleri ile dolu, kirli ve kırıksık bir kağıdı ödev olarak getirir.

Hepimiz doğal olarak pırıl pırıl yazılmış mükemmel ödevi teslim eden kişiye hayran olur, diğerini ise, çalışmasının baştan savma haline bakarak tembelle ve umursamaz buluruz. Oysa her ikisi farklı öğrenme stiline sahip kişiler olduğu için bu şekilde ödevler getirirler. Her ikisinin ödevini de saygı ile karşılamamız gerekir; çünkü düzenli ve itinalı ödevi getiren öğrenci görsel, diğeri ise kinestetiktir. Bu durumdan haberdar olmadığımız için ön yargıda bulunuruz (Boydak, 2004).

Öğrenme stillerinin ne olduğu konusunda, alanyazında (literatürde) değişik açıklamalara ve tanımlara rastlamak mümkündür. Bu tanımlarda ve açıklamalarda öğrenme stili, öğrencinin, duyuşsal olarak, içinde bulunmayı yeğlediği ruh halinden, öğrenme ortamlarına davranış biçimi olarak yansıyan kişilik özelliklerine kadar bir dizi değişik açılardan ele alınmaktadır. Fleming(2007) göre öğrenme stilleri, insanların birbirlerini anlamalarında, özellikle öğrenenlerin daha etkili öğrenmelerinde ve tüm öğrencilere erişimde gerekli olan öğretim stratejileri farklılığında daha duyarlı olmalarını sağlamada eğitimcileri yardımcı olmuştur. Vural'a (2005) göre bireyin öğrenme stili belirlenirse, onun öğrenme şekline ilişkin daha derin bir bilgi edinilmektedir.

Hiç şüphe yok ki bireyin öğrenme stili belirlenerek, derslerin buna göre zenginleştirilmesi hem bireyin etkili bir okul yaşamı kazanmasını, hem de zihinsel ve duygusal ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlayacaktır .

Sonuç olarak yukarıdaki tanımlardan da görülebileceği gibi “öğrenme stili”, bireyin bilgiyi algılama, işleme ve kullanmada izlediği yoldur. Öğrenme stiline farkında olan bir öğrenci kendi öğrenme yollarını tanır ve öğrenmelerini yönlendirebilir.

C. BİREY KENDİ ÖĞRENME STİLİNİ BİLDİĞİNDE...

Öğrencinin öğrenmede etkin olması, öğrenmenin nasıl gerçekleştiğini bilmesi, bir diğer deyişle, öğrenmeyi öğrenmesiyle olanaklıdır. Öğrencinin öğrenmeyi öğrenmesi için dikkatini öğrenilecek şey üzerinde yoğunlaştırması, bunun üzerinde düşünmesi ve sorgulaması, anlaşılmayan noktaları sorması ve araştırması oldukça önemlidir. Tüm bunlar, öğrencinin kendi öğrenmesinin sorumluluğunu almasını gerektirir.

Günümüzde yaygın olarak kabul gören görüşe göre geleceğin cahili, okuyamayan kişi değil; nasıl öğreneceğini bilmeyen kişi olacaktır. Öğrencilerin kendi öğrenmelerinin sorumluluğunu alabilmeleri ve etkili bir öğrenmeyi gerçekleştirebilmelerinde, öğretmenlere önemli sorumluluklar düşmektedir. Öğretmenin, öğrencilerinin etkili bir biçimde öğrenmelerini sağlayabilmesi, öğrencilerinin kişisel gelişim özelliklerini de içine alan bir öğretim sürecinde gerçekleşir. Bu yargı, insanın öğrenmesine ilgi duyulduğu andan itibaren konuya ilgi duyan herkes tarafından milyonlarca kez tekrarlanmış bir yargıdır.

Ancak, artık amaç bu yargının doğruluğunu kanıtlamak ya da bu yargıyı sürekli olarak yinlemek değil; bunun nasıl gerçekleşebileceğini tartışmaktır. Şüphesiz öğrenme, yalnızca öğrencilerin öğrenme özelliklerini bilmekle gerçekleştirilemeyecek kadar karmaşık bir süreçtir. Ancak, öğrenmeye giden yollardan birinin de bu olduğu göz ardı edilmemelidir (Kürüm, 2008, Akt.Özgür Babayigit).Öğrenme stillerine ilişkin yapılan tanımlamalar, farklılıklar göstermekle birlikte öğrenme stillerinin temel özelliklerini ortaya koymaktadır. Buna göre öğrenme stilleri (Kürüm, 2008):

- Bireyi tanımaya olanak sağlayan davranışları içerir.
- Genellikle, bireylerin doğuştan getirdiği özellikleridir.
- Bireyin yaşamı boyunca değişmeyen ya da çok az değişebilen özelliklerdir.
- Yaşa, cinsiyete ve kültüre göre farklılıklar gösterebilir.

Yapılan araştırmalar, kendilerine tercih ettikleri öğrenme stiliyle öğretildiğinde öğrencilerin aşağıdaki davranışları gösterdiklerini belirtmektedir (Given, 1996; akt:Veznedaroğlu ve Özgür, 2005):

- Öğrenme sürecine, öğrenme stilini devreye sokabilir.
- Akademik başarıda istatistiksel olarak önemli oranda artış,
- Sınıf içi davranışlarda ve disiplinde olumlu yönde gelişme,
- Öğretime karşı olumlu tutumlarda istatistiksel olarak önemli oranda artış,
- Ev ödevlerini tamamlamada daha çok içsel disiplin.
- Okula karşı olumlu tutum sergiler.

D. ÖĞRENME STİLLERİNİN SINIFLANDIRILMASI

- Dunn ve Dunn’ın Öğrenme Stilleri Modeli
- Grasha ve Riechman’ın Öğrenme Stilleri Modeli
- Kolb’un Öğrenme Stilleri ModeliBugün dünyada en çok kullanılan model;
- Reinert’in Öğrenme Stilleri ModeliDunn & Dunn Öğrenme Stili Modelidir.
- Jung’un Öğrenme Stilleri ModeliAşağıda detaylı olarak açıklanmıştır.
- Harvey Silver-J.R.Hanson Öğrenme Stilleri Mod.
- Gregorc’un Öğrenme Stilleri Modeli
- Honey ve Mumford’un Öğrenme Stilleri Modeli

E. DUNN VE DUNN'IN ÖĞRENME STILLERİ MODELİ

Öğrenme stilleri kavramı ilk defa Amerika'da Prof. Dr. Rita Dunn tarafından 1960'lı yıllarda ortaya atılmıştır. Öğrenme stilleri, herkesin en iyi öğrendiği yolu bulup o yolu açmak ve o yolda ilerlemesini sağlamak için kullandığı yöntemlerin bütünü olarak tanımlanabilir. Öğrenme stilleri ile ilgili olarak şu anda 300 üniversitede yapılan 800'ü aşkın araştırma bulunmaktadır. Prof. Dr. Rita Dunn halen St. John's Üniversitesi Eğitim Yönetim Bölümü Başkanlığı ve Öğrenme Stilleri Merkezi Direktörlüğü görevlerini sürdürmektedir.

Prof Dr Rita Dunn ve Öğrenme Stilleri

Prof. Dr. Rita Dunn'ın 1992 yılından başlayarak yaptığı 70'den fazla anaokulundan üniversiteye kadar farklı yeterlilik gruplarındaki (üstün, ortalama, başarısız, risk grubunda, özel eğitime ihtiyaç duyan) öğrenciler ile gerçekleştirilen zengin araştırmalar sonucunda bugünkü Dunn&Dunn Öğrenme Stilleri Modelinin temelleri oluşmuştur.



Bugün dünyada en çok araştırılan ve uygulanan Dunn&Dunn Öğrenme Stilleri Modelinin temelleri aşağıda özetlenmiştir (Prof. Dr. Rita Dunn)

- 1) Öğrenme stilleri üzerine yapılan araştırmalar aynı aileden bir çocuğun okulda başarılı olurken neden bir diğersinin başarılı olamadığını açıklıyor. Bu araştırmalar; aynı kültür, toplum meslek ve sosyo-ekonomik grup nüyeleri arasındaki farklılığı kanıtlamanın yanı sıra gruplar arasındaki benzerlik ve farklılıkları açığa çıkarıyor.
- 2) Yapılan araştırmalar, geleneksel okul sisteminin sadece belli öğrencilere başarı getirdiğini ve bazılarının ise başarılı olmasını engellediğini göstermektedir. Dunn&Dunn Öğrenme Stilleri Modeli eğitimciler için öğrencilerin stillerine uygun öğretim metodları ve öğrenciler için güçlü yanlarından yararlanarak nasıl öğrenebilecekleri konusunda da bilgi sağlıyor.
- 3) Herkesin güçlü yanları vardır. Ancak ebeveynlerin güçlü yanları; genellikle birbirlerinden, çocuklarından ve de kendi anne babalarından farklıdır. Bunun sonucu olarak da genellikle anne-babalar birbirlerinden ve çocuklarından farklı öğrenirler. Yayıgın ve ne yazık ki yanlış bir anne-baba tutumu ise anne-babaların çocuklarına kendileri öğrenci iken nasıl çalışıyorlarsa o şekilde çalışmalarını ve ödev yapmalarını konusunda ısrar etmeleridir. Bunun ise ailedeki bazı çocuklar için etkili olmayacağı açıktır.
- 4) Bir çocuk hasta olduğunda uzman bir doktor vücudun sadece şikayet edilen kısmını incelemekle kalmaz; boğazına bakar, göğsünü dinler. Profesyonellik soruna nelerin neden olduğunu bulmayı gerektirir. Doktor yalnızca belirtilerle meşgul olmaz; nedenlerini bulmaya çalışır. Bu durum öğrenme stili için de böyledir. Kişinin öğrenme stili; birçok biyolojik ve yaşantısal olarak taşıdığı, öğrenmeyi etkileyen, kendine has özelliklerin bir kombinasyonudur.
- 5) Analitik ve global öğrencilerin çevresel ve fizyolojik ihtiyaçları farklıdır. Birçok analitik öğrenci sessiz, iyi ışıklandırılmış ortamda ve masada çalışmayı tercih eder; üzerinde çalıştığı işi bitirmek için yoğun bir ihtiyaç duyar, çalışırken nadiren yer içer. Analitik öğrencilerin tam tersine Global öğrenciler; ses olduğunda daha iyi konsantre olur, hafif ışık ve rahat oturma ortamını tercih eder, genellikle çalışırken bir şeyler atıştırırlar. Çalışırken sık sık ara verir ve aynı anda birden fazla işle uğraşabilirler; bir çalışmaya başlarlar, daha sonra başka bir çalışmayla devam edip sonunda tekrar en baştaki görevlerine dönerler.
- 6) Hiçbir öğrenme stili diğerinden daha iyi ya da kötü değildir; yalnızca birbirinden farklıdır. Globaller, yalnız ya da öğretmenle çalışmak yerine arkadaşları ile çalışmayı tercih ederler, ödevlerini kendi bildikleri yoldan yapmak isterler, yönergelere uymaktan hoşlanmazlar. İlginç olan şudur ki 145 ya da daha yüksek IQ'ya sahip olan çocukların çoğunluğu globaldir.
- 7) "Bilgiyi işleme (global ve analitik) stillerinin süreç içinde değişebildiği görülmüştür. İlköğretim çağındaki çocukların çoğunluğu globaldir; ancak büyüdükçe zaman arttıkça bazıları daha analitik olurlar.
- 8) Uzun yıllar boyunca öğretmenler, öğretilmesi gereken her şeyi doğrudan kendileri öğretmeyi denediler, bilgiyi almada başarısız olan öğrencilerin de dikkatlerini vermediklerini düşündüler. Ancak öğretmenin kalitesi ne olursa olsun, bazı öğrenciler bir yetiştikten öğrenirken kendilerini rahat hissetmezler.

Bu tarz öğrenciler için yalnız ya da arkadaşları ile çalışmak bir öğretmenle çalışmaktan daha iyi olabilir. Araştırmalar, öğrencilerin sosyal tercihleri belirlendiğinde ve buna uygun şekilde öğretildiklerinde sınavlardaki başarılarını yükseldiğini göstermiştir. Ancak üstün çocukların çoğunluğu yalnız çalışmayı tercih eder.

9) Öğrenciler yeni bir konuyu kendi algısal tercihlerine göre öğrendiklerinde, bu konuyu hatırlama oranları, en az tercih ettikleri yöntemle öğrendiklerindeki hatırlama oranlarından önemli ölçüde yüksektir.

10) Öğrenme stili, kişinin parmak izi kadar kendine özgüdür. Öğrencilere, kendi öğrenme stillerine uygun bir eğitim sağlandığı zaman daha iyi öğrendikleri, hatırladıkları ve eğlendikleri görülür.

11) Öğrenme stilinin 4/5'i genetikdir; geri kalanı ise deneyimle şekillenir. Ses, ışık, ısı, oturma düzeni, algısal tercihler, yeme-içme ihtiyacı, zaman ve hareket gibi etkenler biyolojiktir. Sosyal tercihler, motivasyon, sorumluluk ve yapılandırma ihtiyacı ise daha gelişimseldir.

12) Birçok öğretmen disiplin sorunu ile karşılaştığında sınıflarındaki oturma düzenini değiştirir. Bir öğrenciyi öğrenme ortamını değiştirmeden bir sandalyeden diğerine almak Rus ruleti oynamak gibidir. Asla ne olacağını bilemezsiniz.

13) Yapılan araştırmalarda okulda başarısız olan öğrencilerin çoğunluğu dokunsal ya da kinestetik oldukları görülmüştür. Bu çocukların bilgiyi edinme ve saklama yolları; ilgili materyalleri kullanma ve aktivitelere katılmayı içeriyor. Klasik sınıf ortamında ise daha çok görsel ve işitsel çocuklara hitap eden aktiviteler yapıldığı için, bu öğrencilerin öğrenmesi engellenmiş oluyor. Ayrıca akademik olarak grubun gerisine düşmeye başladıklarında kendilerine olan güvenlerini kaybediyorlar(*Dunn ve Dunn Öğrenme Stilleri Modeli aşağıda sayfa ... görseller üzerinden açıklanmaya çalışmıştır*)

F. GÖRSEL,İŞİTSEL, DOKUNSAL /KİNESTETİK ÖĞRENME STİLLERİ

a. GÖRSEL ÖĞRENME STİLİ

Görseller özel yaşantılarında genellikle düzenli ve titizdirler. Dağınık bir masada ders çalışamazlar, önce masayı kendilerine göre düzenlerler, daha sonra çalışmaya başlarlar. Çantaları, dolapları her zaman düzenlidir. Tam olarak öğrenebilmeleri için dersin mutlaka görsel malzemelerle desteklenmesi gerekir. Harita, poster, şema, grafik gibi görsel araçlarla kolay öğrenirler ve bu araçlarla öğrendiklerini kolay hatırlarlar. Bilgi ve kavramları sembol ve resimlere dönüştürmeleri anlamalarını ve bellekte tutmalarını kolaylaştırır.



Okul hayatında da, düzenli olma alışkanlıkları devam eder. Çok hareketli çocuklar olmadıklarından sınıfta sorun çıkarmazlar. Duyarak değil, görerek takip ettiklerinden, öğretmenleri tarafından genellikle "dersi çok iyi dinliyor" diye tarif edilirler. Sınıfta yer alan özellikle görsel açıdan ufak tefek kusurlar onların dersi dinlemesini önleyebilir ve bu kusuru gidermeden konsantre olabilmekte zorlanabilirler.

Çocuğunuzun görsel özellikleri ağır basıyorsa, sıklıkla öğretmenin giydiği kıyafetten, gün içinde gördüğü olaylardan bahsedecek ve cümlelerine genellikle "Bir baktım..." "Bugün ne gördüm biliyor musun? ..." şeklinde başlayacaktır.

İnsanların çoğunluğu görsel öğrenendir. Ancak, derslerin çoğunda bilgiler sözel olarak sunulur. Bunun anlamı, çoğu insanın, sözel sunumlardan görsel bir sunumdan elde edebilecekleri kadar yararlanamadıklarıdır.

❖ Görsellerin Özellikleri Kısaca Şu Şekilde Özetlenebilir (Demirel, Başbay ve Erdem, 2006)

- Duyduğu yönergelerden daha çok gördüklerine dikkat ederler.
- Sözel tariflerin tekrarlanmasını isterler.
- Sözcüklerin ağızdan dökülüşünü izlerler.
- Görüntüleri zihinlerinde kolayca canlandırabilirler.
- Çalışırken ağırlıklı olarak not tutmaya çalışırlar.
- İnsanların davranışlarını gözlemlerler.

- Şemalar, tablolar ve grafikleri kolaylıkla algılayabilirler.
- Anlatılanları zihinlerinde canlandırabilirler.
- Sözel yönergeleri kullanmak yerine haritaya gereksinim duyarlar.

❖ Güçlü Yanları

- Gördüklerini ve okuduklarını hatırlarlar.
- Net ve güçlü görüntülerle renkleri kullanırlar ve bundan zevk alırlar, düşünür ve öğrenirler.
- Resimlerle veya sözcüklerle düşünmeye yatkındırlar.
- Okumaya düşkünlüdürler (kitap kurdu olmaya müsaittirler)
- Yüzleri iyi hatırlarlar.
- Bir şeylerin görüntüsüne veya konumuna duyarlıdırlar.
- Liste yapmayı severler.
- Planlı ve programlı olurlar.

❖ Zayıf Yanları

- İşittiklerini uzun süre bellekte tutamazlar.
- Ders anlatırken not alamazlarsa huzursuz olurlar.
- Yazılı olmayan bilgiyi algılayamayabilirler.
- Derslerin laboratuvarında işlenmesinden huzursuz olabilirler.
- İsimleri hatırlamakta zorlanırlar.
- Görsel materyallere dayanmayan uzun anlatımlara tahammül edemeyebilirler.
- Dağınıklığa ve düzensizliğe tahammülsüzdürler.

b. İŞİTSEL ÖĞRENME STİLİ



İşitsel çocuklar diğer iki gruba göre en konuşkan olanlarıdır. Çocuğunuz ağırlıklı olarak işitsel özellikleri gösteriyorsa, emin olun, kendi başına oyun oynarken bile, yanında biri varmış gibi konuşuyordur.

İşitsel çocukların en önemli özelliği erken yaşlarda dil öğrenebilmeleri ve kelime dağarcıklarının geniş olmasıdır. Yaşlarına göre kapsamlı cümleler kurarak sizi şaşırtabilirler.

Daha okul öncesinde bile, kendilerine söylenen cümleyi aynen tekrar edebilirler. Şarkıları en hızlı ve kolay ezberleyen çocuklar, işitsel çocuklardır. Okul çağına geldiklerinde, kendi kendilerine konuşma özellikleri de devam ettiğinden, gerek görsel arkadaşları gerekse öğretmenleri tarafından uyarı alırlar. İlk okumayı ve yazmayı öğrenmeye başladıkları zamanlarda, sessiz kalmakta güçlük çekerler, çünkü özellikle yeni bilgiler edinirken, duymadıklarını öğrenmede güçlük çekerler. Gerek okulda gerekse evde, özellikle okumayı ilk öğrendikleri dönemde, sessiz okumayazorlanmamalı ve sesli bir şekilde okumalarına olanak sağlanmalıdır.

❖ İşitsellerin Özellikleri Kısaca Şu Şekilde Özetlenebilir

- Öğrenmeleri için, öğrendiklerini işitmeleri şarttır. Sesten çok rahatsız olurlar.
- Belirli bir konuya konsantre olmaları gerektiğinde, kati sessizlik isterler. Devamlı konuşup duran bir çocuk bir anda sessizlik istediğinde (ki karşınızda şarkı söylerken bile, sizin son derece sessiz olmanız gerekebilir) şımarıklık yapıyor diye düşünülebilir. Ancak durum hiç de öyle değildir. İşitsel çocuğun konsantre olabilmesi ve öğrenebilmesi için, diğerlerinin sessiz kalması ve kendisinin de istediği zamanlarda sesli bir şekilde çalışması son derece gereklidir.
 - İşitsellerin belki de en iyi özellikleri, konuşmaya, dinlemeye yatkın olduklarından yabancı diller öğrenmeye son derece yatkın olmalarıdır.
 - Katı işitsel bir çocuk, görsellik yanı güçlü olmadıgındanyazma konusunda güçlük yaşayabilir. Çoğu durumda, anne-babalar ve öğretmenler son dereceyi konuşabilen, anlatılanları bu kadar hızlı öğrenen bir çocuğun, yazma konusunda başarılı olamamasına şaşırırlar.

- Çocuğun öğrenmesini kolaylaştırmak için, sesli okuyarak, sözel dili kullanarak çalışmasını teşvik edebilir, özellikle problem çözerken sesli düşünmesi sağlayabilir.
- Çocuk müziğe karşı son derece duyarlı ve yetenekli olduğundan, sanat ve müzik alanlarına yönlendirilebilir, özellikle dil becerilerini geliştirmesi konusunda erken harekete geçilebilir.
- Doğal Olduğu Yerler: Doğaçlama (spontan) konuşur, ayaküstü düşünür, karşılaştığı insanların yüzlerini unuttur ama adlarını hatırlar, kelimelerle ve dille çalışır, hafif sesli ortamlardan hoşlanır.
- Problem Çözme Yolları: Tartışmalardan hoşlanır, seçenekler hakkında konuşur, bir durumda ne yapılacağını o durumu yaşayanlara sorar, hedefi sözle ifade eder, sözlü tekrarlar yapar.
- Okuldaki Güçlükleri: Görsel öğrencilerden daha yavaş okur, uzun süre sessiz okuyamaz, okuduğu parçada resimleri umursamaz, okunması ve yazılması gereken zamana bağlı testlerde ayrıntıları görmede, sesleştirilmiş ortamda yaşamada ve uzun süre sessiz kalmakta sıkıntı yaşar.

c. DOKUNSA/KİNESTETİK ÖĞRENME STİLİ

Bebeklikten itibaren davranışlarından öğrenme stiline dokunsal olduğu anlaşılabilir. Dokunsal bebekler sürekli hareket etmek ister, bunu yapmadıklarından da sürekli ağlar ve huzursuz olurlar. Ağladıklarında da kucağa alınmak onlar için yeterli olmaz, kucakta iken de hareket ettirilmeleri, sallanmaları gerekir. Dokunsal çocuklar, etraflarındaki herkese ve her şeye dokunmayı ve kendilerine dokunulmasını severler. Koşmayı severler, koşarken çarpışma, arkadaşlarını itme, çekme haşin oyunlar tam onlara göredir. Çok hareketli olan bu çocuklar koltuk, divan, sehpa, masa ve hatta televizyon üzerinde gezer ve asla “dur, yapma” uyarısına kulak vermezler.



Özellikle görsel anneler için katlanılmaz olan bu yöntemler, dokunsal çocuğun her eve geldiğinde toz toprak, ter içinde, üstü başı yırtık bir şekilde eve gelmesiyle tahammül edilemez bir duruma dönüşebilir. Yaşamlarının ilk yıllarında çok baskın olan bu özellikler, sonraki yıllarda bir miktar değişim gösterirler.

Dokunsal çocukların davranışları genellikle toplum tarafından hoş karşılanmaz ve yakın çevresi tarafından gerekli törpülenmenin sağlanamadığı koşullarda dışlanmalarına, yalnız kalmalarına neden olabilir. Dokunsal bir çocuğun ebeveyni olarak yapmanız gereken şey, aşırı uçlardaki her konuda, onu tersine özendirmeye çalışmaktır. Kesinlikle farklı davranışları konusunda baskı yapılmamalıdır. Dokunsal çocuklar okulda sıklıkla, yaramaz ders dinlemez çocuklar olarak tanımlanırlar. Ancak onların yaramaz göründükleri nokta, özellikle bizim sistemi-mizde hakim olan yüzeysel anlatımdan kaynaklanmaktadır. Laboratuvar ortamlarında, açık alanlarda, yoğun dokunsal ve görsel araçların bulunduğu öğrenme ortamlarında bu çocuklar yaramaz etiketlerinden tamamen sıyrılarak, kolaylıkla ilgili ve kolay öğrenen öğrenciler olabilirler.

❖ Dokunsallar En İyi Nasıl Öğrenir?

- Ders çalışırken kendi istediği yerde ve şekilde çalışmasına izin verilmelidir.
- Çalışırken elinde notlar ve kartlarla yüksek sesli okumalar yapmalıdır, bu şekilde daha iyi öğrenir.
- Çalışırken hareket etmesi kısıtlanmamalıdır.
- Ders çalışırken kendi istediği yerde ve şekilde çalışmasına izin verilmelidir.
- Dersi dinlerken hareket etmelerine ve bir şeyler ile oynamalarına izin verilmelidir.
- Laboratuvar çalışmaları için fazladan izin verilmelidir.
- Lego, oyun hamuru, kil vb. dokunsal materyallerle öğrenme zenginleştirilmelidir.

❖ Nasıl Ders Çalışmalıdırlar ?

- Kitap okurken kitabı sıra üstüne koyup oturmaktansa, kitabı elinde tutup çalışmalarını öğrenmelerini kolaylaştıracaktır.
- Konuşurken ya da okurken not tutmalıdırlar.
- Sınıfta ön sıralarda oturmaları dikkatlerini yoğunlaştırması açısından yararlı olur.

- Laboratuvar çalışmalarında aktif rol verilmeli, deney odaklı araştırma ödevleri verilmelidir.
- Bilgisayar kullanarak dokunsal algılama yolları aracılığıyla kolaylıkla öğrenileceklerdir.
- Tempo ve ritimler kullanılarak bilgiyi ezberlemeleri sağlanmalıdır.
- Rol yapma, hareket-odaklı oyunların bilgiyi öğrenme sürecinde kullanılması tavsiye edilir.
- Çalışırken hareket etmesi kısıtlanmamalı. Çalışırken kendi istediği yerde çalışabilmeli.
- Bir şeyler anlatacağı zaman ayağa kalkmalı ve tüm vücudunu kullanarak anlatabilmeli.
- Dersi anlatan kişinin mimik, drama ve abartılı ağız hareketleri, anlamalarına yardımcı olmaktadır.

VAKA ÖRNEĞİ
























Emekli bir öğretmen dokunsal öğrenme stiline sahip olduğunu sonradan öğrendiği 2. sınıf öğrencisi ile ilgili anısını anlatıyor:

“ Yeni tayin olduğum bir okulda bana ikinci sınıfı verdiler. Bir öğrencim sürekli parmağını harflerin üzerine koyarak okuyordu. Tahtaya yazdığım şeyleri okuyamıyor, bana yalvaran gözlerle bakıp izin alarak tahtaya kalkıyor ve yazıları elleri ile takip ederek okuyordu. Aldığım eğitime göre öğrencimin bu davranışı doğru değildi. Çünkü parmakla takip ederek okumak yanlıştı. Bu bana böyle öğretilmişti. Bunu hiçbir zaman anlayamadım ve öğrencinin normal olmadığını düşündüm. Tüm zorlamalarıma rağmen öğrencimi bu alışkanlığından vazgeçiremedim. Çok hareketli ve söylediğiniz tüm dokunsal (kinestetik) özellikleri taşıyordu. Şimdi onun hayatını ne kadar zorlaştırdığımı anlıyorum. Keşke bilebilseydim...”

G. DUNN VE DUNN ÖĞRENME STİLLERİ MODELİ FAKTÖRLER ⁽⁸⁾

Dunn&Dunn Öğrenme Stilleri Modeli'nde 5 faktör ve buna bağlı 20 element yer alır. Bu elementler birbiri ile sarmal bir ilişki içerisindedir. Her bireyde bu elementlerin özellikleri farklı baskınlıklarda görülebilir. Bazı faktörler eğitim-öğretim yaşantısını dolaylı yoldan etkilerken bazı faktörler ise doğrudan etkileyebilir.

- Çevresel Uyarıcı Tercihleri (Dış Faktörler)
- Duygusal Uyarıcı Tercihleri (Duygusal Faktörler)
- Sosyal Uyarıcı Tercihleri (Sosyal Faktörler)
- Fizyolojik Uyarıcı Tercihleri (Fiziksel Faktörler)
- Psikolojik Uyarıcı Tercihleri (Psikolojik Faktörler)

UYARANLAR	FAKTÖRLER					
Dış	SES 		IŞIK 		ISI 	ORTAMIN DÜZENİ 
Duygusal	MOTİVASYON 		AZİM 		SORUMLULUK 	ÖĞRENCİNİN YAPISI 
Sosyal	GRUP 	TEK 	ÇİFT 	TAKIM 	YETİŞKİN 	ÇOĞULLUK 
Fiziksel	SEZGİSEL 		KAPASİTE 		ZAMAN 	HAREKETLİLİK 
Psikolojik	ANALİTİK 		BEYİN LOBUNA GÖRE TERCİH 		DÜŞÜNCESİZ 	
	KÜRESEL 				YANSITICI 	

a. ÇEVRESEL FAKTÖRLER

- 1) Ses
- 2) Işık
- 3) Isı/Sıcaklık
- 4) Oturma Düzeni

1) Ses Unsuru

Öğrenmeye ilişkin yanlış inanç1: Öğrenciler tamamen sessiz ortamda daha çok öğrenirler ve daha iyi konsantreolurlar.

Oysa bazı bireyler sesli ortamlardan hiç etkilenmezken bazıları ise sadece sessiz ortamlarda dikkatlerini toplayıp öğrenmeye odaklanabilirler.

Ses ya da sessizlik ihtiyacı BİYOLOJİKTİR. Pek çok öğrenci çalışırken fon müziğine ihtiyaçduyar.



❖ **Sessizlik İhtiyacı:** Konsantre olmak için genellikle çok sessiz bir çevreye ihtiyaç duyarlar.

Öneriler:

- Sessiz ortam sağlayın ve özelliklesinav zamanı ortamın sessiz olduğundan emin olun.
- Sessizlik zamanı stratejisi uygulayın.

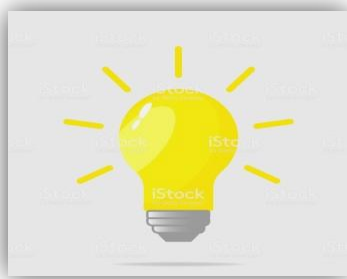
❖ Ses İhtiyacı

- Arka plandaki müzik vb. sesler konsantre olmalarını sağlar. Ancak her türlü müzik ya da ses aynı işlevi görmeyebilir.
- Sınıf ortamı çok sessizse kendileri ses çıkarırlar.
- Genellikle sessiz bir çalışmayı konuşarak veya ses çıkartarak bozarlar. Bu durum disiplinsizlik değildir.

Öneriler:

- Ders çalışırken arka fonda müzik dinlemelerine izin verin. Yanlış uygulamalar sorun yaratabilir.
- Barok tarzı müzik ezberlemeyi, Mozart gibi klasik müzik ise yaratıcılığı harekete geçirir.
- Sınıfta kapı veya pencere kenarına oturmaları daha iyi olabilir.

2) Işık Unsuru



Öğrenmeye ilişkin Yanlış İnanç 2: En etkili iyi ders aydınlatılmış alanlarda çalışılır çünkü loş ışık insanların gözlerine zarar verir.

Parlaklığa da loş ışığa duyulan ihtiyaç BİYOLOJİKTİR.

❖ Parlak Işık

- Sınıfta bütün ışıkların açılması isterler.
- Parlaklığı tahaiyik konsantreolurlar.

Öneriler:

- Pencere kenarına oturmaları yararlı olabilir.
- Flüoresan lambasının butünü öğrencilerin öğrenme aktivitelerini harekete geçirdiği bilinmektedir.

❖ Loş Işık

- Azışıklandırılmış ortamda daha iyi çalışırlar.
- Çok fazla ışık gerginlik yaratabilir ve istenmeyen aktiviteyi artırabilir.

Öneriler:

- Sınıfta ve evde pencere kenarından uzak bir yere oturmalıdır.
- Mümkün olan durumlarda flüoresan ışığı kullanmamayı tercih edin.
- “Bu karanlıkta nasıl çalışıyorsun?” türünden uyarılar yapmayın.



3) Isı/Sıcaklık



❖ Serin –Sıcak

- Bazıları ortamın serin, bazıları da sıcak olmasını tercih ederler.
- Serini tercih edenler ortam sıcak olduğunda konsantre olamazlar . Bu durumun tersi sıcak için geçerlidir.

Öneriler:

- Sınıftaki oturma düzenine göre ayarlamalar yapılabilir.
- Giyecekler konusunda bazı ayarlamalar yapılabilir. “Sen bu tişörtle üşüyeceksin. “Bak hasta olacaksın o zaman karışmam.” veya “Bu soğukta pencereyi açıyor. İnanmıyorum sana ya!” türünden konuşmalar gözden geçirilebilir.

4) Oturma Düzeni

Öğrenmeye İlişkin Yanlış İnanç 3: Öğrenciler sıralarında dik bir şekilde oturduklarında en iyi öğrenirler.

Formal ya da informal oturma ihtiyacı BİYOLOJİKTİR.

❖ Formal Oturma Düzeni

- En önde dik bir şekilde oturmayı severler.
- Masaları çok düzenlidir.
- Düzensiz çalışma alanları ortamlarda konsantre olamazlar.

Öneriler:

- Sınıfında ve evde düzenli çalışma alanları bulunmalıdır.
- Sınıfta düzenli öğrencilerle bir arada olmak streslerini azaltabilir.
- Düzende aşırılık istenmeyen eğilimlerin gelişmesine yol açabilir.



❖ Informal Oturma Düzeni

- Düzensiz bir çevrede gevşek bir vücut haliyle daha iyi konsantre olur.
- Yerde ve kanepede uzanarak daha iyi çalışırlar.
- Oturmak için yumuşak bir şeye ihtiyaç duyarlar. (minderler, üzeri kauçuklu sandalyeler)

Öneriler:

Gerekirse sınıftaki sırası için minder kullanma olanağı sağlayın. Ayaklarını altına alarak oturmak istiyorsa belli ölçülerde izin verin. Bu bir biyolojik gereksinimdir. Sandalyesini sallayarak ya da sandalyesini geriye yaslayarak rahat bir oturma ihtiyacı hissedebilir.

b. DUYGUSAL UYARICI TERCİHLERİ (DUYGUSAL FAKTÖRLER)

- 1) Motivasyon
- 2) Azim (Sebat)
- 3) Sorumluluk (Uyan-Uymayan)
- 4) Yapılandırma

1) Motivasyon

Motivasyon: Genel anlamda, kişide ilk istek ve arzuların seçilmesi, sıralanması, eyleme geçilmesi yoluyla bilişsel ve motor süreçleri başlatan, yönlendiren, koordine eden, güçlendiren, sonlandıran ve değerlendiren dinamik bir uyarılma halidir (Dörnyei ve Ushioda, 2011). Öğrencinin sınava hazırlanması, ders dinlemesi, yaptığı işten doyum alması, ne yapacağına karar vermesi durumları onun motivasyonu ile ilişkilidir (Yazıcı, 2012). Farklı bir ifade ile motivasyon, etkili öğrenmenin en önemli bileşenlerinden biridir (Slavin, 2013)

Hedeflerinizi yüksek tutun ve onlara ulaşana kadar asla durmayın. Bo Jackson

- Anne baba ve ya öğretmen tarafından çalışmalarını yapması konusunda motive edilen öğrenciler olduğu gibi buna ihtiyaç duymayan, kendi kendini motive edebilen öğrenciler de vardır.
- Motivasyon, öğrencilerin akademik başarılarında en kritik faktördür. Öğrencilerin motivasyonlarının ortaya çıkmasında en kritik faktör ise, öğretmen davranışlarıdır.
- Motivasyonu etkileyen faktörlerdir. Aynı zamanda psikolojik bir durumdur, değişebilir ve öğretilebilir. Bir kişi çalışırken ya da konsantre olurken sosyal değişkenlerden etkilenir ve ortamın koşulları uygun olmadığında motivasyonu düşebilir. Motivasyon düşüklüğü, yapılan çalışmanın kalitesini ve verimliliğini azaltan en önemli sebeptir.

2) Azim (Sebat)

Zorluklar, hayatı ilginç hale getiren şeylerdir. Hayatı anlamlı kılan şeyler ise zorlukların üstesinden gelmektir. R. Waldo Emerson

- Azim, hem duygusal hem de bilişsel bir ögedir. Bazı öğrenciler bir çalışmaya başladıklarında çalışmayı tamamlamak için güçlü bir duygusal ihtiyaca sahip olurlar. Bu öğrenciler çalışmayı tamamlamak için duygusal bir başa sahiptirler. Çalışmayı tamamlamak için sergilenen bu duygusal istek bilişsel beceriden tamamen farklıdır.

3) Sorumluluk (Uyan-Uymayan)

Sorumluluk duygusu üst düzeyde olan çocuklar ödevlerini takip ederler, bilişsel becerileri doğrultusunda ellerinde gelen işi yapmaya çalışırlar ve çoklukla süregelen bir denetim olmadıkça görevlerini zamanında yerine getirirler.

Ancak çoğu zaman çocuklar, gerçekte olduklarından daha az sorumluluk bir şekilde davranırlar.

Bu bazen çocuklarındaki sürelerin kısalmışından ve bir şeylerin üzerine gitme isteksizliğinden kaynaklanabilir

4) Yapılandırma

Bazı öğrenciler, neyi nasıl öğreneceği ve kendisinden neler beklendiğini devamlı olarak kendisine bildirilmesini tercih eder. Bazılarıysa kendisine hedef gösterilsin ve daha sonra hiç karışılmasın isterler.

c. SOSYAL UYARICI TERCİHLERİ (SOSYAL FAKTÖRLER)

- 1) Tek Başına Öğrenme
- 2) Eşli Öğrenme
- 3) Takım Olarak Grubuyla Öğrenme
- 4) Otorite ile Öğrenme

1) Tek Başına Öğrenme

Bazı öğrenciler öğrenirken tek başına çalışmayı, kendi kendine öğrenmeyi tercih eder. Bu yolla daha iyi verim alır.



2) Eşli Öğrenme

Bazı öğrenciler genelde bir akranıyla, çalışmayı tercih eder.



3) Takım Olarak Öğrenme

Bazı öğrenciler küçük gruplar halinde çalışmayı tercih eder. Bu, onların yaptıkları çalışmaya daha iyi konsantre olmalarını sağlar.



4) Otorite ile Öğrenme



Otorite görüntüsü, öğrencinin yetişkinle öğrenmeyi tercih etmesi ya da bunu reddetmesi veya yetişkinle öğrenmeyi tercih ediyorsa otorite olarak kabul ettiği kişiyle ilgili tercihlerini kapsar.

d. FİZYOLOJİK UYARICI TERCİHLERİ (FİZİKSEL FAKTÖRLER)

- 1) Algısal Tercihler (Görsel, İşitsel, Dokunsal Ve Kinestetik)
- 2) Yeme-içme
- 3) Zaman
- 4) Hareketlilik

1) Algısal Tercihler (Görsel, İşitsel, Dokunsal Ve Kinestetik)

- I. Görsel
- II. İşitsel
- III. Kinestetik
- IV. Dokunsal

I. Görsel

- Görsel Metin (Okuma)
- Okuduklarını daha çok hatırlarlar.
- Yazılı bilgiyi (notlar, yönergeler) severler.
- Gözlerini kapadığında sayfayı zihninde canlandırır ve kelimeleri hatırlarlar.
- Dersi dinlerken konuyu kitaptan takip eder ve altını çizerler.



Öneriler

- Öğrencilere bilgileri kendi kendilerine okumaları için izin verin.
- Sözlü sınav yerine yazılı anlatımda daha başarılı olduklarını unutmayın.
- Şiir yazma, hikaye yazma, biyografi yazma gibi ödevlerde daha başarılı olduklarını açıkça hissettirin.

Görsel Resim



- En iyi seyrederek anlarlar ve hatırlarlar.
- Görsel uyarılara ihtiyaç duyarlar.
- Renkler hatırlamalarını kolaylaştırır.
- Şemalardan, haritalardan ve resimlerden hoşlanırlar.
- Yüzleri hatırlarlar ancak isimleri unutabilirler.

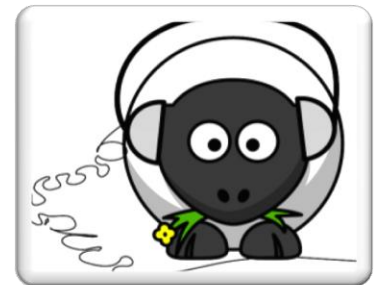
Öneriler

- Öğrenirken resimleri, zihin haritalarını ve grafikleri kullanmasını önerin.
- Gözlem yapmalarına fırsat sağlayın.
- Poster, çizgi film, sunum, harita oluşturma gibi ödevleri tercih etmesini daha uygun olacağını iletin.
- Sınıfta ön sıralarda oturmasını önerin

II. İşitsel

❖ İçsel (Kendi kendine konuşma)

- Zor bir şeyle uğraşırken sıklıkla kendi kendileriyle konuşurlar; okurken mırıldanırlar.
- Yeni kavramları anlama ve hatırlamaya yardım eden iç konuşmalar yaparlar.
- Dinlemeyi daha çok tercih ederler.



Öneriler

- Eğer, motive edilirlerse, güzel şiir yazabilirler.
- Soru sorduğunuzda kendi kendine tekrar etmesine zaman tanıyın.
- Zorlandıklarında iç konuşmaları olduğunun farkında olun. Sınav veya derste dudaklarını kıpırtatırlar.

❖ Dışsal (Tartışma)



- Sözel olarak karşılıklı konuşmalardan hoşlanırlar.
- Gördükleri, duyduklarını ve okuduklarını tartışmaya ihtiyaç duyarlar.
- Ders anlatılırken sürekli söz almak ve soru sormak isterler.
- Yabancı dil öğrenmeye yatkındırlar.

Öneriler

- Onlara konuyu başkalarıyla tartışma fırsatı verin.
- Onların, bir şarkı, şiir, rapor, radyo oyunu yazma ve kaydetmelerine izin verin.
- Dikkatlerinin dağılmaması için ses tonuna dikkat edilmelidir.

III. Kinestetikler

- Öğrendikleri içeriğe etkin olarak katılmaktan hoşlanırlar.
- Öğrenmekte oldukları içeriği canlandırmaktan akranları ile içeriğe ilişkin röportaj yapmaktan, oyun oynamaktan, öğrenme deneyimlerini bilgisayarla ilişkilendirmekten ve deney yapmaktan hoşlanırlar.

- Alangezilerinden hoşlanırlar.
- Dokunmaduyusunutercihederler.
- Dinlemekonusundadesteğe ihtiyaçduyarlar.
- Yapararak öğrenirler duygularını fiziksel olarak ifade ederler ve sempatik bir kişiliğe sahiptirler.

- Dikkatlerini uzun süre toplamakta, odaklanmakta zorluk yaşarlar.
- Tüm vücutlarının katılımını gerektiren oyunlar oynayarak, hareket içeren etkinlikler yaparak,
- Modeller yaparak,
- Bir şeyi yapmak için kendileri için hazırlanan talimatları izleyerek,
- Deney düzenekleri hazırlayarak ve uygulayarak daha iyi öğrenebilirler



Öneriler

- Yapararak, dokunarak ve uygulayarak gerçekleştirilen öğrenme deneyimleri sunun.
- Öğrendiklerini hatırlamaları için not almalarını sağlayın.
- Ders kitaplarında yer alan önemli bilgilerin altını çizdirin.
- Belirli aralıklarla ara vermelerini ve esneme, gerilme hareketi yapmaları konusunda uyarın.
- Öğrenilenlerin resimlendirilmesini sağlayın.
- Fikirlerin açıklanmasına yardımcı olmak için projeler yaptırın.

IV. Dokunsallar



- En iyi dokunarak öğrenirler. Talimatları yazdıklarında daha iyi anlayabilir ve elle yönlendirebilecekleri araçları kullandıklarında iyi öğrenebilirler.
- En iyi uygulamalı yaklaşımla öğrenirler. Bir başka ifadeyle bu öğrenciler, dokunan ve hisseden öğrencilerdir.
- Sıralarda uzun bir süre oturmak bu öğrenciler için oldukça zordur

Öneriler

- Dokunsal öğrenciler ellerini kullanabilecekleri deneyimlerden hoşlanmaktadır.
- Okunanların altının çizilmesi, notlar alınması, flaş kartların, bulmacaların ve modellerin kullanılması dokunsal öğrencilerin öğrendiklerini daha kolay hatırlamalarına yardımcı olmaktadır.
- Dokunsal öğrenciler, elleriyle çalışmaktan hoşlanırlar, özellikle bilgisayarla çalışmaktan



2) Yeme -içme

Öğrenmeye ilişkin yanlış inanç 4: Sınıf içinde ve ders çalışırken yemeye ve içmeye izin verilmemelidir. Öğrenciler kendileri için verilen aralarda yemeli ve içmelidir.

Yeme ve içme İhtiyacı BİYOLOJİKTİR.

❖ Yeme ve İçme İhtiyacı Duymayan



- Genellikle konsantre olurken yemezler, içmezler, sakız çiğnemezler. Bunları oyalayıcı bulurlar.

Öneriler

- Öğrenme aktivitelerinden önce ve sonra bu öğrencilerin su içtiklerinden emin olun, muhtemelen kendileri unuturlar.

❖ Yeme-içme İhtiyacı Duyan

- Konsantre olmak için sakız çiğnemeye veya yemeye ihtiyaç duyarlar.
- Kalem, tırnak, çiklet vb.şeylerçiğnerler.
- Baskı altında bu tür aktiviteleri artar.



Öneriler

- Bu öğrencilerin çalışırken su içmelerine izin verin.
- Bu öğrencilere, hareketin gerekli olduğunu ancak, bunun bir ayrıcalık olmadığını anlatın.
- Hiperaktifya da aktif çocukların derste su içmesi için önlem alın. Su kaybı onları gergin hale getirebilir

Özellikle ders çalışırken ya da konsantrasyon gerektiren bir çalışma yaparken bir şeyler içmeye ve atıştırmaya ihtiyaç duyan öğrenciler vardır; çünkü bu onların fizyolojik ihtiyacıdır.

Bazı öğrenciler ise böyle bir ihtiyaç duymazlar. Çalışma sırasında kişinin yeme-içme ihtiyacı duyup duymamasını yaptığı çalışmalara konsantre olabilmek için hareketliliğe ihtiyaç duyup duymamasını fizyolojik faktörlerle ilgili biyolojik tercihleri belirler.

3) Zaman

Öğrenmeye ilişkin Yanlı Şinanç 5: Öğrenciler, zor konuları en uyanık oldukları sabah saatlerinde daha kolay öğrenirler.

Günün hangi bölümünde çalışma yapıldığı da öğrenmeyi etkiler. Kimi öğrenciler sabahları daha iyi öğrenirken kimileri öğleye doğru, öğleden sonra ya da akşam saatlerinde daha iyi öğrendiklerini belirtirler. Bu, biyolojik bir durumdur.

Ders çalışma ihtiyacı BİYOLOJİK bir durumdur.

❖ İsbah

- Sabahın erken saatlerinde dikkatlidirler ve kolay konsantre olurlar.

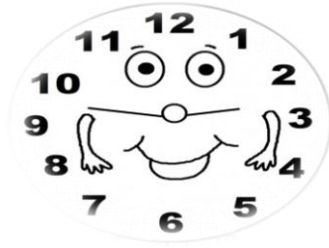
Öneriler

- Yeni ve popüler konular genellikle sabah erken saatlerde işlendiği için fazladan bir önleme gerek olmayabilir.
- Tekrar saatleri diğer zaman dilimlerine bırakılabilir.
- Hafta sonları sabah saatlerinde çalışmalarını aileye önerilebilir.



❖ öğleden Sonra

- Öğleden sonra dikkatlidirler ve konsantre olabilirler.



Öneriler

- Hafta sonu çalışmalarında bu durum dikkate alınabilir.
- Önemli olarak nitelenen bütün dersler ilk saatlere sıkıştırılmayabilir.
- Tekrar saatleri diğer zaman dilimlerine bırakılabilir.

• Akşam

- Akşam ve gece dikkatlidirler ve konsantre olabilirler.

Öneriler:

- Zor ve önemli konuları akşam tekrar etmesini sağlayın.
- Sabah ve öğleden sonra işlenen yeni ve önemli konuların planlarında dikkat çekme basamağına odaklanın.
- Uykusunda sorun yoksa geç yatmasını çok fazla sorun etmeyin.



3. HAREKTLİLİK

Öğrenmeye ilişkin yanlı inanç 6: Öğrenciler sıralarında dik ve sabit bir şekilde oturmadıkça öğrenmeye hazır değildirler.

Hareket etme ihtiyacı BİYOLOJİK bir durumdur.

Hareket etmeye ihtiyaç duyan bir çocuk, bu hareketlerinin diğer arkadaşlarını rahatsız edici boyutta olmamasına dikkat etmelidir. Algısal tercihlere göre öğretim stratejileri geliştirmek iyi sınıf yönetimi için çok önemlidir.

e. PSİKOLOJİK UYARICI TERCİHLERİ (PSİKOLOJİK FAKTÖRLER)

- 1) Analitik
- 2) Global (Bütüncül)
- 3) Yansıtan
- 4) Tepkisel

1) Analitik

Öğrenmeye ilişkin Yanlış inanç 7: Etkili öğretim, açık bir şekilde ifade edilmiş hedefler, detaylara odaklanmayı gerektirir. İçerik basamak basamak, mantıklı bir şekilde anlatılmalıdır. Oysa bu Sadece ANALİTİK öğrenciler için doğrudur.

- Etkili öğretim, açık bir şekilde ifade edilmiş hedefler, detaylara odaklanmayı gerektirir. İçerik basamak basamak, mantıklı bir şekilde anlatılmalıdır.
- Sadece ANALİTİK öğrenciler için doğrudur.

Kısaca, analitik düşünme az sayıda çözüme odaklanıp, bütünü görebilme çalışması olarak değerlendirilebilir. Analitik düşünme iki anlamda kullanılmaktadır. İlki görsel mantık yürütme bağlamında, görsel bir nesneyi bileşenlerine ayırabilme ve bu bileşenler arasındaki ilişkiyi görme anlamındadır. İkincisi ise kimi zaman eleştirel düşünme.



4. Analitik Öğrenciler

- Çalışmalarını planlar ve organize ederler.
- Detaylara kolaylıkla odaklanabilirler ve mantıklıdır.
- Çalışma alanı düzenlidir.
- Aynı anda tek bir iş yaparlar ve konsantrasyonu kolay bozulmaz.
- Öğretmenin kişisel deneyimlerine pek ilgi duymazlar.
- Enformasyon ardışık basamaklar halinde kendilerine sunulduğunda; dersler yapılandırıldığında ve öğretmen merkezli olduğunda hedefler açık bir şekilde kendilerine ifade edildiğinde kendilerinden ne beklediği açık bir şekilde açıklandığında daha iyi öğrenirler.

Öneriler

- Açıklamalar ve görsel pekiştirme kullanın.
- Kullanılacak tüm prosedürleri açıklayın.
- Önemli bilgileri tahtaya yazın.
- Soruları detaylı bir şekilde cevaplayın.
- Önemli talimatları, hedefleri, sınav tarihlerini tahtaya yazın.
- Öğrencilerin de kendi not defterine yazdıklarından emin olun.
- Doğrudan öğretim yöntemlerini tercih edin.
- Olguları basamak basamak öğretmeyi tercih edin.
- Vereceğiniz ödevlerdeki önemli noktaların altlarının çizilmiş olmasına dikkat edin.
- Öğrencilerinizi sık sık değerlendirin, onlara geri bildirim verin, sorulara olabildiğince hızlı cevap verin, beklentilerinizi madde madde ifade edin, ödevleri kontrol edin, sınav yapacağınız günü belirttiğinizde mutlaka o gün sınavınızı yapın.

- *Beynin daha çok sol yarım küresini kullanır.*
- *Tümevarımcıdır.*
- *Titiz ve düzenlidir.*
- *Sesten rahatsız olur.*
- *Aynı anda tek işe odaklanır.*

2) Global (Bütüncül)



- Global öğrenciler spontane hareket eden ve sezgiseldirler.
- Sıkılmaya gelemesler.
- Çekici materyaller kullanılarak ilginç bir şekilde sunulan enformasyondan hoşlanırlar.
- İşbirlikçi öğrenme stratejileri işe yarar.
- Kendilerine sunulan bilgi onların yaşamlarıyla ilişkili olmalı ve etkinlik katılımı içerecek şekilde düzenlenmelidir.

- Global öğrenciler en iyi koro halinde okuma, hikaye yazma bilgisayar programları, oyunlar ve grup etkinlikleriyle öğrenirler.
- Globaller detaylara odaklanmadan önce büyük resmi görme ihtiyacı hissederler.
- Hikayelere, gösterilere, gerçek yaşam anektotlarına ihtiyaç duydukları gibi bu ihtiyaçların öğrenci ilgileri ile de bağlantılı olması gerekmektedir.

Öneriler

• Farklı türde materyalleri kullanmalarını sağlayın deneme ve grafik çalışmaları gibi yazılı formatta ustalık kazanabilmeleri ve bu becerilerini sergilemeleri için fırsatlar sunun. Kinestetikdeneyimler hoşlarına gider.

• Sürekli geri bildirim verin. Öğrencilerle sık sık etkileşime girin. Her bir aşamadaki ilerlemeyi görmek için öğrenci çalışmalarını kontrol edin. Çalışmalar boyunca sebat etmeleri için cesaretlendirin. Bu özelliklerini takdir edin.

- *Beynin daha çok sağ yarım küresini kullanır.*
- *Tümdengelimcidir.*
- *Dağınıktır.*
- *Gürültüden rahatsız olmaz.*
- *Aynı anda çok işe odaklanabilir.*

- *Globaller büyük resme bakarlar, analitikler ise detaylara önem verirler.*
- *Analitikler bilgiyi sıralı bir şekilde öğrenmeyi tercih ederken globaller o bilgiyi neden öğrendiklerini sorgularlar.*
- *Yapılan araştırmalarda ilköğretim öğrencilerinin yaklaşık %85'inin global olduğu saptanmıştır. Bu nedenle global öğrenen öğrenciler için derslere başlama ve ders işleme tekniklerinin farklılaştırılması gerekmektedir.*

3) Yansıtan

- Tüm seçenekleri değerlendirmeden harekete geçmezler.
- Problemleri uzun uzun değerlendirme eğilimindedirler.
- Bir şey üzerinde düşünmek için zamana ihtiyaç duyarlar; organize düşünme becerileri gelişmiştir.
- Gözlem yapma becerileri gelişmiştir.



Öneriler

- Karar vermek ve cevap vermek için yeterli zaman sağlayın.
- Bir şeyi çabuk yapmaları gerektiğinde hata yapmanın çok normal olduğu konusunda bilhassa duyuşsal yaşantılar sağlayın.
- Kendilerini güvende hissetmeleri için tekrarlanan anahtar kelimeler kullanın.

4) Tepkisel



- Çabuk düşünen ve risk alan kişiler gibi görünürler.
- Düşüncelerini organize etmekte güçlük çekerler.
- Sınıfta öğretmen soru sorduğunda cevabını bilip bilmediğini düşünmeden ilk parmak kaldırandır.

Öneriler

- Yapmadan önce düşünmeleri konusunda alıştırmalar önerin.
- Sonuçlara atlamadan konuyu yansıtmaya pratiği yaptırın.
- Detaylara yoğunlaşabilmeyi öğretin.
- Çok kısa süreli konsantrasyona sahip olduklarından çalışmayı kısa tutun.

H. ÖĞRENME STİLLERİ VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ

Öğrenme stili kuramcıları çeşitli yollar içinde bireyselliği yorumlamalarına rağmen, hemen hemen tüm modeller iki ortak özelliğe sahiptir (Silver, Strong & Perini, 1997):

1) *Yöntem üzerine odaklanma*: Öğrenmenin yöntemi ile ilgilenme. Bireyin bilgiyi elde etme, bilgi ile ilgili düşünme ve sonuçları değerlendirme biçimi.

2) *Bireyselliğe önem verme*: Kuramcılar öğrenmenin, düşüncelerin ve hislerin bireyselleştirilmiş bir eylemin sonucu olduğuna inanırlar.

Öğrenme stillerini, öğrenmeye odaklanma ve bilgiyi işleme yolları biçiminde ifade eden Dunn, öğrenmeyi uyarıcılarla ilişkilendirmektedir. Modele göre, bireylerin tercih ettikleri uyarıcılar, öğrenme stillerindeki farklılıkları ortaya koymaktadır (Dunn, 1983). Eğitim durumu düzenlemelerinde öğrenme stilleri ile çevresel değişkenler arasındaki ilişkilerden yararlanılmasının, etkili öğrenmenin gerçekleşmesinde önemli olduğu vurgulanmaktadır (Burke & Dunn, 2002; Dunn & Dunn, 1993).

Yukarıda da belirttiği üzere bu kurama göre öğrenme stilleri, içsel ve dışsal olmak üzere beş temel uyarıcı ve bunların alt boyutlarından oluşan bir yapıdır. *Temel uyarıcılar; çevresel, duygusal, sosyolojik, fizyolojik ve psikolojik olarak sıralanmaktadır.* Dunn & Dunn'a (2002) göre öğrenme stillerinin öğrenilmesi bütün öğrenicilerin başarısını arttırdığı gibi, başarısız öğrencilerin başarılarını da artırır. Bunun için öğretimsel işlemlerin ve öğretim çevresinin bulgulara göre yeniden düzenlenmesi gerekir.

Her birey öğrenme sürecinin standart alanlarında bireysel farklılıklara sahiptir. En önemli konu, öğrenmede bireysel farklılıkların göz önüne alınması ve önemsenmesidir. Kısacası, öğrenme stili; insan öğrenmesindeki özel (bireysel) farklılıklar olarak görülebilir. Bireylerin öğrenme stillerindeki bu farklılık; (i) bilgiyi algılama,kavrama, (ii) bilgiyi işleme,dönüştürme ve (iii) karar oluşturma, tepkide bulunma süreçlerinde ortaya çıkabilir.

Bu doğrultuda, bireylerin sahip oldukları baskın öğrenme stili, bir tek öğeden oluşmaz, farklı bileşenlerden oluşabilir. Örneğin; somut yaşantı ve yansıtıcı gözlem gibi (Kolb, 1984). Birey baskın öğrenme stiline yanında baskın olmayan öğrenme stiline de sahiptir. Öğrenme stilleri arasında en iyi tek bir doğru stil diye sınıflandırma yapmak doğru değildir. En doğru yaklaşım; bireyin baskın olan ve olmayan öğrenme stiline belirlenmesi ve bireyin öğrenme sürecinde sahip olduğu bu çoklu yaklaşıma kapsamlı bir şekilde kullanması ve fayda sağlanmasıdır (Özgen, 2012).

a. ÖĞRENME STİLİNE UYGUN ÖĞRENME – ÖĞRETME ORTAMLARI DÜZENLEMENİN YARARLARI

Yapılan araştırmalar, kendilerine tercih ettikleri öğrenme stiliyle öğretildiğinde öğrencilerin aşağıdaki davranışları gösterdiklerini belirtmektedir (Given, 1996):

- Öğretime karşı olumlu tutumlarda istatistiksel olarak önemli oranda artış,
- Kendinden farklı olanı kabullenmede artış,
- Akademik başarıda istatistiksel olarak önemli oranda artış,
- Sınıf içi davranışlarda ve disiplinde olumlu yönde gelişme,
- Ev ödevlerini tamamlamada daha çok içsel disiplin.

Görüldüğü gibi öğrenme stillerine uygun bir öğretim hizmeti sağlamak, öğrencilerin sadece akademik olarak başarılarının artmasını değil, bunun yanında farklı olana karşı hoşgörü geliştirme, daha disiplinli olma, öğretime karşı olumlu tutum geliştirme gibi boyutlarda da artışı beraberinde getirmektedir.

Öğretmenler öğrenme ortam ve etkinliklerini öğrencilerin öğrenme stillerine göre düzenlediklerinde eğitim-öğretimin kalitesiyle ilgili daha başka görüşler de bulunmaktadır. Bunlardan bazıları da şunlardır:

- Eğer öğretmenin öğretim stiliyle, öğrenenin öğrenme stilleri arasında yanlış bir eşleşme olursa bunun hem öğrenci hem de öğretmen açısından olumsuz sonuçları vardır: Öğrenciler, derste sıkılabilirler ve dikkatlerini kaybedebilirler, sınavlardan zayıf alabilirler, dersten gözleri korkabilir ve hatta kendilerini bu alanda iyi hissetmeyerek dersi çalışmaktan vazgeçebilirler (Felder ve Silverman, 1998),(Felder ve Henriques, 1995). Karşısında dikkatsiz, isteksiz, katılımı olmayan, zayıf alan öğrencileri gören öğretmen de karamsarlığa kapılıp kendi öğretmenlik yeterliği hakkında kuşkuya bile düşebilir.

- Öğrenme stilleri sistematik bir biçimde öğrencilere öğretildiğinde oldukça kısa bir süre içerisinde öğrenilenlerin miktarında ve hatırlanmasında artış görülmektedir (Given, 1996).

- Öğrencilerin öğrenme stilleriyle öğrenme etkinlikleri arasındaki uyum, onların akademik başarısını yükseltmektedir (Şimşek, 2002).

- Miller (Akt. Şimşek, 2002), öğretimin, öğrenme stiline uygunluğunun yalnızca başarı değil motivasyon, tutum ve katılımı da arttırdığını belirtmiştir.

- Yöneticiler, ebeveynler, rehberler ve diğer öğretim personeli arasındaki iletişim artar. Öğretim sürecini öğrenme stillerine yönelik tasarlanmanın yararlarının sayısı belki daha da arttırılabilir.

b. SINIFI ÖĞRENME STİLLERİNE GÖRE DÜZENLEME

Sınıfın öğrenme stillerine göre düzenlenmesinde sanıldığı gibi aksine yeni ve masraflı malzemelere ihtiyaç yoktur. Elimizdeki malzemeleri öğrenme stillerine göre düzenlemek mümkündür. Sınıf ortamını düzenlemeden önce yapılması gereken ilk şey, sınıftaki öğrencilerin öğrenme stilleri profili hakkında bilgi sahibi olmaktır. Öğrencilerin öğrenme stillerinin belirlenmesi ihtiyaçları belirlemeye yardımcı olacaktır.

Örnek:

- 1) İyi aydınlatılmış ve karanlık bölgeler
- 2) Sıcak ve soğuk bölgeler
- 3) Öğrencilerin yalnız, grup ya da takım halinde çalışabileceği alanlar
- 4) Sessiz alanlar
- 5) Minder, halı gibi eşyalarla öğrencinin informal çalışabileceği alanlar
- 6) Öğretime diğer alanlara nispeten daha yakın olabilecekleri alanlar.

Sınıfın düzenlenmesinde yapılacaklar: Öğrenme stilleri için öncelikle sınıfta uygun bir alan sağlanmalıdır. Bu alansıra, masa, kitaplık vb. gibi eşyaları kullanarak elde edilebilir. Bu sayede, okuma köşesi, medya köşesi, öğrenme istasyonu gibi alanlara sahip olunabilir. Bu düzenlemeye öğrencileri mutlaka dahil edilmelidir. Bunun için ilk iş, öğrencilere yapılan değişikliği açıklamaktır. Ancak bu düzenlemede bir öğrencinin ihtiyacını karşılar-ken diğer öğrencinin ihtiyaçlarını göz ardı etmemeye dikkat edilmelidir.

ÖZET

Her öğrenci farklı özelliklerle donatılmış farklı bir bireydir. Bu nedenle öğrenci öğrenme sırasında yukarıda sıralanan koşullardan birisini tercih etmektedir. Bu koşullar kişiden kişiye farklılık da gösterebilir benzerlik de. *Örneğin*; kimi öğrenciler sessiz bir çalışma ortamını tercih ederlerken kimileri sestən etkilenmezler, dahası çalışırken müzik dinlemeyi bile tercih ederler.

Kimi öğrenciler çalışma ortamlarının serin, kimileri ise sıcak olmasından hoşlanırlar. Kimi öğrenciler her şeyin düzenli bir biçimde yerleştirildiği bir ortamda çalışırken, kimileri düzensiz bir çalışma ortamında çalışmayı tercih ederler. Bu örnekler çoğaltılabilir.

Burada unutulmaması gereken en önemli şey her öğrenci farklıdır. Kendisini tanıyan, hangi ortamda daha iyi öğrendiğini bilen öğrenciler asla başkalarına göre en doğru diye nitelendirilen ortamlarda çalışmaya zorlanmamalıdır.

Dunn ve Dunn, bu çevresel koşullar, duyusal özellikler, sosyal tercihler, fiziksel özellikler ve psikolojik uyarıcıların bireylerin öğrenme stillerini etkilediklerini açıklamışlardır. Geliştirdikleri bu stil modeli öğrenme tercihlerinden daha çok öğrenme stillerini göstermektedir. Griggs, Keefe ve Monk gibi birçok araştırmacı Dunn ve Dunn'ın geliştirdiği bu modelden etkilenmişlerdir (Riding ve Rayner, 1998).

Yeni bilgiler, öğrenmenin parmak izi kadar kişiye özgü bir olgu olduğu, herkesin öğrenme tür, hız ve kapasitesinin farklı olduğunu, uygun öğrenme olanağı sağlandığında öğrenemeyecek birey olmadığını ortaya koymaktadır.

“Eşit olmayan insanlara, eşit davranmaktan daha büyük eşitsizlik olamaz.”

Thomas Jefferson

Kaynak: Bu bölüm Prof. Dr. Ziya SELÇUK'un “Dunn & Dunn Öğrenme Stilleri” makalesinden özetlenmiştir.

BÖLÜM VI

ÇOKLU ZEKA KURAMI VE EĞİTİMDEKİ ÖNEMİ

KONU BAŞLIKLARI

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> A. Giriş B. Klasik Zeka Anlayışı <ul style="list-style-type: none"> a. Stanford-Binet Zeka Ölçeği b. IQ Hesabı c. Türkiye’de Uygulanan Zeka Testleri C. Çoklu Zeka Kuramının Ortaya Çıkışı D. Howard Gardner ve Çoklu Zeka Kuramı E. Eğitimde Program F. Howard Gardner ve Çoklu Zeka Teorileri G. Çoklu Zeka Kuramı Alanları <ul style="list-style-type: none"> 1. Sözel/Dilbilimsel Zeka 2. Mantıksal/Matematiksel Zeka 3. Görsel / Uzamsal Zeka 4. Müziksel/ Ritmik Zeka 5. Bedensel / Kinestetik Zeka 6. Sosyal / Kişilerarası Zeka 7. Özedönük / İçsel Zeka 8. Doğa (Doğacı) Zeka | <ul style="list-style-type: none"> H. Değerlendirme (Çoklu Zeka Kuramı) <ul style="list-style-type: none"> Hayvanlar Okulu Kim Daha Zeki? Kissadan Hisse! İ. Beynimiz Nasıl Öğreniyor? <ul style="list-style-type: none"> a. Beynimizin %10’unu Mu Kullanıyoruz? b. Beyin De Tıpkı Parmak İzi Gibi Eşsizdir ..” c. Hisseden (Duygusal) Beyin d. Düşünen (Reflektif) Beyin e. Bütünsel Beyin J. Tekli Zeka Yaklaşımından Çoklu Zeka Yaklaşımı K. Çoklu Zeka Teorisi Ve Eğitimde Uygulamaları <ul style="list-style-type: none"> a. Çoklu Zeka Kuramı Ve Öğretmenler b. Çoklu Zeka Kuramına Göre Öğretimi Planlama c. Çoklu Zeka Kuramında Sınıf Yönetimi d. Çoklu Zeka Kuramında Ölçme Değerlendirme L. Çoklu Z. Alanlarının Gelişimini Etkileyen Faktör M.Çoklu Zeka Alanlarını Bilirleme Yöntemleri |
|--|---|

A. GİRİŞ

Özellikle yirmi birinci yüzyılda dünyada meydana gelen sosyal, siyasal ve ekonomik gelişmeler, toplumların eğitim anlayışını da değiştirmiştir. Yirminci yüzyıla birlikte şekillenmeye başlayan ve yüzyılın ikinci yarısından sonra yaygınlık kazanan yeni paradigma, eğitime yeni bakış açıları ve kavramlar getirmiştir. Eğitim anlayışında meydana gelen bu değişimler, eğitim sisteminin yapı ve işleyişi ile öğretme-öğrenme sürecini derinden etkilemiş, öğretim programlarının içerik ve sunumu önemli oranda değişmiştir. Eğitim alanında yapılan çalışmalarla, eğitimin daha nitelikli hale gelmesi için eğitimi etkileyen faktörlere farklı roller biçen, eğitim durumlarının nasıl sunulması gerektiği konusunda yeni yaklaşımlar ortaya konulmuştur. Yeni eğitim anlayışının en önemli özelliklerinden bir de çoklu zeka kuramı ve bireysel farklılıklar dikkate alınarak öğretimin programlanması ve uygulanmasıdır.

Geleneksel eğitim programlarıyla toplumun gereksinim duyduğu bireyleri yetiştirmenin mümkün olmadığı düşüncesinden hareketle Milli Eğitim Bakanlığı 2004 yılından itibaren ilköğretim düzeyinden başlayarak eğitim programlarını geliştirme yoluna gitmiştir. Yeni anlayışına göre şekillenen eğitim sisteminde en somut gösterge kuşkusuz öğrencilerin çoklu zeka ve öğrenme stilleri gibi bireysel farklılıklara duyarlı olmasıdır.

Eğitim bilimciere göre çoklu zeka kuramı bir eğitim ve öğretim felsefesidir. Bütün eğitimcilerin bu kuramı iyi anlaması, benimsemesi ve eğitim alacak öğrencilerin, ailelerinde bu kuramı tanımaları gerekir. Öğrenciler nasıl öğrendiklerini, aileleri ise çocuklarının öğrenme ihtiyacının ne olduğunu, nasıl yönlendirilebileceğini, okuldaki eğitimciler öğrenme durumlarını ve şartları nasıl geliştireceklerini anlamaya çalışarak öğretim anlayışlarını gözden geçirip gerekli uyarlamaları yapabilmelidirler.

Ancak 2005/2006 eğitim-öğretim yılında kademeli olarak uygulanmaya başlananyapılandırmacı eğitim programının geçen yaklaşık 15 yıllık süre içinde sorunlarından kurtulamadığı görülmektedir. Merkezi sınavlar,

kalabalık sınıflar, ezberci eğitim, donanım ve fiziki yapı eksikliği, mevcut öğretmenlerin niteliği, eğitime erişimdeki eşitsizlikler, siyaset (ideolojik ayırım ve kayırmalar), öğretmen atama sistemi, özel dersaneler, finansman ve mesleki teknik eğitim sorunları bunlardan bazılarıdır.

Bilindiği üzere uluslararası platformda ülkelerin eğitim performanslarının karşılaştırılmasında OECD'nin PISA programı yaygın olarak kullanılmaktadır. Türkiye'nin PISA anketi başarı puanlarının 2003 yılından beri, üç ana başlıkta da, 2012 yılı okuma becerileri alanı haricinde bütün alanlarda hem OECD ülkeleri puan ortalamasının hem de tüm ülkeler puan ortalamasının gerisinde kaldığı görülmektedir. Yayımlanan veriler ışığında Türkiye'nin eğitim kalitesinin diğer ülkeler seviyesinde olmadığı açıkça görülmektedir.

Bütün bunlara rağmen günümüzde öğretmen merkezli (ezberci eğitim) ve sınav sistemlerinin eskiden olduğu gibi aynı becerileri değerlendirerek varlığını sürdürdüğü görülmektedir. İlkokuldan başlayan doktora seviyesine kadargöçen uzanan süreçte değerlendirmelerin yine hep aynı tür yeterlilikler (sayısal/sözel) üzerinde yapılmaktadır.

Eğitimde ölçme ve değerlendirme etkinlikleri geçmişten günümüze amaca yönelim bağlamı ile en çok sorunun yaşandığı alanların başındadır. Okullardaki sayısal/sözel zeka üzerine oturmuş değerlendirme sistemleri üzerine bir de merkezi yapılan yine benzer sınavların kullanıldığı ve tamamen bilginin transferini veya hatırlanmasını içeren sözde standart testler yüzünden çocukların ve gençlerin yaratıcılıkları, bireysel farklılıkları, özgünlükleri ve cesaretleri maalesef kırılmaktadır.

Bu yüzden ki bu mevcut sisteme ayak uyduramayanlar başarısız addedilerek sistemin dışına itilmektedir. Sistemin içinde kalarak başarılı sayılanlar ise zeka profillerindeki diğer zekalara göre daha gelişmiş olan sayısal/ sözel zekaları ve uzun süreli soru çözmeden kaynaklanan test yetenekleri sayesinde hepsi birbirine benzeyen bireylerden oluşmaktadır! Çünkü sistem bu gruba hitap etmekte ve açıkçası bu tür bireylere açık şekilde destek vermektedir.

Sadece sayısal ve sözel zeka göz önüne alınarak hazırlanan zeka testlerinin ve bu testlerin ışığında geliştirilen sınav sistemlerinin ve ders programlarının, yalnız kuramcıları değil, aynı zamanda eğitimcileri ve öğrencileri de tuzağa düşürdüğü ve toplumları bir çıkmaza sürüklediği açık ve nettir.

B. KLASİK ZEKA ANLAYIŞI⁽⁹⁾

Zeka, anlamı itibarıyla, bireyden bireye, disipline disipline ve toplumdaki topluma değişkenlik gösterir. Bu nedendir ki zeka tanımı konusunda yaygın bir uzlaşma yoktur. Hem zeka konusunda yapılan bilimsel araştırmaların uzlaşmaya götüreceği derecede bulgular üretmemiş olması hem de zeka kuramcılarının kişisel yaşantıları, kültürel yapıları ve çalıştıkları disiplinlerin çeşitliliği zekaya farklı açılardan bakmalarına, farklı anlamlar yüklemelerine neden olmaktadır.

Zeka tanımı konusunda öncü uzmanlar arasında görüş farklılıkları olmasına karşın çağdaş araştırmacıların bazıları bazı ortak noktalarda buluşmuşlardır. Bu çağdaş uzlaşmada geçen yüzyıl boyunca zeka konusunda yapılan araştırmaların ve bilgi birikiminin etkisinin büyük olduğu söylenebilir. Üzerlerinde uzlaşma sağlanan en ünlü iki zeka tanımından birincisi 52 zeka araştırmacısı tarafından kabul görmüş ve 1994 yılında Wall Street Journal'da yayımlanmıştır (Akt. Ugur Sak, 2016). Bu deklarasyonda zeka:

Akıl yürütme, planlama, problem çözme, soyut düşünme, karmaşık fikirleri kavrama, hızlı öğrenme ve deneyimden öğrenme işlevlerini kapsayan çok genel zihinsel bir kapasite olarak tanımlanmıştır. Zeka, sadece kitap-takileri öğrenme, testlerde başarılı olma ya da akademik beceri değildir. Aksine, çevremizdekileri kavrayabilmemizi sağlayan çok daha geniş ve derin bir kapasitedir.

İkinci tanım ise Amerikan Psikoloji Derneği'nin üyesi olan 11 seçkin psikolog tarafından kabul görerek Amerikan Psikoloji Dergisi (Intelligence: Knowns and Unknowns, 1996)'nde yayımlanmıştır. Söz konusu yayımda zeka aşağıdaki gibi tasvir edilmiştir:

Bireyler, karmaşık fikirleri anlamada, çevreye uyum sağlamada, deneyimden öğrenmede, farklı biçimde muhakeme yapabilmeye ve zorluklar ile başedebilmede farklılıklar gösterirler. Ancak bu tür bireysel farklılıklar çok büyük olsada değişmez değildir. Birbirey, farklı zamanlarda ve farklı alanlarda farklı düzeylerde zihinsel performans ortaya koyabilir.

Zeka ile ilgili yukarıda değindiğimiz bilim adamlarından başka pek çok bilim adamı daha önemli çalışmalar yapmışlardır. Bu bilim adamlarının kuramların temeli daha çok sayısal ve sözel alanlar olarak iki grupta değerlendirilmektedir. Bu kuramcılar zekanın doğuştan geldiği, teklik içerdiği ve büyük ölçüde kalıtımın etkisiyle belirlendiği kabul ederler. Ve bir kişinin zekasını belirleyen üç temel etken olduğu düşünülür. Bunlar:

- Kalıtım,
- Doğum ve öncesi süreç ,
- Çevre.

Yukarıda sözü edilen bilim adamlarına göre zeka doğuştangelir ve büyük ölçüde kalıtımın etkisiyle belirlenir. Bu görüşü savunan çalışmalarda çocuğun zekası ile ana-babanın zekası arasında yüksek düzeyde ilişki (korelasyon) olduğupek çok yerde karşımıza çıkar. Annenin hamilelik sırasında uygun beslenmesi, beyin kanlanma ve oksijen alımının yolunda gitmesi gerekir.

Doğum sonrasında da beyin dokusuna zarar verecek yaralanmalar ve ateşli rahatsızlıklar da zeka potansiyelini düşüren etkenlerdendir. Çocuğun doğuştan getirdiği zihinsel potansiyelini kullanabilmesi ve geliştirebilmesi için uygun uyarıcılarla donatılmış bir çevreye ihtiyaç vardır. İlk yaşlarda anne ve babanın uyarılarının ve ilgisinin, zekayı geliştirebileceği gibi, bunun tersine de sebep olabileceği düşünülmektedir.

Eğitim düzeyi düşük bir anne ve babanın çocuklarının zeka gelişimine ilgisi az olursa çocuğun okul çağına gelene kadar zeka gelişiminin yavaşolacağı söylenmektedir.

Bu konuda Prof. Dr. Nevzat Tarhan şunları söylüyor:

“Zekayı sergilemenin çeşitli yolları vardır. Gerçek hayat şartları zekayı etkiler. Bütün bebekler belli bir potansiyele sahip olarak doğuyor, ancak bu potansiyelin aktif hale getirilmesi için aileye büyük görev düşüyor. Her insanın genlerinde yazılı biyolojik olarak geçen bir zeka gücü vardır. Diyelim ki, bir insanın boyu genlerinde 180 santimetre olarak yazılı. Çocuk iyi beslenirse 180 santimetreye kadar uzar. Aksi durumda boyu 160 santimetre civarında kalır. Zeka da böyledir. Ortalama insan (IQ)'su 100'dür. Yeni doğan bir bebeğin potansiyel zekası ise 140'tır. Çocuk eğitilmediğinde, zihinsel uyarıyı almadığında veya okumadığında (IQ)'su 100'lerde kalır“. Genel olarak zekanın%75-85'inin ilk üç-dört yılda oluştuğu ve 20 yaşına kadar gelişimini sürdürdüğü savunulmaktadır.

a. STANFORD-BİNET ZEKA ÖLÇEĞİ

Günümüzde beşinci sürümü geliştirilmiş olan Stanford- Binet Zeka Ölçeğinin çocukların genel bilişsel becerilerini ölçmek amacıyla kullanılmakta olduğunu hafta sonu gazetelerinde çıkan haberlerden öğreniyoruz. Bu pratik zeka testleri ile ilköğretim, ortaöğretim veya üniversitelere girmek isteyen öğrencilerin zeka düzeylerinin bu okulların programları için yeterli olup olmadığına bakıldığına günümüzde sık sık şahit oluyoruz. Bir çocuğun (IQ) puanı, bilgi ve kısa süreli hafızanın yanı sıra; sözel, görsel/uzaysal ve sayısal muhakeme gibi zekayı bilişsel açıdan ölçen sorulardan elde edilmektedir (Kaplan & Saccuzzo, 2009). (IQ) testleri genellikle bir çocuğun yetenekli mi yoksa özel eğitime mi ihtiyacı olduğunu belirlemek için kullanılır.

Yukarıda sözü edildiği üzere bazı okullar (IQ) testlerini öğrencinin sınıf içindeki performansı ve akranlarıyla iletişimi gibi diğer bilgilerle birlikte değerlendirerek öğrencinin hangi sınıfa yerleştirileceği gibi kararları almak için kullanır. Bazı okullar ise bu gibi kararları vermek için sadece, öğrencinin zihinsel becerileri hakkında objektif bir ölçüm sağladığına inandıkları (IQ) puanını kullanmayı tercih eder. Geleneksel (IQ) zeka testlerinin temelini oluşturan sayısal ve sözel yeterliliklerdir. Eğitim sistemleri de hep bu iki yeterlilik üzerine olutuldu. Böylece bu iki yeterliliği yeteri kadar gelişmemiş olanlar hep sistemin dışında bırakıldı.

Bu zekaları daha gelişmiş veya uzun yıllara yayılan ve sürekli tekrarlar sayesinde bu zekaları daha da gelişen bireylerin önü açılarak birbirine benzer beceriler sergileyen hep aynı tür bireylerin yetişmesi sağlanarak bir toplum mühendisliği gerçekleştirilmiş oldu, olmaya da devam ediyor! Yani aynı şekilde düşünen, hareket eden, tepki veren hemen her meslekten milyonlarca insan! Medyanın bu tür haberlere ilgisi ve yayınlama biçimi maalesef halkı yanlış yönlendirmekte ve bilgilendirmektedir! Bu, gerçek anlamda bir sorumsuzluktur.

Bu konuya ışık tutacak en ilginç eserlerden biri olarak, 1994 yapımı "Forrest Gump" filmi gösterilebilir. Konusunu gerçek hayattan alan bu filmde; yapılan test sonucunda, sınırın az altındaki (IQ)' su yüzünden okula zorla kabul edilen (!) ancak yaşamda çok önemli şeyleri başaran ve her defasında başkalarının hayal ettiğinden çok daha fazlasını hatta imkansız başarılar tarihi sayılabilecek anlarda ayakta kalabilen, yaşama devam edebilen ve çok başarılı bir iş adamı olan Forrest Gump'ın hayatı konu edilmektedir.

Başka bir örnek ise haziran 2016'da yayımlanan "Çocuğunuzun üstün zekalı olduğunu nasıl anlarsınız?" başlıklı bir gazete haberinde "Çocuğunuz erken yaşta okuma, yazma eğilimi gösteriyorsa, sanata yoğun bir ilgisi varsa, yaşının getirdiğinden farklı sorular soruyor ve yetinmiyorsa, matematik, uzay ve geometriye özel bir ilgisi bulunuyorsa ya da arkadaşlarından farklı davranışlar sergiliyorsa, içine kapanıyorsa üstün zekalı olabilir" deniliyor!

Bu tanıma güler misiniz ağlar mısınız? Bazen televizyonlarda sıklıkla da internette karşımıza çıkan alakasız onlarca hastalığa çözüm getirdiği söylenen krem veya haplardan farklı olmayan bir tanım adeta! Ve ne acıdır ki böylesi tanımları dile getiren sayıları hiç de azımsanmayacak kadar çok sözde uzmanlar ve bunlara inanan insanlar var! Benzer şekilde bir başka haberde ise bir hafta içinde (IQ) seviyesini yüzde kırk arttırmanın yollarının sıralandığına şahit oluruz. Öneriler haftanın her günü için yapılması gerekenleri sıralamaktadır. Bir gün yağlı balık yenecek, bir gün kahve ve alkolden uzak duracağız, bir gün işe bisikletle ya da yürüyerek gideceğiz, bir başka gün alışveriş listidğerinetesini ezberleyeceğiz, vs. Bu önerileri uygulayınca da (IQ)'müz yüzde kırk artacakmış!

Çocukların ve gençlerin potansiyellerini anlamaya yönelik yapılan klasik (IQ) testleri bu çocukların ve gençlerin potansiyellerini en iyi şartlarda kısıtlıyor dahası tahrip ediyor! Bu çocukların benzer ihtiyaçları yok ki aynı (IQ) puanıyla değerlendiriliyorlar! Çok iyi yapılmış ve çok iyi sonuçlar alınmış olsa bile, merkezi yapılan sözde standart testler tek tip insan yetiştirmekten başka bir işe yaramamaktadır!

Klasik zeka anlayışına göre tasarlanmış bütün eğitim sistemleri hem tespit hem sınıflandırma hem de derecelendirme amacıyla yaptıkları bütün değerlendirme sistemleri (IQ) odaklı ve dolayısıyla sayısal ve sözel zekatemelleri üzerine oturtulmuştur. Bu durum sözde üstün zekalı bireyler için de geçerlidir! Bu iki yeterliliği yeteri kadar gelişmemiş olanlar hep sistemin dışında bırakılmaktadır.

b. IQ HESABI

Yukarıda da vurgulandığı gibi eski anlayışa göre, zeka doğuştan gelir, sabittir, değiştirilemezdi. Sayısal olarak ölçülebilirdi. Öğrencileri seviyelere ayırmak ve öğrenme güçlerini ölçmek için kullanılır, böylece gelecekte başarılı olabilecekler tahlil edilirdi. Ancak entelektüel zeka (IQ) testleri, yaygın olarak kullanıma başladıkları günden beri tartışmalara konu olmuştur. Başarı, zeka ve (IQ) testlerine ilişkin bazı varsayım ve kavram yanlışlıklarını belirlemek ve açıklığa kavuşturmak bu nedenle önemlidir.



Zeka testlerinin hikayesi, Alfred Binet isimli Fransız bir psikologdan dönemin yetkililerinin, Paris okullarının ilk yıllarında hangi öğrencilerin başarılı, hangilerinin başarısız olacağını tespit edecek bir sistem geliştirmesinin istenmesiyle başlar. Binet başarılı olur ve hepimizin bildiği IQ (Intelligence Quotient), zeka katsayısı, olgusu vebunu tespate yarayan zeka testi ortaya çıkar. Sayısal ve sözel zekaların kullanılmasına yönelik bu test daha sonraları ABD'ye ve diğer ülkelere ulaşır.

İlk Binet-Simon ölçeği 1905'te yayınlanmıştır. Sonraki 10 yıl içinde birçok Binet uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Stanford-Binet zeka ölçeği 1916'dan bu yana çeşitli nedenlerle dört kez gözden geçirilmiştir. Stanford-Binet testinin son sürümü 1985 yılında yayınlanmıştır.

Stanford-Binet testinin 15 farklı alt testi zekanın göstergeleri kabul edilen dört tür zihinsel yeteneği ölçecek şekilde düzenlenmiştir. Binet testinde, çocuklara zeka yaşlarını göstermek için bir sayı veriliyor. Zeka yaşı, uygulanan testte aynı puanı alan çocukların ortalama yaşı olarak hesaplanmaktadır.

Örneğin 14 yaşındaki bir çocuk, testten 45 aldı ise, bu puan 10 yaşındaki çocukların puanına denk geliyorsa, çocuğun zeka yaşı 10'dur. Benzer şekilde 14 yaşındaki çocuk, testten 80 aldıysa, bu değer 17 yaş aralığına denk geliyorsa çocuğun zeka yaşı 17'dir. Bu sistem, aynı yaştaki diğer çocuklara göre nasıl olduklarını gösteriyor fakat aynı yaşta olmayanların zeka derecelerini karşılaştırmakta problem yaratıyordu.

Daha sonraları Binet testi geliştirilerek, zeka derecesini belirlemek üzere, zeka yaşı yerine bir değer kullanılmaya başlandı. IQ= (zeka yaşı/gerçek yaş) x 100 olarak hesaplanmaya başlandı. Yani, zeka yaşı, gerçek yaşa bölünüyor ve 100 ile çarpılması ile ortaya çıkıyor. Formülden de görüldüğü gibi, gerçek yaş ve zeka yaşı aynı ise, IQ'su 100 olarak çıkacaktır. Bu temel kavram aynı olmasına rağmen, günümüzde IQ dereceleri standartlaşmış bir grubun ortalama sonuçlarının kullanıldığı, istatistiksel ve matematiksel hesaplamalar içeren karmaşık bir yöntem ile yapılmaktadır.

Günümüze kadar milyonlarca insan üzerinde uygulanan bu test psikologların en büyük başarılarından biri olarak görülür. Öyle ki insanlar artık sayılardan konuşur hale gelmiştir: "Benim zekam (katsayım) 140 çıktı, seninki kaç?" gibi.

Dünya Sağlık Örgütü'nün önerdiği zeka sınıflandırması şu şekildedir:

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1) 0-20 Derin zeka geriliği/zihinsel engel | 5) 71-79 Sınırdaki zeka |
| 2) 21-35 Ağır derecede zeka geriliği/zihinsel engel | 6) 80-89 Düşük zeka |
| 3) 36-50 Orta derecede zeka geriliği/zihinsel engel | 7) 90-109 Normal ya da ortalama zeka |
| 4) 51-70 Hafif derecede zeka geriliği | 8) 110-119 Parlak zeka |
| | 9) 120-129 Üstün zeka |
| | 10) 130 ve üstü Çok üstün zeka |

c. TÜRKİYE'DE UYGULANAN ZEKA TESTLERİ

Türkiye'de sistemli test ve ölçme-değerlendirme çalışmalarının Binet-Simon Zeka Testi'nin 1915'de Türkçe'ye çevrilmesiyle başladığı söylenebilir. 1930-1945 yılları arasında konuyla ilgili çalışmalar yapılmıştır; testler üzerinde sekizi İngilizce, Fransızca ve Almanca'dan çeviri olmak üzere, toplam 11 kitap yayınlanmıştır.

Tablo 3. Bireysel ve Grup Olarak Uygulanan Klasik Zeka Testleri

Bireysel Uygulanan Klasik Zeka Testleri	Gruba Uygulanan Klasik Zeka Testleri
Alexander Pratik Yetenek Testi	Analitik Zeka Testi (Form B)
Chapuis Labirentler Testi	Cattell Zeka Testi 2A-2B
Goodenough-Harris Adam Çizme Testi	D 48 Zeka Testi
Healy Resim Tamamlama Testi II	Mantıklı Düşünme Testi
K.I.T. Zeka Testi	Otis Beta Zihin Yeteneği Testi (DM Takımı)
Merrill-Palmer Ölçeği	Otis Beta Zihin Yeteneği Testi
Peabody Resim-Kelime Testi (Form B)	Progresif Matrisler Testi
Porteus Labirentler Testi	Uyarı: Detaylı bilgi için Adviye Yonus'un Wep sitesi "Kaufman Kısa Zeka Testi" makalesinden yararlanılabilir.
Stanford-Binet Zeka Testi	
Yağmurda Dolaşan Kadın Resmi Çizme Testi	
Wechsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği (WISC)	
Wechsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği-R(WISC-R)	Kaynak: Adviye Yonus, "KAUFMAN KISA ZEKA TESTİ" İstanbul Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, 2007
Wechsler Yetişkinler Zeka Ölçeği (WAIS)	

C. ÇOKLU ZEKA KURAMININ ORTAYA ÇIKIŞI

Klasik zeka (IQ) testleri, yaygın olarak kullanıma başlandıkları günden beri tartışmalara konu olmuştur. (IQ) testlerini savunanlar, “başarı” tanımlarını genellikle akademik performans, eğitimde geçirilen süre, fiziksel sağlık, uzun yaşam gibi geleneksel olarak değerli görülen çıktılar ve (IQ) arasında bir ilişki olduğunu gösteren çalışmalara dayandırmaktadırlar (Duckworth, Quinn, Lynam, Loeber, & Stouthamer-Loeber, 2011).

Bu düşünceyi destekleyenler, (IQ) testlerinin bireyin beceri ve potansiyeli ile ilişkili olan gerçek ve süreklilik gösteren şeyleri ölçtüğüne inanırlar ve bu testlerin objektif bir şekilde okulda ve gerçek hayatta insanları sınıflandırmak için kullanılabileceğini ve hatta kullanılması gerektiğini savunurlar.

Ancak bu düşüncenin karşıtları, zeka gibi böylesine karmaşık bir olgunun tek bir test ile ölçülebilmesinin mümkün olup olmadığını ciddi bir şekilde sorgulamaktadırlar. Eğitimciler göre bu bilişsel ölçme aracını çocuğun geleceğini gösteren kristal bir küre olarak görmeleri, çocuklar ve aileleri açısından oldukça zararlıdır.

Hiçbir test bir çocuğun bütün ve özgün becerilerini ölçemez; insan beyninin karmaşık yapısını ve kişiliği tek bir sayıya indirgeyen bir test ise hiç ölçemez. Bu testler geleceği de yordayamaz. Eğitimciler bu testleri kullanırken dikkatli olmalı, eğitimsel bir karar verileceği zaman çocuğu bütüncül olarak değerlendirmeli ve bütün çocukların kendi özgün potansiyelleri ile öğrenebileceği düşüncesini korumalıdır.

Eğitim üzerine çalışmaların yoğunlaştığı 20. yüzyılda temel araştırma alanlarından birisi de zeka ve buna bağlı öğretim etkinlikleri olmuştur. Zekanın ne olduğu, niteliği üzerine yapılan araştırmalar öğrenme etkinlikleri üzerinde yoğunlaşmaya başlayınca insanların ilgilerine, ihtiyaçlarına göre oluşturulan eğitim modelleri, öğretme-öğrenme stratejileri çeşitlenmeye başlamıştır.

Çoklu zeka kuramı ile öğrenci merkezli eğitime uygun bir zeka ve zeka gelişimi fikri oluşturulmuştur. Kuramın temel niteliğın oluşturan farklı zeka alanlarına göre öğrenme ve buna bağlı öğrenme-öğretme etkinliklerinin düzenlenmesi gerektiği görüşleri sistemli olarak olmasa da bütün öğretim stratejilerinin içinde vardır. Öyle ki Hilgard 1948’de yayımladığı “Öğrenme Teorileri” (Theories of Learning) adlı eserinde öğrenmenin tanımını yaparken bugünkü anlamda çoklu zeka kuramının alanlarından kısmen de olsa bahsederek öğrenmenin farklı alanlarda nasıl gerçekleştiğini ortaya koymuştur.

D. HOWARD GARDNER VE ÇOKLU ZEKA KURAMI

Nöropsikolog ve gelişim uzmanı Gardner, geleneksel zeka anlayışlarını inceledikten sonra 70’li ve 80’li yıllarda bireylerin bilişsel kapasitelerini araştırmaya başlamıştır. Yeteneklerin örüntüsünü anlamaya, bilişsel ya da duyuşsal kazaların etkisini belirlemeye uğraştığı araştırmalarının yanı sıra Harvard Üniversitesinde “Project Zero” adlı bir projede normal ve üstün yetenekli çocuklarla ilgili araştırmalar yapmış, bilişsel yeteneklerin gelişimini incelemiştir (Bümen, 2002; Akt. Fatih Gündeşli, 2006).

Gardner zeka tanımı diğer kuramlardan farklı yaklaşımı ile hemen ayırt edilmektedir. Şöyle diyor Gardner ; “İnsan zekalarını ve kombinasyonlarını fark etmemiz ve geliştirmemiz son derece önemlidir. Birbirimizden bu kadar farklı oluşumuz, hepimizin farklı zeka kombinasyonlarına sahip olmamızdan kaynaklanmaktadır. Bunun farkında olursak hayatta karşımıza çıkan sorunlarla baş etmemiz kolaylaşır” (Kaptan 2001).

Gardner zeka kuramı daha doğrusu insan zekaları kuramı; bütün insanlarda değiştirilmeden aynen bulunması gereken bir özellikte olmayıp bütün insanlarda değişik farkı yeteneklerle kendini göstermektedir.

Gardner, 1983 yılında yayınlanan “Zihnin Çerçevesi” adlı kitabında önce yedi sonra bir zeka daha ekleyerek sekiz ayrı ve evrensel kapasite(yetenek) önermiştir. Bu kapasite ya da zekalar her bireyde doğuştan var olmakta ama farklı kültürlerde farklı biçimlerde ortaya çıkmaktadır. Daha sonraki çalışmalarla bu sekiz zeka alanına “Duygusal zeka” ve “Ahlaki zeka” alanları da eklenmiştir.

Gardner kurama göre, zeka biyopsikolojik bir potansiyeldir ve şöyle tanımlanmıştır (Bümen 2002):

“Zeka bir ya da daha fazla kültürel yapıda değeri olan bir ürüne şekil verme ya da problemleri çözme yeteneğidir”. Gardner(1983) zeka tanımına göre;

“Bir veya daha fazla kültürel yapıda değeri olan bir ürün veren, problem çözme yeteneği olan, bir birey zekidir diyebiliriz”. Bu ise ilkokulu bitirememiş ama bir işi olan, üreten bir bireyin zeki olması anlamına gelmektedir. Ayrıca yine bu kurama göre bütün insanlarda zeka türlerinden birine yatkınlığı vardır. Önemi olan bunu tespiti ve geliştirilmesidir.

Çoklu zeka kuramının temel ayırt edici özellikleri bulunmaktadır.

Bunlar:

- Birincisi, kuram bireyin gerçek yaşamda problem çözme ve bir ürün elde etmeye dayanır.
- İkincisi ise zekaların çoğul birbirleriyle karmaşık sürekli bir etkileşim içinde bulunmasıdır.
- Çoklu zeka kuramına göre tüm zekalar eşit değerdedir. Hiçbiri diğerlerinden daha önemli değildir.

Gardner’ın kuramı testlerle ölçülen niceliksel geleneksel zeka anlayışlarıyla çalışmaktadır. Çünkü eski anlayışlar bütünsel bir becerinin niceliksel ifadesidir. Çoklu zeka kuramı ise nicelikten çok niteliğe bireyin sahip olduğu yeteneklere ve bunları uygulamadaki yeterlilikleri ile ilgilenir.

Ayrıca yeni kurama göre zeka; bireyleri sınıflandırmak için değil onları tanımak amacıyla belirlenir. Böylece bireylerin kendisini tanıması sağlanarak güçlü ve zayıf yönlerini fark ederek gelişimini doğru bir şekilde yapması amaçlanır.

Prof. Dr. Mustafa Zülküf ALTAN’a (2016) göre Howard Gardner’in Çoklu Zeka Kuramı, bizim insan yeterlilikleri konusundaki düşüncelerimizi kökten değiştirmemize yardım edecek bir potansiyele sahiptir. Gardner, zekayı, “kültürel bir ortamda, problemleri çözümlerken veya bir kültür grubu tarafından değer verilen ürünleri ortaya çıkarırken, bilgiyi işlemeye yarayan biyo-psikolojik bir potansiyel” olarak tanımlar.

Örneğin X kabilesinin yaşadığı bölgede insanlara içinizde en zeki insan kim diye sorulduğunda “hepimiz ava gideriz ancak çoğumuz avdan boş dönerken A sürekli avla döner. O yüzden A en zeki insanımızdır” derken;

Aynı soru Y insanların yaşadığı bölgede sorulduğunda “B en zekidir çünkü o ne yapsa herkes onun yaptığını beğenir ve taklit eder” derler! Bir başka gruba aynı soru sorulduğunda “C en zekidir çünkü ne sorun olsa hemen bir çözüm bulur” derler.

Bir başka kültür topluluğuna sorulduğunda ise “D en zekimizdir çünkü kimin bir derdi, sorunu olsa ona gider ve o insanların dertlerine çözüm bulur” derler. Yine bir başka kültür ortamında en zeki “işyerini açalı daha üç sene oldu ancak adam zengin oldu” diye tanımlanır! Bu örnekleri çoğaltmak mümkündür. Demek ki zeka kültürlere göre değişkenlik gösterebilen bir kavramdır!

E. EĞİTİMDE PROGRAM

Küresel bir köy haline gelen dünyada nitelikli insanlar yetiştirmek ülkeler için önem arz etmektedir. Bu arzı gerçekleştirebilmek için iyi bir eğitim anlayışına sahip olmak gerekmektedir. İyi bir eğitim sistemi ise planlı ve sistemli bir program geliştirmeye bağlıdır.

Bu nedenle belirlenen hedefler gelişen dünya şartlarına uygun olmalı, bu hedefleri gerçekleştirebilmek için uygun eğitim programlarının yapılması gerekir. Bunun için geleneksel yaklaşımlardan uzaklaşılarak ezber bilgilerin öğretilmesi yerine öğrencinin aktif olduğu, araştırıp sorguladığı yeni eğitim anlayışlarının yer alması gerekir. Eğitim anlayışı yakın bir geçmişe kadar bilginin sabit, kesin ve değişmeyen bir değer olarak algılandığı, yüzeysel ansiklopedik bilgilerin öğretmen tarafından öğrenciye aktarıldığı, sözel ve sayısal zeka olmak üzere iki yönlü zihinsel gelişmeyi hedefleyen bir geleneksel yaklaşım içinde veriliyordu (Maalesef ülkemizde 2019 yılı itibarıyla değişen çok fazla şey yok). Bu yaklaşımın bir ürünü olmak üzere geleneksel yaklaşımlarda her şey büyük oranda öğretmene göre şekillenmiştir. Öğretmen- öğrenci etkileşiminde zamanın büyük bölümünü öğretmen kullanmakta, iletişim büyük oranda tek yönlü olmaktadır.

Toplu öğretim esas olup, öğrencilerin bireysel farklılıkları, yetenekleri, ilgileri, öğrenme hızı vb. hususlar yeterince dikkate alınamamaktadır. Bunun yanında, “düz anlatım” ve “soru cevap” yöntemleri dışındaki

etkinliklere de fazla yer verilmemektedir. Bunun sonucu olarak öğrencilerin dikkatlerinin uzun süre bir noktada toplanamaması, ezberciliğe itilmesi, onlara devamlı sözel mesajların iletilmesi öğrenme etkinliğini zorlaştırmakta, diğer bir ifadeyle öğrenme devamlı ertelenmektedir (Sünbül,2007). Aşağıdaki dörtlük tamda yakrıda anlatılana vurgu yapmaktadır.

Yıllardır denizi tarif ediyoruz.

Yüzmeyi bilen, gösteren yok.

Acıktıkça balık veriyoruz.

Tutmayı bilen, gösteren yok.”

21. yüzyılda küreselleşme ve bilgi toplumunun dinamik ve halen devam eden oluşumlar olduğu dikkate alındığında eğitim, eğitilmiş insan, öğrenme, okul, okul yöneticisi, öğretmen ve öğrenci gibi kavramların yeniden tartışılması gerekmektedir. Küresel çağda eğitim sürecindeki değişimde aşağıdaki hususlar göz önünde bulundurulmalıdır (Özden, 2002):

- Bilgiyi temel alan eğitim programları izlenmelidir.
- Çocuklara daha fazla düşünme, tartışma ve araştırma ortamı hazırlanmalı böylece, serbest düşünen, tartışan, araştıran ve bulduklarını değerlendirebilen bir toplum yapısı oluşturulabilsin.
- Derslerde ansiklopedik bilgileri yüklemek yerine, konuları ve olayları derinliğine anlama ve eleştirel düşünme esas olmalıdır.
- Okullar, öğrencileri gelecek için gerekli bilgiyle yüklemek yerine, okulda verilen bilgilerin yaşam boyu yetmeyeceği görüşünden hareketle okullarda öğrenmeyi öğrenme gerçekleştirilmelidir.
- Eğitimde sadece sözel ve sayısal zekayı geliştirmek yerine, görsel, kinestetik, ritmik ve benlik gelişimini de içine alan çok yönlü zihin gelişimi hedeflenmelidir.

Yukarıda belirlemeler ışığı altında UNESCO, ister okul ortamında olsun, ister okul dışı öğrenme ortamlarında olsun eğitimde nicelikten çok nitelikten söz etmek gerektiğinde aşağıdaki temel kavramları gündeme getirmekte ve bu kavramların eğitimde program geliştirme çalışmalarını doğrudan etkilediğini vurgulamaktadır.

1. Çoklu Zeka Kuramı,
2. Etkin öğrenme,
3. İşbirliğine dayalı öğrenme,
4. Yaşamboyu öğrenme,
5. Yaratıcı düşünme,
6. Yansıtıcı düşünme,
7. Eleştirel düşünme,
8. Yapılandırıcılık,
9. Proje tabanlı öğrenme,
10. Beyin temelli öğrenme,
11. Problem tabanlı öğrenme.

Program geliştirme çalışmalarında eğitim durumlarını ve öğrenme ortamlarını düzenlerken, yukarıda dile getirilen temel kavramlardan her biri süreç boyutunu farklı şekilde etkilemektedir (Demirel,2004). Eğitim durumlarını düzenlemede süreç boyutunun zeka faktörünün temel alındığı yeni yaklaşımlardan biri de Çoklu Zeka Kuramıdır.

F. HOWARD GARDNER VE ÇOKLU ZEKA TEORİSİ

Yukarıda da kısaca değinildiği üzere eğitime yeni bir yaklaşım getiren çoklu zeka kuramı , Harvard Üniversitesi öğretim üyelerinden Howard Gardner tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Günümüzde eğitim ve psikoloji alanındaki gelişmelerle birlikte bireylerin neler yapabildiğinden çok, neler yapabileceği düşünülmelidir.

Çoklu zeka kuramı da bu amaçla yeni pedagojik yöntemlerin düşünülmesi için ortaya atılmıştır.

Gardner zekayı“içinde yaşanan toplumda faydalı bir şeyler yapabilme kapasitesi; her insanda kendine özgü bulunan yetenek ve beceriler bütünü” olarak tanımlamaktadır. Kişi bu becerisini bulunduğu ortama, mekana, zamana göre geliştirir. Her birey sahip olduğu zekalarla birlikte farklı bir öğrenme, problem çözme ve iletişim kurma yöntemine sahiptir.

Gardner’in tanımladığı toplam sekiz temel zeka türü olmasına karşın her geçen gün yenileri de bu listeye eklenmektedir. Nitekim sonradan bu listeye duygusal zeka ve ahlaki zeka da eklenmiştir. Ancak bu çalışmada sekiz temel zeka türünden bahsedilecektir.

Günümüzde eğitim ve psikoloji alanındaki gelişmelerle birlikte zekaya ilişkin görüşlerde önemli değişiklikler olmuştur. Klasik testlerin çocukların zeka ölçümünde yeterli olamayacağı, onun yerine potansiyel yeteneklerinin de ortaya çıkarılması gerektiği görüşü vardır.

Gardner bireylerin aynı düşünüş tarzına sahip olmadıklarını bu farklılıklar dikkate alınarak verilen eğitimin daha etkili olacağını belirtmiştir. Eğer bireyler farklı zeka bileşenlerini tanıyabilirlerse karşılaştıkları sorunları çözmede daha şanslı olabilirler.

G. ÇOKLU ZEKA KURAMI ALANLARI

Son 30 yılda Howard Gardner ile beraber zeka tanımı ve içeriği değişmiştir. Gardner kişilerdeki zekanın sadece sözel ya da sayısal olarak değerlendirilemeyeceğini ve farklı boyutlarıyla ele alınması gerektiğini ortaya koymuştur. Gardner çoklu zekayı önce 7 alanda belirlemiş ancak 1995 yılında bir zeka türü daha ekleyerek 8 farklı zeka olarak tanımlanmıştır. Gardner’ın bu zeka alanları aşağıda açıklanmıştır.

1) SÖZEL/DİLBİLİMSEL ZEKA

Dili hem sözlü hem de yazılı olarak etkin kullanmak. Örnek beceriler arasında bilgiyi hatırlama, diğer insanları ikna etme ve dil hakkında konuşma gösterilebilir. En geniş şekliyle belki de şairler tarafından sergilenen bir zekadır.

Gardner, dilin insanın toplumsallaşma sürecinde vazgeçilmez bir öneme sahip olduğunu vurgulamaktadır. Konuşma dili, somuttan soyuta düşünmeyi getirmiş ve nesnelere işaret ederek, adlandırarak, onlar yokken onlar hakkında konuşmayı sağlamıştır.

5. Sözel/Dilsel Zekanın Özündeki Kapasiteler Şunlardır(Bümen, 2002):

- (1) Düzeni ve sözcüklerin anlamını kavrama,
- (2) Açıklama, öğretme, öğrenme,
- (3) Mizaha dayalı anlatım,
- (4) Yazılı ya da sözlü olarak etkili hitabet,
- (5) Hatırlama ve geri getirme,

6. Sözel-Dil Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Özellikleri Şunlardır(Saban,2002):

- (1) Normal öğrencilerden daha iyi yazar.
- (2) Uzun hikayeler ve fıkralar anlatır.
- (3) İsimler, yerler ve tarihler hakkında iyi bir hafızaya sahiptir.
- (4) Yaşına uygun kelimeleri doğru bir şekilde telaffuz eder.
- (5) Yaşına göre iyi bir kelime haznesine sahiptir.
- (6) Başkaları ile yüksek düzeyde sözel iletişime girer.
- (7) Tekerlemeleri, anlamsız ritimleri ve kelime oyunlarını çok sever.
- (8) Kitap okumayı çok sever.
- (9) Öğrendiği yeni kelimeleri anlamlarına uygun olarak konuşma veya yazı dilinde kullanır.
- (10) Dinleyerek öğrenmeyi sever.

MEVLANA

*Her gün bir yerden göçmek ne iyi
Her gün bir yere konmak ne güzel
Bulanmadan donmadan akmak ne hoş.
Dünle beraber gitti cancağızım,
Ne kadar söz varsa düne ait.
Şimdi yeni şeyler söylemek lazım*

7. Sözel / dilsel Zekası güçlü olan öğrencilerin ilgi duydukları meslek alanları şunlardır;

Hukuk, öğretmen, yazar, gazeteci, tiyatro oyuncusu, şair, politikacı, spiker vb.

8. Sözel-dilsel zekası güçlü olan öğrencinin yapmaktan hoşlandığı etkinlikler şunlardır:

Kitap, hikaye, roman, şiir, makale vb. yazıları okumak ve anlatmak. Edebi yazılar yazmak, rol yapmak, taklit yapmak, konuşma yapmak vb. etkinlikleri yapmak. Yeni bir dil öğrenmek, dil ile ilgili kavramları ve anlamlarını öğrenmek.

2) MANTIKSAL/MATEMATİKSEL ZEKA

Matematiği ve mantığı etkili biçimde kullanma becerisidir (Özden,1998). Neden-sonuç ilişkisi kurabilme, bir şeyin çalışma ilkelerini ortaya koyma ve sayılarla oynama yeteneğini ifade eder. Bir problem hakkında düşünme, problem çözme, durumları ve nesnelere analiz etme, soyut semboller kullanma, mantıksal ardışıklıkları keşfetme ve kullanma bu zeka boyutunun başlıca özellikleri arasındadır.

Mantıksal ve matematiksel zeka, somut nesne olmaksızın kavramsal biçimde düşünme yeteneğidir. Tahminde bulunma, eleştirel düşünme, zıtlıkları keşfetme, mantıksal gerekçeler üretme, sınıflama, sıralama, kategorize etme mantıksal-matematiksel zekanın rutin işleri arasında yer alır (Korkmaz,2004). Bu tür zekaya sahip olan insanlar, mantık kurallarına ve benzerliklerine, neden-sonuç ilişkilerine ve bunlara benzer soyut işlemlere karşı çok hassas ve duyarlıdır. Bu kişiler kategorilere veya sınıflara ayırarak, genelleme yaparak, hesaplayarak, mantık yürüterek ve soyut ilişkiler üzerinde çalışarak iyi şekilde öğrenirler (Korkmaz, 2004).

9. Mantıksal-Matematiksel Zekanın Özünde(Bümen, 2002):

- (1) Bütünevarım yoluyla akıl yürütme,
- (2) Bütüncüselim yoluyla akıl yürütme,
- (3) Bağlantı ve ilişkileri ayırt etme,
- (4) Karmaşık hesaplamalar yapma,
- (5) Bilimsel yöntemi kullanma gibi.

10. Mantıksal-Matematiksel Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Özellikleri Şunlardır(Saban, 2002):

- (1) Olayların oluşumu hakkında çok soru sorar.
- (2) Sayılarla hesap yapmayı çok sever.
- (3) Matematik dersini çok sever.
- (4) Mantıksal bulmacaları çözmeyi ve satranç veya dama gibi oyunları çok severler.
- (5) Nesnelere kategorilere ayırmayı, olayları belli bir mantıksal ilişki içinde düzenlemeyi çok sever.
- (6) Matematiksel oyunlarını çok sever.
- (7) Bilgisayar oyunlarını ilginç bulur.
- (8) Fen Bilgisi dersinde deney yapmayı ve yeni şeyler denemeyi sever.
- (9) Yaşıtlarına kıyasla soyut düşünebilme ve sebep-sonuç ilişkisi kurabilme kabiliyetleri çok iyi gelişmiştir.
- (10) Makinelerin çalışması hakkında soru sorar.

11. Mantıksal-matematiksel zekası güçlü olan öğrencilerin ilgi duydukları meslek alanları şunlardır; Matematik ve mühendislik bilimleri, muhasebe, satın alma, istatistik, bilgisayar, fen bilimleri ve felsefe bilimleri vb.

HARZEMLİ

Tam adı Ebu Abdullah Muhammed Bin Musa el-Harezmi olan bu büyük bilim adamı, Horasan'ın az kuzeyinde Ha-rezm bölgesinin Hive şehrinde 780 yılında doğmuştur. Harzem Türküdür ve müslümandır.Eski çağlardan arta kalan, dünyanın matematiksel düşünce hayatını değiştirmiş, bu nedenle, bilim tarihine ismini yazdırmış, kuramlarının kullanımı günümüz bilimi içinde gelişerek süren, çok az çalışma vardır. Bu tür çalışmalardan birinin yaratıcısı, ülkemizde çok az tanıtılan Türk kökenli, Müslüman ve gerçek adından çok, takma sanı ile ünlenmiş bilim adamı : Arapça deyişle Al-Harezmi, batılıların değişi ile Al-Khowarizmi ve Türkçe deyişle Harzemli 'dir. Ortaçağ bilim dünyasının en önde gelen matematikçilerinden olan Harzemli, matematiğin önemli ana dallarından biri olan 'cebir' dalının kurucusu, bu konunun öğreticisi ve bu konuda kuramsal içerikli ilk yapıt veren bilim adamıdır.Harzemli, yalnızca cebir adı verilen bir hesaplama yöntemini geliştirmekle kalmamış; sayı, sayısal hesap ve sayısal problem çözümleme yönteminin de ilk kurucusu, tanıtıcısı ve öğreticisidir.

3) GÖRSEL / UZAMSAL ZEKA

Görsel-uzamsal zeka, bir insanın bir avcı, bir izci ya da bir rehber gibi görsel ve uzaysal dünyayı doğru bir şekilde algılaması veya bir dekonttör bir mimar ya da bir ressam gibi dış dünyadan edindiği izlenimler üzerine değişik şekiller uygulaması kapasitesidir. Bu zeka alanı, bir bireyin çevresini objektif olarak gözlemlemesi, algılaması ve değerlendirmesi ve bunlara bağlı olarak da dış çevreden edindiği görsel ve uzaysal fikirleri grafiksel olarak sergilemesi kabiliyetlerini içerir.

Görsel-uzaysal zekaya sahip insanlar, yer, zaman, renk, çizgi, şekil, biçim ve desen gibi olgulara ve bu olgular arasındaki ilişkilere karşı asın hassas ve duyarlıdır. Dolayısıyla, görsel-uzaysal zekası güçlü olan kişiler, varlıkları, olayları veya olguları görselleştirerek ya da resimlerle, çizgilerle ve renklerle çalışarak en iyi öğrenirler (Saban, 2002).

12. Görsel / Uzamsal Zekanın Özünde(Bümen, 2002);

- (1) Aktif imgeleme/hayal gücü,
- (2) Zihinde canlandırma,
- (3) Uzayda yer yol bulma,
- (4) Grafik temsili,
- (5) Uzaydaki nesnelere arasındaki ilişkileri tanıma,
- (6) İmajlarla zihinsel manevralar yapma,
- (7) Farklı açılardan objelerarasındaki benzerlik ve farklılıkları tanıma gibi kapasiteleri kapsar.

13. Görsel-Uzamsal Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Özellikleri Şunlardır(Saban, 2002):

MUSTAFA KEMAL ATATÜK

Şüphesiz Atatürk'ü sadece görsel alanda ele almak yeterli olmayacaktır. Ancak o bir lider olarak, dünya liderlerinin ulaşamadığı bir vizyona sahip olduğu için görsel baskın olarak düşünülmüştür.

"Ben manevi miras olarak hiçbir ayet,hiçbir dogma,hiçbir donmuş ve kalıplaşmış kural bırakmıyorum. Benim manevi mirasım ilim ve akıldır.Benden sonrakiler, bizim aşmak zorunda olduğumuz çetin ve köklü zorluklar karşısında, belki gayelere tamamen eremediğimizi, fakat asla taviz vermediğimizi, akıl ve ilmi rehber edindiğimizi tasdik edeceklerdir"

- Renklere karşı çok hassas ve duyarlıdır.
- Haritalan, çizelgeleri, diyagramları veya tabloları sadece düz metinden oluşan yazılımateryallere kıyasla daha kolay okur ve anlar.
- Sanat içerikli etkinlikleri çok sever.
- Çok hayal kurarlar
- Yaşına göre, yüksek düzeyde beceri gerektiren resimleri çizer.
- Filmleri, slaytları ve benzeri görsel sunuları izlemeyi sever.
- Yaşına göre ilginç üç boyutlu yapılar veya modeller oluşturur.
- Okurken kelimelere oranla resimlerden daha çok öğrenir.
- Varlıkların görsel imgelerini çok iyi ve net olarak hatırlar.

14. Görsel / Uzamsal Zekası Güçlü Olan Öğrencilerin İlgi Duydukları Meslek Alanları Şunlardır;

- Mühendis,
- Mimar,
- Görsel sanatlar,
- Denizci,
- Artist,
- Fotoğrafçı, kameraman,
- Tasarımcı,
- İzci vb.

15. Görsel / Uzamsal Zekası Güçlü Olan Öğrencinin Yapmaktan Hoşlandığı Etkinlikler Şunlardır:

Resim yapma, inşa etme, hayal kurma, poster oluşturma, örnekleme, boyama,fotoğraf çekmek, üç boyutlu nesnelere çizmek, slayt gösterisi yapmak, müzeleri gezmek vb.

4) MÜZİKSEL – RİTMİK ZEKA

Duyguların aktarımında, müziği algılama ve sunmada müziği bir araç olarak kullanma yeteneğidir. Müzik zekası yüksek olanlar ritimlerle, melodilerle ve seslerle düşünürler, zihinlerini müzikten arındıramazlar. Şarkı söylemeyi ve çalgı aleti çalmayı severler. Müziksel/ritmik zeka, müzikten hoşlanma, melodi üretme, melodileri hatırlama, tonal örüntüleri fark etme, sesleri tanıyabilme ve onlara duygusal tepki gösterebilme yeteneğidir. Bu zeka türü ile bir kişinin bir müzik eserindeki ritme, akustik düzene, melodiye, müzik parçasındaki iniş ve çıkışlara, müzik enstrümanlarına ve çevresindeki seslere karşı olan duyarlılığı kast edilmektedir. Bu zekası güçlü olanlar en iyi ve etkili olarak ritim, melodi ve müzikle öğrenirler. Müziksel/ritmik zeka; bestecilik, şarkıcılık, çalgıcılık, müzik aleti yapımı gibi müzik kullanılan işlerde baskındır (Demirel.2004; Selçuk, 2002).

16. Müziksel /Ritmik Zekanın Özündeki Kapasiteler Şunlardır:

- (1) Müziğin ve ritmin yapısına değer verme,
- (2) Müzikle ilgili şemalar oluşturma,
- (3) Seslere karşı duyarlılık,
- (4) Melodi, ritim ve sesleri taklit etme, tanıma veya yaratma,
- (5) Ton ve ritimlerin değişik özelliklerini kullanma (Bümen,2002).

17. Müziksel-Ritmik Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Bazı Özellikleri Şunlardır:

- (1) Şarkıların melodilerini çok iyi hatırlar.
- (2) Güzel şarkı söyleyebilme sesine ve yeteneğine sahiptir.
- (3) Bir müzik aletini çok iyi çalar ya da çalmayı çok ister.
- (4) Müzik dersini çok sever.
- (5) Konuşurken veya hareket ederken elleri ve ayakları ile ritim tutar.
- (6) Farkında olmadan kendi kendine mırıldanır.
- (7) Ders çalışırken farkında olmadan masaya vurarak ritim tutar.
- (8) Çevresindeki seslere karşı duyarlı ve hassastır.
- (9) Bir şarkı duyduğunda farkında olmadan ona eşlik eder.
- (10) Ders çalışırken veya bir şey öğrenirken müzik dinlemekten çok hoşlanır (Saban,2002).

18. Müziksel /Ritmik Zekası Güçlü Olan Öğrencilerin İlgi Duydukları Meslek Alanları Şunlardır:

Besteci, müzik öğretmeni, diskjockey, tiyatro sanatçısı, dansçı, balerin, yorumcu, müzik eleştirmeni vb.

5) BEDENSEL / KİNESTETİK ZEKA

Bireyin vücudunu ve hareketlerini kullanım biçimini ifade eder. Bedensel zekası yüksek bireyler sportif hareketleri, düzenli-ritmik oyunları kolayca uygulayabilirler. Bu bireylerde koordinasyon, denge, hız, el becerisi ve esneklik dikkat çekicidir (Talu, 1999). Bu zeka alanı vücudumuzun hareketlerini, koordinasyonunu, dengesini ve çevre ile etkileşimini içermektedir. Bu bireyler yaşayarak, hareket ederek, dokunarak, çevre ile etkileşime girerek daha çabuk öğrenirler.

SEZEN AKSU, SERTAB ERENER
LEVENT YÜKSEL
YILDIZ TİLBE

Dillerden düşmeyen şarkıların yazarı Sezen Aksu 13 Temmuz 1954'de İzmir'de doğdu. Ziraat fakültesindeki öğrenimini yarıda bırakarak profesyonel şarkıcılığa başladı. 1970'lerin ortalarında 'Kaybolan Yıllar', 'Gölge Etme' gibi şarkılarla yıldızı parladı. Şarkılarının çoğunu kendi besteledi. Bazılarının da sözlerini yazdı. Minik Serçe oyunculuk yeteneğiyle dikkat çektiği, 'Bin Yıl Önce Bin Yıl Sonra' adlı muzikallerdeki 'Sen Ağlama 'Geri Dön', 'Dağlar Dağlar' gibi şarkılarla ününü perçinledi. Sonraki 'Git' kasetiyle zirvedeki yerini aldı. Türk pop müziğinin en güçlü seslerinden Sezen Aksu, Aşkın Nur Yengi, Sertab Erener, Levent Yüksel, Tilbe gibi bir zamanlar vokalistliğini yapmış gençleri pop müziğimize kazandırdı. Minik serçe müziksel ritmik zekanın en güçlü isimlerindedir.

19. Bedensel / Kinestetik Zekanın Özünde;

- (1) Vücut hareketlerini kontrol etme,
- (2) Önceden planlanmış vücut hareketlerini kontrol etme,
- (3) Bedenin farkında olma,
- (4) Zihinve beden arasında güçlü bir bağ kurma,
- (5) Pantomim yetenekleri,
- (6) Bedeni bütünüyle iyikullanma kapasiteleri vardır (Bümen, 2002).

NAİM SÜLEYMANOĞLU

"Naim "cep herkülü" olarak yaşattığı dünya şampiyonluklarıyla Türk halkının gönlünde yerini aldı. Film senaryolarını aşan anavatana kaçış öyküsü ve cumhurbaşkanımızın özel direktifleriyle başlayan Türkiye macerası hep umutla doluydu. Türk çocuklarına sportif başarılarıyla model olması ve bir vizyon sağlaması en büyük katkısı oldu."

- (6) El becerisi gerektiren etkinliklerde çok başarılıdır.
- (7) Kendini veya meramını anlatmada kendine özgü dramatik bir yolu vardır.
- (8) Çamurla oynamayı, yontmayı veya diğer devinimsel nitelikteki etkinliklere katılmayı sever.
- (9) Bir şeyi parçalarına ayırmayı ve onları tekrar birleştirmeyi çok sever.
- (10) Bir şeyi en iyi yaparak ve yaşayarak öğrenir (Saban, 2002).

21. Bedensel / Kinestetik Öğrencilerin İlgi Duydukları Meslek Alanları Şunlardır;

Dansçı, sporcu, aktör, pantomim sanatçısı, inşaat işçisi, çiftçi, teknik direktör,oyunculuk cerrah vb. Bedensel / kinestetik zekası güçlü olan öğrencinin yapmaktan hoşlandığı etkinlikler şunlardır; gösterme, deneme, rol yapma, inşa etme, alan gezisi, modelleme, drama, yap-boz vb.

6) SOSYAL / KİŞİLERARASI ZEKA

Bu zeka, diğer insanları anlama, onların kişilik özelliklerini, niyetlerini fark etme, onlarla olumlu ilişkiler kurma yeteneğidir. Sosyal zeka, bir insanın bir öğretmen, bir terapist ya da bir pazarlamacı gibi çevresindeki insanların duygularını, isteklerini ve ihtiyaçlarını anlama, ayırt etme ve karşılama kapasitesidir. Bu zeka türü ile bir in-sanın diğer insanlardaki yüz ifadelerine, seslere ve mimiklere olan duyarlılığı ve diğer insanlardaki farklı özelliklerin farkına vararak onları en iyi şekilde analiz etme, yorumlama ve değerlendirme kabiliyetleri kastedilir.

Bu zeka türü gelişmiş bireylerin, insanlarla iletişim kurma, onları anlama ve davranışlarını yorumlama yetenekleri bulunmaktadır. Bireylerarası (kişilerarası) zeka, etkili iletişim kurma, çatışmalarda yapıcı yöntemlerle çözüm sağlama; liderlik, arkadaşlık, işbirliği, empati becerisi kazanmayı sağlar. İnsanlar bu yetenekleri sayesinde sosyalleşirler. Sosyal zekası gelişmiş insanlar, paylaşarak ve işbirliği yaparak daha iyi öğrenirler. Tek başına çalışmak yerine grup ile birlikte çalışmayı tercih ederler. Kendi anlayışını oluşturmak için başkalarının nasıl anladığını bilmek isterler. Konuları hayat ile ilişkilendirerek daha iyi öğrenirler. Politikacılar, liderler, psikologlar, öğretmenler, aktörler, turizmciler bu yeteneklerini iyi kullanan insanlardır.

BARIŞ MANÇO

Barış Manço Türkiye`mizin yetiştirdiği en büyük sanatçılardan biriydi. Sanatçı kimliğinin dışında aynı zamanda Atatürk`den sonraki ikinci Başöğretmen`di. Üç yaşındaki hayranı Yusuf "Baranço" diye telaffuz ettiği "arkadaşım eşek" in öldüğünü duyunca "tamamda ne zaman gelecek" diyordu. Yaşlılar Sakız Hanımla özdeşim kurduran bu adam için göz yaşlarını esirgemiyorlardı. Barış Manço her yaş grubundan insanları cezbeden nadide sanatçılarımızdandır. Barış Manço kişilerarası ve müziksel ritmik zekanın baskın olduğu mükemmel bir sanatçıydı.

20. Bedensel-Kinestetik Zekası Güçlü Olan Bir

Öğrencinin Özellikleri Şunlardır:

- (1) Bir veya birden fazla sportif faaliyette başarılıdır.
- (2) Bir yerde uzun süre kaldığında hareket etmeye ve kıvılcıdamaya başlar.
- (3) Başkalarının jest, mimik ve yüz ifadelerini kolaylıkla taklit eder.
- (4) Gördüğü her nesneyi dokunarak inceleme ve analiz etme eğilimindedir.
- (5) Koşmayı, sıçramayı vb.sever

22. Bu Zekanın Özündeki Kapasiteler Şunlardır;

- (1) İnsanlarla sözlü ya da sözsüz iletişim kurma,
- (2) Bir bireyin ruhsal durumunu, duygularını okuma,
- (3) Grupta işbirliği içinde çalışma,
- (4) Karşıdaki kişinin bakış açısıyla dinleme,
- (5) Empati kurma,
- (6) Sinerji kazanma veyaratma (bir grup çalışmasında elde edilen ürünün tek tek bireylerin eseri değil, grubungücünün ürünü olduğun inanmayı ve bu yönde çaba harcamayı ifade eder) (Bümen, 2002).

23. Sosyal Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Bazı Özellikleri Şöyle Sıralanabilir(Saban, 2002):

- (1) Arkadaşlarıyla ya da akranlarıyla sosyalleşmeyi çok sever.
- (2) Grup içerisinde doğal bir lider görünümündedir.
- (3) Problemi olan arkadaşlarına her zaman yardım eder.
- (4) Dışarıda iken kendi başının çaresine bakabilir.
- (5) Başkaları ile birlikte ders çalışmayı veya oyun oynamayı çok sever.
- (6) En az iki veya üç yakın arkadaşı vardır ve onları sık sık arar.
- (7) Başkaları daima onunla birlikte olmak ister.
- (8) Başkalarına selam verir, onların hatırlarını sorar ve onları önemser.
- (9) Empati yeteneği çok iyi gelişmiştir.
- (10) Bir şeyi başkalarıyla işbirliği yaparak, onlarla paylaşarak ve onlara öğreterek öğrenmeyi sever .

24. Sosyal /Kişilerarası Zekası Güçlü Olan Öğrencilerin İlgi Duydukları Meslek Alanları Şunlardır:

İşadami, öğretmen, politikacı, halkla ilişkiler, din adamı, turizmcı, psikolojik danışman, yönetim, işletme, rehberlik uzmanı vb.

25. Sosyal / Kişilerarası Zeası Güçlü Olan Öğrencinin Yapmaktan Hoşlandığı Etkinlikler İse Şunlardır; Yardım etme, yönetme ve organize etme, grupla çalışma, gösteri yapmak, paylaşmak, tartışmak vb.

7) ÖZEDÖNÜK / İÇSEL ZEKA

FATİH SULTAN MEHMET

21 yaşında tahta oturan genç Hakan, daha ilk günlerde devleti ve ordusunu daha büyük hamleler yapacak bir kudrete ulaştırdı.

Şehzadeliğinden beri bir an önce İstanbul'u fetretmek ve Hazreti Peygamber'in "Konstantiniyye (İstanbul) muhakkak fethedilecektir.

Bu fethi yapacak hükümdar ne güzel hükümdar ve onun askerleri ne güzel askerdir." müjdesine mashar olmak istiyordu.

Bu gaye ile askeri tarihin kaydettiği ilk büyük ateşli silahlar ve toplar ile ordusunu dayanılmaz bir kudret haline getirdi. Ayrıca 1000 yıllık tarihi boyunca bütün muhasaraları muvaffakiyetsizliğe uğratan surları aşmak için seyyar kuleler kurdu. Nihayet 6 Nisan'da başlayan kuşatma, 22 Nisan'da Fatih'in donanmayı Beşiktaş'tan Haliç'e indirmesiyle çok şiddetli bir duruma girdi. 29 Mayıs 1453'te yapılan son taarruzla şehri alarak Ortaçağ'a son verdi.

İnsanın kendini anlaması; kim olduğunu, zayıf ve güçlü yönlerini, isteklerini, duygularını fark etmesi; ne zaman nasıl davranacağını bilmesi ve bu doğrultuda yaşamını planlama ve yönlendirme yeteneğidir. Bu zekası gelişmiş bireyler kendi duygularıyla nasıl baş edebileceğini bilme, kişisel problemlerini çözme, kendi hedeflerini belirleme, disiplinli olma, kendine güvenme gibi özellikleri gelişmiş kişilerdir. Bu zeka, bir kişinin kendini tanıması ve kendisi hakkında sahip olduğu bu bilgi ve anlayış ile çevresine uyumlu davranışlar sergilemesidir. Kendilerini iyi tanıyanlar, özedönük zekası iyi gelişmiş insanlardır. Bireylerin "Yalnız kaldığında beni hangi etkinlikler dinlendirir, sınırlendiğimde bunu hangi yöntemle yenerim, gerçekten ben kimim, kendimi ve hedeflerimi nasıl değerlendiriyorum, kişisel gelişimim için neler yapıyorum?" gibi soruları özedönük zeka ile ilgilidir. İçsel zekası yüksek olanlar, kendi başlarına, bireysel projelerle ve kendi hızında öğrenir. Konuları, kendileriyle ilişkilendirmeyi, kendi düşünme sistemlerinin bir parçası haline getirmeyi isterler. Din adamları, psikologlar, filozoflar özedönük zekaları güçlü bireylere örnek verilebilir (Açıkgöz, 2003; Saban, 2002).

26. Özedönük İçsel Zekanın Özünde;

(1) Konsantrasyon, (2) Düşünsellik, (3) Yürütücübilis/üst bilis(problemler hakkında kendi kendine konuşma, verilen kararları analiz ederekdeğerlendirme bu yeti içinde düşünülebilir), (4) Değişik duyguların farkında olma, (5) Öz'ü tanıma ve değer verme, (6) Yüksek düzeyli düşünme becerileri ve akıl yürütme gibi kapasiteler yer almaktadır (Bümen,2002).

27. Özedönük - İçsel Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Özellikleri Şunlardır:

- (1) Bağımsız olma eğilimindedir.
- (2) Kendisinin zayıf ve güçlü yanları hakkında gerçekçi bir görüşe sahiptir.
- (3) Yalnız oynamaya veya ders çalışmaya bırakıldığında daha başarılıdır.
- (4) Hakkında çok fazla bahsetmediği en az bir ilgisi veya hobisi vardır.
- (5) Hayattaki amacının ne olduğuna ilişkin iyi bir anlayışa sahiptir.
- (6) Duygularını, hislerini ve düşüncelerini açık ve net bir şekilde dile getirir.
- (7) Hayattaki başarılarından ve başarısızlıklarından ders almasını bilir.
- (8) Kendine güveni yüksektir.
- (9) Yaptığı işin bilincindedir ve başkalarına pek fazla akıl danışmaz.
- (10) Kendine saygısı yüksektir (Saban,2002).

28. Özedönük / İçsel Zekası Güçlü Olan Öğrencilerin İlgi Duydukları Meslek Alanları Şunlardır:

Psikolog, din adamı, araştırmacı, kuramcı, felsefeci, yazar, sosyal hizmet uzmanı, sançtı, ressam vb.

29. Özedönük / İçsel Zekası Güçlü Olan Öğrencinin Yapmaktan Hoşlandığı Etkinlikler Şunlardır:

Filmler, kişisel öğretim, bulmacalar, bilgisayar, okuma çalışması yapmak, bireysel çalışmalar vb.

8) DOĞA (DOĞACI) ZEKA

Gardner tarafından açıklanan bu zekadoğal çevreyi anlama, tanıma ile ilgilidir. Doğada var olan canlı ve cansız varlıkların temel özelliklerini, birbirinden farklılıklarını çok kolay bir şekilde kavrarlar. Doğaya karşı duyarlılık ve doğayla bütünleşme üst düzeydedir. Doğacı zekası gelişmiş insanlar, doğa olaylara duyarlıdır, onları merak ederler; doğaya, bitkilere, hayvanlara, kayalara, bulutlara, yıldızlara, ırmaklara ve doğa olaylara ilişkin bilgi sahibidirler ve bilgileri sınıflayıp yeniden üretebilir.

Doğa zekası güçlü olanlar daha çok araştırarak, inceleyerek, gözlem yaparak öğrenir. Bu öğrenciler sınıfın meteoroloji uzmanıdır. Konuşmalarında bol bol doğa hayattan örnekler verirler. Doğa ile ilgili koleksiyonu vardır.

30. Doğa Zekasının Özünde;

(1) Doğa ile bütünleşme, (2) Doğal bitki örtüsüne duyarlılık, (3) Canlılar ile etkileşim kurma, koruma, (4) Doğanın tepkilerine karşı duyarlılık, farkındalık, (5) Doğadaki bitki ve hayvanları tanıma ve sınıflandırma, (6) Bitki yetiştirme gibi kapasiteler yer almaktadır (Bümen,2002).

31. Doğacı Zekası Güçlü Olan Bir Öğrencinin Bazı Özellikleri Şöyle Sıralanabilir:

- (1) Doğaya, hayvanat bahçelerine veya tarihsel müzelere olan gezileri çok sever.
- (2) Doğa olaylarına ve oluşumlarına karşı çok hassastır.
- (3) Sınıftaki çiçekleri sular ve onların bakımını üstlenir.
- (4) Ekolojik çevreyi, doğayı, bitkileri veya hayvanları içeren konuları işlerken çokmeraklanır.

TİMSAH AVCISI: STEVE IRWIN

Belgesel seyircilerinin" yakından tanıdığı dünyaca ünlü "timsah avcısı" Steve Irwin, dalış seferi sırasında bir vatoz tarafından göğsüne ölümcül darbe alıp yaşamını yitirdi.

Hayatını vahşi doğaya adayan Avustralyalı "timsah avcısı" Steve Irwin, denizaltında çekim yaparken talihsiz bir kazaya kurban gitti.

44 yaşındaki Irwin, son kez kamera karşısına geçtiğinden habersiz, büyük mercan kayalıklarında sualtı belgeseli çekiyordu. Steve Irwin kendini doğaya adayan ender insanlardan biridir.

- (5) Sınıfta hayvan hakları veya çevreyi koruma ile ilgili ateşli konuşmalar yapar.
- (6) Kuşbeslemek, kelebek ve böcek koleksiyonu oluşturmak, doğa ile ilgili projelere katılmayı çok sever.
- (7) Doğayı ve canlıları içeren konularda çok başarılıdır.
- (8) Toprakla oynamayı ve bitki yetiştirmeyi çok sever.
- (9) Mevsimlere ve iklim olaylarına karşı çok ilgilidir.
- (10) Çevre bilinci çok iyi gelişmiştir (Saban, 2002).

32. Doğa Zekası Güçlü Olan Öğrencilerin İlgilendiği Meslek Alanları Şunlardır :

Doğa bilimci, ziraat mühendisi, zoolog, teknisyen, bahçıvan, veteriner, botanik, organik kimya, biyoloji, jeoloji, meteoroloji, arkeoloji, çiçekçilik, tıp, dağcılık, izcilik vb.

33. Doğa Zekası Güçlü Olan Öğrencinin Yapmaktan Hoşlandığı Etkinlikler Şunlardır:

Doğayı gözlemleme, canlı türlerinin isimlerini öğrenme, canlılarla ilgili araştırma yapmak, seyahat etmek, belgesel izlemek, doğayla ilgili kaynakları incelemek vb.

H. DEĞERLENDİRME (ÇOKLU ZEKA KURAMI)

“Aslında herkes zekidir. Ama siz kalkıp bir balığı, ağaca tırmanma yeteneğine göre yargılırsanız, balık tüm hayatını aptal olduğuna inanarak geçecektir”. Albert Einstein

Aşağıdaki FABL sanki deünlü filozof Albert Einstein’ın yukarıdaki sözünü teyit etmek amacıyla literatürde yer almıştır.

“HAYVANLAR OKULU”

Bir gün ormanda hayvanlar toplanmışlar ve bir okul açmaya karar vermişler. Bu okulda koşma, yüzme ve uçma dersleri öğretilenmiş. Büyük bir hececanla hayvanların her biri bir öğretim programı hazırlamaya başlamış. Kartal uçmanın, ördek yüzmenin, tavşan koşmanın ve öteki hayvanlar da kendi özelliklerinin öğretim programına alınmasında ısrar etmişler. Sonunda program hayvanların istekleri doğrultusunda yapılmış. Ancak hayvanların her birine programa konan derslerden sorumlu olma şartı getirilmiş.

Yarışmaya ördekle başlanmış. Ördek çok iyi bir performans göstererek öğretmenden bile daha iyi yüzmüş. Fakat koşma dersinde aynı başarıyı gösterememiş. Bu nedenle okuldaki telafi derslerine katılması istenmiş. Telafi derslerinde kendini çok zorlamış ama gene de koşmamış. Ve sonunda ayak perdeleri yırtılmış. Daha kötüsü ördek artık eskisi kadar bile yüzemiyormuş.

Tavşan, koşma dersinde en başarılı hayvanmış, hiç biri onun gibi koşamıyormuş. Ama öteki hayvanlar, tavşanın uçmayı öğrenmesinin iyi bir zeka ve duygu eğitimi olacağı konusunda diretmişler. Böylece tavşan uçma dersine katılmak zorunda kalmış. “Haydi uç bakalım tavşan” demişler. Zavallı küçük tavşan havaya sıçramış sonra yere düşüp bacağı kırılmış, kafatası çatlamış. Beyni zedelendiği için, daha sonra iyi koşamaz olmuş. Bu nedenle koşma dersinden “pek iyi” yerine “iyi” almış. Uçma dersinden de, hiç olmazsa çabalayıp denediği için orta almış. Eğitim programını hazırlayan kurul sonuçtan çok memnunmuş.

Benzer bir durum kuşun başına gelmiş. Uçma dersinde çok başarılı olan kuş, havada taklalar bile atıp “pekiyi” almış. Ama ondan da bir köstebek gibi toprağı kazmasını istemişler. Kuşun kanatları zedelenecekmiş, gagası kırılmış ve bir daha doğru dürüst uçamaz hale gelmiş. Kurul ona uçma dersinden orta vermiş o da memnun olmuş. Yarışma öteki hayvanların marifetlerini göstermesiyle sürüp gitmiş.

Yarışmanın birincisi kim olmuş biliyor musunuz? Akıllı pek gelişmemiş olan yılan balığı. Çünkü her şeyi biraz becerebilmiş. Baykuş okulu bırakmış. Okullarla ilgili bir seçim olduğu zaman hep “Hayır” oyu kullanıyormuş.

KISSADAN HİSSE!

...Ne kadar mantıksız! Hayatı boyunca hiçbir zaman uçmak zorunda kalmayan bir tavşanın “uçma” dersi alması ve bu dersin sınavda başarılı olmasının istenmesi ne kadar mantıklı ise matematik, fizik gibi derslere hiç ilgi duymayan bir öğrenciye bunları zorla öğretmeye çalışmakta o kadar mantıksızdır.

Bu kıssadan hisse alması gerekenler, öncelikle Türk Eğitim Sistemini yönetenler ve öğretmenler olmalıdır. Gerçekten, öğretim programlarımız, öğrencilerin bireysel özelliklerini ne kadar dikkate almaktadır? Öğretim programı, bireysel özellikleri dikkate almayı emretmesine rağmen, öğretmenlerimiz bu konuya ne kadar duyarlıdır? Sınıfındaki “parlak” çocuklarla ilgilenen, bunun dışındaki çocukları kendi haline bırakmayı öğretmenlik sanan öğretmenlerin var olduğunu bilmek, insanı kahrediyor...

Sınıfındaki ve okulundaki “parlak” çocuklarla ilgilenen, onların yeteneklerini geliştirmek üzere sistemi işleten yönetici ve öğretmenler, öğrencilerin hepsini yılan balığı olarak değerlendirmekte, bunun dışındakileri sistemin dışına çıkarmaktadır.

Bireysel farklılıkları öne çıkaramayan klasik eğitim sistemi ve onu işleten klasik okul yönetici ve öğretmenlerin, zihinsel bir değişim ve dönüşümü yaşamalarının zamanı geçiyor. Okul sistemi, okul yöneticileri ve öğretmenler marifetiyle, öğrencilerin hepsinin yeteneklerini keşfedip, kendileri olabileceklerdir. Aksi halde öğrencilerin çoğu baykuş gibi okulu bırakmak zorunda kalacaktır.

*“Eğer bugün, dün öğrettiğimiz gibi öğretiyorsak,
çocuklarımızın geleceğinden çalışıyoruz...”*

JOHN DEWEY.

“Herkes eşit davranmak adalet değildir”

ACAR BALTAŞ

İ. BEYNİMİZ NASIL ÖĞRENİYOR?

Beynin nasıl öğrendiği konusunda son yirmi yıl içinde ilginç ve şaşırtıcı gelişme rolmuştur. Bugüne kadar düşünme ve öğrenme ikilisi arasındaki bağlantıyı ortaya çıkarmak amacıyla çok sayıda araştırma yapılmıştır.

Bunca araştırmaya ve gelişmeye rağmen insan beyni hala en gizemli organ olma özelliğini koruyor.

Yakın tarihe kadar hastalık ve kazalarda hasar almış insan beyni bilim adamlarının olağan üstü çabaları sonucu bir parça da olsa gizemi çözülmüştür. Ancak bunun yeterli olmadığı yine bilim adamlarınca ifade dilmektedir.

a. BEYNİMİZİN %10'UNU MU KULLANIYORUZ?

Uzun zamandır ve yaygın olarak devam eden en popüler beyin mitlerinden biri beynimizin sadece %10'unu kullandığımızın iddia ediliyor olmasıdır. Tersinden ifade edilirse beyin potansiyelimizin %90'nını aslında kullanmıyor olmamız düşüncesi şok edici. Son zamanlarda bilim ve teknolojideki olağan üstü gelişmelere rağmen bazı kaynaklarda ve sosyal medyada, "Beynimizin henüz %10'unu ya da %4'ünü kullanıyoruz!" gibi haberlere sıkça raslamaktadır.

Bu konu ile ilgili olarak beyin alanındaki çalışmalarıyla tanınan Prof.Dr. Sinan Canan "Beynin Sırları" kitabının 11. sayfasında beynimizin kullanım alanı ile ilgili özetle şu bilgileri veriyor:

"Beynin kapasitesi şu kadardır" demeye cüret ettiğimiz her an bizi mahcup edebiliyor. Dolayısıyla, kapasite sınırını bilmediğimiz bir şeyin yüzde ne kadarını kullandığımızı da bilmemiz mümkün değil. Beynimizin çalışmayan, atıl duran, yahut ilaçlarla ve diğer etkenlerle faaliyete sokabileceğimiz işlevsiz alanları yok. Beynin her yeri sürekli olarak her an hep faaliyette.

Bilgisayarı açtığınızda nasıl ki bütün devrelere elektrik gidiyorsa ve bilgisayar bir bütün olarak faaliyete geçiyorsa, beyin de her an her noktasiyla görevdedir. Yani çalışmayan herhangi bir yeri yoktur. İnsanlar, beyinlerinin yüzde onunu kullandıkları mitine inanmayı içten içe seviyorlar. Yani "Beynin ancak yüzde onu kullanılabilir" dendiğinde birçok kişi yarı bilinçli olarak "Bak bu benim ancak yüzde onum. Bir de yüzde yüzünü kullansam kim bilir ne olurum?" diye düşünüyorlar. Yani gizli bir potansiyelimiz olması fikri bize her zaman çok cazip geliyor. Evet, gizli çok potansiyelimiz var, fakat bu durum beyin çalışmayan yahut atıl duran yerleriyle ilgili değil".

Beynimizin sadece %10'unu kullanırız miti^(*) hakkında TEDMEM'in 2 Temmuz 2015 tarihli makalesinde özet şöyle denilmektedir: Uzun zamandır yaygın olarak devam eden en popüler beyin mitlerinden biri beynimizin sadece %10'unu kullandığımızın iddia edilmesidir. Denilmekte ve aşağıdaki yoruma yer verilmektedir.

İnternette bir forumun kullanıcıları, bu durumu açıklamaya çalışmış ve kullanıcılardan birisi "Tabii ki beynimizi tam olarak kullanmıyoruz, çünkü zaten beyin kapasitemizin tamamını kullanıyor olsaydık yeni şeyler öğrenmek için yer kalmazdı" demiş.

Bir başka kullanıcı ise bu görüşe zıt olarak "Beynimizin sadece bir kısmını kullanıyoruz, geri kalanı yedekleme yapmaktadır. Sürekli olarak beyin hücrelerimizi kaybediyoruz. Bu yaşam süremiz boyunca aslında zamanla kullanılan kısımlar dahil tamamını bir şekilde kullandığımız anlamına gelir." yazmış.



MİT(*) : Toplumca doğru olduğuna inanılan söylence. Örnek: Engelli insanlar cesur ve yüreklidir. Oysa engellilik aslında bir yaşam biçimidir. Bu, cesaret ya da yürek gerektiren bir iş değildir.

Açıklamalar bir tarafa, %10 miti reklam kampanyalarında bile kullanılıyor. Çoğunlukla beyin kullanılmayan geniş bölgelerine ulaşmayı vadeden yeni nesil zihin egzersizi ürünleriyle bağlantılı bulunuyorlar, ancak bu ürünlerden asıl faydalananlar ve kar edenler daha çok satıcılar oluyor.

Nörologlar beyin belirli bölgelerinin psikolojik işlevlerini EEG (elektroensefalografi), MEG (manyetoensefalografi), PYT (pozitron yayınlıyıcı tomografi) ya da FMRG (fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme) gibi bazı tekniklerle saptayabilmiştir. Ancak bunların sonucunda, beyinde pasif bir alan gözlenmemiştir. Uyumken bile, beyin hiçbir bölgesinin tamamen pasif değildir; hatta bazı bölgeler için uyanıklıktan farklı ve daha yoğun etkiler gözlenir. Diğer taraftan, beyin belli bir bölgesinin sürekli bir şekilde çalışması ciddi bir bozukluk olurdu.

b. "BEYİN DE TIPKI PARMAK İZİ GİBİ EŞSİZDİR .." (9)

(Prof.Dr. Sinan Canan "Beynin Sırları" kitabından özetlenmiştir)

Dünyadaki cansız nesnelere göre canlıların planları çok daha karmaşıktır. DNA dediğimiz yapı planlarımız, her hücremizde bulunan moleküler bir ozalit gibi, bedenimizi ve bedenimizin parçalarını üretecek mekanizmalara ana bir plan sağlar. Fakat bu plan, yaşamın tüm süreçleri boyunca benzersiz etkileşimler altında kalır.

Mesela bunun en bariz örneği tek yumurta ikizleridir. Tek yumurta ikizleri anne karnında tek bir bebek oluşturacak şekilde bir araya gelen bir zigotun, yani sperm ve yumurta birleşiminin, nedenini bilmediğimiz bir şekilde ikiye ayrılması ve iki ayrı yavru meydana getirmesidir. Aynı zigotun ikiye ayrılıp iki ayrı yavru oluşturması demek, tek bir insanı oluşturacak olan programın iki ayrı çocukta da aynı şekilde bulunması demektir.

Yani bunların yapı planları olan DNA moleküllerindeki bilgi ve direktifler birbirleriyle aynıdır. Fakat çocuklar anne karnındaki duruş ve pozisyonlarından başlayarak, hayatlarının her anında çok minik de olsa farklı durum ve koşullardan geçerler. Mesela bazı tek yumurta ikizlerinden birisi şizofren olurken diğerinde böyle bir durum görülmediği olmuştur.

Bu uç durumlar dışında, tek yumurta ikizi çocuklara sahip olan tüm aileler, çocuklarının aslında çok farklı olduklarını bilirler. Biz onlara dışarıdan baktığımızda, tıpkı fabrikasyon otomobillerde olduğu gibi ikizleri aynı sanma eğilimindeyizdir. Daha önce de dediğim gibi anne karnında başlayan minik farklılıklar yaşamın her anında etkilidir. Mesela doğan bebekler ayrı noktalarda uyurlar, hafifçe farklı zamanlarda beslenirler, yemek masasının farklı yerlerinde otururlar, farklı saatlerde uyanırlar.

Parmak izlerimizin farklı olduğunu biliriz. Tek yumurta ikizlerinde de durum böyledir. Zira parmak izleri, anne karnında karşılaştığımız minik etkileşim ve streslerle belirlenir ve hayvanlarda yapılan çalışmaların da desteklediği üzere, göbek kordonu uzunluğundaki minik bir farklılık bile parmak izinin şeklini değiştirebilmektedir.

Şimdiye kadar parmak izi kaydı yapılan merkezlerde aynı olan veya karıştırılma riski olan iki parmak izi kaydedilmiş değildir. Tek yumurta ikizlerinde de ana şekil birbirine benziyor olsa da parmak izleri farklıdır ve ayırt edilmeleri çok kolaydır. Bu arada yirmi parmağımız olduğunu unutmayalım. Bunların izleri de birbirlerine benziyorlardır belki ama aynı değildirler. Beynin benzersizliği beyne özel bir durum değildir. Hiçbir şeyin aynı olmadığı bir evrende elbette beyin gibi özellikle doğumdan yıllar sonra bile şekillenmeye devam eden, düşündükçe bile değişen bir organın benzersiz olması sürpriz sayılmaz. Sürpriz olan, kafatasımızın içinde duran ve düşüncelerimize, duygularımıza, algımıza, hayallerimize ev sahipliği yapan böylesi gelişkin bir organın herkeste farklı olduğu gerçeğinin artık bilimsel olarak da biliniyor olmasıdır. Demek ki içeride bilgi işleyen sistem, herkeste başka ... Yani herkesin kafasının içi, zihinsel dünyası, kabiliyetleri, hayalleri, duyguları ve sezgileri, diğer tüm insanlardan farklı.

Öğrenme, beynimizin en önemli fonksiyonlarından birisidir. Öğrenmenin biyolojik temelini nöronlar (beyin hücresi) oluşturmaktadır. Nöronlar arası bağlantılar (sinaps) sonucu öğrenme gerçekleşmektedir. Sinapsların meydana gelmesi için beyin uyarılması gerekmektedir. İnsan beyni verdiği tepkileri ve aldığı kararları iki ayrı bölgede işlemekten geçirir. Bunlardan birincisi, beyin gelişim açısından daha eski bir bölgesi olan alt ve orta beyin yapılarının etkili olduğu, "hisseden beyin"; diğeri ise konuları irdeleyen "düşünen beyin".

Beynin tabanında yer alan eski yapı, hızlı, güçlü ancak tepkisel ve dolayısıyla "akılsız"dır. Buna karşılık daha üstte yer alan irdeleyici düşünen beyin, yavaş, zayıftır ve kendini "akıllı" sayar (Prof. Dr. A. Baltaş).

İnsanların duygularının sağ beyinde, mantıklı düşünme süreçlerinin de sol beyinde olduğu yönündeki yaygın görüş sadece sınırlı ölçüde geçerlidir. Çünkü insanın sahip olduğu iki tür düşünce süreci, beyin sağ ve solu tarafından yönetilmekten çok, aşağı ve yukarıdaki yapıları tarafından yürütülür(Prof. Dr. Acar Baltaş).

c. HİSSEDEN(DUYGUSAL) BEYİN

Duygusal beynimiz vücudumuzun fizyolojik işlevlerini kontrol eder ve dış çevreyle ilişkilerimizi düzenler. Duyu organlarımız vasıtasıyla gelen sinyaller duygusal beynimiz tarafından alınır ve ilk tepkiler yine bu beynimiz tarafından oluşturulur.

Prof. Dr. Acar Baltaş'a göre hisseden adını verdiğimiz refleksif düşünce süreci esas olarak beyin kabuğunun (serebral korteks) altındadır. Bu bölge dış dünyadan gelen ve haz vadeden uyarılar için bir ilk değerlendirme ve röle (aktarma) istasyonudur. Bu bölgenin beyin kabuğu ile milyarlarca bağlantısı vardır ve mesaj buradan beyin kabuğuna gönderilir. Bu bölge yiyecek, içecek, sosyal statü, cinsellik, para gibi insana haz veren şeyleri tanımak ve yönetmek konusunda önemli bir role sahiptir.



Duygusal beyin, bir anlamda beynimizin kalbidir. Olumlu/olumsuz tüm duygularımıza burası ev sahipliği yapar. Yine insanın iç çevresini burası oluşturur. Öğrenme için temel teşkil eden iç-dış etkileşim sonuçları burada kayıt altına alınır. Yani burada hafızaya dönüştürülür. Ağırlıklı olarak tüm yaşantılarımız burada depolanır.

Kısaca yeni öğrenmelerin anlamlandırılma yeri burasıdır. Nesnelere soyut değil, duygusal olarak ilişki kurar. Duygusal ve yaratıcı taraftır. Görerek ve duyarak öğrenir. Fanteziye, şiire, mecaza meraklıdır. Ayrıca vücudun sol bölümündeki duygusal organları ve vücut hareketlerini kontrol eder. Öğrenme ortamlarının duygusal beyin özellikleri dikkate alınarak düzenlendiğinde, öğretme-öğrenme süreçlerinde daha cazip ve öğrenenin süreçte daha etkili olabileceği anlaşılmaktadır.

d. DÜŞÜNEN (REFLEKTİF) BEYİN

Psikolog-Yazar Prof. Dr. Acar Baltaş'a göre beyin düşününce tarafının büyük bölümü alnın arkasında, ön lobunda önünde olan prefrontal bölgede bulunur. Bu bölge davranışların ve kararların kişinin uzun vadeli amaçlarını denetleyen bir yönetim merkezi veya CEO'dur. Bu bölgede, beyin çeşitli bölümlerinden gelen bilgiler, geçmiş deneyimlerin süzgeçinden geçirilir, anlamlı bütünlere dönüştürülerek organize olur, geleceğin planlarını da içine alan bir tepkiye dönüştürülür.

Düşünen beyin önemli bir bölgesi de sayısal ve sözel bilgileri işleyen parietal kortektir. Düşünen beyin duyguların yorumunu yapar. Hisseden beyin çözmekte zorluk çektiği konularda düşünen beyin devreye girer ve analitik düşünce sürecini başlatır. Bu süreç kişinin yaptıklarının bilincinde olduğu ve sorumluluk üstlendiği bir süreçtir.

Düşünen beyin yanılmaz olduğunu sanmak doğru olmaz. Bilgisayar tasarımında çalışan bilim adamları, insan beyninin düşününce bölgesinin çalışma sisteminin karar ağacı ilkesine benzediğini düşünmüşlerdir. Bir satranç tahtası üzerindeki her hareket bir sonraki adımda atılabilecek çok daha fazla seçeneği mümkün kılar. Bu kadar geniş ihtimaller dünyasında düşününce beyin, geçmiş yaşantıları öngörülerini de hesaba katarak çaresizce yolunu arar. Bu bir ağaç gövdesinden yukarı çıktıkça dalların giderek sıklaşması ve karmaşıklaşmasına benzer.

Günümüzün başarılı insanı beyninin her iki yarısını da etkili ve dengeli bir şekilde kullanabilen ve gerektiğinde birinden diğerine kolaylıkla geçebilen insan olarak değerlendirilmektedir. Beyin hücreleri arasındaki bağlantıları gelişmemiş insanlar, beyinlerine ne kadar bilgi yığılmış olurlarsa olsunlar düşünce, muhakeme, akıl yürütme becerileri gelişmemekte, bu yüzden de eğitilmiş sayılmamaktadır.

e. BÜTÜNSEL BEYİN

Beyindeki en basit işlem bile, beynin birçok bölgesinin iletişim içinde çalışmasını gerektirir (Senemoğlu, 2004). Her yarı küre farklı fonksiyonların merkezleri olmasına rağmen bu fonksiyonları yerine getirmede birbirlerine katkı sağlarlar. Örneğin sol yarı küre fonksiyonları ile verileri analiz ederken, renkli grafik ve şemalar kullanarak sağ yarı küre fonksiyonunun etkinliğini de arttırabiliriz. Mantığımızı kullanmadan yaratıcılığımızı, yaratıcılığımızı ihmal ederek mantığımızı geliştiremeyiz. Mantık ve yaratıcılık birbirini tamamlayan düşünce yollarıdır. Şöyle ki, yaratıcı düşünce fikri üretir, mantıksal düşünce ise fikri sınırlar ve geliştirir (Yıldırım, 2004).

Prof. Dr. Acar Baltaş'ın belirttiğine göre hissedilen beyinin çözemediği durumlarda düşünen beyin devreye girer. Ancak düşünen beyinin de çözmekte zorluk çektiği durumlarda tekrar hissedilen beyin etkili olur. Yapılan araştırmalara göre, etkili bir öğrenme ve kalıcı bir hafıza için, öğrenme esnasında beynin her iki yarısının da öğrenme faaliyetlerinin içine sokulması gerekmektedir. İki yarı küre birbirini tamamlayan fonksiyonlara sahiptir (Duyar, 1996; Sausa, 2001).

Bu ikisinin eğitimde sürecinde öğrenci tarafından olası en yüksek düzeyde işe koşulabilmesinde uygun eğitim ortamlarının oluşturulması gerekmektedir. Eğitim ortamları sağlıklı iletişimi temele almalıdır. Bu açıdan dinleme, görme, tartışma, yapıp gösterme ve bir diğerine gösterme etkinliklerinin uygun etkinlikler olduğu söylenebilir. Böylece, öğrenciler yeni öğrenmelerini anlam bütünlüğü içinde tamamlayabilirler. *Eğer bir eğitim programı, bireyin tercih ettiği öğrenme biçimine uymuyorsa o birey, anlatılan konuyu farklı biçimde algılayacak ya da hiç algılayamayacaktır (Sungur 1991). Sınıfların, türdeş öğrencilerden değil, tam tersi ayrışık öğrencilerden oluştuğu bilinen bir gerçektir. O halde, ayrışık öğrencilerin tümünü etkin kılacak, tümünü içerikle etkileşime sokabilecek; bir başka deyişle beyin her iki yarı küresinin etkinlik gösterebilmesini sağlayıcı öğretim yöntemleri geliştirilmesi gereği ortaya çıkmaktadır.*

"Zekaların Tamamı Toplumda Üretken Bir İşlev Görmek İçin Gereklidir"⁽¹⁰⁾

Zekaların tamamı toplumda üretken bir işlev görmek için gereklidir. Birinin diğerine üstünlüğü yoktur. Bu bakımdan her bir zeka ayrı ayrı ele alınmalı ve beslenmelidir. Eğitim sisteminde yer alan öğretim teknik ve materyallerinin zeka yelpazesindeki tüm veya pek çok zekayı kapsayacak şekilde düzenlenmesi ve yapılandırılması, öğrencilerin tamamının başarılı olmalarını sağlayacaktır. Dikkat edilmesi gereken bir başka husus da kuramın temel felsefesi olan tüm zekaların her bir bireyde bulunduğu ancak zeka profillerimizin farklı olduğu gerçeğidir. Ayrıca bir zekayı ortaya çıkarmak için yapılacak farkındalık çalışmalarında mutlaka o zekanın kullanılması gerekmektedir. Yani bir bireyin müzik zekasının gelişip gelişmediğini anlamak için ona asla sözel zeka içerikli bir test verilmemelidir.

Oysa bugün okullarımızda sayısal/sözel zeka üzerine oturmuş değerlendirme sistemleri üzerine bir de merkezi yapılan yine benzer zekaların kullanıldığı ve tamamen bilginin transferini veya hatırlanmasını içeren sözde standart testler yüzünden çocukların ve gençlerin yaratıcılıkları, bireysel farklılıkları, özgünlükleri ve cesaretleri maalesef kırılmaktadır. Böylece bireyler sıradanlaştırılmaktadır. Sadece sayısal ve sözel zeka göz önüne alınarak hazırlanan zeka testlerinin ve bu testlerin ışığında geliştirilen sınav sistemlerinin ve ders programlarının, yalnız kuramcıları değil, aynı zamanda eğitimcileri ve öğrencileri de tuzağa düşürdüğü ve toplumları bir çıkmaza sürüklediği açık ve nettir.

Zeka, sürekli olarak klasik anlayışta ele alındığından ve eğitim sistemlerin de bu anlayış çerçevesinde şekillenmesinden dolayı artık kanıksanmış ve kemikleşmiş bir kültür oluşmuştur! Bu kanıksanan kültürün değiştirilmesi hem çok zor hem de çok ciddi emek istemektedir. Bu konuda bir paradigma değişikliğine ihtiyacımız var. Bu yeni yaklaşımı kabullenmek ve benimsemek başlangıçta zor olacaktır. Ancak güçlü bir bakış açısı değişikliği ile bu durumun üstesinden gelinir. Eğitim sisteminde yer alan öğretim teknik ve materyallerinin zeka yelpazesindeki tüm veya pek çok zekayı kapsayacak şekilde yeniden düzenlenmesi ve yapılandırılması, öğrencilerin tamamının başarılı olmalarını sağlayacaktır.

⁽¹⁰⁾ : Prof. Dr. Mustafa Zülküf Altan(2016), "Zeka Girdabı" makalesinden özetlenmiştir.

J. TEKLİ ZEKA YAKLAŞIMINDAN ÇOKLU ZEKA YAKLAŞIMINA DOĞRU...

Tarihsel perspektifle ele alındığında, insan beyninin sinir sistemiyle birlikte zihinsel eylemlerin bedendeki kaynağı olduğu bilgisinin bilimsel çalışmalar öncesi dönemde de bir sav olarak var olduğu, bilimsel tabanda henüz araştırılmış ve kanıtlanmış olmamasına rağmen bu konu üzerinde düşünce pratikleri yapıldığı görülebilmektedir. Bu bağlamda Antik Çağ filozoflarının, zihinsel fonksiyonların bedendeki kaynağını sorguladıkları ve beynin fonksiyonlarıyla ilgili çıkarımlar yaptıkları bilinmektedir.

Ancak günümüzdeki işleviyle, bir kişinin bilişsel becerilerini test ederek zeka düzeyini ortaya koyma ve bu anlamda akademik başarı düzeyini belirleme amaçlı testlerin temelleri 19. yüzyıl sonlarında atılabilmektedir.

(IQ) kısaltmasıyla bilinen Intelligence Quotient -Zeka Katsayısı, zeka kavramının gelişiminde ve ölçümlenmesinde atılan en büyük bilimsel adımlardan biridir. Geleneksel zeka testi olarak da adlandırılan (IQ) zeka testlerinin temelini oluşturan sayısal ve sözel yeterliliklerdir. Eğitim sistemleri de yıllarca hep bu iki yeterlilik üzerine oluşturuldu. Böylece bu iki yeterliliği yeteri kadar gelişmemiş olanlar hep sistemin dışında bırakıldı.

Bu zekaları daha gelişmiş bireylerin önü açılarak birbirine benzer beceriler sergileyen hep aynı tür bireylerin yetişmesi sağlanarak bir toplum mühendisliği gerçekleştirilmiş oldu, olmaya da devam ediyor! Yani aynı şekilde düşünen, hareket eden, tepki veren hemen her meslekten milyonlarca insan.

Prof. Dr. Mustafa Zülküf Altan(2016) belirttiğine göre klasik zeka anlayışına göre tasarlanmış bütün eğitim sistemleri hem tespit hem sınıflandırma hem de derecelendirme amacıyla yaptıkları bütün değerlendirme sistemleri (IQ) odaklı ve dolayısıyla sayısal ve sözel zeka temelleri üzerine oturtulmuştur.

Bir başka bilim adamı Prof. Dr. Acar Baltaş klasik zeka anlayışına göre tasarlanmış eğitim sistemleri ile ilgili olarak şunları söylüyor : "Çocuklarımıza belki de hayatlarının hiçbir döneminde lazım olmayacak standardize bilgileri ezberleterek, beyinlerini ve düşünce kapasitelerini iğdiş eden tek doğru cevabı olan test anlayışından vazgeçilmeli. Bu anlayışta birey iki yönün yeterli düzeyine göre yeterli ve yetersiz olarak değerlendirilir. Bu anlayışa göre çocuklar yaş gruplarına göre ayrılırlar. Bu adeta üreticinin ürettiği malın üzerine üretim tarihini yazmasından farksızdır.

Aynı yaştaki çocukların bütünüyle birbirlerinin aynı olduğunu düşünmenin anlamsız olduğu açıktır . Aynı yaş grubundaki çocukların birbirinden birçok açıdan farklı olduğunu herkes bilir. Çocuklar büyük grup içinde ve küçük grup içinde farklılık gösterdikleri gibi, yalnız başlarındayken de bütünüyle farklı olabilirler. Ancak eğitim ve öğretim de bu iki temel yön çerçevesinde şekillenmektedir.

Bu üretim bandı anlayışını (geleneksel anlayış) terk etmeye karar verdiğimiz noktada çözüm konusunda ışık belirmeye başlar. Standartlaşma yönündeki zihin haritamızı değiştirmek ve tam aksi yöne gitmeyi denemek çok daha gerçekçi bir yaklaşımdır . Böyle bir anlayış, bizi 'farklı düşünme' yaklaşımına götürür. De Bono'nun ortaya koyduğu gibi, linear (bir çizgi üzerinde tek yönlü) bir şekilde düşünmek ve 'tek bir doğru cevabı' aramak yerine; 'muhtemel birçok cevabın peşinde olmaktır. Bu anlayışla, bir taraftan kültürel genlerimizi korurken, diğer taraftan da farklılıkları kabullenecek, girişimci , yaratıcı ve demokratik düşünce biçimine sahip yeni kuşaklar yetiştirmek mümkün olacak"(Prof. Dr. Acar Baltaş).

Çocukların ve gençlerin potansiyellerini anlamaya yönelik yapılan klasik (IQ) testleri bu çocukların ve gençlerin potansiyellerini en iyi şartlarda kısıtlıyor dahası tahrip ediyor! Bu çocukların benzer ihtiyaçları yok ki aynı (IQ) puanıyla değerlendiriliyorlar! Çok iyi yapılmış ve çok iyi sonuçlar alınmış olsa bile, merkezi yapılan sözde standart testler tek tip insan yetiştirmekten başka bir işe yaramamaktadır(Mustafa Zülküf Altan(2016).

Bu eleştirilerin de işaret ettiği üzere, (IQ) testleri profesyonel yaşamdaki başarıyı akademik başarı kadar iyi öngörememektedir. Oysa yaratıcılık, motivasyon, duygusal intibak, pratik zeka gibi nitelikler belirli aktiviteler bağlamında (IQ)'dan önemli olabilmektedir. Örneğin üstün bir fizikçi olmak için yüksek (IQ) gerekli olabilirken, ortalama bir (IQ) ve bazı üstün yeteneklerle başarılı bir film yıldızı, gazeteci ya da girişimci olunabilmektedir (Epstein, 1998). Bireyin bilişsel potansiyelinin belirlenmesinde sayısal ve sözel yeteneklerin baz alınması, (IQ) testiyle ölçülemeyen yeteneklere sahip insanların göz ardı edilmesinin anlamına gelmektedir.

İnsanlar bir sorunu çözerken ya da bir işi tamamlamak için performans gösterirken (IQ) testleriyle ölçülen yetkinliklerin dışında sahip oldukları farklı güçlerdeki bilişsel yetenekleri kullanmaktadırlar. Her birey günlük yaşamının farklı alanlarında gösterdiği performanslarda, güçlü ya da zayıf bilişsel yeteneklerinin bileşiminden oluşan ve gelişime açık olarak değerlendirilebilecek zeka profilinden yararlanmaktadır (Chen ve Gardner, 2005; Akt. Emet Gürel ve Merba Tat, 2010).

Gardner, geleneksel zeka anlayışının değişmesine aracılık eden ve çağcıl zeka anlayışının temelini teşkil eden görüşlerini; nöropsikoloji kökenli araştırmalarının yanı sıra gelişim psikolojisi, antropoloji ve sanat araştırmaları gibi geniş bir yelpazeye yayılan çalışmalarına dayandırmıştır. Çoklu Zeka Kuramı, paradigmada değişim anlamına gelmekte ve insana ilişkin ezberlerin bozulabileceğine dikkat çekmektedir.

(IQ) testlerinin bireylerin zihinsel açıdan kategorize edilmeleri amacıyla kullanılmalarına karşı çıkan kuram; bireyin başarı gösterdiği tüm alanlara önem atfederek, gizil zihinsel güçlerin körelip ortadan kalkmasını önleyecek ve güçlü zekaların da ustalık düzeyine gelmesini sağlayacak stratejiler önermektedir. Kişisel, profesyonel ve toplumsal gelişim açılarından sunduğu uygulamaya dönük çözümlerle zihinsel kapasitenin daha aktif kullanımını vaat eden kuram; eğitim, iletişim, yönetim, pazarlama başta olmak üzere insan odaklı tüm disiplinler ve alanlar açısından önem teşkil etmektedir.

K. ÇOKLU ZEKA TEORİSİ VE EĞİTİMDE UYGULAMALARI

Zeka ile ilgili olarak yapılan sözlük tanımı “insanın düşünme, akıl yürütme, objektif gerçekleri algılama, yorumlama ve sonuç çıkarma yeteneklerinin tamamı” şeklindedir (<http://www.tdk.gov.tr>). Yukarıda da belirtildiği üzere yıllarca, matematiksel ve dilsel zekayı geliştirmek üzere gerçekleştirilmekte olan eğitim sisteminden, sınavlarda iyi sonuçlar alamayan binlerce yaratıcı ya da farklı çalışan zihin uzaklaştırılmıştır. Okulda kuvvetli yönlerini geliştiremeyenler, öğrenmeden zevk alamamış, eğitimleri uzun sürmüş ya da eğitimlerini tamamlayamamıştır (Vural, 2004). Sonuçta binlerce yaratıcı ya da farklı çalışan beyin sistem dışına itilmiştir.

Eğitime farklı bir yaklaşım getiren çoklu zeka teorisi bu duruma çözüm olarak düşünülmektedir. Dünyada ve ülkemizde çoklu zeka kuramı ile ilgili önemli çalışmalar yapılmaktadır. Bu çalışmalar gerek kuramın teorik temelleri üzerinde devam eden akademik çalışmalar ve gerekse bu çalışmaların sonuçlarından elde edilen verilerin uygulandığı okul uygulamaları olarak devam etmektedir.

Eğitim reformu, özellikle son yirmi yılda birçok ülkelerde kritik bir konu olarak ele alınmaya başlanmıştır. Bunun önemli nedenlerinden birisi, endüstri çağından bilgi çağına geçişle birlikte, ekonominin giderek daha fazla bilgi ve eğitim dayanaklı hale gelmesidir (Hanushek, 2007). Nitekim son yıllarda ABD, Hong Kong, Finlandiya, Japonya, Singapur, G. Kore, İspanya, İsrail, Kanada, Y.Zelanda, Meksika ve Taiwan gibi ülkelerin başarisında ekonomi ile eğitimi bir araya getirmelerinin büyük rol oynadığı belirtilmektedir.

Ülkemizde ilk olarak çoklu zeka kuramı uygulamaları üniversitelerin akademik araştırmaları için bazı ilköğretim okullarında yaptığı deneysel çalışmalarda uygulanmıştır. 2005 yılından itibaren ülkemiz genelindeki ilköğretim öğretmenleri tarafından uygulanmaya başlanmıştır (Erdamar, 2009). Ancak teori ile ilgili çalışmalar ve uygulamalar henüz bir genellemeye gidecek kadar yeterli değildir. Gardner (1993) Çoklu Zeka Kuramının başarıyla uygulanabilmesi için okula yeni bazı rollerin verilmesi gerektiğini düşünmektedir. Bu roller;

- Değerlendirme Uzmanlığı,
- Öğrenci-program Uzmanlığı,
- Okul-toplum Uzmanlığı rolüdür.

a. ÇOKLU ZEKA KURAMI VE ÖĞRETMENLER

Eğitim sisteminin önemli bir bileşeni öğretmendir. Hiçbir okulun kalitesi öğretmenin kalitesinden fazla değildir. Öğretmen okulun ruhudur. Öğretmenin sınıf içindeki her türlü davranış ve yöntemi, öğrencinin öğrenme düzeyini etkileyecektir. Bölükbaşı'nın (2004) aktardığına göre “Öğretmen sınıfın nabzını elinde tutan bir doktor, yaşamın kurallara uygun olarak gerçekleşmesine özen gösteren bir hakem, sınıf içi uyum ve ahengi sağlayan bir orkestra şefidir.”

Herhangi bir eğitim teorisini uygulamaya koymadan önce, birer yetişkin öğrenciler olarak eğitimciler söz konusu teoriyi ilk önce kendilerine uygulamalıdır. Çünkü bir teorinin pratiksel değerine inanmadıkça ve o teorinin içeriğini kişiselleştirmedikçe, bir eğitimcinin söz konusu teoriyi öğrencilerine de uygulamak için istekli olması ve kendisini o teori ile özdeşleştirmesi imkansızdır. *Dolayısıyla, her öğretmenin çoklu zeka kuramını kendi öğretim repertuarına entegre etme sürecinde ilk adım, kendisinin sahip olduğu çoklu zeka alanlarının doğasını belirlemek olmalıdır.*

Ancak, bir bireyin sahip olduğu çoklu zeka alanlarının gerçekçi bir profilini ortaya çıkarmak, birçoklarıncı sanıldığı kadar basit ve kolay bir iş değildir. Çünkü hiçbir test veya ölçek, bir bireyin sahip olduğu zeka alanlarının doğasını veya niteliğini doğru olarak tek başına kararlaştıramaz. Bu konuda önerilebilecek en iyi yol, her bireyin her zeka alanıyla ilişkili olan çeşitli işlerde, etkinliklerde veya tecrübelerde kendisinin sergilediği performansının gerçekçi bir değerlendirmesini yapmasıdır (Saban, 2004).

Çoklu zeka kuramını dikkate alarak uygulama yapacak öğretmenler bütün zeka alanlarını kullanarak yaratıcı bir şekilde planını oluşturacak ve daha etkili öğrenme-öğretme ortamları düzenleyebilecektir. Yaşadığımız bilgi çağında çocuklarımız artık kalem kağıtla yapılacak etkinliklerden çok daha zengin öğrenme ortamı ve etkinlikler sunulması kaçınılmazdır. Tabii ki bu etkinliklerin hazırlanmasında ve uygulanmasında uygulayıcı olan öğretmenlere büyük sorumluluklar düşmektedir.

Dersler Unutulduktan Sonra Akılda Kalan Tek Unsur, Öğretmenin Nasıl Bir Örnek Olduğudur!

Öğrencilerimizin bir insan olarak sahip oldukları belki de tek ortak özellik benzersiz ve biricik olmalarıdır.

Sınıfımızdaki bu çocuklar kimdir? Nereden gelmişlerdir? İlgi ve yetenekleri nelerdir? Yaşadıkları evin özellikleri okul yaşamlarını olumsuz olarak etkiliyor mu?

Çocuklar farklı boy, şekil, renk, cinsiyet ve kişiliklere sahip olarak karsımıza çıkarlar. Hepsinin farklı tercihleri, ilgi alanları, öğrenme türleri, yetenek düzeyleri, gelişim evreleri, özgeçmişleri, güçlü ve zayıf yanları vardır. Bazen farklı bir kültür ve dilden de olabilirler. Fakat hepsi de doğal bir öğrenme kapasitesine sahiptirler. Her birinin özel bir yeteneği ve güçlü olduğu bir yanı vardır. Hepsinin sınıf içinde kendini güvende hissetmeye ve başarıyı tatmaya ihtiyaçları vardır. Yine hepsinin kendini değerli hissetmeye, sevmeye ve kabul edilmeye ihtiyaçları vardır.

Her çocuğun benzersiz olduğu ve hepsinin okula değişik öğrenme kapasitesine sahip olarak geldiği bu nedenle de hepsinin öğrenebileceği yaklaşımı ile yola çıkarsak, bir öğretmenin bütün öğrencilerini tanımadan, onların ihtiyaçları ile örtüşecek bir öğretim çalışması yapamayacağı açıktır.

Gardner öğretmenler için, ne öğrettikleri veya nasıl öğrettiklerinin değil, insan olarak nasıl bir örnek teşkil ettiklerinin önemli olduğunu vurgulamaktadır. Dersler unutulduktan sonra akılda kalan tek unsur, öğretmenin nasıl bir örnek olduğudur. Öğretmen olmak ebeveyn olmak gibidir.

İstedığınız kadar sözler verin veya destek olun, eğer siz o değerleri bünyenizde barındırmıyorsanız hepsi anlamsız kalır. Öğretmen olarak konunuz sizi heyecanlandırıyorsa, öğrenme heyecanı duyuyorsanız, insanlarla ilişkilerinizden, bir seyahatte okuduğunuzdan, izlediğiniz bir piyesten, ya da çözdüğünüz bir problemten duyduğunuz heyecanı istikrarlı olarak çocuklara iletebiliyorsanız, işte onlara verebileceğiniz en değerli armağan budur (Vickers, 1999)

İşte Bu Nedenlerle Çoklu Zeka Okullarında Öğretmenler (Yavuz, 2001):

- İyi birer öğrenci olmalılar,
- Kendilerini ve sınıflarını, öğretim süreçlerini organize etme yeteneğine sahip olmalılar,
- Kendilerini sürekli geliştirme inancı içerisinde olmalılar,
- Her bir öğrencinin kendine özgünlüğünü kabul ederek, her öğrencinin öğrenebileceğine inanarak, öncelikle öğrencilerin kendi güvenlerini geliştirmesi için gayret etmelidir.

- Kendi alanlarında yeterli akademik bilgiye sahip olmalılar.
- Uzmanlık bilgilerini periyodik olarak gözden geçirip kendilerini geliştirmeliler.
- Öğrencilerinin öğrenmelerini ve davranışlarını geliştirmekten sorumlu olmalılar.
- Yaptıkları uygulamaları ve öğrenim etkinliklerini sistematik olarak değerlendirerek ve bu değerlendirme sonucu programların etkinliğini arttırmaya çalışmalılar.
- Öğretmen, öğrenen toplumun üyesidir. Bu amaç için yalnızca öğrencilerinin gelişimine değil etkileşimdebuldukları bütün bireylerin gelişimi için çaba harcamalıdır.
- Öğrencileri ile aralarında saygı ve sorumluluğa dayanan özel bir ilişki oluşturup bu özel ilişki içerisinde yalnızca bilgi kazandırma amacı değil, yaşam becerileri öğretme amacı da taşınmalıdır.
- Okuldaki eğitim ve öğretim ortamlarının huzurlu ve sağlıklı olması için sorumluluk almalıdırlar.
- Bilgiye ulaşmada bütün teknolojik araçlardan faydalanmalı ve bilgiyi üretme konusunda çaba harcamalıdırlar.
- Öğrencilerin zihinsel şemalarını zihinsel öğrenme tekniklerini bilerek bu sayede onların öğrenme süreçlerini güçlendirmenin yollarını aramalıdırlar.

Diğer taraftan, bir öğretmenin bütün zeka alanının hepsinde de uzman olmak zorunda olmamasına rağmen, onun sınıfta tipik olarak uygulamaktan çekindiği çeşitli zeka alanlarına ait etkinlikleri nasıl gerçekleştireceğine dair yararlanabileceği kaynakların bilmesi ve bu kaynaklardan nasıl yararlanacağını farkında olması büyük önem arz etmektedir. Bu konuda öğretmen:

- 1) *Meslektaşların uzmanlığından yararlanmalıdır:* Öğretmen kendi meslektaşlarından çokluzeka alanı gelişmiş olanlardan, kendisinde geliştirmesini istediği zeka alanını geliştirmek için yardım alabilir. Örneğin, görsel uzamsal zeka alanını geliştirmek için resim öğretmeninden yardım alabilir.
- 2) *Öğrencilerden yardım alabilir:* Öğretmen kendisinde gelişmemiş bir zeka alanının sınıftakullanımı için bu zeka alanı gelişmiş öğrencilerden yardım alabilir. Örneğin, öğretmenintahtaya resim çizmesi gerekiyor ve bu alanla ilgili zeka alanı gelişmiş değilse, bu zeka alanı gelişmiş bir öğrenciden yardım alabilir.
- 3) *Var olan teknolojiden faydalanabilir:* Öğretmenler okullarında var olan teknolojiyi gelişmemiş zeka alanları için kullanabilirler. Örneğin, resmedemediği şekilleri bilgisayar yoluyla öğrencilerine gösterebilir.

b. ÇOKLU ZEKA KURAMINA GÖRE ÖĞRETİMİN PLANLANMASI

Çoklu zeka kuramının eğitim ve öğretim ortamlarına getirdiği en büyük değişim öğrencinin öğrenci sıralarından merkeze, eğitim ve öğretim etkinliklerinin içine alınmasıdır.

Geleneksel anlayışın hakim olduğu sınıflarda 40 dakika boyunca sıralara hapsolan dinlemek ve susmak zorunda kalan öğrenciler, Çoklu zeka öğretim yöntemi ile gerçek yaşam ve aktif öğrenme ortamları ile tanışır. Çoklu zeka kuramı ilkeler doğrultusunda eğitim ve öğretim etkinliklerinde aktif görevler alan öğrenciler öğrenme sorumluluğunu üstlendiklerinde sınıf yönetimi adına önemli bir katkı da kendiliğinden sağlamış olur. Çoklu zeka uygulamalarına karar veren öğretmenler, sınıflara gelen hareketlilik ve değişim sonucunda bazen önemli problemlerle karşı karşıya kalabilirler. Bazı öğretmenler daha da ileri gidip çoklu zeka öğrenme ortamlarını disiplinsizlik olarak da değerlendirebilirler.

Öğrenci katılımının esas alındığı grup çalışmaları ve hazırlanan projelerde ortaya çıkan hareketlilik ve öğrencilerin eğlenceli bulacağı öğretim etkinlikleri çoğu zaman bazı öğretmenler tarafından sınıfta yapılan oyun faaliyetleri olarak algılanmakta ve ortaya çıkan olaylarda disiplinsizlik olarak yorumlanmaktadır.

Eğitim ve öğretim sürecinin farkında olarak etkili bir planlama hazırlık dönemi sonrası kurduğu sınıf yönetimi stratejileri ile sınıfına hakim olan öğretmenler çoklu zeka kuramının eğitim ve öğretim ortamlarına getirdiği değişimi, kolaylıkla kabul edeceklerdir. Doğru planlanmamış bir ders ve öğretim etkinlikleri ile yanlış sınıf yönetimi stratejileri elbette çoklu zekasınıflarında da bir dizi problemlere neden olurlar. Etkili bir öğretim sürecinin ilk adımı doğru ve kurallarına göre hazırlanmış bir ön hazırlık değerlendirme sürecidir. Etkili planlamanın ve değerlendirmenin ilkeleri göz önünde tutularak hazırlanmış bir öğretim süreci öğrenme verimliliği üzerinde doğrudan önemli bir etkiye sahiptir (Yavuz, 2001).

Doğru bir ders planlamasının yapılabilmesi için Armstrong (2000) öğretmenlerin planlamada aşağıdaki aşamaları dikkat etmeleri gerektiğini belirtmiştir:

- 1) Özel bir konu ya da hedef belirlenmesi: Bu aşamada yıllık ya da günlük öğretilerinde olduğu gibi hedef belirleme söz konusudur. Hedefin açık, anlaşılır ve net olması gerekir.
- 2) Anahtar soruların sorulması: Program geliştirmede hedefi gerçekleştirmek üzere zeka türlerinin nasıl kullanılabileceğini belirlemek için her bir zeka ile ilgili sorular sorulur.
- 3) Olasılıkların düşünülmesi: Belirlenmiş olan sorular dikkate alınarak sınıfta hangi yöntem, teknik ve materyallerin kullanılabileceği düşünülür.
- 4) Beyin fırtınası: Her bir zeka için kullanılabilecek öğretim yaklaşımları, beyin fırtınası kuralınca akla gelen her şey yazılarak listelenir. Her bir zeka için 20 – 30 fikir bulunmaya çalışılır. Öğretmenlerin yapacağı grup çalışmaları daha motive edici olabilir.
- 5) Uygun faaliyetlerin seçimi: Planlama sayfası tamamlandığında eğitim hedefine en uygun yaklaşımlar daire içine alınarak seçilir.
- 6) Aşamalı - sıralı ders planının hazırlanması: Seçilen yaklaşımlar kullanılarak hedefle ilgili ders ya da ünite planı düzenlenir. Planlama 1 -2 haftalık da yapılabilir.
- 7) Planın uygulanması: Gerekli materyaller hazırlandıktan sonra plan uygulanır. Uygulama sırasında olabilecek değişikliklere göre gerekli düzeltmeler yapılır.

Çoklu zeka teorisini uygulayan öğretmenler, planlama evresinin en önemli noktalardan biri olan hedeflere uygun öğrenme yöntemlerinin, etkinliklerin hazırlanması aşamasında daha yoğun biçimde çalışmaktadırlar. Çünkü kullanılacak olan yöntem her derse, her konuya, her öğrenci grubuna ya da her düzeye göre farklı hazırlanmaktadır. Öğretmenlerin yoğun müfredat programlarını farklı zekalara yönelik etkinliklerle zenginleştirmede ilk başta zorlanacakları düşünülmektedir. Ancak uygulamalar arttıkça, öğrencilerin düşünme becerilerindeki ilerlemeler geliştikçe bu zorlukların üzerinden gelineceği düşünülmektedir. Öğretmenlerin etkinlik hazırlarken dikkat etmeleri gereken nokta, öğrencilerin etkinlik sonunda bir düşünce ürünü ortaya koyabilmeleridir (*Geniş bilgi için: murat kılıç: ilköğretim öğretmenlerinin yapılandırıcılık ve çoklu zeka*)

c. ÇOKLU ZEKA KURAMINDA SINIF YÖNETİMİ

Çoklu zeka kuramının eğitim ve öğretim ortamlarında kullanımında en önemli ilke, her bir öğrencinin öğrenebileceği ve gelişebileceği ilkesidir. Bu ilkenin bir sonucu olarak çoklu zeka ortamlarında öğrencilerin öğrenmelerini ve başarılarını etkileyen her şey, her ortam büyük önem taşır. Doğru sınıf yönetim stratejilerini kullanarak etkin takımlar oluşturabilmede öğretmenlerin öğrencilerin farklı zeka alanlarına yönelik ihtiyaçlarının farkında olmaları ve bu doğrultuda sınıf etkinliklerini organize etmeleri çok önemlidir. Öğretmenler sınıflarında bir sistem kurabilme amaçlı farklı yöntemler kullanabilirler. Bazen bir öğrencide kullandıkları yöntem bir başka öğrencide işe yaramayabilir. Bir öğretmen bir öğrencisine bakışı, bir başka öğrencisine gülüşü, bir diğerine dokunuşu ile ulaşabilir. Burada önemli olan ve en çok vurgulanması gereken nokta, her güzel sonucun bir emek ve zaman istediği gerçeğidir.

Sınıfları etkili takımlara dönüştürebilme aslında doğrudan öğretmenlerin bireysel çaba ve gayretleri ile ilgilidir. Bunun bir sonucu olarak diyebiliriz ki, çoklu zeka sınıflarında sınıf yönetiminden söz ederken yine insanı yine öğrenciyi merkeze alan bir anlayışın gereği, geleneksel sınıf yönetim stratejilerinden daha fazlasını yapmak zorundayız. Çünkü bir öğrenciyi baskın olan zekasından faydalanarak yukarı çekebilme ve onun sahip olduğu potansiyeli ortaya çıkarabilmek ve ihtiyaçlarının farkında olabilmek emek ve zaman isteyen bir süreçtir (Yavuz, 2001).

34. Çoklu Zeka Kuramı Sınıf Uygulamalarında Öncelikle Öğretmenler Bilgilenmelidirler.

- (1) Öğretmenler bütün zekalara eşit derecede önem vermelidir.
- (2) Öğretmenler materyal sunumunda bütün zeka alanlarını geliştirici ya da bütün zeka alanlarını kullanmaya yönelik etkinlikler hazırlamalıdır.
- (3) Her çocuk kendi zihinsel güç ve zayıflıklarıyla öğrenme ortamına katılır (Demirel, 2004).

35. Sınıf Yönetimi Stratejileri (Armstrong, 2000):

1) Öğrencilerin dikkatlerini toplamak: Çoklu zeka kuramında farklı dikkat çekmeyolları kullanılmalıdır. Örneğin, çocuklara susun demek yerine, sınıfta projeksiyon makinesivarsa “lütfen sessiz olun” ifadesinin yansıtılması ya da bilgisayardan aralıklı müzik verilmesi gibi. Bu dikkat çekme etkinliği zeka alanlarına uygun olarak farklı şekillerde de yapılabilir.

2) Öğrencileri farklı etkinliklere hazırlamak: Öğrencileri belli başlı etkinliklere veyaolaylara (örneğin, teneffüs zamanına, kahvaltı veya öğle yemeği zamanına ve dağılmazamanına) hazırlamak için her öğretmen, her etkinlik veya olay için her zeka alanına ilişkin özel ipuçları veya işaretleri geliştirerek bunları öğrencilerine öğretebilir. Görsel zeka alanlarını kullanan bir öğretmen örneğin, öğrencilerini farklı olaylara hazırlanmak için onlara farklı grafiksel sembolleri veya resimleri göstereceğini açıklayabilir.

3) Sınıf kurallarının iletişimini sağlamak: Öğretmenler, çoklu zeka alanlarını kullanarakve öğrencilerin görüşlerini alarak onlarla birlikte sınıf kurallarını oluşturabilir.

4) Grup oluşturmak: Çoklu zeka kuramında öğretmenler heterojen ve işbirlikçi gruplar oluşturdukların da daha başarılı olabilirler.

5) Bireysel davranışları yönetmek: Sınıf kuralları, oluşturulsa da bazı öğrenciler bukurallara uymayabilir. Çoklu zeka kuramında böyle öğrenciler için, tek bir disiplin yöntemi yerine öğrenci ile konuşmak, sorunla ilgili kitap okutmak, film izletmek, hayvan hikayeleri gibi stratejiler uygulanabilir.

Gerçekte, çoklu zeka kuramına dayalı sınıf yönetimi anlayışı, bir takım davranış stratejilerini veya tekniklerini geliştirmekten ve uygulamaktan da öteye gider. Nitekim çoklu zeka kuramı, eğer sınıfta öğrencilerin bireysel ihtiyaçlarının farkına varıldığı ve karşılandığı bir öğrenme ortamı oluşturulursa, uzun vadede öğrenci davranışlarının olumlu yönde değişeceğini savunmaktadır.

Çünkü böyle bir sınıf ortamında öğrencilerin kafaları daha az karışacak, öğrenciler daha az stresli olacak ve öğrenciler daha az hayal kırıklığına uğrayacaklardır. Sonuçta da, davranış değiştirme stratejilerine veya geleneksel disiplin sistemlerine daha az ihtiyaç hasıl olacaktır (Saban, 2002).

d. ÇOKLU ZEKA KURAMINDA ÖLÇME DEĞERLENDİRME

Çoklu zeka kuramının öğrenme ortamına getirdiği diğer bir yenilik de sürecideğerlendirmedir. Çoklu zeka kuramına göre değerlendirmede, kısa yanıt ve çoktan seçmeli yanıtlardan çok edimin değerlendirilmesi temel alınmaktadır. Bir başka deyişle, öğrencilerin öğrendiklerini ne derece kullanabildiklerine bakılmaktadır.

Değerlendirme, otantik olmakla beraber süreklilik arz eder. Bu değerlendirme bir ölçme aracı ve metodu yerine birçok ölçme aracı ve metotlarını kapsar. Otantik değerlendirmenin en önemli parçası, öğretmenin öğrencilerin performanslarına ilişkin sınıfta yaptığı gözlemlerdir. Bu tür değerlendirmenin diğer önemli bir parçası da, öğretmenin yaptığı gözlemleri ve öğrenci ürünlerini belgelendirerek(portfolio) dosyalamasıdır. Bu bağlamda, öğretmen, öğrenci ürünlerini belgelendirmek için aşağıdaki yollardan faydalanabilir:

- 1) Anekdot kayıtları: Öğretmenin, öğrencilerde gözlediği bütün değişiklikleri günlükolarak kaydetmesi.
- 2) Çalışma örnekleri: Öğrencilerin bütün derslerde yaptıkları çalışmaları bir dosyada toplaması.
- 3) Ses kasetleri: Öğretmen, teknolojik aletlerle öğrencilerin sözel vemüziksel becerilerinin kaydetmesi.
- 4) Video kayıtları: Öğrenci etkinliklerinin ve projelerinin video kamera ile kaydedilmesi.
- 5) Öğrenci kayıt kartları ve günlükleri: Öğrencilerin kendi hakkında okulda yaptıkları hakkında düşün celerini yazdıkları kart ya da günlükler.
- 6) Fotoğraflar: Öğrencilerin projeleri için çektikleri fotoğraflar.
- 7) İnformal test sonuçları: Öğrencilerin becerilerini ortaya koymaları için düzenlenen standart testlerin sonuçları.
- 8) Öğrenci ile görüşmeler: Öğretmen, düzenli olarak her öğrenci ile toplantılardüzenleyerek öğrencinin öğrenmesi, ilgileri, karşılaştığı zorluklar ve bunlara benzer konulardabilgilerin öğrenilip dosyalanması.

9) Kontrol listeleri: Öğretmen, belli dersler için öğrencilerin kazanmakla yükümlü oldukları becerileri içeren kontrol listeleri hazırlayarak her öğrencinin performansını ve gelişimini kontrol altında tutabilir.

10) Sınıf haritası: Öğretmen, sınıfının bir kuş-bakışı haritasını çizerek öğrencilerinde esnasında sınıfın belli yerlerindeki hareketlerini ve etkileşimlerini gözlemleyebilir.

11) Takvim kayıtları: Öğrencilerin aylık olarak her gün ne yaptığının kaydedilmesidir.

12) Öğrenci dergi ve gazeteleri: Öğrencilerin yazı ve resimlerinin olduğu dergi ve gazete çıkarılması,

Öğrencilerin çok boyutlu zeka projeleri ve etkinlikleri ile iç içe olmaları çok boyutlu zeka dosyalarının sınamaya aşamasında mutlaka işe koşulmasını gerekli kılmaktadır. Öğretmenler hangi etkinliklerin hangi dosya içerisinde yer alması gerektiği konusunda tereddüde düşmektedirler. Aşağıdaki çizelge farklı zeka biçimlerine göre dosyalara konulabilecek belgeleri içermektedir.

Tablo 4. Çok Boyutlu Zeka Dosyaları (Demirel, 2005).

Zek Alanları	Dosyalara Konulabilecek Belgeler
Sözel Dilsel	Yazmadan önce alınan notlar, yazma projelerinin müsvetteleri, teşhir edilen en iyi yazma çalışmaları, buluşyöntemini kullanırken öğrencilerin yaptıkları betimlemeler, tartışmalara ve problem sürecine ilişkin ses bantları, final raporları, öğrencilerin dramalarda ortaya koydukları yorumlar, okuma becerilerine ilişkin kontrol listeleri, okuma ve öykü anlatımlarının kaydedildiği ses bantları, sözcük oyunlarının çözümleri.
Mantıksal Matematiksel	Matematik becerilerinin kontrol listeleri, teşhir edilen matematik problemlerinin çözümleri, hesaplama ve problem çözme süreçlerine ilişkin müsvetteler, fen laboratuvarındaki deneylerin sonuç raporları, bilim fuarına katılan projelere ait resimler ve ödüller, Piaget'e göre değerlendirme malzemeleri, mantık bulmacalarının çözülmüş örnekleri, yaratılan ya da öğrenilen bilgisayar programları.
Görsel Uzamsal	Proje fotoğrafları, üç boyutlu modeller, diyagramlar, akış şemaları, düşünmeye ilişkin kavram ve bilgi haritaları, kolajların, çizimlerin ve boyamaların fotoğrafları ya da örnekleri, projelerin video bantları, görsel bulmacaların çözüm örnekleri
Bedensel Kinestetik	Gösterilerin ve projelerin video bantları, düşünme sürecine ilişkin yapılanişlemlerin video kayıtları, projelerin gerçekleştirilme sürecinde çekilen fotoğraflar.
Müziksel Ritmik	Müzikal edimlerin, bestelerin ses bantları, edimlerin ya da bestelerin puanlamaları, öğrenci tarafından yazılan şarkıların sözleri.
Sosyal	Bireylere yazılan ve bireylerden gelen mektuplar, grup raporları, akranlardan, uzmanlardan ve öğretmenlerden alınan yazılı dönütler, öğretmen-öğrenci konferans raporları, veli-öğretmen-öğrenci konferans raporları, akran grup raporları, işbirliğine dayalı öğrenme projelerinin fotoğrafları, video bantları ya da metinleri, toplu hizmet projelerinin
İçsel	Gazete yazıları, kendi kendini değerlendirmeye ilişkin yazılar, kontrol listeleri, çizimler ve etkinlikler, kendini yansıtırma alıştırmaları, anketler, amaçlara ve planlara yönelik görüşme dökümleri, ilgi envanterleri, okul dışı etkinlikler ve hobiler, öğrencinin tuttuğu gelişim çizelgeleri, öğrencinin kendi ürettiği işe ilişkin kendini yansıtan notları.
Doğa	Doğa yürüyüşlerinde yapılan gözlemler, doğa resimleri.

Öğretmenlerin eğitim kurumlarında değişimigerçekleştirebilmeleri için öncelikle kendilerinin değişimi kabul etmeleri ve özellikle eğitim yaklaşımlarında meydana gelen gelişmelerden haberdar olmaları gerekir. Bunun yanında, öğretmenlerin, yeni eğitim yaklaşımlarını öğretimde aktif olarak kullanmalarını sağlamak için öncelikle yeni yaklaşımlar içerisinde yer alan kuramlara karşı tutumları incelenmeli ve bututumlar pozitif hale getirilmelidir (*Daha geniş bilgiyi "Eğitimde Kariyer Danışmanlığı" kitabımızda bulabilirsiniz.*)

L. ÇOKLU ZEKA ALANLARININ GELİŞİMİNİ ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Çoklu zeka kuramı çerçevesinde yürütülen çalışmalar bireyde bütün zeka alanlarının olduğunu ve bu alanların geliştirilebileceğine dikkat çekmektedirler.

“Önemli olan sahip olduğunuz ‘beyin gücü’ değil onu kullanabilme yeteneğinizdir.” (A.MAVİŞ)

Armstrongzekaların gelişmesinde avantaj ya da dezavantaj yaratan çevresel etkenleri şu şekilde sıralamıştır (Saban,2005):

1) Biyolojik Nitelik

Bireyin getirdiği kalıtsal özelliklerle doğum sırasında veya doğumdan sonra meydana gelen hasarları kapsamaktadır. Bu nedenle bazı çocuklar doğuştan itibaren kendi zeka alanlarını geliştirmede bazı engellerle karşılaşabilir (Saban, 2010; Bümen, 2011).

2) Ailesel Faktörler

Bu kategori, bir bireyin çeşitli zeka alanlarının gelişimini hem olumlu hem de olumsuz yönde etkileyen ebeveynleri, arkadaşları, öğretmenleri ve diğer insanlarla olan ilişkileri, etkileşimlerinin ve kazanımlarının tamamını içerir. Örneğin,eğer bir kişinin anne ve babası çocuğunun ressam olma arzusuna karşı çıkıp onun bir hukukçu olmasını istemişlerse, muhtemelen bu ebeveynler çocuğun görsel zeka alanının gelişimini engellemiş olup onun sözel-dil zeka alanının gelişimine zemin hazırlamışlardır.

Ya dabir kişi geniş bir aile ortamında doğmuş, büyürken ailesine yardım etmek zorunda kalmışsa bu kişinin özel hayatında belli kişisel amaçlarını, hedeflerini veya hayallerini gerçekleştirmek(içsel zeka alanını geliştirmek) için de fazla zaman bulamamıştır.

3) Kültürel ve Çevresel Faktörler

Bir bireyin doğumundan sonra içinde yaşadığı toplumun kültüründen olumlu ya da olumsuz yönde etkilenebilir. Örneğin; toplumda matematik ve fen bilimlerine dayalı programlar önemseniyorsa, mantık ve matematik zekasını geliştiren faaliyetlere daha fazla yer verilir . Eğer bir kişi kırsal bölgede doğup büyüdüyse, muhtemelen bu kişi büyük bir şehrin merkezinde doğup büyüyen başka bir kişiye kıyasla doğacı zeka alanını geliştirmek için daha çok fırsata sahip olmuş olabilir.

4) Kristalleştirici ve Felce Uğraticı Deneyimler

Kristalleştirici deneyimler, birey hayatının herhangi bir döneminde olabileceği gibi daha ziyade çocukluk döneminde ortaya çıkar. Örneğin, Albert Einstein’ e beş yaşında iken babası basit bir manyetik pusula hediye eder. Einstein’a göre, buyaşantısı onda içinde yaşadığımız evrenin gizemlerine karşı büyük miktarda merak ve keşif isteği uyandırmıştır.

Felce uğraticı deneyimler ise , kristalleştirici deneyimlerin aksine bireyde var olan zeka potansiyellerini söndüren, körelten veya yok eden tecrübeleri içerirler. Örneğin, bir müzik aletini daha çok küçük yaşlarda öğrenmeye çabalamakta olan bir çocuğa ebeveynlerinin karşı çıkarak izin vermemeleri çocuktaki müzik çalma isteğini felce uğratar. Bu bağlamda çoklu zeka teorisi, bir bireyin çeşitli zeka alanlarının gelişiminde en az “kalıtım” kadar (hatta bazen kalıtımdan da daha çok) bireyin içinde yaşadığı çevreyle ilgili ve kültürel(eğitimsel) “çevre”nin önemli bir rol oynadığını savunmaktadır.

Çoklu zeka teorisinin savunduğu en önemli etkenlerden birisi, bütün insanların göreceli olarak bütün zeka alanlarını yeterli bir uzmanlık düzeyinde geliştirebilme yeteneğine sahip olduğudur.

Çoklu zekada kişiye güçlü veya zayıf zekalı gibi tanımlama yapmak sakıncalıdır.Çünkü bir insanın zayıf zekası diye ölçülen zekası, eğer onu geliştirme fırsatı tanınırsa, belli bir süre sonra o kişinin güçlü zekası haline gelebilir(Gardner,2004).

Bu nedenle kültürlerin farklı zeka türlerine verdikleri değerler, zeka gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Fazla değer verilen zeka türleri diğerlerinden daha çok ve hızlı gelişebilmektedir.

M. ÇOKLU ZEKA ALANLARINI BİLMENİN YARARI VE BELİRLEME YÖNTEMİ

Yukarıda da belirtildiği üzere insanlardaki zeka gelişimi üzerinde en önemli belirleyiciler, kalıtım, aile, kültür, ilk yaşam tecrübeleri ve eğitimidir. Bazı insanlar kendilerine sunulan olanaklarla zengin bir öğrenme ortamına sahip olurlar. Bu yüzden bu insanların zekalarının gelişimi diğer insanlara göre daha hızlı ve etkindir (Yağcı, 2006). Bir bireyin sahip olduğu çoklu zeka alanlarının gerçekçi bir profilini ortaya çıkarmak zordur. Çünkü hiçbir test veya ölçek bir bireyin sahip olduğu zeka alanlarının doğasını veya niteliğini doğru olarak tek başına açıklayamaz.

Bu konuda önerilebilecek en iyi yol, önce birey çoklu zeka ölçeği ile çoklu zeka alanlarını öğrenmeli ardından da çoklu zeka ölçeğinin sonuçları ile birlikte, her zeka alanıyla ilişkili olan çeşitli işlerde, etkinliklerde veya tecrübelerde kendisinin sergilediği performansının gerçekçi bir değerlendirmesini yapmalıdır.

Ancak "Çoklu Zeka Alanları envanteri" nin bir zeka testi olmadığı ve tek başına belirleyici olamayacağı bilinmelidir. Bu envanterin asıl amacı, bir bireyin kendisini farklı zeka alanında sahip olduğu tecrübeleriyle ilişki kurmasına yardım etmektir. Bu değerlendirme, kişilere yaşamında ve mesleğinde yoğun olarak kullandığı zeka bölümleri hakkında fikir verirken, geliştirmesi gereken zeka bölümlerini de fark etmesine yardımcı olacaktır.

Çoklu zeka alanlarının geliştirilmesine yönelik eğitimlerle bireyin akademik başarısı artabilmektedir. Yağcı (2006) çalışmasında çoklu zeka kuramına dayalı öğrenim gören öğrencilerin "Yaşamımızı Yönlendiren Elektrik" ünitesinde geleneksel yöntemle eğitim alan öğrencilerden daha başarılı olduklarını ifade etmiştir.

Benzer şekilde Gürçay ve Eryılmaz (2005) yaptıkları çalışmada dokuzuncu sınıf öğrencilerinin fizik dersinde çoklu zeka kuramına dayalı öğretimin geleneksel öğretime göre daha başarılı olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Bireylerin farklı zeka alanlarına göre farklı başarılar elde etmesi de beklenen sonuçtur. Kurt, Çinici ve Demir (2011) yaptıkları çalışmada farklı zeka alanlarının farklı sınıflarda farklı düzeyde biyoloji başarısı ile ilişkisini tespit etmişlerdir(*Murat Genç: Bartın Üniversitesi Eğitim Fak. Dergisi,2012*).

a. Çoklu Zeka Alanları Nasıl Belirlenebilir?

Çocuklar okula başlama yaşına eriştiklerinde büyük bir olasılıkla eğilimli oldukları bu zeka alanları ile aynı doğrultuda olan öğrenme yollarını da geliştirmiş olurlar. Burada öğretmenler açısından önemli olan husus, daha okuldaki ilk günlerden itibaren öğrencilerin gelişmiş zeka alanlarını tanımak ve onların okuldaki öğrenmelerini tercih ettikleri bu zeka alanları yoluyla gerçekleştirmelerine yardımcı olmaktır. Öğrencilerin çoklu zeka alanlarının belirlenmesinde kullanılabilir yöntemlerden bazıları şunlardır (Saban, 2004)

1) Öğrencileri Gözlemek

Öğretmenler, öğrenciler hakkında yaptıkları bütün gözlemleri belli bir yapı ve organizasyona kavuşturmak için "Öğrencilere Yönelik Çoklu Zeka Alanları Gözlem Formu"na kaydetmelidirler. Bu gözlem formunu her öğrenci için tamamladıktan sonra, öğretmenler "Öğrencilere Yönelik Çoklu Zeka Alanları Profili"ni de doldurarak her öğrencinin sahip olduğu zeka profili hakkında bilgi sahibi olabilirler.

2) Belge Toplamak

Öğretmenler, bir fotoğraf makinesini kullanarak öğrencilerin ürünlerini (örneğin, çizilen, resimleri, boyama becerisi içeren etkinlikleri veya üç boyutlu yapıları)belgelemeyi düşünebilirler. Bu fotoğraflar daha sonra slaytlara çekilerek öğrencilerin kişisel dosyalarında saklanabilir.

3) Okul Kayıtlarını İncelemek

Öğrencilerin belli bir zaman diliminde belli derslerden elde ettikleri not değerleri onların eğilimli çoklu zeka alanları hakkında ipuçları sunmaktadır. Okul kayıtlarınınincelenmesinde anasınıfı öğretmenin bir öğrenci hakkında tuttuğu kayıtlar, anekdotlar veya raporlar; bir öğrencinin bütün zeka alanlarında ne ölçüde performans gösterdiğini gözlemleyen ilk ve tek eğitimcidir.

4) Diğer Öğretmenlerle İletişime Girmek

Sınıf öğretmenleri, çoklu zeka alanlarından birisi üzerinde daha özel olarak çalışan uzmanlarla (örneğin, beden eğitimi, müzik, resim, drama, bilgisayar öğretmenleriyle) düzenli bir şekilde iletişime geçerek sınıflarındaki öğrencilerin güçlü oldukları zeka alanlarına ilişkin ek bilgiler toplayabilir. Okuldaki rehber öğretmen bir öğrencinin içsel zeka alanına ilişkin bilgi toplamada başvurulacak en uygun kişi olabilir (2004).

5) Velilerle Görüşmek

Ebeveynler geniş bir tecrübeye sahiptir. Çünkü çocukların nasıl büyüdüğünü veya geliştiğini gözlemleme fırsatına sahiptirler. Bu nedenle, veliler çocukların güçlü oldukları zeka alanlarını tanımlama çabasında listeye dahil edilmesi gereken en önemli kişiler arasında yer almalıdır.

6) Öğrencilere sormak

Öğrenciler, kendi öğrenme tercihleri, yolları veya stilleri hakkında en doğrubilgilere sahip olan uzmanlardır. Her öğretmen öğrencilerin gözüyle onların yüksek düzeyde gelişmiş zeka alanlarının hangileri olduğunu ortaya çıkarmak için onlara çeşitli sorular yöneltebilir. Sınıfta çoklu zeka alanlarını tespit için anket soruları düzenleyebilir (2004).

Çoklu zekanın daha aktif kullanılmasına yönelik uygulamaların başarıyı artırmanın yanında öğrencinin özgüvenini de artırması beklenmektedir. Özgüveni artan bireyin problem çözme becerisi de gelişmektedir. Sardoğan, Karahan ve Kaygusuz (2006) problem çözme becerileri yüksek olan öğrencilerin bireysel başarı, kişisel ve sosyal uyumlarının da yüksek olduklarını belirtmişlerdir.

7) Bu Veriler Işığında Hareketle Şu Önerilerde Bulunulabilir

- Zeka alanlarının gelişimini etkileyen biyolojik nitelik, kişisel hayat hikayesi, tarihsel ve kültürel özgeçmiş, kristalleştirici ve felce uğraticı deneyimler göz önünde bulundurulmalıdır.
- Öğrencilerin zeka alanlarının geliştirilebilmesi için sürekli desteklenmelidir.
- Kendi zeka alanlarını bilmeyen bir öğretmen zayıf zeka alanlarından birisinesahip bir öğrencideki gelişmeyi fark edemeyebilir. Bundan dolayı kendi zeka alanlarının potansiyelini bilen öğretmen daha bilinçli hareket edecektir. Bu konuda öğretmenlere rehberlik edilmelidir.
 - Eğitim-öğretim sürecinde öğrenci öğretmenlerini model almaktadır. Bu yüzden zeka alanlarında farklılık yaşayan öğretmen ve öğrenciler bu sorunu öğretim sürecinde de aşıyabilirler. Başarıları olumsuz etkilenir. Öğretmenin bu konuda bilinçli olması önemlidir.

BÖLÜM VII DUYGUSAL ZEKA

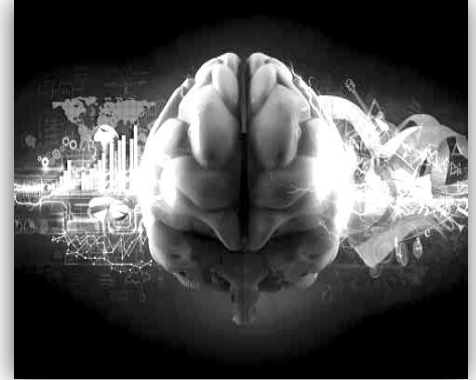
KONU BAŞLIKLAR

- | | |
|--|--|
| <p>A. DUYGU KAVRAMI</p> <p>B. DUYGUSAL ZEKA</p> <p>C. DUYGULARIN KAYNAĞI</p> <p>D. OLUMLU DUYGULARIN YARARLARI</p> <p>E. BİLİŞSEL ZEKA (IQ) İLE DUYGUSAL (EQ) ZEKANIN KARŞILAŞTIRILMASI</p> <p>F. DUYGUSAL ZEKAYI OLUŞTURAN YETENEKLER</p> | <p>G. DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ</p> <p>a. ÇOCUKLUKTA DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ</p> <p>b. YAŞ VE DUYGUSAL ZEKA</p> <p>H. AİLE ORTAMI VE DUYGUSAL ZEKA</p> <p>I. OKULDA DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ</p> <p>İ. İŞ HAYATINDA DUYGUSAL ZEKA</p> <p>J. ZEKA ALANLARININ SAPTANMASI</p> <p>K. ÇOKLU ZEKA KURAMI VE TÜRK EĞİTİM SİSTEMİNE YANSIMASI</p> |
|--|--|

A. DUYGU KAVRAMI

Antik dönemlerdeki filozofların duygulara ilişkin görüşleri incelendiğinde çoğunluğunun duyguları bilişsel zekaya bağımlı, rasyonel görüş ağırlıklı bir yaklaşım içinde ele aldıkları görülmektedir.

Örneğin Aristoteles'e göre duygular neşeli ya da neşesiz zamanlarımızda algılarımız veya varsayımlarımızla birlikte ortaya çıkan refakatçilerdir. İstek uyandırırılar ama bağımsız ölçüler olmadıklarından bilinç ile birlikte hareket ederler. Descartes döneminde ise, akılcılık yaklaşımı sistematik olarak ifade edilmiştir. "Cogito ergo sum" (*Düşünüyorum, öyleyse varım*) temel varsayımıyla hareket eden Descartes, duygularında, kişilerin düşüncelerine bağlı olarak ortaya çıktığını savunmuştur.



Duygular, tehlike, acı, kayıp, zorluklara karşı bir hedefe doğru ilerleme, eşine bağlanma ve bir aile kurma gibi aklın yeterli olmadığı durumlarda yol göstericidir. Duygular yaşamın akışı içinde alınabilecek sonsuz sayıda kişisel karar arasından seçim yapılmasında çok önemli bir rol oynarlar.

Her duygu, insanı, bir şekilde hareket etmeye hazırlar; her biri insan hayatında tekrarlanan güçlüklerle baş edebilecek şekilde insanı yönlendirir. İnsan, duyguları sayesinde hayatla baş edebilir. Önemli olan, bu duyguları tanımak ve onların gücünden olumlu bir şekilde yararlanmaktır.

Çünkü duygular yaşamımızı anlamlandırır. Başka bir ifadeyle insanı insan yapan duygularıdır. Bizi diğer insanlardan ayıran özelliklerden biridir duygularımızdır. Çünkü herkesin bir olaya, bir düşünceye ve çevresindekilere karşı hissettiği duygular farklıdır. Aynı zamanda her duygu, her insanda farklı tezahür eder. Duygularımızda kendimiz gibi biriciktir, bize özgüdür.

Son yıllardaki beyin görüntüleme konusundaki teknolojik gelişmeler ve nörolojik çalışmalar duygusal zihnin nasıl çalıştığı konusunda bazı önemli bilgiler elde etmemize olanak sağlamıştır.

B. DUYGUSAL ZEKA

Ortaya çıkışı açısından duygusal zeka kavramı, duyguların kontrolü odaklı olarak ele alındığında Aristo'ya kadar dayanmaktadır. Aristo'nun (MÖ:384-MÖ:322) duygusal zekayı "*Herkes kızabilir, bu kolaydır. Ancak doğru insana, doğru ölçüde, doğru zamanda, doğru nedenle ve doğru şekilde kızmak, işte bu kolay değildir*" derken kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını anlamasından yani empatiden, bireysel kontrolden bahsetmiştir (Kızıl, 2014).

*Herkes kızabilir, bu kolaydır.
Ancak doğru insana, doğru ölçüde, doğru zamanda, doğru nedenle ve doğru şekilde kızmak, işte bu kolay değildir. ARİSTO*

Günümüzde gündemden düşmeyen duygusal zeka kavramı, giderek farklı alanlarda yeni açılımlar yaratmaktadır. Bu alandaki çalışmalar, duygusal zekanın ölçülmesi; ilgili yeteneklerin yaşamın değişik alanlarına nasıl uygulanabileceği ve sonuçları, bunlara bağlı olarak da duygusal zekanın nasıl geliştirilebileceği gibi boyutlarda yoğun bir şekilde sürdürülmektedir.

Prof. Howard GARDNER'in (1983) çoklu zeka teorisinin dünya eğitim tarihinde bir dönüm noktası olması ve duygusal zeka kavramının doğmasıyla, dünya eğitim alanında pek çok uygulama yıkılırken, çocuk eğitiminde ve insana bakışta yeni bir anlayış oluşuyordu. Bu önemli bulgu, kişisel eğitim adına yeni bir rol, yeni bir teknik olarak ortaya atıldı ve dünya yeni bir kavramla karşı karşıya kaldı: "Duygusal Zeka".

Duygusal zeka modelini oluşturan Mayer ve Salovey'e göre; duygusal zeka, bireyin kendisinin ve diğerlerinin hislerini ve duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve bu süreçten elde ettiği bilgiyi, düşünce ve davranışlarında kullanabilme yeteneğiyle ilgili olan sosyal zekanın bir alt formudur (*çoklu zeka teorisi kapsamındaki "kişisel" ve "kişiler arası" zekanın birleşimi ile "Duygusal Zeka" oluşmuştur*). Mayer ve Salovey'in duygusal zeka modelinde duygusal zeka; duyguyu algılamak ve ifade etmek, duyguyu düşünceyle kaynaştırmak, duyguyu anlamak ve analiz etmek ile duyguları kontrol etmek yetenekleri ile açıklanmaktadır.

Duygusal zeka (EQ) ile ilgili çalışmalar; akademik yönden parlak zekalı insanların gerek iş, gerekse özel yaşamlarında her zaman en başarılı kişiler arasında olmadıklarını ortaya koymuştur. Uzmanlara göre akademik zekanın (IQ) yaşamdaki başarıyı etkileyen faktörler içindeki payı, en kötümser tahminle %4, en iyimser tahminle %20'dir (Cooper & Sawaf, 1997; Goleman, 1998). Duygusal zekanın ihmal edilmesi, akademik zeka kapasitesinin daha çok ve daha etkili kullanılmasını engeller. Dolayısıyla duygusal zekanın gelişimi akademik başarıyı artırır (Yeşilyaprak, 2001). Goleman'ın (2000) "Örgütlerde Duygusal Zeka Araştırmaları Konsosiyumu" başkanı olarak dünya çapında beş yüze yakın şirket, devlet kurumu ve kar amacı gütmeyen kuruluşlarda (eğitim kurumları dahil) yürüttüğü analizlerin ulaştığı sonuçların tümü, duygusal zekanın hemen hemen her iş alanında, mükemmelliği yakalamakta üstün bir rol oynadığına işaret etmektedir (akt, Yeşilyaprak, 2001).

Duygusal zeka yardımıyla birey değişim ile başa çıkabilme ve değişime uyum sağlama gerekse kontrollü ve bilinçli hareket ederek karar verme sürecinde tutarlı davranma özelliklerine sahip olabilmektedir. Kuşkusuz sadece duygulara sahip olmak yeterli değildir (Cooper and Sawaf, 2010). Duyguları tanımamak ve anlamamak, sonuç olarak duyguları yönetememek büyük bedellerle sonuçlanabilmektedir. Parlak bir zekanın sahibi bile eğer duygularını yönetmeyi başaramıyorsa hayatında mutluluğa erişemez. Duyguları anlama, tanıma ve yönetme ihtiyacı "duygusal zeka" kavramını ortaya çıkarmış ve günümüz şartlarında üzerinde önemle durulan bir konu haline gelmiştir (Babaoğlu, 2010). Duygusal zeka, kendimizle ve başkalarıyla başa çıkabilmeyi kolaylaştıran duyguları tanıma, anlama ve etkin biçimde kullanma yeteneğidir. Yani, başkalarının neyi istediklerini, neye ihtiyaç duyduklarını, güçlü ve zayıf yanlarını duyguları değerlendirerek anlayabilmek, stresle başa çıkabilmek ve insanların çevrelerinde görmek istedikleri gibi biri olmak için gerekli bir yetkinliktir" (Baltaş, 2013).

C. DUYGULARIN KAYNAĞI

Eriman Topbaş (2012) "Duygusal Beyin İnsan Öğrenmesini Nasıl Etkiler?" makalesinde verdiği bilgiye göre beyin biri dışsal, diğeri içsel olmak üzere iki şekilde uyarılır. Dışsal uyarımadabelirleyici olan duyu organlarıdır.

Duyu organları, fizyolojik yeterlikleri yanında, birinci dereceden bağlı oldukları beyinsel yapılar sayesinde görevlerini yerine getirebilirler. Duyu organlarının hassasiyet derecesi dışsal uyarıcıların doğru algılanmasında önemli rol oynar. İçsel uyarmalarda mevcut öğrenmeler belirleyici olur. Mevcut öğrenmeler arasında ilişkilendirmeler yapılarak yeni öğrenmelerin kapısı aralanır. Dışsal ve içsel uyaranlara yönelmemiz veya onlardan uzaklaşmamızda etkili olan duygularımızdır. Duygularımızın yönetim merkezini ise duygusal beynimiz oluşturur.

Beyin iki bölüme ayrılmaktadır. Bunlar; üst beyin ve alt beyindir. Üst beyin olarak da adlandırılan korteks bölümü, beyin hücrelerinin %28'nin kullanıldığı yerdir. Bu bölümde; bilişsel zeka ortaya çıkar, kişi düşünür, felsefe yapar ve para kazanır. Alt beyin ise; beyin hücrelerinin %72'sini kullanıldığı duyu organlarının ve iç güdülerin kaynağıdır. Duygusal beynimiz ise vücudumuzun fizyolojik işlevlerini kontrol eder ve dış çevreyle ilişkilerimizi düzenler. Duyu organlarımız vasıtasıyla gelen sinyaller duygusal beynimiz tarafından alınır ve ilk tepkiler yine bu beynimiz tarafından oluşturulur.

Duygusal beyin, bir anlamda beynimizin kalbidir. Olumlu/olumsuz tüm duygularımıza burası ev sahipliği yapar. Yine insanın iç çevresini burası oluşturur. Diğer insanlarla ve diğer dış çevre unsurlarıyla ilişkilerimizde çoğu zaman duygusal beynimiz etkili olur. Ağırlıklı olarak tüm yaşantılarımız burada depolanır. Dolayısıyla, yeni öğrenmelerin anlamlandırılma yeri burasıdır.

Ülkemizde Gençöz (2000) tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış olan Panas (Positive and Negative Affectivity Schedule) ölçeği 10 olumlu, 10 olumsuz duygu içerikli kelimedenden oluşmaktadır (tablo 5).

Tablo 5. Duyguların Sınıflandırılması (Panas, 1988)

POZİTİF DUYGULAR	NEGATİF DUYGULAR
MERAK	ENDİŞE
HEYECAN	ÜZÜNTÜ
GÜÇ	SUÇLULUK
HEVESLİLİK	PANİK
GURUR	DÜŞMANLIK
UYANIKLIK	ÖFKE
İLHAM	UTANGAÇLIK
KARARLILIK	GERGİNLİK
AKTİFLİK	STRES
DİKKAT	KORKU

Kaynak: Çoruk ve Ayçiçek

Bireyler gerek iş, gerekse iş dışındaki yaşamlarında birçok duygu yaşar. Bu anlamda duygular, insan davranışının ayrılmaz bir parçası olup bireyin iç dünyasından karşılıklı ilişkilere kadar birçok alanda belirleyicidir ve insan davranışında temel bir role sahiptir (Akçay ve Çoruk, 2012).

Duygular her insanda farklı tepkilere ve davranışlara neden olur. Örneğin birisi mutluluğunu coşkulu bir tarzla gösterirken, bir diğeri nispeten daha donuk davranabilir. Birisi üzüntüsünü sert ve kırıcı ifadelerle yansıtırken, bir diğeri sakinliğini koruyabilir.

D. OLUMLU DUYGULARIN YARARLARI

Öfke, kaygı ve depresyonun olumsuz tıbbi etkileriyle ilgili deliller, göz ardı edilemeyecek bir birikim oluşturmuştur. Kronikleştiğinde, öfke ve kaygı insanların bir dizi hastalığa karşı direncini kırabilir. Depresyon ise kişilerin daha kolay rahatsızlanmasına neden olmasa bile, özellikle durumu ağır olan daha zayıf hastaların tıbbi açıdan iyileşmesini engelleyebilir ve ölüm riskini artırabilir.

Ancak kronik duygusal sıkıntı değişik biçimleriyle zehir gibi bir etki yapıyorsa, bunun karşıtı bir dizi duygu da, bir ölçüde panzehir etkisi yapabilir. Bu, olumlu duyguların hastalıkları tedavi edeceğiye da gülmenin veya mutluluğun tek başına ciddi bir hastalığın gidişatını değiştirebileceği anlamınagelmez. Olumlu duyguların sağladığı ek üstünlük açık değildir, ama çok sayıda insanla yapılmışincelemelerden yararlanarak, hastalığın gidişatını etkileyen bir yığın karmaşık değişkenin arasındanayırt edilebilir.

Kötümserliğin bedeli ve iyimserliğin üstünlükleri depresyon gibi, kötümserliğin de bedelleri, iyimserliğin ise yararları vardır. Örneğin, ilk kalp krizini geçirmiş 122 erkek iyimserlik ve kötümserlik derecelerine göre değerlendirilmiştir. Sekiz yıl sonra, en kötümser 25 erkekten 21'i; en iyimser 25 erkekten ise yalnızca 6'sı ölmüştür.

Hastanın zihinsel tavrının, yaşama şansını –ilk krizde kalbin gördüğü zararın miktarı, ana damar tıkanması, kolesterol düzeyi veya tansiyon dahil– herhangi bir tıbbi risk faktöründen daha iyi belirlediği kanıtlanmıştır. Başka araştırmalarda da, daha iyimser hastalardan baypas ameliyatı geçirenlerin, kötümser hastalara oranla daha hızlı iyileştiği ve ameliyat sırasında ve sonrasında daha az tıbbikomplikasyon yaşadıkları görülmüştür.

Yakın akrabası iyimserlik gibi, umudun da şifa gücü vardır. Çok umutlu kişiler, bekleneceği gibi, tıbbi sorunlar dahil, kendilerini zorlayan durumlarla daha iyi başka çıkabilirler. Bel kemiği sakatlıklarından dolayı felç olmuş kişiler incelendiğinde, umutlu olanlar, aynı derecede sakatlanmış ancak daha az umutlu olan diğer hastalara oranla, daha fazla bedensel hareketlilik kazanabilmişlerdir.

İyimser ya da kötümser bir bakışın sağlık açısından sonuçlarını açıklayabilecek birçok kuram var. Şu ana dek kanıtlanamamış, spekülasyon düzeyindeki bir kurama göre, kötümserlik depresyona yolaçıyor, depresyon da bağışıklık sisteminin tümörlere ve enfeksiyona karşı direnişine müdahale ediyor. Kötümserlerin kendilerini ihmal ettikleri de öne sürülüyor. Bazı araştırmalarda, kötümserlerin iyimserlere oranla daha çok sigara ve içki içtikleri, daha az egzersiz yaptıkları ve sağlıklarını etkileyen alışkanlıkları konusunda daha dikkatsiz oldukları bulguları. Belki de bir gün, umutluluğun fizyolojisinin, kendi başına vücudun hastalıkla savaşmasına bir şekilde biyolojik açıdan yardım cıolduğu ortaya çıkabilir (Daniel Goleman; Akt.Banu Seçkin Yüksel,2011)

E. BİLİŞSEL ZEKA (IQ) İLE DUYGUSAL (EQ) ZEKANIN KARŞILAŞTIRILMASI

Yıllardır, bireyin işlevselliğinin ve başarısının (IQ) ile doğru orantılı olduğu bilinmekteydi. Ancak son zamanlarda artık duygusal zeka yani (EQ)'nun da başarıda önemli rolü olduğu düşünölmeye başlanmıştır. (IQ ve EQ) birbirlerine karşıt değil, birbirinden ayrı yetilerdir. Bütün bireylerde, akıl ve duygusal hassasiyet karışıkır.

Aslında (IQ) ve duygusal zekanın bazı yönleri arasında az da olsa bir bağlantı vardır, ancak bu o kadar ufaktır ki, (IQ) ile duygusal zekanın birbirinden bağımsız olgular olduğunu açıkça ortaya koymaktadır(Goleman, 1995). Bireylerin duygusal zeka düzeyleri kalıtsal olarak tayin edilmediği gibi, gelişimi de ilk çocukluk dönemlerinde gerçekleşmemektedir. Genetik olarak sabit olan (IQ)'nun aksine, duygusal zekanın öğrenilme olasılığı fazladır(Yüksel, 2006).

Yukarıda değinildiği üzere akademik zekanın (IQ) yaşamdaki başarıyı etkileyen faktörler içindeki payı, en kötümser tahminle %4, en iyimser tahminle %20'dir (Cooper & Sawaf, 1997; Goleman, 1998). Ancak kalan %80'in duygusal zekaya ait olduğunu varsaymak doğru olmaz.

Çünkü duygusal zekanın yanı sıra –ailemizin zenginlik ve eğitim düzeyinden mizaca ve benzerlerine kadar çok çeşitli güçleri de içerir. Duygusal zekanın ihmal edilmesi, akademik zeka kapasitesinin daha çok ve daha etkili kullanılmasını engeller. Dolayısıyla duygusal zekanın gelişimi akademik başarıyı artırır (Yeşilyaprak, 2001). Biz iki zihne sahibiz; birisi düşünüyor, diğerisi ise hissediyor. Birbirinden tamamen farklı olan akılcı zihin ve duygusal zihin, etkileşim halindedir.

bir kavrama sistemi daha vardır; bu da duygusal zihindir. D. Goleman'a göre "Biri duygusal, biri akılcı olan bu iki zihin, çoğunlukla bir uyum içinde ve farklı bilinç biçimlerini birbiriyle kaynaştırmaktadır. Genelde duygusal ve akılcı zihinler bir denge halindedir.

Duygu, akılcı zihnin işleyişine katkıda bulunur, akılcı zihin ise duygusal verileri şekillendirir ve bazen de reddeder." Zihnin akılcıduygusal dengesinin belirli bir orantısı vardır; hisler yoğunlaştıkça duygusal zihin devreye girer ve akılcı zihin etkisini yitirir. Örneğin; yaşamımızın tehlikede olduğudurumlarda duygu ve sezgilerimiz anlık tepkilerimize rehberlik eder. Aynı şekilde, düşünen beyin, duyguların kontrolden çıkıp duygusal beynin dolu dizgin gittiği anlar hariç, duyguları idare eder.

Tablo 5. Bilişsel Zeka (IQ) ile Duygusal Zeka (EQ) Arasındaki Farklar

(IQ) zihin odaklı sosyal ortamdaki yalıtılmış bir yığın beyin odaklı işlemimiz tanımlamak için kullanılırken (EQ) sosyal ilişkileriniz içindeki sizi ifade etmektedir.
(IQ)'ya matematik diyeceksek'(EQ) ya psikoloji deriz.
(IQ)'yu bir problem karşısında alternatif çözüm yolları bulmanız olarak ifade edeceğiz; (EQ)'yu bir problem karşısında duyguyu yönetebilme, yeni yeni uyum kapıları bulabilme kabiliyetiniz olarak tanımlayabiliriz.
(IQ) laboratuvar ise (EQ) hayattır.
(IQ) daha çok kişinin zeka katsayısını vermekte ve zeka fonksiyonlarını değerlendirir. (EQ) ise kişinin duygusal sentez, tespit ve fonksiyonlarını bize bildirmektedir.
<i><u>Akademik Başarı Olarak (IQ) ve (EQ) Arasında Bir Kıyaslama Yapılacak Olunursa</u></i>
Yüksek (IQ) sizi fizik profesörü yaparken, (EQ) yüksek sizi fizik bölümü başkanı yapar.
Yüksek (IQ) sizi mali finans uzmanı yaparken, yüksek (EQ) sizi şirketin finans bölümünün yöneticisi yapar.
(IQ) sizi işe aldırır fakat sizi terfi ettiren(EQ)'dur.
(IQ) sizi okuldan mezun ettirir, (EQ) ise hayattan.

Kaynak: Özge Özgen: Gazi Eğitim Fakültesi; Başarı ve İlişkide Duygusal Zekanın Rolü,2006

F. DUYGUSAL ZEKAYI OLUŞTURAN YETENEKLER

Daha önce belirtildiği gibi duygusal zeka ile ilgili çalışma yapanlar, entelektüel (akademik) ve duygusal yetiler arasındaki ayrıma işaret eden en etkili zeka kuramcılarında biri olan Howard Gardner'in 1983 yılında ileri sürdüğü çoklu zeka modelinden yararlanmışlardır. Çoklu zeka kuramında yer alan ve duygusal zeka teorisinin filizlenmesine öncülük eden en önemli zeka boyutları kişisel zeka ve kişiler arası zekadır.

"Gardner'a göre kişisel zeka, başkalarıyla olan ilişkide kişinin kendi zekasının ve diğer kişisel yeteneklerinin (hisleri, huyları, motivasyonu ve niyetleri) farkında olması ve bunları birbirinden ayırması olarak tanımlanmaktadır (Wong ve Law, 2002). Kişisel zeka alanında yetkin bireyler, kendileri hakkında dikkatli, doğru bir model oluşturabilir ve bunu etkili bir yaşam sürbilmek için kullanabilirler (Goleman, 2009).

Daha sonra duygusal zeka üzerinde çalışanlar, Gardner'in bu iki kişisel alanını da kapsayacak şekilde beş yetenek alanını içeren bir model oluşturdu (Goleman 1998; Lazarus 1999; Weisinger 1998, Akt. Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak).

Tablo 6. Duygusal Zeka Kapsamına Giren Beş Temel Yetenek

YETENEK ALANI	ÖZELLİKLER
KENDİNİ TANIMA (ÖZBİLİNÇ)	Benlik bilinci" olarak da ifade edilebilir. Kendini tanıma, kendi duygularının farkında olma ve doğru değerlendirme yeteneği. Bir duyguyu oluşurken farkedebilme, duygusal zekanın temelini oluşturur. Bu bir bakıma psikolojik içgörüdür.
DUYGULARI YÖNETEBİLME (ÖZDENETİM)	Duyguları uygun biçimde yönetebilme, denetleyebilme yeteneği. Bununla kastedilen ne tutkuların kölesi olmak ne de duyguları bastırmaktır. Kastedilen duyguları dengeli, uyumlu biçimde ortaya koyabilme, gerektiğinde "doyumun, hedefe yönelik olarak kişinin kendisince ertelenmesi" olarak ifade edebileceğimiz "duygusal özenetim"dir.
KENDİNİ HAREKETE GEÇİREBİLME (MOTİVASYON)	Duyguları bir amaç doğrultusunda harekete geçirebilme, içsel güdülenme. Motivasyon, bir işe başlamanın ve sonuna kadar götürülebilenin anahtarıdır. Teknik olarak, enerjiyi belli bir amaç uğruna, belli bir yönde harcamaktır. Duygusal zeka bağlamında ise, duygusal sistemimizi aracı olarak kullanarak bir işi başlatmak ve bitirmektir.
BAŞKALARINI DUYGULARINI ANLAYABİLME (EMPATİ)	Kendini başkalarının yerine koyabilme yeteneği. Empati, başkaları ile ilişki kurmada temel yapıtaşdır. Kökeni, "özbilinç"tir. Kendi duygularımıza ne kadar açıksak, başkalarının duygularını okumayı da o kadar iyi beceririz.
İLİŞKİLERİ YÜRÜTEBİLME (SOSYAL BECERİLER)	Etkili kişilerarası ilişkiler kurabilme ve sürdürülebilirlik yeteneği. Sosyal becerilere sahip olma. Bu yetiye Goleman "sosyal sanatlar" veya "ilişki sanatı" denilebileceğini belirtiyor, bunun diğer iki duygusal becerinin, özyönetim ve empatinin olgunlaşmasını gerektirdiğini vurguluyor.

Kaynak: Prof. Dr.Binnur Yeşilyaprak“Duygusal Zeka ve Eğitim Açısında Doğurguları”

G. DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ

Binnur Yesilyaprak'a(2001) göre bilim adamları(EQ)'yu her zaman ve her yaşta geliştirilip ilerletilebilen öğrenilebilir bir zeka alanı olarak görmektedirler (Shapiro 1998; Weisinger 1998; Goleman 2000). Genel bir kanı olarak, 13-19 arasındaki yaşlardan sonra pek fazla gelişim göstermeyen(IQ)'nin tersine, duygusal zekanın öğrenilme olasılığı oldukça fazladır ve yaşam boyu gelişmeye devam ederek daha yeterli düzeye ulaşabilir.

Duygusal zeka yalnızca bireylere özgü bir kavram değildir. Kurumsal yapıları tıpkı yaşayan bir organizma gibi farklı "organlardan" oluşan kurumların da kendilerine özgü duygusal zekaları bulunmaktadır.Daha önce de vurgulandığı üzere Goleman (2000)'nin "Örgütlerde Duygusal Zeka Araştırmaları Konsorsiyumu" başkanı olarak dünya çapında beşyüze yakın şirket, devlet kurumu ve kar amacı gütmeyen kuruluşlarda (eğitim kurumları dahil) yürüttüğü analizlerin ulaştığı sonuçların tümü, duygusal zekanın hemen hemen her iş alanında, mükemmelliği yakalamakta üstün bir rol oynadığına işaret etmektedir.

Bu incelemelerin ortaya koyduğu ve genel olarak kabul edilen gerçek; duygusal zekanın, aklın sahip olduğu yetilerin kullanılabilmesinde yaşamsal bir öneme sahip olduğudur. Diğer bir ifade ile, duygular tanınıp yapıcı bir biçimde yönlendirildikleri takdirde zihinsel performansı artırır. Artık bilinmektedir ki duygularını yönetemeyen insan, aklını da yönetememektedir!

Araştırmalar duygusal zekayı oluşturan sosyal ve duygusal becerilerin, akademik zeka (IQ)testleriyle ölçülen bilişsel zekadan çok daha önemli olduğunu ortaya koyuyor. Duygusal zeka (EQ) ile ilgili çalışmalar; akademik (IQ)yönden parlak zekalı insanların gerek iş, gerekse özel yaşamlarında her zaman en başarılı kişiler arasında olmadıklarını ortaya koymuştur.

a. ÇOCUKLUKTA DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ

❖ Dürtü Kontrolü: Lokum Testi

1960'lerde psikolog Walter Mischel Stanford Üniversitesi kampüsündeki çoğunlukla Stanford öğretim üyelerinin, lisansüstü öğrencilerinin ve diğer çalışanların dört yaşındaki çocukları üzerinde başlattığı çalışmayı çocuklar liseden mezun olana kadar sürdürür.

Deneyi yapan Walter Mischel dört yaşındaki çocuklara:

“Eğer yapmakta olduğum görevi bitirmemi beklerseniz, iki lokum alabilirsiniz. Yok o zamana kadar bekleyemezseniz, hemen şimdi istiyorsanız sadece bir tane alabilirsiniz”. Önerisinde bulunur.

Dört yaşındaki bazı çocuklar deneyi yapanın geri dönüş süresi olan, herhalde hiç geçmeyecek sandıkları onbeş-yirmi dakika boyunca bekleyebilmişler ve hemen birer lokum almışlar.

Bu direnişlerini sürdürebilmek için, baştan lokumlara gözleri takılmasın diye gözlerini kapayarak veya kollarının üzerine kapanarak, ya da kendi kendine konuşarak, şarkı söyleyerek, el ve ayaklarıyla oyunlar oynayarak ve hatta uyumaya çalışarak zaman geçirmişler ve süre sonunda ikişer lokum almışlar.

Bu dürtü anıyla nasıl baş edildiğine ilişkin teşhis gücü, on iki ile on dört yıl sonra izlenmeye devam edilen çocuklar ergenlik çağına ulaştıklarında ortaya çıkmıştır. Lokumu kapan yuva çocuklarıyla doyumunu erteleyen arkadaşları arasında, çarpıcı duygusal ve sosyal farklılıklar görülmüştür.

Dört yaşında baştan sebat ederek lokum almayanlar, ergenliğe ulaştıklarında sosyal açıdan daha yeterliydi: Kişisel olarak etkiliydiler, kendini ortaya koyabiliyor, hayatta karşılaştıkları açmazlarla daha iyi mücadele ediyorlardı. Ayrıca bu çocuklar stresli durumlarda çözülmeye, donup kalmaya, baskı altında akli karışmaya, dağılmaya daha az eğilimli; mücadeleden kaçmayan ve zorluklar karşısında bile direnen; kendine karşı güvenli ve güvenilir; inisiyatif alan, projelerin üstüne atlayan gençler olmuşlardı. Ayrıca, on yıldan uzun bir süre sonra bile, hedeflerine ulaşmak için hala anlık doyumunu erteleyebiliyorlardı.

Çocukların lokumu hemen kapan üçte birinin ise, bu niteliklerin daha azına sahip oldukları ve ortak özellik olarak psikolojik açıdan daha sorunlu bir görünüm sundukları görülmüştü. Ergenlik çağında, sosyal temastan kaçınmaya, inatçı ve kararsız davranmaya, açmazlar karşısında kolayca sinirlenmeye; kendilerini “kötü”ya da değersiz olarak görmeye; stres altında hareketsizleşmeye veya çocuklaşmaya; insanlara güvenmemeye ve hep yeteri kadar almadıklarından yakınmaya; kıskançlık ve hasede kapılmaya; sinirlenince gereğinden fazla ve sert tepki vererek, tartışmalar, kavgalar başlatmaya daha yatkın gençler olmuşlardı. Ayrıca, onca yıl sonra bile hala doyumunu erteleyemiyorlardı.

Hayatın ilk dönemlerinde ufak ufak başlayan şeyler, zaman içinde büyüyüp gelişerek çok çeşitli sosyal ve duygusal beceriler haline alır. Dürtüyle hareket etmeyi erteleme gücünü birçok çabanın temelinde bulabiliriz; bu bir yemek rejimini sürdürmekten tıp okulunu bitirebilmeye kadar uzanır.

Bazı çocuklar, henüz dört yaşındayken temel becerileri kazanmış olabiliyor: Ertelemenin avantajlı olacağı sosyal durumların farkına varabilmek, dikkatini baştan çıkarıcı şeylere odaklanmaktan kurtarabilmek ve hedefe –iki lokuma– ulaşmakta gerekli sebatı gösterirken dikkatlerini, kendilerini hedeften alıkoyacak şeylerden başka yere kaydırabilmek gibi.

Daha da şaşırtıcı olan, aynı çocuklar liseyi bitirirken tekrar değerlendirildiğinde, dört yaşındayken sabırla bekleyenlerin, beklemeyenlere kıyasla çok daha üstün çıkmalarıydı. Deney grubundaki onbeş-yirmi dakika boyunca bekleyerek iki lokum alan çocukların ailelerine göre çocukları akademik açıdan daha başarılı olmuşlardı: Fikirlerini daha iyi ifade edebiliyor, mantıklarını kullanıp akılcıca tepki veriyor, konsantre olabiliyor, plan yapıp bunu uygulayabiliyorlardı ve öğrenmeye daha hevesliydi. En şaşırtıcısı ise SAT (*Lisans eğitimi için başta ABD olmak üzere dünyanın neredeyse tüm ülkelerinde geçerliliği olan prestijli bir sınav*) testlerindeki puanlarının çok daha yüksek oluşuydu. Dört yaşında lokumları hevesle kapanların oluşturduğu üçte birlik grubun ortalama sözel puanı 524, sayısal puanı 528 iken, lokumları en uzun süre bekleyebilen üçte birlik grubun ortalama puanları, sırasıyla 610 ve 652'ydi. Bu da toplamda 210 puanlık bir fark demektir.

Bura yakadar dört yaşındaki çocukların kendilerine sunulan bir lokumu hemen kapıp ağzına atma dürtüsünü kontrol yeteneği, sanki on dört yıl sonra aldıkları SAT sonuçlarında 210 puanlık bir üstünlüğe sahip olacaklarının habercisiydi. Bu yetenek okul yılları boyunca oluşmaya devam etse de, duygusal zekanın öğelerini oluşturmak için ilk fırsat, en erken yıllarda ortaya çıkar. Çocukların sonradan edinecekleri duygusal beceriler, ilk yıllarda edindiklerinin üzerinde oluşur.

Anne-babanın duygusal yeterlilik üzerindeki etkisi beşikte başlar. Çocuklar bebekliklerinden itibaren sağlıklı, sağlıklı, doğru ya da yanlış pek çok şeyden etkilenecek büyürler. Çevrelerinden gelen tepkilere göre kendileri ve başkalarıyla ve içinde yaşadıkları dünyayla ilgili düşünceler edinir ve bunlara göre davranış ve tutum geliştirirler. Büyüklerin (anne-baba, bakıcı ya da öğretmen) çocuklar ile olan ilişkileri ve yaşamın ilk yıllarında onlara kazandırdıkları tecrübeler, çocukların duygusal ve beyin gelişimlerinin yanı sıra onların gelecekteki tutum ve davranışları üzerinde de etkilidir.

Tanınmış Harvardlı pedagoğ T.Berry Brazelton, bebeğin hayata karşı temel tavrını teşhis için basit bir test kullanıyor. Sekiz aylık bir bebeğe iki küp verip bunları nasıl yan yana getirmesini istediğini gösteriyor. Hayata umutla bakan, yeteneklerine güvenen bebek, Brazelton'a göre; bir küpü alıp ağzına götürür, saçına sürer, masanın kenarından aşağı iter, yerden alıp tekrar kendisine verip vermeyeceğinizi izler. Alıp verirseniz, ondan istediğiniz işi tamamlar, yani küpleri bir araya getirir. Sonra da size beklenti dolu parıldayan gözlerle, "Hadi bana ne kadar harika olduğumu söyle!" dercesine bakar. Bu tür bebekler hayatlarındaki yetişkinlerden yeterli ölçüde onay ve teşvik almışlardır; hayatın küçük zorlukları karşısında başarılı olmayı beklerler.

Buna karşılık kasvetli, düzensiz ya da ihmalkar ailelerin çocukları, bu basit işi yaparken zaten başarısız olmayı beklediklerini belli ederler. Sorun, bu çocukların küpleri bir araya getirmemeleri değildir; talimatı anlarlar ve buna uymak için gereken koordinasyona da sahiptirler. Ancak Brazelton'a göre, işi yaptıklarında bile, "Bende iş yok. Bak, beceremedim işte," der gibi "süklüm-püklüm" bir tavır sergilerler. Böylesi çocukların yaşam boyu teslimiyetçi bir tavır sergileyerek öğretmenlerinden hiçbir teşvik ya da ilgi beklemeden okulu tatsız bulmaları belki de sonunda okulu bırakmaları olasıdır.

Bu iki bakış açısı –kendine güvenen iyimser çocuklarla, başarısız olmayı bekleyenler– arasındaki fark hayatın ilk yıllarında şekillenmeye başlar. Brazelton'a göre, anne-babaların çocuklarının hayatta başarılı olmalarına yardım edebilmek için, "davranışlarının çocukta güven, merak, öğrenme zevki ve bir sınır kavramının oluşmasında etkili olduğunu anlamaları gerekir." Brazelton'un önerisi, okul başarısının çocuk okula girmeden önceki yıllarda oluşmuş duygusal özelliklere şaşırtıcı ölçüde dayandığını gösteren bir bulgu birikimine dayanıyor.

Ulusal Klinik Bebek Programları Merkezi'nin bir raporu, çocuğun okulda göstereceği başarıyı tahmin ederken belirleyici olanın bilgi dağarcığı ya da okuma yeteneğinin erken gelişmesinden çok, duygusal ve sosyal ölçümleri olduğunu gösteriyor. *Örneğin*, kendinden emin olması ve ilgi göstermesi; kendisinden nasıl bir davranış beklenildiğini ve yanlış davranma dürtüsüne nasıl hakim olacağını bilmesi; bekleyebilmesi, verilen talimata uyabilmesi ve öğretmenlerinden yardımisteyebilmesi; diğer çocuklarla iyi geçinirken ihtiyaçlarını da ifade edebilmesi gibi. Rapora göre, okulda başarısız olan çocukların hemen hemen tümü (ayrıca öğrenme güçlüğü gibi bilişsel zorlukları olsa da, olmasa da) duygusal zekanın bu öğelerinden bir ya da birkaçından yoksundur. Bu sorun küçümsenemeyecek kadar büyüktür; bazı eyaletlerde beş çocuktan biri ilk sınıfı tekrar etmek zorunda kalıyor ve yıllar geçip arkadaşlarından geri kaldıkça, cesareti daha da kırılıp küskün ve huysuz oluyor

Araştırma bulguları, duygusal zekanın bir üst yetenek olarak kişilerin öteki zihinsel yeteneklerini ne kadar iyi ya da kötü kullanabileceklerini belirlemekteki rolünün altını çizmektedir. Duygusal zeka, hayatın ilk yıllarında gelişmeye başlar. Çocukların, anne baba, öğretmen ve çevrelerindeki diğer insanlar ve arkadaşlarıyla olan iletişimlerinde birbirlerine duygusal mesajlar gönderirler. Bu mesajların üst üste tekrarı çocukların duygusal yapısını ve davranışlarını oluşturur. Çevreden gelen tepkiler ve mesajlarla oluşan beyindeki bağlantılar çocuğun geleceğini kalıcı olarak etkiler. İhtiyaçları zamanında, şefkat ve sevgiyle karşılanan bebekler kendilerini güvende hisseder ve strese girmezler. Ağlayarak acıktığını, acısını ya da üzüntüsünü belirten çocuk büyüklerinden ilgi görürse tedirginliklerine cevap verildiğini öğrenirler.

Çocuklara özel zaman ayırmak, onlarla iyi ilişkiler içinde olmak çocukların özgüvenlerini geliştirecek ve başkalarıyla da iyi ilişkiler içinde olmalarında etkili olacaktır. Aile içinde duygusal ihtiyaçlarına karşılık verilen, duyguları eleştiriye maruz kalmadan dinlenip anlaşılan çocuklar anne ve babalarına güven duyacak ve bir sıkıntılar olduğunda bunu rahatça paylaşacak ve yardım alabileceklerdir. Çocukların sonradan edinecekleri duygusal beceriler, ilk yıllarda edindiklerinin üzerinde oluşur.

Duygusal zeka, öğrenilen her şeyin temelini oluşturur. Sevgi ve değer vermenin tüm kapıları açan davranışlar olduğu unutulmamalıdır. Çocuğa sevgi gösterildiği ve ona zaman ayrıldığında çocuk zaten olumlu davranışlar sergileyecektir. Sevgi çocukların ruhsal gelişimleri için çok önemli bir faktördür. Çünkü sevgisiz bir ortamda büyümüş, hor görülmüş, kendilerini ifade edememiş çocukların özgüvenleri düşüktür. Sevgisiz ortamlarda büyüyen çocukların duygusal zekaları da yeterince gelişme gösteremez.

Özetle, duygusal zekanın ilk okulu ailedir. Anne ve babanın davranışları çocuğun duygusal yaşantısında derin ve kalıcı etkiler yaratır. Çocuklarının duygularını önemsemeyen ve duygusal ihtiyaçlarına karşılık vermeyen anne ve babalar, onların duygusal zekalarının yanı sıra zihinsel gelişmelerine de engel olurlar. Şiddete eğilimi olan çocuklar genelde aileleri tarafından önem verilmemiş, hayatlarına ilgi gösterilmemiş, sürekli eleştiriye maruz kalmış, anlaşılmamış ve ağır cezalar verilmiş çocuklardır. Bireyin yaşamdan doyum sağlaması, işlevlerini etkin bir şekilde yerine getirmesi ve yaşadığı topluma uygun kişi olarak yetişmesi öncelikle aile çevresinde sağlanır. Kişilerin sağlıklı bireyler olmaları yaşadıkları ailenin işlevlerini sağlıklı biçimde yerine getirmesi ile mümkündür. *Duygusal zekanın gelişmesi açısından üzerinde durulan en önemli faktörler yaş, aile ortamı, cinsiyet, kültür, iletişim, ekonomik düzey, etkinliklere katılımıdır.*

b. YAŞ VE DUYGUSAL ZEKA

Duygusal zeka bebeklikten itibaren gelişmeye başlar. Craig (1989) 6 aydan küçük bebeklerin zevk, rahatlık ve öfke gibi daha az özelleşmiş duyguları, 6 aydan sonra ise bebeklerin sevinç, korku ya da kızgınlık gibi farklı duyguları yaşayabildiklerini ortaya koymuştur. Pek çok çalışmada 2-3 yaş çocuklarının mutlu, neşeli, kızgın, öfkeli ve üzgün duygularını tanıyabildikleri, ancak hayret, korku ve yalnızlık duygularını yüz ifadelerinden anlamada başarılı olamadıkları belirtilmektedir. Duygusal yüz ifadelerini tanıma becerisinin, okul öncesi ve ilkokul yıllarında hızlı bir gelişme gösterdiği de çeşitli çalışmalarda ortaya konmuştur.

İnsan kırkların sonlarına ya da ellilerin başlarına gelene dek, yaşı ilerledikçe duygusal yönden daha zeki olur. Bu durum Multi-Health Systems Inc. (MHS) tarafından yapılan, Amerika ve Kanada'daki 3.831 kişi üzerindeki testler sonucu bulunmuş anahtar faktörlerden birisidir. MHS başkanı ve testin yayıncısı Stein (2000) şöyle belirtmektedir: "DZ (Duygusal Zeka) seviyesi üzerinde istikrarlı ve önemli yaş etkisi vardır. Toplam DZ derecesi yaşla orantılı olarak yükselmiş ve kırklı yaşların sonları ve ellili yaşların başlarında doruk noktasına ulaşmıştır. Bu bulgu, AZ(Akademik Zeka: IQ) dikkate alındığında, doruk noktasına onlu yaşların sonlarında ulaşmakta ellilerin sonlarına kadar bu düzeyini yitirmektedir." Standart DZ dereceleri (Genel nüfusla karşılaştırma temeline dayanarak/ ortalama= 100)

Tablo 7: Multi-Health Systems Inc. (MHS) Duygusal Zeka (2000)

YAŞ GRUBU	ORTALAMA (EQ)
16-19	95,3
20-29	96,8
30-39	101,8
40-49	102,7
50 ve üzeri	101,5

Tablo 7'deki verileri MHS başkanı ve testin yayıncısı Stein (2000) şöyle değerlendirmektedir: Bu yaşa ilişkin veriler, yaş ve deneyimle kazanılan "duygusal olgunluk" kavramı üzerindeki görüş birliğini teyit etmektedir. Bar-On EQ-I bulguları işyerinde önemli katkılar sağlayabilir. Çok sayıdaki Bar-On EQ-I verilerine göre, yüksek

(EQ) derecesine sahip insanlar cinsiyetleri ve etnik kökenleri ne olursa olsun, işteki başarıdan mutluluk duyarlar. Dinamik ve teknolojinin biçimlendirdiği bu çağda daha yaşlı “duygusal olarak zeki” çalışanların katkısı, en az genç insanların katkıları kadar önemli sayılmalıdır (Stein,2000).

H. AİLE ORTAMINDA ÇOCUĞUN DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ

Birçok alanda olduğu gibi duygusal zeka gelişiminde de çocuğun yetiştiği aile ortamı çok önemlidir. Daha önceki bölümlerde belirtildiği üzere çocuk yetiştirmek bir yerde evrensel bir beceridir. En düşük düzeydeki bir kamu hizmet için bile eleman alımlarında yeterli olup olmadığı sınavlarla değerlendirilirken, akıl yetenek ve becerileri sınava sokulmadan, çocuk yetiştirme konusunda ana babalara yetki verilmektedir (Toffler, 1974). Oysa ebeveyn olmak, gerçek anlamda bir sanattır. Eğitim ister, emek ister, sabır ister, çaba ister ve bitmeyen bir dolu yürek ister. Hemen hepimiz, ön hazırlıksız, eğitimsiz ve diplomasız yaşamımızın büyük bir bölümünü anne-babalık mesleğinde geçiriyoruz.

Yola çocuk olarak çıkıyoruz; büyüyoruz; ana baba yuvasını terk ediyoruz; büyüyüp aynı döngüyü sürdüreceğiz çocuklarımız oluyor. Bu döngü insan varlığının bir parçasıdır. Hayat akarken yetişkinlerin yaşadığı gündelik sorunlar istemeden de olsa çocuklara yansır ve bu olumsuzluklar onların yeni oluşmakta olan kişiliklerini değişik boyutlarda etkileyebilir. Bu bakımdan çocuğa ailede verilen eğitim büyük önem taşımaktadır.

Anne babaların davranışları çocuklarda derin izler bırakır. Goleman’a (2005) göre çocuğun yaşamındaki en etkili sosyalleştirme kurumu; ailedir. Anne babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocukla olan etkileşimi, çocuğun aile içindeki yerini belirler. Çocuğa yöneltilen davranış ve ona karşı takınılan tavır, anne ve babaların çocuklarına doğrudan söyledikleri ve yaptıkları değil, kendi hislerini ifade edişleri ve aralarındaki etkileşim modeli, çocukta ilk yaşantıların örülmesinde büyük önem taşır. Kişiliğin oluşumu için gerekli olan özdeşleştirme, aile içindeki yakın üyelerle gerçekleştirilebilir (Yavuzer, 1993). Genellikle anne, baba, amca ya da dayı gibi aile içindeki yetişkinlerden birinin bozuk bir kişilik yapısına sahip olması hali gibi kötü davranışların çocuğa da yansıma olasılığı vardır.

Nitekim ‘ Suçlu Çocuklarda Zeka, Kişilik ve Yakın Çevre Özellikleri’ ni konu edinen, 214 hükümlü genç üzerinde gerçekleştirilen araştırma bulgularına göre, suçlu gençlerin ailelerinde, birinci derecede akrabalar arasında % 54 oranında hüküm giymiş suçluya rastlanmıştır. Çocukta yargıların oluştuğu, tercihlerin yapıldığı ya da en azından etkilendiği yer ailedir. Çocuğun yetiştiği ailenin yapısı, genişliği, sosyo-ekonomik ve kültürel düzeyi, onun ilk sosyal deneyimlerini dolayısıyla duygusal ve toplumsal gelişimini etkileyecektir (Yavuzer, 1993)

Sosyal uyum üzerindeki çalışmalar, ailenin çocuk üzerindeki ilk etkilerinin son derece önemli olduğunu kanıtlamaktadır. Evlerinde yakın ilgiyle demokrasinin birleştiğini gören çocuklar en etkin, özgür ve arkadaş ilişkilerinde en başarılı çocuklar olmaktadır. Hoşgörülü ve demokratik ortamlarda büyüyen çocukların, arkadaşları ile olan ilişkilerinde daha etkin, daha girişken, yaratıcı fikirler öne sürebilen, fikirlerini serbestçe söyleme eğiliminde oldukları kabul edilmektedir. Bu tür çocuklarda kendini denetleme arzusuna daha erken rastlanmaktadır. Buna karşılık, daha sert bir denetim altında tutulan ya da eğitim yöntemleri değişken olan ailelerde büyüyen çocuklar ise, karşı çıkma ya da saldırganlık gibi yollarla kendini kabul ettirmek istemekte ve kendi iç dünyalarını açıklamakta zorluğa uğramaktadırlar (Yavuzer, 1993).

Dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamında, yeterli güven, sevgi ve sevecenlik içinde büyüyen çocuklar, gelişimleri için gerekli deneyimleri elde edebilirler. Bu tür aile ortamlarında, aile üyelerinin kendine düşen sorumlulukların bilincinde olması ve çocuğa bağımsızlık yolunda yeterli olanakların hazırlanması, onun sağlam bir kişilik yapısına sahip olmasını sağlar (Yavuzer, 1993).

Duygusal zeka gelişiminde kritik dönemler olan okul öncesi çocuklarından başlayarak ilköğretim sürecinde aile ve öğretmenler tarafından verilecek eğitim çocuğun gelişiminde büyük önem taşımaktadır. Çocuklara okunan hikayeler, öğretilen oyunlar, seçilen oyuncaklar, izletilen çizgi karakterler çocuğun duygusal gelişimine yön verecektir. Böylelikle duygusal zeka eğitimi okul öncesi ve ilköğretimden başlayıp tüm yaşam boyunca devam eder. İnsan yaşamındaki en önemli dönemlerden olmasından dolayı özellikle çocukluk döneminde duygusal zekanın gelişimine anne-baba ve öğretmenlerin özen göstermesi gerekmektedir.

1. DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİNİ ETKİLEYEN BAZI EBEVEYN TUTUMLARI

i. HİSLERİ TAMAMEN GÖZ ARDI ETMEK

Bu tür anne babalar çocuklarının duygusal sıkıntılarını aldırılmayarak, kendiliğinden geçmesini beklemeleri gerektiğine inanırlar. Duygusal anları, çocuğa yakınlaşmak ya da onun duygusal yeterlilik konusunda bir şeyler öğrenmesine yardımcı olmak için bir fırsat olarak kullanmayı beceremezler.

ii. FAZLASIYLA SERBEST BIRAKMAK

Bu tür anne babalar çocuğun ne hissettiğinin farkındadırlar, ancak çocuk içindeki duygusal fırtınayla nasıl baş ederse etsin yaptığı hiçbir şeye karışmazlar. Çocuğun hislerini göz ardı eden tiplerde olduğu gibi, bu anne- babalar da çocuklarına duygusal tepki öğretmeye kalkışmazlar. Tüm rahatsızlıklarını yatıştırmaya çalışırlar ve örneğin, üzüntüsünü ya da öfkesini geçirmek için pazarlığa ya da rüşvete başvururlar.

iii. ÇOCUĞU AŞAĞILAYIP HİSLERİNE SAYGI GÖSTERMEMEK

Bu tür anne babalar genellikle çocuğun hiçbir yaptığını onaylamaz, sert bir şekilde eleştirir ve cezalandırırlar. Örneğin, çocuğun öfkesini belli etmesine hiçbir şekilde izin vermeyip en ufak bir huysuzluk belirtisinde bile cezalandırmaya kalkışırlar. Bunlar, çocuk bir şeyi kendi açısından anlatmaya başladığı zaman, "sakın bana karışıklık verme!" diye öfkeyle bağırarak anne- babalardır.

Anne babaların bu tarzda etkili olabilmeleri için, önce kendi duygusal zekalarını çok iyi kavramaları gerekir. Örneğin, bir çocuk için temel duygusal derslerden biri, hislerin birbirinden nasıl ayırt edileceğidir; ancak, kendi üzüntüsünü yeterince anlayamayan bir baba, bir şey olduğunda üzülme ya da sevinme mi gerektiği konusunda çocuğunun duyguları ayırt etmesine yardımcı olamaz.

iv. EMPATİ, EBEVEYNİN ÇOCUĞUN HİSLERİYLE AHENK KURMASIYLA BAŞLAR

Empati dersleri, anne babanın yavrularının hisleriyle ahenk kurmasıyla birlikte bebeklikte başlar. Duygusal açıdan yeterli olan anne babalar, çocuklarının duygusal zekanın şu temel unsurlarını tek tek öğrenmelerine yardımcı olabilirler: *duygularının farkına varıp idare edebilmek, kontrol altında tutabilmek; empati götürebilmek ve ilişkilerinde ortaya çıkacak hislerle baş edebilmek.*

Hisleriyle yeterince başa çıkamayan anne babalara göre, duygusal becerileri gelişmiş olan anne babaların çocuklarının onlarla daha iyi geçindiklerini, onlara daha fazla sevgi gösterdiklerini ve onların yakınındayken daha az gergin olduklarını bulgulamıştır. Bu çocuklar kendi duygularıyla da daha iyi başa çıkabilir, huzursuz olduklarında kendilerini daha etkili bir şekilde yatıştırırlar. Sosyal ilişkilerinde bu çocuklar arkadaşları arasında daha popülerdir, daha çok sevilirler ve öğretmenleri onları sosyal açıdan daha yetenekli bulur.

Ebeveynleri ve öğretmenleri, bu çocuklarda saldırganlık gibi davranış sorunlarına daha ender rastlar. Bilişsel yararları ise; bu çocuklar, daha iyi dikkat gösterebildikleri için daha etkili öğrencilerdir. Duygusal beceriler açısından iyi olan anne babaların çocuklarının kazanımı her bakımdan daha fazladır.

v. ÇOCUKLARA ETKİN DİNLEME ÖĞRETİLMELİDİR

Anne babalar; evde ve çocuklarıyla birlikte oldukları diğer mekanlarda duygularla ilgili bir olay yaşandı mı mutlaka zamanlarını ayırıp çocuklarının o olayla ilgili gerçek duygularını fark etmesine yardımcı olmalıdırlar, görmezden gelmemelidirler. Çocukların duygularını fark ettikten sonra o duygularını ifade etmelerine yardımcı olmalıdırlar. Çocuklara kızarak, bağırarak, aşağılayarak veya görmezden gelerek onların gerçek duygularına ulaşmalarına yardımcı olunamaz. Onlara zaman tanınmalı, sabır gösterilmeli, en önemlisi onlara kaliteli zaman ayrılmalıdır. Onlarla etkin bir şekilde konuşabilecek bir ortam yaratılmalıdır.

Örneğin; çocuk oyun oynarken, annenin çocuğuna nasihat etmesi, çocukta hiçbir olumlu etki bırakmaz çünkü çocuk o an, annesi dinlememektedir. Bunun yerine çocuk soru sorduğunda verilen cevaplar, çocukta kalıcı öğrenme yaratır. Bunun yanında çocuklara tarafsız bir açıdan bakmaya çalışılmalıdır. Sevgi ve değer vermenin tüm kapıları açan davranışlar olduğu unutulmamalıdır. Çocuğa sevgi gösterildiği ve ona zaman ayrıldığıda çocuk zaten olumlu davranışlar sergileyecektir. Çocuklar sevgiyle büyür. Sevgi çocukların ruhsal gelişimleri için çok önemli bir faktördür.

Çünkü sevgisiz bir ortamda büyümüş, hor görülmüş, kendilerini ifade edememiş çocukların özgüvenleri düşüktür. Sevgisiz ortamlarda büyüyen çocukların duygusal zekaları da yeterince gelişme gösteremez. Çocuklar okula başladıklarında ailelerinden aldıkları alışkanlıkları, kendileri ve diğer insanlarla ilgili geliştirdikleri inançları da beraberlerinde getirirler. Çocuklar arasındaki farklılıkların, okullarda anlaşmazlık ve çatışma oluşturmaya doğaldır.

Ancak genelde çocukların çatışmalara çözüm bulma becerilerinin yeterince gelişmemiş olması, uyumsuz ilişkilere ve duygusal sıkıntılara yol açar. Okullar bu tip çatışma ve anlaşmazlıkları engellemek üzere sosyal ve duygusal becerileri geliştirmek için çocukların duygusal hayatlarına odaklanmalıdırlar.

2. ÇOCUKLARIN YARATICILIKLARINI DESTEKLEMEDE ANA-BALARA DÜŞEN GÖREVLER

“Yaratıcılık” denince aklımıza; diğerlerine benzemeyen, özgün olan, bir yerden kopya edilmemiş, farklı olan gibi anlamlar gelir. Her birey doğuştan belirli bir zeka ve yaratıcılık potansiyeliyle dünyaya gelir ancak bu potansiyeli kullanabilmesi için öncelikle içinde bulunduğu aile tarafından, çocuğun kendine has özellikleri olan bir birey olduğunun kabul edilmesi gerekir. Eğer aile, çocuğunu bireysel ihtiyaçlarına uygun yaşantılarla karşılaştırırsa çocuklar doğuştan gelen bu potansiyellerini maksimum ölçüde kullanabilirler.

Yaratıcı birey;

“Merak ve bilme dürtüsü ile başlayan, dış dünyaya açık, her tür iletişime hazır olma durumu ile bireyin içsel özgürlüğü, bağımsızca, ait olduğu gruba bağlı ve bağımlı olmadan düşünebilme, yeni düşünelere karşı hoşgörülü olma, yapıcı eleştirilerde bulunma, sorunları bulup çözümlerine çalışma ile birleşince ortaya çıkan kişi olarak tanımlanmaktadır.” (www.itugvo.k12.tr › [ilkogretim](#) › [rehberlik_bultenler](#) › [yaratıcılık](#))

Yaratıcılıkla ilgili günümüzde bilim insanlarının üzerinde birleştikleri kesin bir tanım bulunmamaktadır. Bu kavram ile ilgili en önemli çalışmalara imza atan isimlerden biri olan *Torrance (1968)* “*Bilgi eksiklerini, uyumsuzluklara karşı duyarlı olmayı, farklı sorunlara, güçlüğü karşı güçlü olmayı, tahminlerde bulunmayı, problemlere çözümler aramayı ya da eksikliklere ilişkin denemeler geliştirmeyi ve bu denemelere karşı sonucu ortaya koymayı*” yaratıcılık olarak tanımlamıştır. *Günümüze doğru gelindiğinde Craft (2000)* yaratıcılığı, “*görünenin ötesinde, alışılmamış, özgün, orijinal yollar bulmak*” olarak ifade etmiştir. Alanda yapılan araştırmalar yaratıcılığın her insanda var olduğunu ancak, her bireyde bunun ortaya çıkış derecesi ve türünün farklı olabildiğini ortaya koymuştur.

Yaratıcılığın çeşitli yeteneklerle ilişkisi olmakla birlikte aynı zamanda zeka, hayal gücü ve gerçeklikle de bağlı olduğunu ifade etmek gerekir. Hayal gücü var olmayan bir şeyi tanımlama yeteneği iken yaratıcılık, gerçeklikle hayal edilen şeyin biçimini değiştirmektir. Froebel’in “yaratıcı olduğumuzda düşünceleri vücuda getiririz; görünmeyeni görünür kılarız” sözleri de bize bu bağlantıyı kurmada yardımcı olacak ifadelerdendir (Duffy, 2006). Yaratıcılık her zaman hayal gücünü içermektedir. Yeni bağlantılar kurulduğunda birey, çoğunlukla şu anki dünyadan kendini ayırmak için hayal etme yeteneğini, algılarını içselleştirmeyi, çeşitli olasılıklar keşfetmeyi kullanmaktadır.

Hayal gücü büyük oranda kişinin daha önceki deneyimlerinin zenginliğine ve çeşitliliğine dayanmaktadır. Çünkü bu deneyimler hayal gücünün ürünlerinin yaratıldığı malzemeleri sunmaktadır. Kişinin deneyimi ne kadar zengin olursa hayal gücünün erişebileceği malzeme de o kadar zengin olmaktadır. Bu, bir çocuğun bir yetişkinden daha az zengin hayal dünyasına sahip olmasının sonucudur.

Büyük eserler ve büyük keşiflerin tarihine bakıldığında bunların neredeyse tamamının daha önceden biriktirilmiş çok sayıda deneyimin sonucu olduğu görülebilir (Dağlıoğlu, 2014a; Runco, 2007). Yapılan araştırmalarda yaratıcı potansiyelin geliştirilmesi ve yaratıcı hayal gücünün teşvik edilmesi için özellikle ilk yaşların çok önemli olduğu ve bu konuda en temel görevin, çocukların eğitiminde ilk adım olan okul öncesi eğitim kurumlarına düştüğü belirtilmektedir (Çetin, 2014; Akt. Züleyha Yuvacı ve H. Elif Dağlıoğlu, 2015)

3. ÇOCUKLARIN HAYAL GÜCÜNÜN GELİŞMESİNDE ANNE VE BABALARA DÜŞEN GÖREVLER

Yukarıda defalarca vurgulandığı üzere çocuğun ilk ve en önemli sosyal çevresi, aile ortamıdır. Ailede anne baba ile geçirilen nitelikli beraberlik ve anne baba çocuk arasındaki paylaşımlar, çocuk gelişimi açısından oldukça anlamlıdır. Tüm anne babalar, hayal gücü geniş, orijinal fikirlere sahip, olaylara ve durumlara çok yönlü bakabilen, sorgulayan, araştıran, yenilikçi ve bir sonuca birçok yoldan ulaşabilen çocuklar yetiştirmek isterler. Bu özelliklere sahip çocuklar yetiştirmenin yolu, onların yaratıcılıklarını desteklemek ve geliştirmektir. Çocuğun hayal gücünü ve yaratıcılığını geliştirmek için anne-babaların neler yapmamaları gerektiği aşağıda kısaca özetlenmiştir.

*“Hayal gücü bilgiden önemlidir.”
Albert Einstein*

i. OYUNUN ÇOCUK GELİŞİMİ ÜZERİNE ETKİLERİ

Çocuklar fiziksel yönden olduğu gibi, psikolojik ve zihinsel bakımdan da yetişkinlerden farklıdır. Onların kendilerine mahsus bir dünyaları vardır. Olaylara bakışları, olayları değerlendirişleri, hayalleri kendilerine mahsustur. Bu bağlamda, çocukların en temel ihtiyaçlarından biri oyundur. Oyun çok uzun zamandır çocukluğun en önemli faaliyeti olarak görülmüştür ve tek eğitimsel tecrübe olarak kabul edilmiştir. İyi seçilmiş oyun, duygusal zeka eğitimi açısından da çocuğun gelişiminde önemli rol oynar.

“Oynamayan tay at olmaz” diye bir atasözümüz var. Dört kelimelik bu cümleyle çocuğun her türlü gelişimiyle oyun arasındaki ilişki kısa fakat net bir şekilde anlatılmıştır. Bir attan en çok beklenen hızlı olmasıdır. Tay iken sağa sola koşup oynamayan at, büyüyünce, yani at olunca da hızlı hareket edemez. Bir insandan beklenen de çalışkan, dürüst, çevresiyle barışık vs. olmasıdır. Tayın istenilen özelliklere sahip bir at olabilmesi için nasıl oynaması gerekiyorsa, çocuğun da istenilen özelliklere sahip bir kişi olabilmesi için oynaması gerekmektedir. Elbette çocuk tay değildir. Oyunla kişinin fiziksel, ruhsal, bilişsel, duygusal, sosyal kısaca hemen her türlü gelişimi arasında doğrudan bir ilişki, bir etkileşim vardır.

Tüm dünyada erken çocukluk eğitim programlarında oyun eğitimin merkezinde görülmekte ve eğitim sürecinin planlanması ve uygulanmasında en önemli araç olarak kullanılmaktadır (Koçyiğit & Başara Baydilek, 2015). Dünya üzerindeki birçok ülkenin okul öncesi eğitim programlarında ve alternatif eğitim programlarında olduğu gibi Türkiye’de de oyun okul öncesi eğitimin en temel ilkeleri arasında yer almaktadır.

Milli Eğitim Bakanlığı’nın yayımladığı Okul Öncesi Eğitim Programı’nda (2013a, s.15) oyunun çocuğun eğitim hayatındaki önemi şu şekilde belirtmiştir; “Çocuk oyun aracılığıyla öğrenir, kendini ve içinde yaşadığı dünyayı oyunla tanır ve kendini en iyi oyun sırasında ifade eder, kritik düşünme becerilerini oyun içinde kazanır. Çocuğun dili oyundur”. Programda kazanım ve göstergeler ele alınırken oyunun bir yöntem ve/veya etkinlik olarak kullanılması özellikle önerilmektedir.

Son yıllarda akıl ve zeka oyunlarının ülkemizde yaygınlaşmasına öncülük eden kurumların başında Türk Beyin Takımı gelmektedir. Seçmeli Zeka Oyunları dersi müfredatının oluşturulmasında Milli Eğitim Bakanlığı Talim ve Terbiye Kurulu’na danışmanlık veren Türk Beyin Takımı aynı zamanda Dünya Zeka Oyunları Federasyonu ile Rubic Küp Birliği’nin Türkiye temsilcisidir. Ülkemizi dünya çapında temsil etmekle birlikte ülkemizde düzenledikleri çeşitli yarışma ve seminerlerle öğrenci, öğretmen ve velilerin zeka oyunları ile tanışmalarını sağlamıştır. Her yaşta bireye hitap eden beceri geliştiren bir çok zeka oyun ve oyuncakları geliştirmektedir. Bu oyunların içerisinde seçmeli zeka oyunları dersinde kullanılan bir çok oyun mevcuttur (TBT, 2018).

Oyun, türlerine göre farklı etkilerde önem taşımakla birlikte genel etkileri; psikolojik, duygusal ve zeka gelişimi, fiziksel gelişim ve sağlık, sosyal gelişim, üzerine olumlu etkiler gösterir.

ii. PEDAGOJİ DERNEĞİ’NİN AİLELER İÇİN TAVSİYE EV VE KUTU OYUNLARI

Özellikle kış ayları çocukların evde daha çok vakit geçirdiği, sokakla ve parkla pek temas kuramadıkları arkadaşları ile buluşamadıkları aylardır. Tüm gününü evde geçirmek zorunda kalan çocuklar her geçen gün teknolojinin kötü kullanımının esiri haline gelmekte, yalnızlaşmakta, sanal dünyanın ve sanal oyunların içinde adeta kaybolmaktadırlar.

Bu çocukları televizyon ve bilgisayarın tutsağı olmaktan kurtarmak için ev içinde farklı aktiviteler düzenlenerek onların eğlenmelerine, gelişimlerine (fiziksel, sosyal, duyuşsal, bilişsel ve dil alanları) yardımcı olunmalıdır.

Pedagoji Derneğı (2018) 21.yüzyıl çocuklarının şehirleşme ve eğitimleşme sonucunda oyun hakkının elinden alınmasının onun çocukluğunu, gelişimini ve ruhsal büyümesini elinden almakla eş değer tutmakla birlikte hem çocukları ekrandan uzaklaştırma hem de aile bütünlüğünü sağlamaya yönelik içinde birçok akıl ve zeka oyunlarının bulunduğu Tavsiye Ev Oyunları ve Tavsiye kutu oyunları ebeveynlere önermektedir.

⇒ PEDAGOJİ DERNEĞİ TAVSİYE EV OYUNLARI-1

Tablo 8. Pedagoji Derneğı Aileler İçin Tavsiye Ev Oyunları-1

OYUNUN ADI	YAŞ GRUBU	OYUNCU SAYISI	OYNAMAK İÇİN NELER GEREKİR?	ÇOCUĞA NELER KAZANDIRIR?
Üçgen Peynir Dilimleri	7 yaş ve üzeri	2 KİŞİ VE ÜZERE	Kağıt ve kalem	Dikkati geliştiren bir oyundur.
Hacı Yatmaz	2 yaş ve üzeri		Oklava veya sopa	Refleksleri geliştiren bir oyundur.
Pazara Gittim	7 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Hafızayı ve kelime haznesini geliştiren bir oyundur.
İsim-Şehir	Okuma yazma bilen çocuklar		Kağıt ve kalem	Hızlı ve farklı düşünme yeteneğini geliştiren, genel kültürü arttıran bir oyundur.
Bom!	7 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Dikkati geliştiren bir oyundur.
Evet-Hayır	4 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Dikkati ve hızlı düşünmeyi geliştiren bir oyundur.
Benzetmece	4 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Hızlı ve çeşitli düşünmeyi geliştiren bir oyundur.
Sana Ne Lazım?	4 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Meslekleri tanıtan bir oyundur.
Hayvan Tutmaca	4 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Hayvanları tanıtan bir oyundur.
Kelime Avı	4 yaş ve üzeri		Materyal gerekmez	Kelime haznesini ve telaffuzu geliştiren bir oyundur.
Not: Oyunların nasıl oynandığı hakkında bilgi için adres: https://pedagojidernegi.com › tavsiye-ev-oyunlari-1				

Tüm gününü evde geçiren çocuklara çeşitli oyun alternatifleri sunulmazsa çocuklar televizyon ve bilgisayar karşısına geçmekte ve tüm vaktini burada geçirme eğiliminde olmaktadır. Anne-babalara düşen görev bu durumlarda çocuklara etkileşimin ve öğrenmenin olduğu yeni oyunlar öğretmektir.

Pedagoji Derneğı'nin hazırladığı Tavsiye Ev Oyunlarının ikinci serisi tablo 9'da gösterilmiştir.

⇒ **PEDAGOJİ DERNEĞİ TAVSİYE EV OYUNLARI-2**

Tablo 9. Pedagoji Derneği Aileler İçin Tavsiye Ev Oyunları-2

OYUNUN ADI	YAŞ GRUBU	OYUNCU SAYISI	OYNAMAK İÇİN NELER GEREKİR?	ÇOCUĞA NELER KAZANDIRIR?
Haydi! Benim Gibi Yürü	4 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez	Gözlem ve bedeni daha iyi kullanma becerilerini geliştiren bir oyundur.
Sıcak-Soğuk	4 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Saklanabilecek ölçüde küçük bir nesne.	Mesafe algısı, dikkat ve yönergeleri değerlendirip sonuca ulaşma becerilerini geliştirir.
Yattı Kabak, Kalktı Patlıcan	4 yaş ve üzeri	5 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Dikkat ve kaba motor becerilerini geliştirir.
Uçtu Uçtu, Kuş Uçtu	4 yaş ve üzeri	5 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Dikkat becerisini geliştirir.
Bom-Fiz!	10 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Dikkat ve işlem yapabilme becerilerini geliştirir.
Artan Benzetmece	10 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Hızlı ve çeşitli düşünmeyi geliştirir.
Sesli Harf Değiştirmece	8 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Hızlı ve çeşitli düşünme becerilerini geliştirir.
Deve-Cüce	4 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Kaba motor becerilerini geliştirir.
Dikkat, Dikkat!	6 yaş ve üzeri	2 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Hayal gücünü ve dikkati geliştirir.
Selam Söyle	10 yaş ve üzeri	5 kişi ve üzeri	Materyal gerekmez.	Dikkat becerisini geliştirir.

Not: Oyunların nasıl oynandığı hakkında bilgi için adres: <https://pedagojidernegi.com> › tavsiye-ev-oyunlari-2

⇒ **PEDAGOJİ DERNEĞİ TAVSİYE KUTU OYUNLARI**

- 1.Abalone – Asmodee
- 2.Acaba Ben Neyim – Samatlı
- 3.Bay Bilmiş – Samatlı
- 4.Bil Bakalım Kim – Hasbro, MB Games
- 5.Dama – Muhtelif
- 6.Dixit – Asmodee
- 7.Domino – Muhtelif
- 8.Equilibrio – Foxmind
- 9.Go – Muhtelif
- 10.Gyges – Gigamix
- 11.Işık ve Aynalar – Thinkfun
- 12.Jenga – Hasbro, MB Games
- 13.Katamino – Gigamix
- 14.Look Look – Mindware, PAL
- 15.Make'n Break – Ravensburger
- 16.Mangala – Muhtelif
- 17.Mikado – Muhtelif
- 18.Pratik Bardaklar – Redka
- 19.Q Bitz – Mindware
- 20.Quarto – Gigamix
- 21.Quoridor – Gigamix
- 22.Risk – Hasbro
- 23.Rubik's Race – Rubiks
- 24.Satranç – Muhtelif
- 25.Scrabble – Mattel
- 26.Süper Doktor – Hasbro, MB Games
- 27.Tabu Juniors – Hasbro
- 28.Tangram – Muhtelif
- 29.Twister – Hasbro, MB Games
- 30.Uno – Mattel

İletişim: <https://pedagojidernegi.com> › aileler-icin-tavsiye-kutu-oyunlari

iii. ÜLKEMİZDE OYNANAN ÇOCUK OYUNLARI

Ülkemizde oynanan çocuk oyunları şu şekilde sınıflandırılabilir:

- *Atlama- Sıçrama-Sekme Oyunları:* Birdirbir, Seksek, Uzun Eşek, İp atlama oyunlarıdır.
- *Değnek Oyunları:* Çelik-Çomak, Değnek Sektirmece gibi uzun sopalarla oynanan oyunlardır.
- *Dilsiz-Şaşırtma-Şaka Oyunları:* El Kızartmaca, Sıcak-Soğuk gibi oyunlar bu başlık altında yer alır.
- *Dramatik Nitelikli Oyunlar:* Bu oyunlara; evcilik, öğretmencilik gibi, oyunculara çeşitli rollerin verildiği oyunlar ile Yağmur Gelini (Çömçe Gelin, Bodi Bostan, v.b.) gibi belli zamanlarda yapılan ritüel nitelikli oyunlar da dahil edilebilir.
 - *Ezgili Oyunlar:* Aç Kapıyı Bezirgan Başı, Yağ Satarım Bal Satarım, Çatlak Patlak, Develer Geliyor Mar-din'den gibi şarkısı olan oyunlardır.
 - *Koşma-Kovalamaca-Kapma Oyunları:* Mendil Kapmaca, Esir Almaca, Ara Kestim gibi oyunlardır.
 - *Saklama-Saklanma Oyunları:* Saklambaç, Yağlı Kayış, Yüzük oyunu gibi kişilerin veya objelerin saklandığı oyunlar bu başlık içinde değerlendirilir.
 - *Taş Oyunları:* Bu başlıkta, bir taşın hedef seçilerek yine taşla atış yapılan oyunlar ile 3 Taş, 9 Taş, 12 Taş gibi bir şema üzerinde taşların ilerletilmesi ile oynanan strateji oyunları sayılabilir.
 - *Top Oyunları:* Yakan Top, Dalya, Can, İstop gibi topla oynanan oyunlardır.

Sonuç: Oyun, çocuğun boş zamanlarını doldurma aracı olarak düşünülmemelidir. Bazı yetişkinlerin oyunu bu şekilde düşündükleri bilinen bir gerçektir. Oysa, oyun gerçek ve önemli bir eğitim aracıdır. Oyun çocuğun hayal gücünü, yaratıcılığını geliştirir, insan ilişkilerini, yardımlaşma etkileşimini artırır. Çocuğa güçlükle öğretilen pek çok kural, oyun sırasında daha kolay öğretilir. Kısacası oyun, kişinin kendisini anlatabildiği en kolay yoldur ve eğitimin bir parçasıdır.

iv. OYUNCAK SEÇİMİ (EĞİTİCİ OYUNCAKLAR)

Bir insanlık tarihi kadar eski olan oyuncaklar, geçmişten günümüze kadar sürekliliğini korumuş ve her zaman çocukların yaşamının bir parçasını oluşturmuştur (Yalçınkaya, 1996). Zaman içerisinde gelişen ve değişen oyuncaklar ve oyun materyalleri, kültürlere göre değişimler göstermektedir. Alınan ya da hazırlanan oyuncaklar, her çocuk tarafından aynı amaçla, farklı şekillerde kullanılmaktadır. Türkiye'de de diğer ülkelerde olduğu gibi, kendi kültürümüzü yansıtacak şekilde oyuncaklar farklılık göstermektedir. Farklı maddelerden yapılmış, farklı renklerde ve farklı özellikte olabilirler. Ancak en iyi oyuncak, çocuğun tekrar tekrar oynamak isteyeceği ve her defasında ona daha çok oyun ve daha fazla haz veren oyuncaktır. Oyuncak çocukta merak uyandırır, kasları çalıştırır, girişimciliği, düş gücünü artırır ve çocuğu problem çözmeye yönlendirir.

Oyuncaklar aileler ve eğitimciler ile çocuk arasında iletişim kurmada, köprü görevi görürler. Okul öncesi dönemde çocuklar oyun malzemelerine büyük ilgi gösterirler. Bu noktada anne babaya düşen en büyük görev, alıcı ve öğrenmeye hazır olan çocuğa uygun oyuncakların sunumudur. Okul çağında, oyuncak olarak kullanabileceği araç-gereçler de çeşitlenir. Örneğin kitaplar ve okuma, çocuğun sevdiği ve ilgi duyduğu konulardan seçilince, onun için en haz verici oyuncak ve oyunlardır. Çocukların fizyolojik ve psikolojik yönden tüm gelişimlerini etkileyen oyuncakların seçiminde etkili olan faktörlerin belirlenmesi önemlidir. Çocuğun gelişiminde bu derece önemli rol oynayan oyuncakların seçimi özenle yapılmalıdır. "Pahalı oyuncak iyi oyuncaktır" görüşü her zaman için doğru değildir.

- 1) Seçilen oyuncak; çocuğun yaşına, gelişim seviyesine, ilgi ve ihtiyaçlarına uygun olmalıdır.
- 2) Oyuncak sade, ayrıntıları az, sivri köşeleri yuvarlatılmış, kaliteli malzemedan yapılmış olmalıdır.
- 3) Oyuncakın biçimi ve boyutları rahatlıkla kullanacağı nitelikte, amaca ve oyun alanına uygun olmalıdır.

Not: Oyunlar hakkında detaylı bilgilere aşağıdaki adreslerden ulaşılabilir:

1. <https://ismek.ist> > file > 2013_hbo_program_modulleri > Eğitimci Oyuncaklar
2. Gökhan Kayili: *Selcuk Universit ,Okul Öncesi Eğitimde Kullanılabilen Akıl-Zeka Oyunları*
3. <https://www.ataaof.com> > upload > files > 2018/09

v. ÇOCUK KİTAPLARININ ÇOCUĞUN GELİŞİM SÜRECİNDEKİ ETKİLERİ

Defalarca belirtildiği gibi yaşamın ilk yıllarında alınan eğitimin ve geçirilen deneyimlerin çocuğun gelişiminde önemi büyüktür. Bu dönem zihinsel gelişimle paralellik gösteren dil gelişiminde de önemli bir yere sahiptir. Çocuğun dil gelişimi, hem olgunlaşmaya hem de öğrenmeye bağlıdır. Olgunlaşma dille ilgili organların kullanıma hazır bulunması anlamına gelirken, öğrenmede yaşantılar önemli yer tutmaktadır.

Son dönemde akademik beceriler kadar sosyal-duygusal gelişimin de önemli olduğu dikkatleri çekmektedir. Sosyal gelişimin hayatın ilk yıllarında başladığına vurgu yapan Martin, Sontag-Padilla ve Canon (2015) çocukların kendi duygularını ve başkalarının duygularını anlamaya yaşamın ilk gününden itibaren başladığını ve olağanüstü bir hızla ilerlediğini belirtmişlerdir.

Günümüzde duygularla ilgili olarak karşımıza çıkan diğer bir kavram da “Duygusal Zekâ”dır. Bahman ve Maffini (2008) duygusal zekanın öneminden söz ederken okulların akademik becerilerin ötesinde çocukların duygusal zekalarını geliştirmeye önemle dikkat etmesi gerektiğine ve çocuklara sağlıklı bir eğitim verebilmek için akademik beceriler ve gerçek yaşam becerilerini geliştirmeyi sağlayacak araçlarla donatılmasının uygun olduğuna değinmişlerdir. Çocukların sosyal duygusal gelişimlerini desteklemede etkili araçlar arasında yer alan resimli masallar ve hikaye kitaplarının ayrı bir önemi vardır. Bu dönemde çocuğa okunan kitaplar, gösterilen resim ve şekiller, onların dinlediklerini anlamalarına, anladıklarını ifade etmelerine, zihinsel becerilerini geliştirmelerine, yaratıcı güçlerini harekete geçirmelerine kısaca yaşadıkları dünyayı ve insanları anlamalarına yardımcı olacaktır.

4. MASAL VE HİKAYELERİN ÇOCUKLARA ETKİLERİ

Okul öncesi dönemde, çocuklara okunan/anlatılan hikayelerin sağladıkları, ileriki dönemlerde onlar için çok büyük önem taşımaktadır. Hikayeler çocuklara anlatılmak ve öğretilmek istenilen herşeyi dolaylı yoldan ifade etmenin en güzel yoludur. En önemli faydalarından biri, okunan bu hikayelerin çocukların ruhsal ihtiyaçlarını karşılamasıdır; başarıya ihtiyacı, bilgi ihtiyacı, sevme ve sevilme ihtiyacı, güven ihtiyacı, bir gruba ait olma ihtiyacı, değiştirme ihtiyacı, estetik ihtiyacı, oyun ve bunun gibi birçok ruhsal durumu, yaşamlarından önce dinledikleri hikayelerde deneyimlemektedirler ve bu durum çocukları yaşam gerçeklerine hazırlamaktadır. Bu beraberinde, çocuğun sosyal ve duygusal gelişimini desteklemektedir.



Aynı zamanda hikayeler, çocukların alıcı ve ifade edici dillerinde ilerlemelere olanak tanımaktadır. Çocuğun kavram gelişimini arttırırken zihinsel gelişimine katkıda bulunur; olmayanı düşünmesine yani hayal kurmasına olanak verir. Bu da çocukların gelişmekte olan iç ve dış dünyasına katkıda bulunur ve yaratıcı düşüncelerini harekete geçirir. Bir diğer önemli şey ise çocuk dinlemeyi öğrenir. Burada önemli başka bir konu karşımızda çıkmaktadır. Çocuğunuza hikaye okurken ses tonunuz son derece önemlidir. Uygun bir ses tonu, yumuşak ve sakin bir anlatım kullanılmalıdır.

Fakat masalın gelişimine göre ses tonunuzda ayarlamaları mutlaka yapmalısınız. Heyecanlı bir öyküyü çocuğunuza durağan bir şekilde okursanız, ilgisini toplayamayacak, hikayeden büyük ihtimal kopacaktır. Ya da bazı yerlerde abartarak aşırı yüksek ses kullanmak, korkunç sesler çıkartmak çocuğunuzu gereksiz yere korkutabilir. Hikayeyi çocuğunuza okumadan önce siz kendi kendinize okuyun, masaldaki kahramanları seslendirme ve onları taklit etmek, bazı efektler kullanmak; hem çocuğunuz için çok güzel bir deneyim olacaktır, hem de onun verdiği tepkileri izlemek sizin için çok keyifli olacaktır. Tüm bunların dışında hikaye okumak çocuğa özel ve kaliteli zaman ayırmak açısından da çok değerlidir.

Özetle kitaplar çocuklara; anne, baba, kardeş dışında ilişki kurabilecekleri yeni arkadaşların, başka insanların yer aldığı çevreyi tanıtır. İçinde sorunların, sevinçlerin, dayanışmanın ve paylaşımın olduğu bu ilişkileri örneklenirerek, çocuklara yaşayabilecekleri sorunların çözümüne ilişkin ipuçları sunar. İyi seçilmiş bir çocuk kitabı, çocuğun düşünme, sorun çözme ve yaratıcılık gücünü arttırır, çocukta doğaya karşı ilgi uyandırır, sevgiyi aşılar, gelişim düzeyine uygun davranmasına katkıda bulunur ve dilini geliştirmesini sağlar.

Ayrıca çocuğun resim, drama, müzik gibi sanat alanlarına karşı ilgi duymasına da zemin oluşturabilir. Yani çocuklar bir yandan yetenek yelpazelerini geliştirirken, öte yandan günlük yaşantılarını kolaylaştırıp renklendirirler.

Çocukları olabildiğince erken dönemlerde kitapla tanıştırmak çok önemlidir. Kitap okunan bir evde büyüyen çocuğun, akranlarında daha ileri algı düzeyine sahip olduğu bilinmektedir. Çocuklara kitap okumayı zorunlu bir görevden çıkarıp, eğlenceli bir alışkanlık haline getirmedeki en önemli etken, yaşlarına ve isteklerine uygun kitap seçmekten geçer.

Burada dikkat etmeniz gerekenler;

❖ 0-3 Yaş Dönemi Çocuklar

36. Yeni doğan bebekler için bez ve hışırtı sesleri çıkaran, yazısız ya da çok az yazılı kitaplar uygundur.

37. Altıncı aydan itibaren, bebek dünyayı dokunarak keşfetmeye başlar. Bunun için içinde farklı dokuların bulunduğu, "dokun-hisset" serisi olarak adlandırılan kitapları tercih edebilirsiniz.

- 1 yaştan itibaren çocuğun dil gelişimiyle beraber, içinde kısa hikayelerin ve her sayfada bir iki cümle nin olduğu kitaplar, çocuğunuz için faydalı olur.
- 2-3 yaşındaki çocuklar dokunarak ve dinleyerek öğrenirler. Hayvanlarla, çocuklarla, yiyeceklerle ve araçlarla ilgili olan kitaplar ilgilerini çeker. Okuduğunuz kitapların içinde onun bildiği nesnelere olmasına dikkat edin. Renkli ve sevimli karakterler ve kısa cümlelerle anlatılmış masallar, bu dönem çocukların ilgisini çekmektedir.

❖ 3-6 Yaş Dönemi Çocuklar

Bu dönemde kısa hikayelerin yanı sıra masallar da okuyabilirsiniz. Hoşlarına giden bir masalı defalarca dinlemek isteyebilirler, hatta ezbere kendileri de eşlik edebilir, siz sıkılmadan her istediklerinde okuyun, çünkü tekrarın öğrenmede etkisi çok büyüktür. Bu yaş dönemindeki çocuklara, içinde rakamların, çocukların ve hayvanların olduğu kitaplar okuyun. Bununla beraber okul, aile ve arkadaş temalı masalları da çok severler. Kahramanlara ilgilerinin arttığı bu dönemde, bu tarz kitaplara da çokca ilgi göstereceklerdir. Sık sık kitap-taki karakterlerle ilgili soru sorun, bazen beraber hikayenin sonunu yeniden oluşturun, bu yaratıcı düşüncelerine yardımcı olacaktır.

❖ Okul Dönemi

- Okulun ik yıllarında çocuk hala somut düşünce evresinden tam çıkmış değildir. Çoğunlukla çocukkahramanların hikayelerinden hoşlanırlar. Doğal yaşam ve hayvanlara olan ilgileri devam eder. Okumayı sökmeleriyle de beraber artık daha çok yazı, daha az resim olan kitapları beğenebilirler ama yine de seçtiğiniz kitapların resimli olmasına dikkat edin. Çünkü hala somut düşünce evresinde oldukları için, zihinlerinde canlandırmakta zorlandıklarında, resimler ve görsellik ilgilerini canlı tutar.
- 10 yaş civarında gelişmeye başlayan soyut düşünce ile, ilgi alanlarına yönelik kitaplar seçmeye başlarlar. Mizah, macera gibi konulara veya dergilere ilgi gösterebilirler.
- Kitap seçiminde yaşa uygun olmasının önemli olduğu kadar, çocuğunuzun seçimi de önemlidir, mutlaka buna saygı gösterin!!

Buraya kadar bahsettiğim (Ceyda Uskan) kısımda hikayelerin, hayal kurma, yaşamı deneyimleme, problemlere çözüm yolu bulma gibi etkilerinin altını çizdim. Bununla beraber hikayeler bir terapi çeşidi olarak da kullanılmaktadır. Disleksi ve konuşma bozukluğu sınıfı altında adlandırabileceğimiz çocuklarda, masallarla terapi uygulamaktadır.

Sonuç olarak ise çocuklarda kelime sayısında artış ve konuşmada akıcılık görülmektedir. Yani hikayeler yalnızca psikolojik ya da zihinsel düzeyde değil, nörolojik düzeyde de çok büyük önem taşımaktadır. Şunun da altını çizmek gerekir ki bu terapi tekniklerini bulan kişiler de hayal güçleri sayesinde bu sistemleri geliştirmişlerdir. Hayal kurmayı asla bırakmayın ve unutmayın ki masal olması gerçek olmayacağı anlamına gelmez([Uzman Klinik Psikolog; Ceyda USKAN :https://www.ipe.com.tr > iletişim](https://www.ipe.com.tr)).

5. ÇOCUK KİTAPLARINDA BULUNMASI GEREKEN ÖZELLİKLER

Çocuklar için hazırlanan kitapların yetişkinlerinkinde olduğu gibi büyük bir özenle hazırlanıp onların beğenisine sunulması gerekir. Herhangi bir duygu, düşünce ya da olay, yazı ve resimle ancak usta bir elde somutlaştırılıp kitaba dönüştürüldüğünde çocuklara yarar sağlayabilir. Elde edilen güzel bir sonuç aynı olayın, aynı konunun ya da aynı hayal unsurunun daha güzelini yaratmaya hazırlayacaktır. Güzel bir kitap daha güzel açılmış bir yolun başlangıcıdır. Bu nedenle güzel yazıları, güzel eserleri arayıp bulmak bunları yaratanları desteklemek, çoğaltmak, yenilerini özendirmek gerekir. Çocukluk döneminde değişik yaşlarda onlara sunulacak kitapların bazı özellikleri taşıması gerekmektedir.

Günümüz çocukları eğitim araç-gereçlerinin çeşitliliği bakımından kendilerinden önceki nesilden daha şanslı durumdadırlar. Ancak bu çeşitlilik aynı zamanda anne-baba, öğretmeni zor durumda bırakmaktadır. Çünkü çocukların zararlı etkilerden korunması büyüklerin sorumluluğundadır. Bu sorumluluk da çocuklara sunulan olanaklar çoğaldıkça artmaktadır. Hangi kitap okutulmalı, okuma beğenisi nasıl geliştirilmeli, hangi program izletilmeli, hangileri yasaklanmalı?... Bu ve buna benzer sorular kafaları kurcalamaktadır.

Aşağıda çocuk kitaplarının;1)Görsel Tasarımları,2)İçerik Dil ve Anlatım özellikleri üzerinde kısaca durulmuştur.

1) Çocuk Kitaplarının Görsel Tasarımı

- Başlangıçta bol resimli hayvan masalları tercih edilmelidir.
- Çocugun hosuna giden, en sevdiği masallara tekrar tekrar yer verilebilir.
- Çocuk kitaplarında kapak, çocuğun dikkatini çeken ilk biçimsel özelliktir. Kapak kalın kartondan olmalıdır. Daha küçük yaşta çocuklara hazırlanan kitaplarda kapağın dayanıklılığı da artırılmalıdır.
- Çocuk kitapları en iyi kalitedeki birinci hamur kağıda basılmalıdır. Kağıt; mürekkebi dağıtmamalı, renkleri değiştirmemeli, kolay yırtılmamalı, çocuğun gözünü yoracak kadar parlak olmamalıdır. Kağıdın mat olmasına özen gösterilmelidir.
- Okul öncesi ve ilkokulun birinci devresi için en az 14 punto (geniş, yüksek harfler) olmalıdır. İkinci devre için en az 12 punto olmalıdır.
- Çocuk kitaplarının resimlenmesinin ayrı bir önemi vardır. Çocuk kitabının resimlenmesi içeriği, dil ve anlatımı kadar önemlidir. Çocuk, kitabın resimlerine bakarak okumaya başlar. Okuma-öğrenme sürecinde çocuğun algılamakta güçlük çekebileceği birçok kavram resimlerle somutlaşır, anlamlı hale gelir. Çünkü "resim, sadece bakılan bir sanat objesi değildir. Resim, önce bakılan sonra görülen ve duyumsanan daha sonra ise iletisini izleyiciye taşıyan ve bu iletüzerine düşündüren bir sanat formudur."

"Bir resim bin kelimeye bedeldir". İddialı gibi görülen bu söz aslında oldukça mütevazıdır. Sayfalar dolusu yazı ile verilebilecek bir duygu, düşünce veya bilgi bir resimle kolay bir şekilde aktarılabilir.Görseller yaratıcılık yeteneğinin ürünleri olduğu gibi, bu yeteneğin gelişimini etkilediği de bilinir.

- Resimler iyi ve kolay yorumlanabilmelidir. Yazıdaki anlatılan olayı (olayları) özetler, yorumlar nitelikte olmalıdır. Resimler okuma bilmeyen çocuğun kendisine okunan kitabı, daha sonra resimlerine bakarak anlatmasını sağlayacak kadar anlaşılır olmalıdır. Resimler renkli olmalıdır.

2. Çocuk Kitaplarının İçerik Dil ve Anlatım Özellikleri

Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu (1997) çocuk kitaplarında nelerin sakıncalı olduğunu belirtmenin daha doğru olduğunu dile getirerek, sakıncaları şöyle sıralamıştır:

- Çocuk kitapları her türlü kör inaç ve önyargılardan arınmış olmalıdır. Irk üstünlüğü, din ayrılığı, bağnazlık, dolaylı ya da doğrudan aşılammalıdır.
- Yurt sevgisi, ulusal değerler ve Türklük bilinci işlenirken evrensel değerler bir kenara itilmemeli, ülkeler arasında düşmanlık ve öç alma duyguları körüklenmemelidir.
- Yiğitlik abartılmamalı; çocuklara, yanılmaz -üstün insan, her şeyi bilen insan örnekleri sunulmamalıdır.

Başka bir deyişle, etiyle kemiğiyle, olumlu ve olumsuz yanlarıyla insan tanıtılmalıdır. Çocuk kitaplarında, gelişmeleriyle, değişen düşünce ve duygularıyla insanı görmeli; başkalarında kendisine benzerlikler bulabilmelidir. Katı ahlak kuralları içinde sıkışıp kalmamalı, hoşgörü ve esneklik kazanmalıdır.

- Alın yazısı, yazgı gibi insanın boynunu büktüren, savaşım gücünü köstekleyen inanışlara yer verilmemelidir.
- Hayal dünyası ve gerçek hayatı birbirine karıştırmadan masalları anlatmalıdır. Örneğin, çocuğun kötü bir şey yapmasını engellemek için “Yok sacadı gelip seni alır.” gibi sözler sarf edilmemelidir.
- Her kitap bir dizi ahlak yargısıyla sonuçlandırılmamalıdır. Köprüaltı Çocukları, Öksüz Ayşe türünden acıma duygusunu sömüren kitaplar en azından yararsızdır. Polianna gibi tanınmış bir çocuk öyküsü de bu kötü örnekler arasında yer alır. Bu öyküde, çevresindekileri mutlu etmek için insan üstü çaba gösteren bir kız çocuğu anlatılır. Ne üzüntü, ne kırgınlık, ne de öfke duymayan böyle bir kahraman nasıl benimsenir? Olsa olsa erişilmez bir varlık olarak okuyucuda bir küçüklük duygusu yaratır.
- Çocuk yayınları da diğerleri gibi eşgüdümlü bir çalışma gerektirir; hatta diğerlerinden daha çok... Ya zarın içerik, dil ve anlatım konusunda gösterdiği titizlik, kitabı yayıma hazırlayacak diğer elemanlarca da gösterilmelidir. Çocuk yayınlarında içerik, dil ve anlatım özelliklerinin yanı sıra biçimsel özelliklere de önem verilmelidir. Biçimsel özellikler deyince kitabın resimlenmesi, kapak düzeni, yazı biçimi, kağıt kalitesi, kitap boyutu gibi özellikler anlaşılmalıdır(<https://sites.google.com/site/kelime-bilgisi/kelime-turleri/ismiler>)

6. PEDAGOJİ DERNEĞİ'NDEN ÇOCUK VE EBEVEYNLERE TAVSİYE KİTAPLAR

Tablo 10. Pedagoji Derneği Çocuklar İçin Tavsiye Kitaplar

KİTABIN ADI	YAZAR	YAYIN EVİ
Ayı Olmayan Ayı	Frank Tashlin	Hayy Kitap
Değirmenler Vadisi	Blanco	ABM Yayınları
Elma Bahçeleri	Emily Taft Douglas	Uğurböceği Yayınları
Harold ve Sihirli Mor Tebeşiri	Crockett Johnson	Gergedan Yayıncılık
Kumkurdu	Asa Lind	Pegasus Yayınları
Küçük Prens	Antonie De Saint Exupery	Can Yayınları
Ördek, Ölüm ve Lale	Wolf Eribruch	İletişim Yayınları
Martı	Richard Bach	Epsilon Yayınları
Nokta	Peter H. Reynolds	Altın Kitaplar
Sırtımdaki Ağır Yük	Gulnar Hajo	Erdem Çocuk Yayınları

Okul öncesi çocukları ve ilköğretim öğrencileri için tavsiye edilen kitaplar elbette tablodaki 10 kitapla sınırlı değildir. Eğitim Senülkemizde etkin okumakültürünün gelişmesine katkı sunmak amacıyla 2010 yılında bir katalog yayımlamıştır. Bu katalog, öğretmenler, veliler, okulöncesi ve ilkokul çocukları, alan araştırmacıları, kütüphaneciler, yayınevleri ve kitabevleri için hazırlanmıştır.

İletişim Adresi: E-posta: bilgi@egitimsen.org.tr Web: www.egitimsen.org.tr

Tablo 11. Pedagoji Derneği Anne-Babalar İçin Tavsiye Kitaplar

KİTABIN ADI	YAZAR
Anne'nin Duygusal Yokluğu	Jasmin Lee Cori
Anne Baba ve Çocuk Arasında	Haim Ginott, W.
Beni Ödülle Cezalandırma	Özgür Bolat
Bütün – Beyinli Çocuk	Tina Payne Bryson, Dan Siegel
Çavdar Tarlasında Çocuklar	J.D. Salinger
Çocuğunuza Kulak Verin	Aletha Solder
Çocuğunuza Sınır Koyma 1-2	Roberth J. Mackenzie
Çocuğunuzla Birlikte Büyümek	Naomi Aldort
Çocuk Eğitimi El Kitabı	Haluk Yavuzer
Çocuklar İçin Beş Sevgi Dili	Garry Chapman
Çocuklar Neden Farklı	İsmail Acarkan
Ergenlik Hakkında Her Şey	Richard M. Lerner
Etkili Anne Baba Eğitimi	Thomas Gordon
Gerçekten Beni Duyuyor musun?	Leyla Navaro
Işığın Yolu	Nilüfer Devecigil
Kızları Kız Gibi Erkekleri Erkek Gibi	Banu Yaşar
Kumkurdu Serisi	Asa Lind
Kurban Tuzağından Kurtulmak	Forrest Carter
Küçük Prens	Antonie De Saint
Momo	Michael Ende
Oyun Oynama Sanatı	Aletha J. Solter
Paranoyak Anne-Babalık	Frank Füreidi

Tablo 12. Alan Uzmanları Anne-Babalar İçin Tavsiye Kitaplar

KİTAP ADI	YAZAR	KİTAP ADI	YAZAR
Çocuk Psikolojisi	Haluk Yavuzer	İletişim Çatışmaları ve Empati	Prof. Dr. Üstün Dökmen
Çocuklar Büyükler ve Tavşanlar	Erdal Atabek	Dil Gelişimi ve Eğitim	Prof. Dr. Servet Bal & Prof. Dr. Nergis Güven
Ben Nesli	Jean M. Twenge	Çocuklarda Dikkat Eksikliği	Erdoğan Güllü
Çocuğunuzu Yanlış Eğitiyorsunuz	Christian Salzman	Çalışan Anne ve Çocuk	Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak
Ergenlik Psikolojisi	Prof. Dr. Adnan Kulaksızoğlu	Çocuğunuz Sizden Ne Bekliyor?	Şule Yazgan & Prof. Dr. Yankı Yazgan
Küçük Ağacın Eğitimi	Forest Carter	Okul Öncesi Eğitime Giriş	Prof. Dr. Gelengül Haktanır
Çocuk Ruh Sağlığı	Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu		

7. ÇOCUĞUNUN HAYAL GÜCÜ VE YARATICILIĞINI GELİŞTİREN DİĞER ETKİNLİKLER

Yaratıcılık tanımlarına bakıldığında yaratıcılığın doğuştan gelen bir yeti olduğu ifade edilmektedir. Bu nedenle çocuklar doğuştan yaratıcılık potansiyeli ile dünyaya gelmektedir. Çocukların hayal kurmaları, çevreyi merak, keşfetme eğilimleri onları yaratıcılığa sürüklemekte ve çocuk oyunlarında yaratıcılığın izleri görülmektedir. Oyun, çocuğun yaratıcılığını geliştiren ortamlardan biridir (Yazar, 2007, Craft ve arkadaşları ,2012) çocukların oyunlarında yaratıcılıklarını nasıl kullandıklarını araştırdıkları araştırmada, çocukların yeni materyallerle yaratıcı fikirler ve yaratıcı oyunlar üretmeye, materyalleri kullanırken başka gruplar ile iletişim kurmaya ve kendi fikirlerini başka gruplarla paylaşmaya istekli olduklarını görmüştür.

Bu anlamda çocuğun vazgeçilmez olan oyun, yaratıcılığı besleyen bir etkinliktir. Oyun dışında çocuğun yaratıcılığının yüksek olduğu diğer etkinlikler de bulunmaktadır. Ebeveynler ile birlikte yapılan doğa gezileri, çocuğun gözlem becerisini geliştirmek ile birlikte yaratıcılığının gelişmesine de katkı sağlamaktadır (Erkan, 2005). Bu nedenle ebeveynler, çocukların neyi, nasıl gözlemleyeceği konusunda rehber olmalıdır. Doğa gezilerinin yanı sıra çocukların ilgi ve merakları doğrultusunda tarihi ve turistik mekanlara yapılacak geziler de yaratıcı düşünceyi beslemektedir. Bu mekanların en iyi örnekleri arasında müzeler yer almaktadır (Karaçelik, 2009). Bunun dışında resim yapma, yaratıcı hareketler, öykü anlatma, enstürman çalma, müzikli dramatisasyon etkinlikleri de çocuğun yaratıcılığını geliştirmektedir (Turla, 2004).

Çoban'a (2016) göre çocuğun yaratıcılığını geliştirmede medyanın da etkisi bulunmaktadır. Lemishi'ye(2013) göre doğru medya okuryazarlığı ile çocuk karşılaşırsa hayal gücü bu durumdan olumlu etkilenmektedir. Ancak Dursun ve Ünüvar'ın (2011) ebeveynler ve okul öncesi öğretmenleri ile yaptığı araştırmada ebeveynler, yaratıcılığı engelleyen durumlar arasında ilk sıralarda televizyona ya da bilgisayara çok zaman ayırmayı ifade etmiştir. Benzer şekilde Ahmadi ve arkadaşlarının (2014) yaptığı çalışmada ebeveynler, günde 1 saatten fazla televizyon izlemenin çocuğu taklide sevk ettiğini ve dolayısıyla çocuğun yaratıcılığının bu durumdan olumsuz etkilendiğini belirtmiştir. Bu nedenle medya ve medya okuryazarlığı çocuğa doğru bir şekilde sunulmalıdır.

I. OKULLARDA DUYGUSAL ZEKA GELİŞİMİ^(b)

Hepimiz okulda başarılı ama yaşamda mutsuz ve/veya barışız ya da akademik testlerde başarısız ama sağlıklı ve yaratıcılığa sahip, sosyal ilişkileri mükemmel insanlar tanırız. Uzmanlara göre akademik zeka (IQ)'nin yaşamdaki başarıyı etkileyen faktörler içindeki payı, en kötümser tahminle %4, en iyimser tahminle %20'dir (Cooper & Sawaf 1997; Goleman 1998; Akt. Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak).

Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak "Duygusal Zeka ve Eğitim Açısından Doğurguları" makalesinde belirttiğine göre Goleman (2000)'nin "Örgütlerde Duygusal Zeka Araştırmaları Konsorsiyumu" başkanı olarak dünya çapında beşyüze yakın şirket, devlet kurumu ve kar amacı gütmeyen kuruluşlarda (eğitim kurumları dahil) yürüttüğü analizlerin ulaştığı sonuçların tümü, duygusal zekanın hemen hemen her iş alanında, mükemmelliği yakalamakta üstün bir rol oynadığına işaret etmektedir. Bu incelemelerin ortaya koyduğu ve genel olarak kabul edilen gerçek; duygusal zekanın, aklın sahip olduğu yetilerin kullanılabilmesinde yaşamsal bir öneme sahip olduğudur. Diğer bir ifade ile, duygular tanınıp yapıcı bir biçimde yönlendirildikleri takdirde zihinsel performansı artırır. Artık bilinmektedir ki, duygularını yönetemeyen insan, aklını da yönetememektedir!

Bilim adamları (EQ)'yu her zaman ve her yaşta geliştirilip iletilebilen, öğrenilebilir bir zeka alanı olarak görmektedirler (Shapiro 1998; Weisinger 1998; Goleman 2000). Uzmanlara göre, duygusal zeka düzeyi kalıtımsal olarak tayin edilmediği gibi, gelişimi de sadece ilk çocukluk dönemlerinde gerçekleşmez. Genel bir kanı olarak, 13-19 arasındaki yaşlardan sonra pek fazla gelişim göstermeyen(IQ)'nin tersine, duygusal zekanın öğrenilme olasılığı oldukça fazladır ve yaşam boyu gelişmeye devam ederek daha yeterli düzeye ulaşabilir(Akt. Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak).

Duygusal zekanın öğrenilmiş alışkanlıklar temeline dayandığı görüşü,uzmanları, bu alandaki kapasitenin geliştirilmesinde eğitimin rolüne ve önemine yöneltmiştir. Eğitimin işlevi; bireyin kendine özgü zeka profilini, toplum içinde gelişmesini sağlayacak görev ve alanlarda ustalaşmak için kullanmasına yardım etmektedir.

Goleman (1998) vurguladığı gibi;Günümüzde çocuklarımızın duygusal eğitimini şansa bırakıyoruz ve bunun sonuçları çok yıkıcı oluyor. Çözümlerden biri, okulların öğrenciyi sınıfta bir bütün olarak akli ve kalbi birleştirerek nasıl eğitilebileceğine dair bir vizyon geliştirmektir.

Duygusal zekanın gelişimi, özellikle bir yanda bilişsel, diğer yanda da biyolojik olgunlaşma gibi gelişim süreçleriyle iç içedir. Bu gelişimde okulun işlevi çok önemlidir. Okuldaki başarıda büyük ölçüde -akademik zeka kadar- duygusal zekaya bağlıdır. Çünkü okuldan yararlanmak için gerekli temel özellikler olarak kabul edilen; "Doyumu erteleyebilme, uygun bir biçimde sosyal sorumluluk üstlenebilme, duygularını kontrol altında tutabilme, iyimser bir bakış açısına sahip olabilme, içsel güdülenme, başkaları ile ilişki kurabilme, işbirliği yapabilme ... " gibi beceri alanları duygusal zeka düzeyine bağlıdır. Bu özellikleri geliştirmek için anaokulu-/anasınıflarından başlanarak tüm eğitim süreci boyunca açık ya da örtük müfredatta ilgili etkinliklere yer verilmelidir.

Araştırma sonuçları, Singapur, Finlandiya, G. Kore gibi ülkelerin duygusal zekayı okul müfredatlarına aldıklarını göstermektedir. Oysa bizim ülkemizde öğretmenler derslerinde duygusal hedeflere genel olarak pek fazla yer vermezler (Bacanlı 1999).

Duygusal zeka konusunda yapılan pek çok çalışmanın sonucu değerlendirildiğinde eğitim açısında dogurgular aşağıdaki gibi özetlenebilir:

- Duygusal zeka yetenekleri eğitimle geliştirilebilir ve güçlendirilebilir.
- Duygusal zekanın gelişimi anaokulundan yükseköğrenime dek her eğitim kademesinde önemlidir.
- Hangi alanda olursa olsun öğrenme, öğrencinin duygularından bağımsız olarak gerçekleşmez.
- Duygusal zekanın ihmal edilmesi, akademik zeka kapasitesinin daha çok ve daha etkili kullanılmasını engeller. Dolayısıyla duygusal zekanın gelişimi akademik başarıyı artırır.
- Duygusal zeka kapasitesi her öğrencide vardır ancak farklı zeka profilleri ile eğitim sürecine katılırlar.
- Öğretmenler, farklı zeka alanlarına eşit derecede önem vermelidirler.
- Öğretmenler, öğretim etkinliklerini değerlendirmede duygusal zeka alanına yer vermelidir.
- Öğretmen, öğrencileri, anlaşılması gereken duyguları, düşünceleri, sorunları ve gereksinimleri olan bireyler olarak görebilmelidir .
- Ders etkinliklerinde duygusal zekanın işe koşulması öğrenmeyi daha zevkli ve kalıcı hale getirir.
- Duygusal zekanın gelişimi ile ilgili çalışmalar okuldaki disiplin sorunlarını, sosyal ve psikolojik problemleri azaltır. Ancak okuldaki rehberlik uzmanlarına, yönetici ve öğretmenlere duygusal zekanın geliştirilmesi konusunda müşavirlik hizmeti vermelidir.

ÖNERİLER

Öğretmenler, derslerini planlarken duygusal zeka kapsamına giren öz bilinç, duyguları yönetme, motivasyon, empati ve sosyal ilişkileri geliştirme açısından neler yapabileceğini, duygusal zekayı öğretime nasıl katabileceğini düşünmeli, bu konuda kendine sorular yönetmelidir. Gerekirse meslektaşlarından, okul rehberlik uzmanından hatta öğrencilerinden fikir almalı, inceleme ve araştırmalar yapmalıdır. Bu konuda dilimize çevrilmiş ve ülkemizde yayınlanmış kaynaklardan yararlanılmalıdır (Bu kaynaklara az bir çaba ile ulaşmak mümkündür). Sonuçta çok büyük kazanımlar sağlayabileceğine güvenen her öğretmen bu çabayı göstermekten kaçınmamalıdır. Duygusal zekanın toplumsal yaşamın her alanında, iş ve meslek performansında olduğu kadar bireysel ve aile yaşamındaki önemini ortaya koyan yüzlerce araştırma ve inceleme sonuçları, kuşkusuz ki öğretmenleri böyle bir çabayateşvik edicidir.

*Kaynak kitap için iletişim adresi: "Eğitimciler İçin 100 Kitap Önerisi Üzerine ... – DergiPark"
Doç. Dr. Nail Yıldırım Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, nail.yildirim@gop.edu.tr*

(^b): Bu bölüm Prof. Dr. Binnur Yeşilyaprak'ın "Duygusal Zeka ve Eğitim Açısından Doğurguları" makalesinden yararlanılarak hazırlanmıştır.

İ. İŞ HAYATINDA DUYGUSAL ZEKA

Uzun yıllar duygular iş yeri ortamında yok sayılmıştır. Ancak, duyguların yok sayılmasının veya gereği kadar önemsenmemesinin kişinin çalışma yaşamındaki per-

(IQ) sizi işe aldırır ancak sizi terfi ettiren (EQ)'dur.

formansını olumsuz etkilediği yeni bir bulgudur. Son yıllarda Amerika ve Avrupa'da verimliliği ve rekabet avantajlarını artırmak için yeniden yapılanma, şirket birleşmeleri ve evlilikleri güçlendirme gibi yeni yönetim modellerini ve stratejilerini uygulayan işletmelerdeki başarısızlık nedenlerinin; çalışanların iş tatminsizliği, düşük moral, şiddet eğilimi, sabotaj, yabancılaşma gibi faktörlerden kaynaklandığı saptanmıştır. Çağımızın bu sürekli değişen koşulları ve yoğun iş temposu çalışanları mutsuz ve stresli yapmaktadır.

Bu sonuçlara göre, işletmelerdeki problemler, teknik bilgilerdeki yetersizlik veya zeka ile ilgili yeteneklerin eksikliğinden daha çok duygular dünyasının alanına giren yeteneklerin ve becerilerin eksikliğinden kaynaklandığı görülmektedir. Bu nedenle çalışanları bezdiren ve isteksizlik yaratan bu duygusalıktan kurtulmaları duygusal zekalarını geliştirmeleriyle ilişkilidir.

Günümüz çağı çok hızlı bir şekilde değişmektedir. Özellikle son çeyrek yüzyıl içinde artan rekabet, azalan kar, çeşitlenen müşteri ihtiyaçları ve bilgi işlemenin malzeme işlemek kadar önem kazanması, yönetim anlayışını değiştirmiştir. Bunun sonucu yönetim literatürüne bütünsel kalite anlayışının uzantısı olarak sinerji, yatay yönetim, iç müşteri ve ekip çalışması kavramları girmiştir.

Duygusal zekaları yüksek olan çalışanların örgütlerde yaşanılması kaçınılmaz olan çatışmaları en iyi yönetenler olduğu görülmektedir. Örneğin; duygusal zekası yüksek ve olumlu yaklaşıma sahip olan bireylerin, algılanan adaletsizlik anlayışına daha olumlu ve yapıcı yaklaşımla karşılık verdikleri ve çatışmayla karşılaştıklarında daha az saldırgan oldukları tespit edilmiştir.

Yukarıda da vurgulandığı üzere günümüzde çalışma hayatının kuralları değişmiştir. Bir işe başvuranlar arasından seçilmiş olan en parlak CV' nin sahibinin, bazen işletme içinde en önemli sorunların kaynağı olması ender rastlanan bir durum değildir. Bunun sonucu olarak psikologlar yönetim literatürüne "duygusal zekâ" kavramını armağan etmişlerdir.

Artık günümüz iş alımlarında teorik bilgilerden ziyade Duygusal Zekası (EQ) ve iletişim kabiliyeti yüksek olan bireyler bir adım öne çıkmaktadır (Yılmaz, 2014).Gerek kamu kurumları gerekse özel sektörde, iş alımlarında yazılı sınavların yanında sözlü mülakatlar yapılmaktadır.

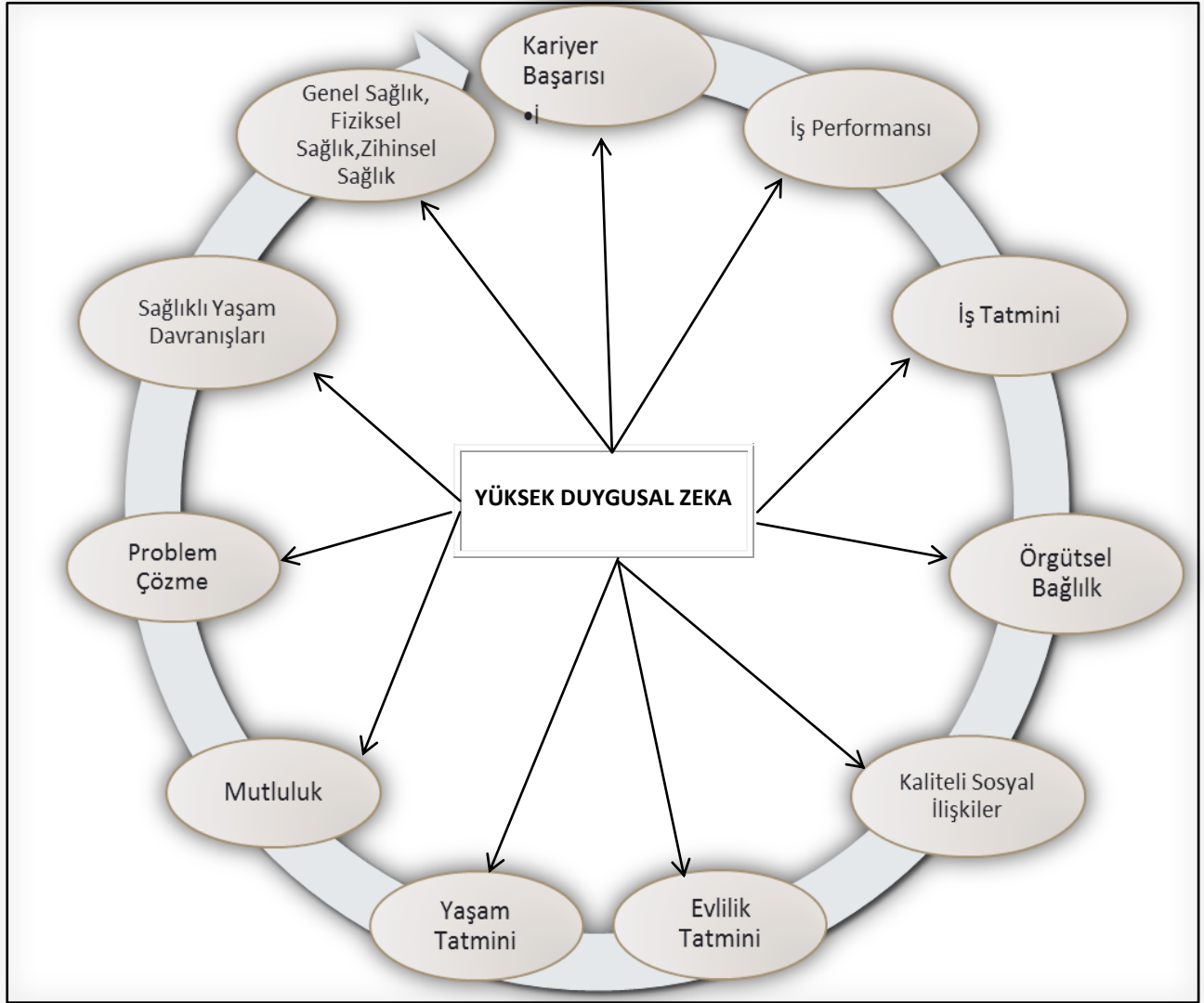
Duygusal zekanın(EQ) öneminin iş hayatında anlaşılmasına başlanmasıyla işletmelerin insan kaynakları bölümü işe eleman alımlarında duygusal yetkinlikleri ölçen envanterler ve kişinin duygusal yetkinliklerini değerlendirmeye yönelik mülakat teknikleri kullanılmaya başlanmıştır. Bunun dışında çalışanların istenen duygusal yetkinlikler doğrultusunda geliştirilmesi amacıyla eğitimler düzenlenmeye; ödüllendirme sistemlerini duygusal yetkinlikleri temel alarak yapılandırmaya devam etmektedir. Böylelikle rekabet içinde çalışan personel rakiplerini geride bırakıp kariyerinde ilerlerken diğer taraftan üst yönetimin dikkatini çekerek önünü açılacaktır (Yılmaz, 2014). *The New York Times gazetesini yazarlarından Nancy Gibbs"IQ sizi işe aldırır, ancak size terfi ettiren EQ'dur" demiştir.*

a. DUYGUSAL ZEKANIN İNSAN YAŞAMINDAKİ ETKİLERİ

Günümüz yönetim anlayışında bireysel üstün özellikler ve başarılar değil, ekiplerin üstünlükleri ve başarıları önem kazanmaktadır. Ekipte birlikte çalışabilmenin, başarılı ve verimli olabilmenin yolu da, ekip üyelerinin duygusal zekaya sahip olmalarıyla yakından ilişkilidir. Başarı ve duygusal zeka ortak yaşamın tüm alanlarında duygusal beceriler geleneksel zekadan(IQ) iki kere daha fazla yararlıdır. Lider ve yöneticilerin hemen hemen yüzde 90'ı duygusal zeka sayesinde başarılıdır. Çünkü duygusal zeka; ilişkileri sürdürmenin, dinleme, empati kurma ve yapıcı eleştiri sağlamanın sanatıdır. Duygusal zekanın göstergelerinden bazıları; kendi beden dilini kontrol edebilmek, başkalarının beden diline duyarlı olmak; empati göstermek, uzlaşmaya dayalı sinerjik ilişki kurmak, insanlarla olumlu ilişkiler içinde olmak, başkalarını hesaba katmak, yüksek duygusal enerji, iyimser

lik, çalışmaya kendini adanmış olmak, değişime istek duymak, kendini yönlendirebilmek, olumsuz duygularla ve başa çıkmak ve kararlılıktır (Baltaş, 2006). Aynı zamanda yüksek duygusal zekaya sahip bireylerin örgüt içindeki insan ilişkilerini güçlüdür, kendilerini ve diğer iş arkadaşlarını motive ederler, kendileri ile barışık-tırlar, proaktiftirler, değişime kolay adapte olurlar ve yenilikçidirler (Ioan, 2014).

Tablo 13. Yüksek Duygusal Zeka Düzeyinin İnsan Yaşamına Yapabileceği Katkıları

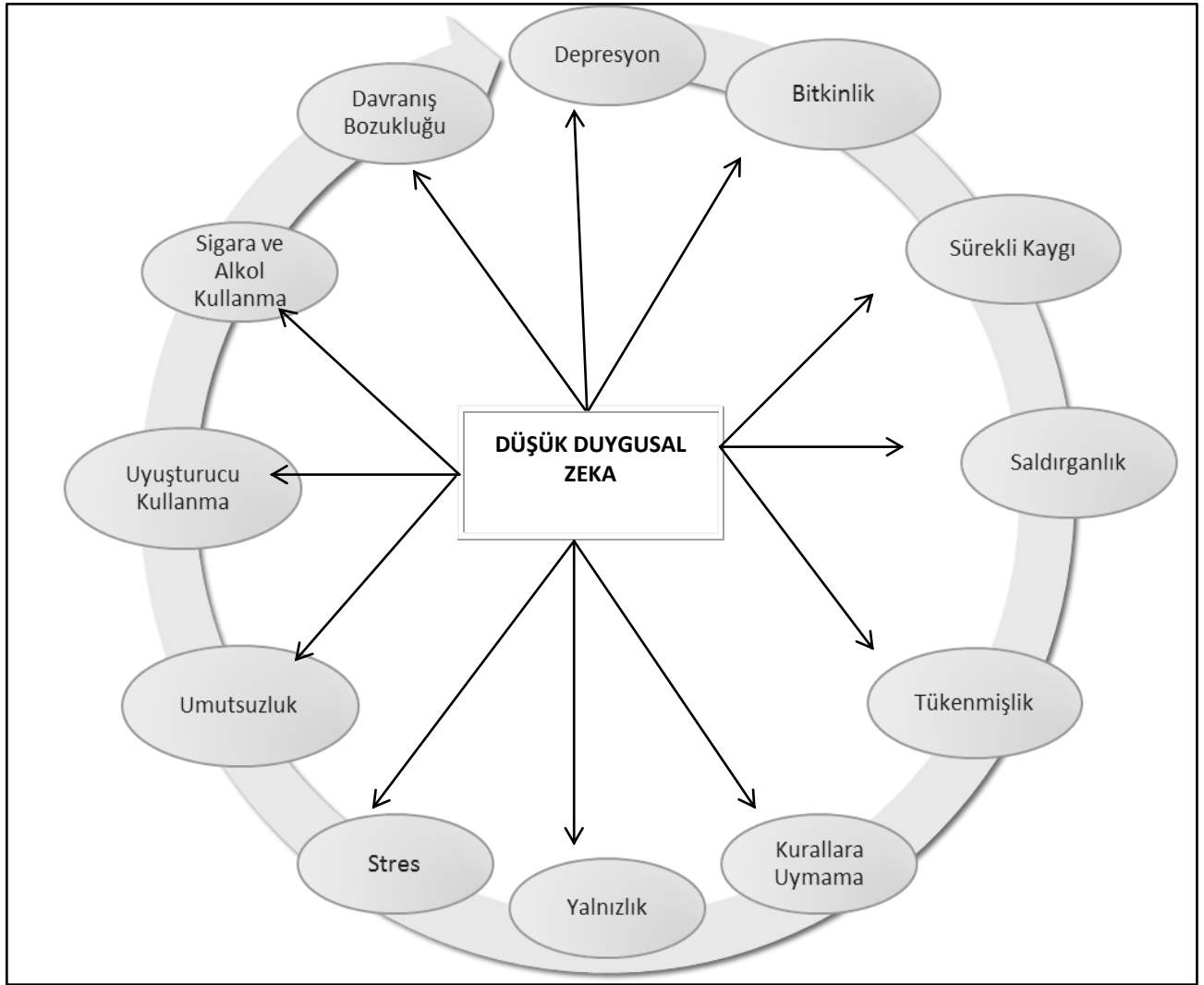


Kaynak: Barış Kavcar(2011)“Duygusal Zeka İle Akademik Başarı ve Bazı Demografik Değişkenlerin İlişkileri”

Duygusal zeka düzeyi ile çeşitli değişkenler arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemek üzere yapılmış olan araştırmalar sonucunda önemli bulgular elde edilmiştir. Bu bulgulardan bazıları aşağıdadır.

- Genel sağlık,
- Fiziksel sağlık,
- Zihinsel sağlık,
- Sağlıklı yaşam davranışları,
- Kariyer başarısı,
- İş performansı, iş tatmini,
- Örgütsel bağlılık,
- Yaşam tatmini,
- Evlilik tatmini,
- Kaliteli akran ilişkileri,
- Mutluluk,
- Problem çözme yeteneği vb.

Tablo 14. Düşük Duygusal Zeka Düzeyinin İnsan Yaşamına Etkileri



Yüksek duygusal zeka düzeyinin insan yaşamına yapacağı katkılara ilişkin bulgulara ek olarak düşük duygusal zeka düzeyinin neden olabileceği bazı olumsuzluklar da araştırmalar sonucunda belirlenmiştir. Tablo 14'teki bulguların her biri ayrı zaman ve ayrı araştırmalar sonunda elde edilmiştir.

Örneğin; (E. A. Rossen, 2007), (E. J. Austin ve diğerleri, 2005), (M. A. Brackett ve diğerleri, 2004), (H. Riley, N. S. Schutte, 2003) ve (I. Tsaousis, I. Nikolaou, 2005) düşük duygusal zeka sonucunda alkol kullanımının ortaya çıktığı sonucuna ulaşmışlardır.

- Alkol kullanımı,
- Sigara kullanımı,
- Uyuşturucu kullanımı,
- Tükenmişlik,
- Depresyon,
- Bitkinlik,
- Kaygı,
- Umutsuzluk,
- Davranış bozukluğu,
- Aleksitimi,
- Saldırganlık,
- Kurallara uymama,
- Yalnızlık ile duygusal zeka düzeyi arasında negatif ilişki olduğunu belirlemişlerdir.

b. ÖRGÜTLERDE DUYGUSAL ZEKA VE KARAR VERME İLİŞKİSİ

Duygusal zeka, gerek özel gerekse iş yaşamında en temel bilişsel yetkinliklerden biri olan karar vermeyi temelden etkilemektedir. Bir karar verme anında seçeneklerin mantıklı olup olmadığını değerlendirmekten tutun da zamanı belirlemeye kadar birçok etkenin duygular tarafından yönlendirildiği araştırmalarca kanıtlanmış bulunmaktadır. Duygusal zeka tek başına iş performansını öngörememektedir, ancak performansı belirleyen yetkinliklerin alt yapısını oluşturmaktadır. Sıradışı iş performansının belirlenmesinde (IQ), duygusal zekadan sonra gelmektedir (Goleman, 2007).(EQ), ayrıca önemli sorunları çözmek ya da önemli bir karar vermek gerektiği zaman, (IQ)'nun yardımına koşar ve bunların daha nitelikli biçimde ve çok daha kısa bir sürede yapılmasını sağlar. Dahası duygular belirsiz bir geleceği öngörmeye ve eylemleri buna göre planlamada yardımcı olan merak ve sezgileri uyandırır.

❖ Örgütlerde Bireyin Duygusal Zekasının Etkisi Pozitif Veya Negatif Düzeyde Yüksekse

- Anlaşmazlıklar tırmandığında, oluşabilecek gergin ortamları yatıştırabilme, farklı görüşleri değerlendirerek buradan aldığı bilgileri ilerleme için kaynak olarak kullanabilme yeteneği (EQ) düzeyi yüksek bir çalışanın becerileri arasındadır.

- (EQ)'su yüksek bir çalışan, kişisel ve sosyal yeteneklerini iş hayatına uygulamada başarılı olur. Kişisel yeteneklere örnek olarak bireyin tercihlerinden, başarılı olduğu alanlardan haberdar olması ve bunları doğru şekilde kullanabilmesi, ön sezgilerine güvenebilmesi ve içgüdülerini düzenleyebilmesi; özellikle de hedefine ulaşmada kendisine yardımcı olacak birikimini kullanarak yüksek motivasyon seviyesine ulaşması verilebilir (Davranış Bilimleri Enstitüsü, 2003).

- Kendi kendini kontrol edebilme yeteneği yüksek olan bireyler örgütlerde daha uzlaşıcıdır. Bu bakımdan, düşük kontrol yeteneği olan kişiler örgütlerde tansiyonu yükseltir ve stresi artırır. Kaynağı ne olursa olsun bireye o gün hakim olan mod agresif düşünceye neden olabilir (Özdevecioğlu, 2003).

- İnsanların işbirliği için bir araya geldikleri toplantılarda ve diğer grup ortamlarında, güçlü bir grup (IQ)'su (odadaki zihinsel bilgi ve becerilerin toplamı) söz konusudur. Ancak şu görülmektedir ki, grup zekasındaki en önemli öğe, ortalama ya da en yüksek (IQ) değil duygusal zekadır. (EQ)'su düşük olan tek bir katılımcı bile grubun kolektif (IQ)'sunu düşürebilir. Harvard'dan Chris Argyris "Herkesin tek başına 130'luk bir (IQ)'ya sahip olduğu bir grup bir araya gelince, ortaya nasıl bir 65'lik bir (IQ) çıkar?" diyerek konuya dikkat çekmiştir.

- Özellikle takım üyeleri arasındaki etkileşim, üyeler arasındaki kurulan iş ilişkileri yüksek performansın ortaya çıkmasında önemli rol oynar. Etkileşim ve ilişkiler takım düzeyinde bireysel düzeyden daha yüksek bir performans ortaya çıkmasına sebep olur (Jordan ve Ashkanasy, 2006). Takımın üyelerinin duygusal zekaya sahip olması o takımın da duygusal zekaya sahip bir grup olması demek değildir. Takımlarda herhangi bir sosyal grup gibi kendilerine ait karakterler oluştururlar (Druskat ve Wolff, 2001). İnsanlar en iyi işi kendilerini iyi hissettikleri zaman çıkarırlar (Goleman, Boyatzis ve McKee, 2006). Bu durum takımlar için de geçerlidir.

- Birey ve grup etkileşimi başka bir bakış açısıyla da yorumlanabilir. Bu bağlamda bireyin duygusal zekasının etkisi negatif düzeyde yüksek ya da düşük ve pozitif düzeyde yüksek ya da düşük şeklinde ele alınabilir. Bireyin duygusal zekasının etkisi negatif düzeyde yüksekse; (yani bireyin duygusal yetenek düzeyi çok düşükse) o zaman grubun performansı olumsuz yönde etkilenebilir (Akt. Sibel Sü Eröz, 2013).

Liderlere ve Lider Adaylarına Kitap Önerisi:

- 1) Takım Oyunu / Seth Godin
- 2) Liderliğin Kutsal Kitabı / Jeffrey Gitomer
- 3) Duygusal Zeka / Daniel Goleman
- 4) İyiden Mükemmel Şirkete / Jim Collins
- 5) İş yaşamında 100 Kanguru / Ahmet Şerif İzgören
- 6) Liderlik 101-Her Liderin Bilmesi Gereken Şeyler /John C. Maxwell
- 7) Liderlik - Harvard Business Review'den en etkili liderlik fikirleri (HBR's 10 must reads)

J. ZEKA ALANLARININ SAPTANMASI

Zeka kavramının çok uzun bir hikayesi vardır; büyük ihtimalle insanlığın kendisi kadar eskidir. Tarihe bakıldığında Sümerlerin Gilgameş Destanı (yaklaşık 5000 yıl), kayıtlı en eski insan hikayelerinde bile, karakterleri akıllı, iyi yürekli ve kararlı olarak tanımlarlar. İncil’de de zeka (Kral Süleyman) ve (Nuh’un komşuları ve Firevun) ilgili göze çarpan örnekler bulunur (Davis, 2004; Akt.Şenil Pehlivan, 2015).

Şenil Pehlivan’ın(2015) bildirdiğine göre yüzyıllar boyunca zeki insanları ve zeki insanların özelliklerini bazı kalıplara konu olmuştur. Toplum arasında dersleri en iyi olan avukat, doktor,mühendis gibi meslek sahiplerinin en zeki kişiler oldukları düşünülmüştür (Tingaz, 2013).

Zeki insanı nitelendiren kıvrak zekalı, sivri zekalı, cin gibi, keskin zekalı, gibi sözcükler hemen hemen her dilde bulunmaktadır. Bunun tersi olarak zeki olmayan insanı tasvir etmeye yarayan budala, yavaş düşünen, kalın kafalı, ahmakgibi sözcüklerde her dilde yerini almıştır.

Zekanın ilk tanımı ve zekanın ölçümü Alferd Binet tarafından yapılmıştır. Fransız hükümetinin okuldan yararlanamayacak kadar durgun zekadaki çocukların ve yeterli zeka potansiyeline sahip olduğu halde gerekli çabayı göstermedikleri için başarısız olan çocuklardan ayırt edebilmek için Stanford Binet’ten Zeka testi istemesi üzerine ortaya çıkmıştır (Pamukoğlu, 2004). Bu bağlamda Binet, on dokuzuncu yılların sonlarında ilk zeka testini geliştirmiştir. Bu zeka testlerine (IQ)testi de denilmektedir (Davis, 2008).Stanford-Binet Zeka Testi 1916’dan bu yana dört (bazı kaynaklarda 5 kez) kez revize edilmiştir.

Günümüzde eğitim ve psikoloji alanındaki gelişmelerle birlikte zekaya ilişkin görüşlerde önemli değişiklikler olmuştur. Klasik testlerin çocukların zeka ölçümünde yeterli olamayacağı, onun yerine potansiyel yeteneklerinin de ortaya çıkarılması gerektiği görüşü vardır. Gardner bireylerin aynı düşünüş tarzına sahip olmadıklarını bu farklılıklar dikkate alınarak verilen eğitimin daha etkili olacağını belirtmiştir.Harvard Üniversitesinden psikolog olarak mezun olan Howard Gardner, 1983’de zeka konusunu yeniden inceleyerek çoklu zeka kuramını ortaya çıkarmıştır (Yüksel, 2006). Gardner akademik hayatı boyunca en çok ses getiren çalışması “çoklu zeka” kuramıdır.

Howard Gardner, (IQ) kavramını ilk sorgulayanlardandır. *Farmes of Mind (Zihin Pencereleri)* (Basic Books, NewYork 1983) adlı eserinde hayattaki başarılarımızda sadece tek bir çeşit zekanın hayati önem taşıdığını reddetmiş, bunun geniş bir tayf (görüntü, hayalet) olduğunu öne sürmüştür (Beceran, 2012).

Ülkelerin yirmi birinci yüzyılda başlıca hedefinin bedensel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden sağlıklı, çevresiyle uyumlu, yaratıcı girişimci, üretken, dinamik, kendine güvenen bireyler yetiştirmek olduğu bilinmektedir. Yaşanan toplumsal değişimler, bilimsel ve teknolojik gelişmeler, bireyin ve buna bağlı olarak toplumun sürekli kendini yenilemesini gerektirmektedir (Şanlı, 2005). Bu süreçte başarı, bireyin kendini her alanda geliştirmesine bağlıdır. Bireyin, kendini tanıması, duygularını yönetmesi, karşısındaki kişileri anlaması, empati kurabilmesi gibi duygusal zeka yetilerine sahip olması da önemli hale gelmiştir(Prof. Dr. Esra Ömeroğlu,2015).

Son yıllarda yapılan araştırmaların bireyin başarısında bilişsel zekanın tek başına yeterli olmadığını, duygusal yetilerinde de gerekli olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle 20. Yüzyılın ikinci yarısında sayıları gittikçe artan bir grup psikolog eski(IQ) tanımının kısıtlı dil ve matematik becerileri alanında kaldığını ve (IQ) testlerinde başarılı olmanın hayat yolları akademik dünyadan ayrıldıkça tahmin yeteneğinin de zayıfladığını kabul etmişlerdir(Goleman, 2005). Bütün bunlarla birlikte Howard Gardner 1980’lerin başlarında (IQ) yaklaşımını sorgulamaya başladı. "Frames of Mind" adlı kitabında yaşamdaki başarı açısından hayati derecede önem taşıyan yalnızca tek bir zeka türü olmadığını, ancak zeka türlerinin daha geniş bir yelpazede ele alınabileceğini öne sürüyordu. Zekanın tek göstergesinin (IQ) olamayacağı fikrinin kabul görmesi, zekanın tek bir türden oluşmadığının anlaşılması ayrıca daha önceki bölümlerde anlattığımız Gardner’ın çoklu zeka kuramının duygusal zeka kavramının oluşumuna zemin hazırladığı söylenebilir. Duygusal zeka kavramının gelişmesi, insanların bir konuyla ilgili başarılarını ölçmek için kullanılan genel ölçüm testlerinden (üniversite seçme sınavları, IQ tesleri vs.) başarılı olan kişilerin bir çoğunun, gerçek hayatta başarısız olduklarının tespit edilmesiyle ortaya çıkmıştır.

Daha önce de belirtildiği gibi, normal gelişim gösteren her birey, tüm zeka alanlarına sahip olarak doğar ancak süreç içinde, her çocuk farklı olanaklarla yaşamını sürdürdüğü için değişik zeka alanları gelişmiş olarak okula başlar. Bu demektir ki her çocuğun güçlü veya zayıf olduğu zeka alanları vardır. Bu durum, çocuğun bir bilgiyi ne kadar kolay ya da zor öğrenebileceğinin bir göstergesidir. Bu da genel olarak çocuğun kendine özgü öğrenme stilini ifade eder. Buna rağmen eğitimciler çocukların gelişmiş oldukları zeka alanlarını destekleyerek herhangi bir konuyu nasıl daha kolay öğrenebileceklerini keşfetmelerini sağlayabilirler (Brualdi, 1998).

Son yıllarda bireylerin kendileri, yakınları ve de özellikle çocuklarının zeka gelişimi ile ilgili bilgi sahibi olma ihtiyacı yaygındır. Psikolojik testler klinik alanda gelişim, kişilik ve zeka gibi bireysel niteliklerin ölçümü ile tanı ve değerlendirme gibi pratik ihtiyaçlarda kullanılmaktadır. Ülkemizde kullanılmakta olan çeşitli zeka testlerinin büyük bir bölümünün yabancı kökenli olduğu dikkate alınacak olursa, bunların Türk toplumuna uyarlanmasında çeşitli sorunlar olduğu gözlemlenmektedir.

Aşağıda Türkiye’de kullanılan zeka ölçekleri ile ilgili kısmi bilgiler verilmiştir.

Tablo 15. Stanford-Binet Zeka ve Wechsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği (WISC-R)

Test Adı	Yaş Grubu	Kullanılış Amacı	Detaylı Bilgi İçin İletişim Adresi
Stanford-Binet Zeka Ölçeği	(2-18 yaş)	Üstün yetenekli ve zihinsel engel taşıyan çocukların saptanması için kullanılan bir zeka testidir.	https://docplayer.biz.tr/32089348-Stanford-binet-zeka-testi-uygulayici-y..
Wechsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği (WISC-R)	(6-16 yaş)	Çocuklarının zihinsel düzeylerini ölçmek için geliştirilmiştir	https://toad.edam.com.tr

Detaylı bilgi için bkz Tablo 3. (Bireysel ve Grup Olarak Uygulanan Klasik Zeka Testleri)

Tablo 16. Çoklu Zeka Testi Uygulamaları

Uygulan Sınıf	Detaylı Bilgi İçin İletişim Adresi
Bu araştırmanın çalışma evrenini, 2007-2008 öğretim yılında Eskişehir ili Sivrihisar ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı bulunan tüm liselerin doku Zuncu sınıf öğrencileri oluşturmaktadır.	https://toad.edam.com.tr/coklu-zeka-alanlarini-degerlendirme-olcegi-toad
bu araştırma ile ilköğretim 4. sınıf türkçe dersi kapsamında, erişti, tutumlar ve öğrenme stratejilerinin eğitiminde, çoklu zeka kuramına dayalı işbirlikli öğrenme yönteminin etkisinin ortaya konması amaçlanmıştır	https://toad.halileksi.net/sites/default/files/pdf/okudugunu-anlama-stratejileri-olcegi-oaso-toad.pdf
Branşlarına göre üniversite öğrencilerinin zeka alanları incelenmiştir.	Yrd. Doç. Dr. Behçet ORAL Dicle Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü
Çoklu Zeka Kuramı Değerlendirme Ölçeği	cayyesilyurtortaokulu.meb.k12.tr/04105427_coklu_zeka_olcum_testi

Literatürde Çoklu Zeka Kuramı ile ilgili akademik başarı ilişkisini inceleyen başka araştırmalar mevcuttur.

Tablo 17. Eğitim Alanında Duygusal Zeka İle İlgili Çalışmalar

ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ	ARAŞTIRMANIN AMACI	DETAYLI BİLGİ İÇİN İLETİŞİM ADRESİ
Bu araştırma; İstanbul ili Küçük Çekmece İlçesinde 2012-2013 eğitim-öğretim yılı ilköğretim ikinci kademe de toplamda 75 öğrenciye uygulanmıştır.	İlköğretim 2.Kademe Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeylerinin Ana Baba Tutumları Açısından İncelenmesi.	Battal ODABAŞI İstanbul Aydın Üniversitesi, bodabasi@aydin.edu.tr
2013-2014 eğitim-öğretim yılında İstanbul'un Beylikdüzü ilçesinde bulunan okullarında random yöntemi ile seçilen 157 öğretmen den oluşturulmaktadır.	Öğretmenlerin duygusal zeka ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek.	Mehmet TURAN İşletme Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi-2015 İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Türkiye'de devlet üniversitelerinde turizm eğitimi alan 21408 (ÖSYM 2014) ikinci, üçüncü ve son sınıf öğrencileri.	Bu araştırmanın temel amacı Türkiye'de turizm eğitimi alan öğrencilerin duygusal zeka düzeyleri ile akademik başarıları arasında ilişkinin olup olmadığını saptamaktır.	Emil MAMMADOV Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enst. Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı
2009-2010 öğretim yılı İzmir Büyükşehir Belediyesi Konak ilçesi sınırları içinde bulunan ilköğretim 4. ve 5. Sınıf öğrencileri.	İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin duygusal zeka düzeylerini ölçmek.	AYŞENUR KARABULUT Yüksek Lisans Tezi -2012 Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı
2009-2010 öğretim yılı Abant İzzet Baysal Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi İşletme Bölümü ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencileri.	Duygusal zeka düzeyi ile akademik başarı ilişkisini incelemek için yapılmıştır.	Barış KAVCAR Doktora Tezi-2011 Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı
Araştırmanın örneklemini İzmir ili Buca ilçesi ilköğretim okulları arasından seçilen; İsmail Şekip Uyal İlköğretim Okulu, Hüseyin Avni Ateşoğlu İlköğretim Okulu ve Buca Toki Turgut Özal İlköğretim Okulundan toplam 578 sayıda 5. Sınıf öğrencisi oluşturulmuştur.	İlköğretim 5. sınıf öğrencilerinde duygusal zeka ve sosyal beceri düzeyleri arasında önemli farklılıkların olup olmadığını incelemek	Yasemin YURDAKAVUŞTU Yüksek Lisans Tezi-2012 Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü- Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Sınıf Öğretmenliği Programı
Araştırmanın evrenini 2004-2005 öğretim yılında Sakarya Üniv. Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören son sınıf üniversite öğrencileri oluşturulmaktadır.	Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören son sınıf öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleriyle stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkiyi incelemek.	Emine GÖÇET Yüksek Lisans Tezi-2006 Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
İstanbul ili Tuzla ilçesindeki resmi ilköğretim ve orta öğretim kurumlarında 2008-2009 öğretim yılında görev yapan yöneticiler oluşturulmuştur.	MEB'e bağlı resmî ilköğretim ve orta öğretim kurumlarında görev yapan okul müdürleri ve müdür yardımcılarının çalışma yönetimi stratejilerini kullanma düzeylerinin duygusal zeka düzeylerine göre gösterdiği değişkenliği inceleyerek değerlendirmektir.	FERİDE GÜNEY Yüksek Lisans Tezi-2009 Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ana- bilim Dalı

Devam(tablo 17)

ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ	ARAŞTIRMANIN AMACI	DETAYLI BİLGİ İÇİN İLETİŞİM ADRESİ
Araştırma örneklemini 2007-2008 yılında Erzurum il merkezinde resmi ve özel okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan 90 öğretmen ile aynı eğitim yılında Atatürk Üni. K.K.E.F okul öncesi öğretmenliği Ana Bilim Dalında kayıtlı 80 son sınıf öğrencileri oluşturmaktadır	Bu araştırmada okul öncesi öğretmenlerinin ve okul öncesi son sınıf öğretmen adaylarının duygusal zeka düzeyleri ile öğretmenlik mesleğine karşı tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir.	Tuba KAYSERİLİ Yüksek Lisans Tezi-2009 Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Bu çalışmanın evrenini, 2012-2013 yılında Balıkesir il Millî Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı okullarda görev yapan 11.172 öğretmen oluşturmaktadır.	Bu araştırma, öğretmenlerin duygusal zekaları ile örgütsel adanmışlıkları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır.	Şule KIZIL Yüksek Lisans Tezi-2014 Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
<i>Alanyazında öğrenci, öğretmen ve yöneticilerinde duygusal zeka kullanabilme becerileri üzerine çok sayıda araştırma bulunmaktadır.</i>		

Tablo 18. Duygusal Zeka ve İş Performansı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi ile İlgili Bazı Araştırmalar

ARAŞTIRMANIN ÖRNEKLEMİ	ARAŞTIRMANIN AMACI	DETAYLI BİLGİ İÇİN İLETİŞİM ADRESİ
İstanbul Büyük Şehir Belediyesi bünyesinde hizmet veren toplu ulaşımdan sorumlu olan İETT kurumunda çalışan şoförler İstanbul'da hizmet veren tıp doktorları	Duygusal zeka ve iş performansı arasındaki ilişki düzeylerinin belirlenmesi.	Yeşim AVUNDUK Doktora Tezi İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Bilişim sektöründe faaliyet gösteren şirketlerin ilk, orta ve üst kademe yöneticileri Araştırmanın ana kütesidir.	Bu araştırma, işletmelerde yönetim kademesinde görev alan kişilerin duygusal zeka düzeylerinin, yönetim tarzları ve örgütsel yabancılaşmaları üzerine etkilerini incelemek amacıyla yapılmıştır.	Murat ÖZTURAN Doktora Tezi İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
2010-2011 yılları arasında Türkiye genelinde kamu ve vakıf üniversitelerinde çalışan akademisyenler.	Kişilik tipleri, duygusal zeka, iş tatmini arasındaki ilişkilerin incelenmesi.	Melike Kıvanç SUDAK Cemal ZEHİR Yönetim Bilimleri Dergisi
Duygusal Zekanın (EQ) Satış Elemanlarının Algıladıkları Satış Performansına Etkisi		Detaylı Bilgi İçin İletişim Adresi
-Aydın'da (Ford, Peugeot, Honda, Toyota, Opel, Fiat, Volkswagen, Renault), -Kuşadası'nda (Fiat, Dacia, Volkswagen, Ford), Nazilli'de (Ford), -Söke'de (Kia, Renault) bulunan otomatik bayilerinde çalışanlar, -Aydın ilinde bulunan bankalarda (Akbank, Halkbank, Abank, Denizbank, -Finansbank, İNG, TEB, Garanti, Yapı kredi, HSBC, Ziraat Bankası, İşbankası, -Şekerbank, Vakıfbank, Anadolu bank, Tekstil) çalışan satış elemanları çalışmanın ana kütesini oluşturmaktadır (Toplam 150 çalışan).		Şenil PEHLİVAN Yüksek Lisans Tezi-2015 Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı

K. ÇOKLU ZEKA KURAMI VE TÜRK EĞİTİM SİSTEMİNE YANSIMASI

Geleneksel eğitim programlarıyla toplumun gereksinim duyduğu bireyleri yetiştirmenin mümkün olmadığı düşüncesinden hareketle Milli Eğitim Bakanlığı 2004 yılından itibaren ilköğretim düzeyinden başlamak üzere eğitim programlarını geliştirme yoluna gitmiştir (Adıgüzel, 2009). Bu amaç doğrultusunda yapılan çalışmalar neticesinde de MEB, yapılandırmacı eğitim yaklaşımı'nı benimsemiş ve 2004–2005 öğretim yılında da, denemek üzere pilot olarak seçilen illerdeki okullarda uygulamaya koymuştur. 2005–2006 öğretim yılından itibaren de ülke genelinde tüm okullarda uygulamaya başlamıştır (Çınar vd., 2006).

Yapılandırmacı yaklaşımın temel alındığı programlarda, bilginin öğrenci tarafından yapılandırıldığı kabul edilmektedir. Bu yaklaşımın bir gereği olarak öğretmen merkezli bir öğretimden uzaklaşarak öğrenci merkezli öğretim yöntemi benimsenmekte; öğrenci-öğretmen ve öğrenci-öğrenci etkileşimine aile ve çevrenin de katılımı amaçlanmaktadır. Yapılandırmacı eğitim programıyla birlikte bilginin doğrudan ve hiyerarşik olarak anlatılması yerine, öğrenenin içerikle etkileşim kurması ve bilgiyi temel kavramlar, problemler, öyküler, yansıma, örnek olaylar, yardımlaşma, çoklu uygulamalarla yapılandırmasını; yapılandırma sürecinde de öğrencinin bir önceki bilgilerini isteğe bağlı olarak kullanmasını sağlayan bir program anlayışı benimsenmiştir. Eğitim sistemimize tema, kazanım, özdeğerlendirme, performans değerlendirme, öğrenci ürün dosyası (potfolio), vs. gibi yeni kavramlar girmiştir (Sabancı, 2009).

Son yıllarda gündeme gelen çoklu zeka kuramının eğitimdeki uygulamaları büyük yankı uyandırmıştır. Çoklu zeka kuramı uygulamaları, öğrencilerin öğrenmelerini kolaylaştırmakta, kendilerini tanımalarını, kendilerine güvenmelerini, bireysel farklılıklara saygı duymalarını, yaratıcı düşüncelerini geliştirmelerini ve gelecekte hangi mesleği seçecekleri konusunda düşünmelerini sağlamaktadır (Talu, 1999).

Ayrıca eğitimsel olarak çoklu zeka kuramından çıkarılabilecek en önemli sonuç, insanların farklı şekillerde öğreniyor, öğrendiklerini farklı biçimlerde gösteriyor ve kullanıyor olduğudur. Bu yönüyle çoklu zeka geleneksel olarak var olan tek tip öğretim ve değerlendirme uygulamalarını da sorgulamaktadır. Çoklu zeka kuramı, dikkatleri, geleneksel öğretim ve değerlendirme süreçlerinin özellikle sözel-dilsel ve mantıksal-matematiksel zekaları öne çıkarmakta olmasına çekmektedir. Bu durum, diğer zeka türlerinde güçlü olan öğrencilerin gelişim fırsatlarını sınırlandırarak eşitsizlik yaratmaktadır. Ayrıca bir ya da birkaç zeka alanına odaklanmak diğer zeka alanlarının gelişimini engellemekte onların körelmesine yol açmaktadır.

Geçmişten günümüze çoğunlukla tek uygulamaya dayalı ve bilgiyi ölçen sınavların bireyin ilgi ve yeteneklerini açığa çıkarmakta yetersiz kaldığına yönelik olan görüşler, kademeler arası geçişte günümüze kadar uygulanagelen sınavların amaca uygun olmadığını ortaya çıkarmaktadır. Buna rağmen günümüzde de uygulanan bir ya da birkaç oturumdan oluşan, çoktan seçmelisözelara dayalı testlerle gerçekleştirilen kademeler arası geçiş uygulamalarının bireyin ilgi ve yeteneklerini doğru ve yeterli şekilde ölçmediği, aksine test tekniği ve tek sınav kaygısının oluşturduğu yüksek kaygı düzeyi ve yoğun hazırlık sürecinin bireylerin toplumsal yaşam koşullarını olumsuz yönde etkilediği yönündeki görüş, araştırmada katılımcılardan edinilen en önemli sonuçlar arasında değerlendirilebilir.

Yenilikleri benimsemek ve uygulamaya koymak genelde kolay olmamaktadır. İnsanın doğasında, yenilik ve değişmeye karşı bir tepki, isteksizlik bulunmaktadır. Ülkemizde de bu böyle olmuştur. Yıllarca geleneksel eğitim anlayışı çerçevesinde eğitimdeki rollerini alan eğitim ve okul yöneticileri, öğretmen, öğrenci ve velilerin yeni uygulanmaya başlayan yapılandırmacı eğitim programını benimseyip, kavrayıp, rollerini bu yeni programa göre belirlemeleri kolay bir süreç değildir. Bu uyum süreci, haliyle yeni eğitim programının uygulanmasında birtakım sıkıntıları beraberinde getirmiştir. Bu bağlamda yapılandırmacı eğitim yaklaşımı ile hazırlanan yeni öğretim programlarının uygulanmasında öğretmen ve yöneticilerin bu eğitim yaklaşımı hakkında bilgi sahibi olmaları ve yeni yaklaşımı benimsemeleri önemli bir husustur.

SONUÇ: Geleneksel eğitim sistemlerindeki temel problem, bazı öğrencilerin öğrenme özürü olması değil, birçok öğretmenin öğretme özürü olmasıdır; bir başka deyişle, öğretim yaklaşımını farklı yollarla öğrencilere göre uyarlayamamasıdır (Saban, 2010).

Eğer öğretmenler, öğretim yöntem ve tekniklerini öğrencilerin ilgi, yetenek ve zeka alanları doğrultusunda düzenlerse, öğrenemeyen diye nitelendirdiğimiz birçok öğrencinin aslında öğrendiğini görebiliriz. Burada ki önemli olan nokta, öğretmenler, öğrencilerin nasıl öğrenebileceklerini bilmelive buna göre onların ilgi, yetenek ve baskın zeka alanlarına göre öğretim yöntem ve tekniklerini seçebilmelidir.

M. Zülküf Altan'a (2012) göre,sadece sayısal ve sözel zekagöz önüne alınarak hazırlanan zeka testlerinin ve bu testlerin ışığında geliştirilen sınav sistemlerinin ve programlarının, yalnız kuramcıları değil, aynı zamanda eğitimcileri ve öğrencileri de bir çıkmaza sürüklediği çok açıktır.

Bireylerin sınıflandırıldığı ve gelişmelerinin sınırlandırıldığı bir ortamda, çoklu zeka kuramı; zekayı ölçmek, bireyleri sınıflandırmak ve gelişmelerini sınırlandırmak yerine, bireylerin yeteneklerini ortaya çıkarmalarına, geliştirmelerine ve eğitimcilerin de bu yönde değerlendirme yöntemleri ve farklı programlar oluşturmalarına yardım edebilir bir potansiyele sahiptir. Bunun başarılabilceği de artık pek çok ülkede var olan çoklu zekaokullarında görülmektedir.

Ülkemizde de çoklu zeka kuramının başarıyla uygulanabilmesi için; en başta eğitim ortamının zenginleştirilmesi, ardından sınıf mevcutlarının azaltılması, programın çoklu zekaya uygun hazırlanıp, müfredat konularının hafifletilmesi, öğretmenlerin üniversite öğrenimlerinde uygulamalı çoklu zeka kuramı görmeleri,ders kitaplarının çevresel şartlar göz önüne alınıp hazırlanması, ilkökulda birinci sınıftan itibaren müzik, bedeneğitimi ve görsel sanatlar derslerine branş öğretmenlerinin girmesi ve ders dışı saatlerde okulların açık bulundurulması bu zaman zarfı içinde de ilgi ve zeka alanlarına göre öğrencilerin müzikal, görsel, sportif aktivitegibi alanlara yönlendirilmesi gerektiği söylenebilir(Akt.Cemil İnan ve Serdar Erkuş, 2016).

BÖLÜM VIII

DİJİTAL ÇAĞDA ÇOCUKLAR VE EBEVENLER

KONU BAŞLIKLARI

- A. GİRİŞ
- B. DİJİTAL YAŞAM
- C. DİJİTAL DÜNYADA ÇOCUK BÜYÜTMEK
- D. AİLENİN DİJİTAL OKURYAZAR OLMASI
- E. TELEVİZYON, İNTERNET, CEP TELEFONU VE DİJİTAL OYUNLAR
 - 1) TELEVİZYON
 - 2) İNTERNET ÇOCUK VE AİLE
 - 3) ÇOCUK VE TELEFON
 - 4) ÇOCUK VE OYUN
 - 5) DİJİTAL OYUNLARIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ OLUMLU VE OLUMSUZ ETKİLERİ
- F. AİLE İÇİ TEKNOLOJİ GÜVENLİĞİ SÖZLEŞMELERİ

A. GİRİŞ

Bireyin kişiliği doğumdan başlayarak tüm yaşamı süresince toplumsal kurumlardaki yaşantılarla şekillenir. Anne babanın çocuk yetiştirme tutumları birçok sosyal ve çevresel etkenden daha önemli olup çocuğun sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimini etkiler (Grusec ve Davidov, 2007). Bireyin bilişsel ve duygusal gelişiminde, biyolojik büyüme ve olgunlaşmanın yanı sıra toplumdaki normlar, kültürel değerler ve davranışlara ilişkin beklentiler rol oynar (Recebov, 2000). Sosyalleşmenin ilk aşaması aile içerisinde gerçekleşmektedir. Özellikle aile bireylerinin karakteri, davranışları ve hayata bakış açıları çocuğun gelişim sürecine doğrudan etki etmektedir. Bu açıdan ailenin çocuk gelişimin-deki önemi son derecede büyüktür.



İnsanlık tarihinde hayatın omurgasına müdahale eden küreselleşme ve kentleşme gibi kavramların yanına dijitalleşme de eklenmiştir. Bilgi ve iletişim teknolojileri; hızla yaygınlaşan, durdurulamaz bir güç halini almıştır. Ekonomilerden, toplumlara ve kültürlere kadar modern hayatın hemen hemen tüm yönlerini etkilemekte ve gündelik hayatı şekillendirmektedir (UNICEF, 2017; Akt.Vahit İlhan ve Hakan Aydın, 2019). Teknoloji çağı olarak adlandırılan bu dönemde, enformasyon ve iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler, sosyal hayatı derinden etkilediği gibi toplumların enformasyona erişimi diğer bir deyişle ulusal ve uluslararası arenada gerçekleşen olaylar hakkında enformasyon sahibi olma yollarında da gözlemlenebilir farklılıklar meydana getirmiştir.

Vahit İlhan ve Hakan Aydın'ın(2019) belirttiklerine göre,bu güce niceliksel olarak baktığımızda; dijital dünyada insanların herhangi bir cihazla bir günde internetle geçirdiği zaman;

- Almanya'da 4 saat 37 dakika,
- İspanya'da 5 saat 18 dakika,
- ABD'de 6 saat 31 dakika,
- Türkiye'de 7 saat 15 dakikadır.

İnternet kullanımı dünya ortalama günde 6 saat 42 dakikadır. (www.wearesocial.com). We Are Social and Hootsuite'in 2019 Global Digital raporuna göre, dünyada internet kullanan yaklaşık 4.5 milyar insan bulunmaktadır (Dünya nüfusunun yarısından fazla).

Şu anda dünyanın 7.6 milyarlık nüfusunun üçte ikisinin cep telefonu bulunmaktadır. Günümüzde kullanımda olan telefonların yarısından fazlası 'akıllı' cihazlardır; bu nedenle insanların nerede olurlarsa olsunlar internet deneyiminin keyfini çıkarması giderek daha kolaylaşmaktadır.

Sosyal medya kullanımı da hızla artmaya devam etmektedir; dünya genelinde yaklaşık 3.5 milyar insan her ay sosyal medya kullanmakta ve bu kullanıcıların bir kısmı mobil cihazlar üzerinden erişmektedir. Bu yılki raporlardan elde edilen temel bilgileri şu şekilde özetleyebiliriz (*sosyalarastirmalar.com › cilt 12 › sayı 64 pdf › ilhan vahit hakanaydin yazan: V İLHAN - 2019*);

- 2019 yılında internet kullanıcılarının sayısı 4 milyar 388 milyon (yıllık yüzde 9 oranında artış)
- 2019 yılında sosyal medya kullanıcı sayısı 3 milyar 484 milyon (yıllık yüzde 9 oranında artış)
- 2019 yılında cep telefonu kullanıcı sayısı ise 5 milyar 112 milyon (yıllık yüzde 2 oranında artış).

Sadece interneti kullananların sayısı değil aynı zamanda insanların internette geçirdikleri süre de artmaktadır. Global Web Index'in son verilerine göre, ortalama bir internet kullanıcısının günümüzde internet destekli cihaz ve hizmetleri kullanarak yaklaşık 7 saat geçirdiğini gösteriyor ki; bu insanların uyanık kaldıkları ortalama zamanın yaklaşık üçte biridir. Dünya nüfusunun üçte ikisinden fazlasının artık bir cep telefonu var ve çoğu insan şimdi akıllı telefon kullanmaktadır. Akıllı telefonlar ise, internet kullanımı için tercih edilen önemli bir seçenek olmuşlardır (www.wearsocial.com; Akt.Vahit İlhan ve Hakan Aydın, 2019).

"Digital 2019 in Turkey" ismiyle yayınlanan raporun Türkiye'deki internet kullanımı ve sosyal medya istatistiklerine bakıldığında; nüfusun yüzde 72'sine tekabül eden 59,3 milyon internet kullanıcısı bulunmaktadır ve bunların 56,3 milyonu telefonlarından internete bağlanmaktadır. İnternet erişim kaynaklarının, ağırlıklı olarak mobil iletişim araçlarına evrildiği görülmektedir. Türkiye'de kullanıcılar internette günde ortalama 7 saat geçirmektedir. 82,4 milyon nüfusa sahip ülkemizde;

- Nüfusun yüzde 72'sini oluşturan 59.36 milyon internet kullanıcısı,
- Nüfusun yüzde 63'ünü oluşturan 52 milyon aktif sosyal medya kullanıcısı,
- Nüfusun yüzde 53'ünü oluşturan 44 milyon aktif mobil sosyal medya kullanıcısı bulunmaktadır.

Buraya kadar ele alınanlardan da anlaşılacağı gibi 21. yüzyılda bireylerin yaşantısı dijital satırlar tarafından düzenlenmekte, organize edilmekte ve yürütülmektedir. Sosyal medyanın olumlu işlevleri (haber ve bilgi edinme, kültürleşme, eğlence vs) sayılamayacak kadar fazladır ancak olumsuz yanları da bir o kadar fazladır. En başta medyanın aşırı şiddet ve aşırı cinsel içeriklere yer vermesi gelmektedir. Bunların yanı sıra bağımlılık derecesinde internete ayrılan zaman ve bu zamanın nitelikli faaliyetler içermemesi gelmektedir. Tüm dünyada benzeri durumların yaşandığı yapılan çalışmalarla ortaya konulmaktadır.

Dijital teknolojiler hayatımızın geri dönüşü olmayan bir gerçeğidir ve fakat faydalara erişimi en üst düzeye çıkarırken, riskleri en aza indirebilme hedefi temel sorunlarımızdan biri haline gelmiştir. Bu sorunlu alanın merkezinde şimdilik sadece 'çocuklar' varmış gibi davranıyoruz. Dijital yaşamın sorunlu alanları aslında çok daha geniştir. Ancak diğer gruplar çalışmanın kapsamına girmediğinden sadece aile üyelerinin dijital yaşam sorunları ve çözüm önerileri üzerinde durulmaktadır.

B. DİJİTAL YAŞAM

Yukarıdaki veriler aslında dünyamızın hızla dijitalleşmeye devam ettiğinin bir göstergesidir. Dijital dünyada insanların birbiriyle olan iletişimi daha kolay olmaktadır. Örneğin internet, haberleşmeden bilgi paylaşımına, habercilikten medyaya, tanıtım ve reklamdan seyahat ve tatile, kamu hizmetlerinden bankacılık ve ticarete, eğlenceden sosyal ilişkiler ve kültürler arası etkileşime, çevre ve sağlıktan eğitime ve günlük yaşamı ilgilendiren pek çok alanda olumlu getiriler ve yenilikleri hayatımıza getirmiştir. İnternet birçok bilgiye rahatlıkla ulaşabilme, insanların düşüncelerini ifade edebilme ve dijital platformda oluşturduğu sosyal arkadaşlıklar ile iletişim kurma olanağı sağlamıştır.

Gamze Yılmaz Güntay'a (TÜBİTAK: Bilim ve Genç, 2019) göre bilgi ve iletişim teknolojilerindeki gelişmeler yaşam biçimimizi geri dönülmez şekilde değiştiriyor.



Dijital cihazlar gündelik hayatımızın her alanına yayılmış durumda. Hızla değişen ve yayılan bilgiyi takip etmek isteyenler için internete bağlı bilgisayar, mobil telefon ve tablet, giyilebilir teknoloji ürünü cihazlar yeni medya araçları vazgeçilmez bir ihtiyaç haline geldi.

Bu cihazları en aktif şekilde kullanan gençler ise bu yeni teknolojiler ile büyüyen ilk nesil. ABD’li eğitimci Mark Prensky bu nesli “dijital yerliler” olarak adlandırıyor.

Bilgisayarların, internetin ve video oyunlarının “dijital dili” gençlerin ana dillerinden biri. Dolayısıyla dijital medya cihazlarını aktif bir şekilde kullanan bugünün gençlerinin eğitiminde daha önceki nesillerin eğitim sisteminin kullanılması yetersiz kalıyor. Örneğin günümüzde gençler yeni bir şey öğrenirken yazılardan önce görsellere odaklanıyor. Artık mobil cihazlarımızda inanılmaz büyüklükte bir kütüphane taşıyabiliyor, anlık iletilerle dünyada neler olup bittiğini eş zamanlı olarak öğrenebiliyor ve değişen bilgiye hızla ulaşabiliyoruz.

Bilişim teknolojilerini aktif olarak kullanarak büyüyen “dijital yerlilerin” beyinleri de farklı çalışıyor. ABD’li psikiyatru Dr. Bruce D. Perry’nin yaşadığımız deneyimlerin beyin çalışma şeklini etkilediğini ortaya koyan çalışmaları var. Dolayısıyla dijital teknoloji dünyasında edindiğimiz deneyimler de düşünme, algılama ve öğrenme biçimlerini ve yöntemlerini değiştiriyor olabilir (Gamze Yılmaz Güntay, TÜBİTAK: Bilim ve Genç, 2019).

Günümüzde bilişim teknolojileri, çocuklara oynama, keşfetme ve öğrenme için birçok fırsat sunmaktadır (Linebarger & Piotrowski, 2009). Bu öğrenme fırsatları, bilinçli bir şekilde kullanıldığında çocukların bilişsel gelişim başta olmak üzere bir çok alanda gelişimine olumlu katkılar sağlıyor.

Yukarıda da ifade edildiği üzere bilişim teknolojileri sadece çocuk ve gençlerin değil, yediden yetmişe her yaş grubundan insanın yaşamını etkilemektedir. Ancak günümüz ebeveynleri dijital teknolojilerin getirdiği değişimlere uyum sağlamakta zorlanıyor. Bu nedenle kendileri “dijital qöçmenler” olarak isimlendirilmektedirler.

Teknolojilerin hızla dijitalleşmesi sonucu elde edilen büyük verinin işlenmesi için yeni nesil yazılım ve donanımlar geliştirilmektedir. Dijital dönüşüm sürecinde ayrıca her yaşta bireyin “dijital vatandaşlık” konusunda bilgi sahibi olması hayli önemli. Çünkü dijital teknolojilerin bilinçli kullanılmamasının pek çok olumsuz sonucu olabiliyor. Hem anne ve babaların çocukları için duydukları endişeyi azaltabilmesi hem de gençlerin kendilerini dijital çağın olumsuz etkilerinden koruyabilmesi için iyi birer “dijital medya okuryazarı” olmaları gerekiyor.

C. DİJİTAL DÜNYADA ÇOCUK BÜYÜTMEK⁶

Bizim çocukluk anılarımızda ağaçlarda sallanmak ve bisiklet sürmek vardı, ekranlara tıklayıp sürüklemek değil. Bunun yanı sıra, çocuklarımızın kullandığı teknoloji de sürekli değişiyor ve çoğunlukla bize yabancı. Çocuklarımızın karşı karşıya kaldığı bu dijital hücumla nasıl baş edeceğimiz konusunda sık sık kendimizi fena halde hazırlık sızhissediyoruz. Çocuklarımızı dijital bakımdan yetersiz kılmadan, teknoloji-den sağlıklı ve kullanışlı biçimde nasıl en fazla yararlanabileceğimiz konusunda rehberlik arayışındayız.

Teknolojiden korkmanın ya da onu tümüyle yasaklamanın uzun vadeli bir çözüm olmadığını pek çoğumuz kabul ediyoruz. Eğer ebeveynler olarak kafayı kuma gömme yaklaşımını benimserseniz, çocuklarımızın gelişimi için elzem olan, ömür boyu kullanacakları becerileri edinmelerine faydası dokunacak önemli fırsatları kaçırmış oluruz. Ama pek çoğumuz da çocuklarımıza nasıl en iyi biçimde yol gösterebileceğimizden emin değiliz. Teknoloji öyle hızlı geliyor ki ebeveynlerle eğitimciler buna ayak uydurmakta zorlanıyor. Tam çocuklarımızın takıntılı olduğu teknolojiye hakim olduğumuzu hissettiğimizde onu aşan başka bir şey çıkıyor. Bu yetmezmiş gibi, sağlık uzmanları ile medyanın çelişkili tavsiyelerinin bombardımanı altındayız. Popüler tavsiyeler araştırmaya değil de daha çok ideolojiye dayandırılıyor, böylece efsaneler ve yanlış ifadeler geliyor.



Bir taraftan, beyin ve beden gelişimine zarar verebileceği düşünüldüğünden çocukları ekranlardan ve cihazlardan uzak tutmamız ya da bunu en az seviyeye indirmemiz söyleniyor. Öte yandan okulda ve sonraki yaşamlarında geri kalmaları diye erken yaşta her tür teknolojiyle tanıştırmamız ısrarla tavsiye ediliyor.

Çocuklarımız için en iyisini (genellikle de internetten) bulmaya çabalasak bile tavsiyelerin çoğu bunaltıcı, çelişkili ve genellikle de yanlış. Bunun bir sonucu olarak, iyi niyetli ebeveynler arasında sürekli teknoloji efsaneleri dolaşır ve yayılır.

Örneğin;

- Teknoloji, dikkat bozukluğuna ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu'na yol açar.
- Televizyon, dokunmatik ekranlar ve bilgisayar oyunları çocuklar için kötüdür.
- Bebek DVD'leri ve Mozart beyin gelişimine katkı sağlar ve dil becerilerini artırır.
- Çocuklar bilgisayar oyunlarından bir şey öğrenmez.

Kristy Goodwin dijital teknoloji kullanımı hakkında şunları söylüyor: “Bir ebeveyn, araştırmacı ve eski bir öğretmen olarak şahsen bu teknoloji efsaneleriyle ve daha fazlasıyla mücadele etmem, teknolojinin çocuk gelişimiyle nasıl kesiştiğini anlamaya çalışmam gerekiyordu. Hangi dijital uygulamaların ve alışkanlıkların küçük çocukların öğrenme ve gelişiminde etkin ve yararlı –hangilerinin ise potansiyel olarak zararlı– olduğunun kapsamlı bir tarifini oluşturabilmek için çeşitli disiplinlerde yapılmış en son araştırmaları okuyup derleyerek pek çok saat geçirdim.

Keşiflerimin zaman zaman beni hem şaşırttığını hem de korkuttuğunu itiraf etmeliyim. Bu, teknolojiyi tamamen yasaklamamız ya da ondan korkmamız gerektiği anlamına gelmiyor (böyle yaparsak çocuklarımız bizden nefret eder zaten) ama onun çocuklarımızın erken yaştaki deneyimlerini nasıl şekillendirdiğini dikkatle düşünmemiz gerek.

Teknolojiyi sevsek de sevmesek de çocuklarımız halihazırda dijital bir dünyada yaşıyor. Dijital olandan uzak durmak, bir seçenek değil. Çocukluğun mukaddesliğini korurken onların hayatında teknolojiyi etkin biçimde kullanmanın sağlıklı ve faydalı bir yolunu hep birlikte bulmamız gerekiyor.

Bu konuda çok farklı olan kendi çocukluğumuzdan alabileceğimiz hiçbir referans noktası yok ve itimat edebileceğimiz herhangi bir ebeveyn rol modeline sahip değiliz – daha büyük çocukları olan arkadaşlarımızdan yol göstericilik de isteyemeyiz, çünkü çoğu durumda onların çocuklarının bizimkilerle aynı cihazlara ve aletlere erişimi yoktu”.

Peki çocuk ve gençler dijital vatandaşlığı, dijital vatandaş olmanın kurallarını nereden, nasıl öğrenecekler? sorusuna ise, ilkokullardan başlamak kaydıyla verilecek bir dijital vatandaşlık eğitimi yanıt olmaktadır. Bu eğitimin ilk safhasını aile oluşturmaktadır.

Dijital bir denizin içindeyiz. Deniz dalgaları sürekli değişiyor ve yüzmenin olanakları her seferinde yeniden keşfediliyor.

- *Ebeveynler olarak bu denizde ilerlemeye çalışırken çocuklarımızı nasıl yönlendireceğiz?*
- *Peki ya onlar bizden daha becerikliyse... Onları olası tehlikelerden nasıl koruyacağız koruyacağız?*

Bu dijital çağda çocuk yetiştirmek konusunda tümüyle kafamız karışık ve derinden endişeliyiz. Bizler her yanımızı saran ve çocuklarımızı esir eden ekran bolluğuna ayak uydurmaya çabalarken, onlar bizimkinden tamamen farklı, teknolojik bir çocukluk geçiriyor.

Teknoloji kullanımı konusunda ebeveynler olarak bizim ve çocuklarımızın yapması/yapmaması gerekenler aşağıda örnekler verilerek açıklanmaya çalışılmıştır.

(⁶):Kristy Goodwin(Çeviren: Tülin Er, 2018)“Teknolojiyi Doğru Kullanmanın Yolları”makaleden özetlenmiştir.

D. AİLENİN DİJİTAL OKURYAZAR OLMASI



Yukarıda da belirtildiği üzere çocuklar dijital teknolojilere kolaylıkla uyum sağlayabilmekte ve bu teknolojileri aktif olarak kullanabilmektedir. Bu durum bir üstünlük gibi görünse de, güncel çalışmalar, çocukların dijital teknolojilerin sınırlılıkları ve riskleri konusunda savunmasız olduklarını göstermektedir. Dijital teknolojilerin erişimlerini sınırlamak, engellemek ya da deneyim altına almak gibi önleyici ve yasaklayıcı uygulamaların, çocukları dijital teknolojilerin risklerinden korumadığı gibi fırsatlardan yaralanmalarını engellediği bilinmektedir.

Bu anlamda, çocukların dijital teknoloji kaynaklı risklerden korunması ve fırsatlardan faydalanmasında birincil paydaş ebeveynlerdir. Dijital dünyada ebeveyn olmak, çocuğun bilgisayar, telefon gibi teknolojilere erişimini sağlamak ile sınırladırıılmaz. Dijital deneyimlerin gerçekleştiği yazılım, donanım ve hizmetlerin hızla değiştiği ve çeşitlendiği görülmektedir. Dijital ortamlardaki risklerin farkında olmayan çocukların bu ortamlardaki risklerden korunmasından birinci derecede sorumlu olan ebeveynlerin bilinçlendirilmesi gerekmektedir.

Bu bölümde önce dijital aile olabilmek için yapılması gerekenler daha sonra da dijital aile kavramının boyutları işlenecektir.

a. BİR AİLE NASIL "DİJİTAL AİLE" OLUR?

Doç. Dr. Mehmet Akif Ocak'a (2019) göre dijital aile nasıl olunur? sorusunun tek bir yanıtı yoktur. Özellikle, çocuk ve gence teknoloji kullanımına rehberlik edecek ailelerin birden fazla yetkinliğe sahip olması gerekmektedir. Bunun entemel nedeni teknoloji kullanımının dinamik bir yapıya sahip olması, her geçen gün değişmesi ve farklı ihtiyaçları doğurmasından kaynaklanmaktadır. Bu açıdan, dijital bir ailede bulunması gereken özellikleri şu şekilde sıralamak uygun olacaktır:

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| 1) Dijital Etik | 6) Dijital Sorumluluk ve Haklar |
| 2) Dijital İletişim | 7) Dijital Sağlık |
| 3) Dijital Okuryazarlık | 8) Dijital Kanun |
| 4) Dijital Erişim | 9) Dijital Güvenlik |
| 5) Dijital Ticaret/ Alışveriş | |

1. Dijital Etik

Dijital etik, internet ortamında başkalarına zarar verecek davranışlardan kaçma olarak tanımlanmaktadır.

Dijital Etiği İhlal Eden Davranışlara Örnekler:

Örnek 1: İnternet ortamında siber zorbalık yapma (başkalarına yazılı ve sözlü şiddet)

Örnek 2: Kişisel bilgileri elde etme ve yayma

Örnek 3: Doğru olmayan bilgilerin yayılması

2. Dijital İletişim

Dijital iletişimin aileyi ilgilendiren yönü, çocuk ve gençlerin teknoloji yardımıyla çok farklı iletişim kaynaklarını kullanıyor olmasından kaynaklanmaktadır. Bu yönüyle, çocuk ve genç, sanal ortamda çoğu zaman gerçek kimliğini bilemediği, tanımadığı kişilerle iletişim kurmakta, bu iletişimde çocuk ve genç için tehlike oluşturmaktadır.

Dijital İletişimi İhlal Eden Bazı Davranış : Özel bir mesajı birçok kişiye yollamak.

3. Dijital Okuryazarlık

Ailenin bu aşamadaki rolümevcut teknolojileri değil yenilerini de doğrubir şekilde kullanma becerisine her dijital ailenin sahip olması gerekir. Bu bakımdan yeni teknolojiler ortaya çıktıkça hızlı bir şekilde uygun kullanımının öğrenilmesi gerekmektedir.

Dijital Okuryazarlığa Bazı Örnekler:

Örnek 1: Facebook, twitter kullanmak

Örnek 2: Forum ve sohbet odalarını kullanmak

Örnek 3: Akıllı telefonlar üzerinden çalışan uygulamaları etkin olarak kullanmak

3. Dijital Erişim

Giderek düşen maliyetlere ve yaygınlaşan teknolojiye rağmen herkes eşit olanaklara sahip değildir. Bu noktada dijital aile olarak üzerimize düşen görev, çocuklarımızın mümkün olduğunca yenilikçiteknolojilere erişimini sağlamak, etkin ve sık olarak kullandırmayı özendirmek ve bunu yaparken de bilinçli hareket etmektir.

Kütüphaneler, okul laboratuvarları gibi kamusal alanlar bu eksikliğin giderilmesi için kullanılabilir. Fakat her birey bu imkanlardan faydalanamamaktadır. Bundan dolayı dijital aile olarak, teknolojiye nasıl erişim sağlanabileceğini öğrenmeli, bu konuda çocuklara rehberlik etmeliyiz.

Ailenin Dijital Erişimi Sağlamasına Yönelik Bazı Örnekler:

Örnek 1: Okul ödevlerinde çocukların halk kütüphanesi, üniversite kütüphanesi vb. kullanımını sağlamak.

Örnek 2: Engelli çocuğunun internet erişimi için gerekli olan alt yapı ve teknolojiyi sağlaması.

Örnek 3: Aile olarak e-okul sistemine aktif erişim sağlayarak öğrencinin gelişimini takip etmek.

4. Dijital Ticaret/Alışveriş

Burada önemli olan, dijital aile olarak çevrimiçi alışverişin sağladığı fiyat avantajının ve zamantasarrufunun farkında olmak, gerektiğinde ise dijital alışverişini kullanmaktır. Diğer taraftan, dijital alışverişin daha çok ürün seçeneği buldurması, evden çıkmadan alışveriş yapmayı sağlaması ve evet teslimat vb. diğer seçeneklerin de olduğunu bilmemiz gerekiyor.

5. Dijital Sorumluluk ve Haklar

Dijital aile olarak çocuk ve gençlere öğreteceğimiz şey, teknoloji kullanımının bir hak olduğunu, ancak bu hakkın aynı zamanda sorumlulukları beraberinde getirdiği bilincinin kazandırılmasıdır. Evde aileler tarafından çocuklara rol model olunmalı, teknolojinin getirdiği haklar ve sorumluluklar beraberce tartışılmalıdır. İnternet üzerinden elde edilen her bilginin kaynağı sorgulanmalı, bilginin ilk dağıtıcısı bulunmalıdır.

Örnek 1: Web sitelerinden illegal mp3 ve video dosyaları indirmemek

Örnek 2: Fikri mülkiyet hakkına giren her türlü eseri izin alarak kullanmak

Örnek 3: Telif hakkı kapsamındaki her türlü eseri internet üzerinden kullanırken gerekli izinleri almak

6. Dijital Sağlık

Dijital aile olarak teknoloji kullanımında en çok dikkat edilmesi gereken unsurlardan birisi çocuk ve gençlerimizin sağlıklarıdır. Fiziksel rahatsızlıkların yanında teknolojik cihazların psikolojik sağlığı tehdit eden etkileri de mevcuttur. Ailelerin çocuklarının bilgisayar başında ne kadar süre kaldığı ve neler ile ilgilendiğinden haberdar olması ve onların yanında olması gerekmektedir. Mümkün ise bilgisayarların çocuk odalarında değil oturma odası gibi ortak kullanım alanlarında bulunması gerekmektedir.

7. Dijital Kanun

Aile olarak bilmemiz gereken ilk şey, teknoloji kullanımının kanundan bağımsız olmadığıdır. İnternet ortamında yapılan her iş arkada iz bırakmakta ve bir yerlerde kayıt altında tutulmaktadır.

8. Dijital Güvenlik

Dijital aile olarak çocuklarımızı ve cihazlarımızı korumak için tedbirli olmak gerekir. Örneğin, flash bellek gibi taşınabilir aygıtların kullanılmadan önce virüs taraması yapmak gibi.

E. TELEVİZYON, İNTERNET, CEP TELEFONU VE DİJİTAL OYUNLAR

Televizyon, internet, cep telefonu ve video oyunları ile hızla gelişen bir ekonomi sektörünün yarattığı sanal dünyanın çocuklar üzerindeki etkilerine ait tartışmalar giderek ülkemizde de yoğunlaşıyor. Öyle görülüyor ki, tartışmalar bu konularda henüz teorileri oluşturmakta bir sonuca ulaşmış değil. Aileler, psikologlar, sosyologlar, eğitimciler, iletişimciler, eğitim teknologları ve akademisyenler tartışmanın taraflarını oluşturmaktadır. Tartışmacıların bir grubu dijital teknolojinin çocuklar üzerinde olumsuz etkileri olacağını öne sürerken bir grubu faydaları üzerinde duruyor. Eğitimciler ve eğitim teknologları bu iletişim ve etkileşim dünyasının yaratıcıları ile işbirliği yapılarak hazırlanacak programların çocukların eğitiminde kullanılmasının onlara sağlayacağı kazanımlara işaret ediyor.

Aşağıda çocukların ve gençlerin dijital teknoloji kullanımı konusu alan uzmanlarının görüş ve önerileri doğrultusunda ele alınmıştır.

a. KULLANILAN TEKNOLOJİK ARAÇLAR VE ETKİLERİ

- 1) Televizyon
- 2) İnternet
- 3) CepTelefonu
- 4) Dijital Oyunlar

1) TELEVİZYON

Günümüz çocuklarının yaşamları, doğumdan itibaren ekran önünde geçmekte vetelevizyon izlemek için ayrılan süre, erken çocukluk döneminden başlayarak ergenlik dönemine kadar artarak devam etmektedir (Sevindik, 2011).

Televizyonun eğlendirici, eğitici özelliklerinin yanında izlenme süresi arttığında olumsuz etkilerinin daha baskın olarak çocukları etkilediği bilinmektedir. Çocukların televizyon izleme konusunda hekim psikiyatrist ve nöropsikolog Prof. Dr.Nevzat Tarhan şunları söylüyor;“Televizyonun dünyayı tanımak ve anlamak için kullanılan bir araç olduğu unutulmamalıdır. Doğru kullanılması halinde televizyon faydalı olabilir. Çocuğa televizyonu eleştirel kullanma becerisi kazandırılırsa televizyon faydalı bir araç haline gelebilir. Eleştirel kullanma derken seçici olmak önemlidir. Televizyon program rehberini alıp çocukla beraber hangi programı seyretmek, hangisini seyretmemek gerektiğini belirler, bunun nedenlerini çocuğa anlatır ve çocuğa söylediklerinizi kendiniz de uygularsanız televizyonu kaldırmak, yasaklamak gibi bir çözüm yoluna gitmeye gerek kalmaz. Kaldı ki yasaklar her zaman merak uyandırır, çocuk gizli gizli televizyon izlemeye çalışır ve daha kötü olur. Ailelere düşen çocuğa seçici olmayı ve televizyon gibi hem olumlu hem olumsuz etkilere sebep olabilecek bir aracı doğru kullanmayı-örnek olma yöntemini de kullanarak gösterebilmektir. Sözün özü, televizyon bizi değil, biz onu kontrol etmeliyiz”.

2) İNTERNET ÇOCUK VE AİLE

Bilgi çağının en etkili araçlarından biri olan internet, eğitimden sağlığa, haberleşmeden, pazarlama ve ekonomiye kadar pek çok alanı etkisi altına alma gücüne sahip olduğunu son çeyrek yıldaki hızlı gelişimi ile kanıtlamış görünmektedir. Ülkemizin ilk tanıştığı 90'lı yıllardan günümüze toplumun pek çok kesiminin ilgisini çeken, gittikçe hızı artan, yapısı değişen ve zenginleşen internet ülkemizde de toplumsal yapının değişmesinde önemli roller oynamıştır. İnternet dünyayı küresel bir köy haline getirdikçe ülkemizde bundan payına düşeni almakta gecikmemiştir. Artık karşımızda bir internet nesli vardır.



Z kuşağı olarak adlandırılan (1999 tarihinden sonra doğanlar) yeni nesil milenyum öğrenenleri olarak kabul edilmeye başlanmıştır. Özellikle son dönemlerde internet teknolojilerinin iletişim amaçlı sağladığı sesli, görüntülü ve eş zamanlı hizmetlerin çeşitlenmesi ve gelişmesiyle birlikte, internet günlük iletişimin bir parçası konumuna gelmiştir.

Budurumun gerek internet bağlantı hızında meydana gelen olumlu gelişimler gerekse internete bağlanma alternatiflerinin artmasıyla birlikte olanaklı olduğu düşünülmektedir. İnternetin insanlar ve toplumlar üzerinde yarattığı etki vatandaşlık kavramını dijital ortama taşımış ve dijital vatandaşlık kavramı ortaya çıkmıştır. Dijital vatandaşlık, *'internet ortamında etik ve evrensel kurallar çerçevesinde her türlü tehlikenin bilincinde hareket etmek'* olarak tanımlanabilir.

Günümüzde okul çağındaki çocukların farklı teknolojik cihazlar üzerinden internete erişimleri çok kolaylaşmıştır. Ancak, internet kullanımının çocuklar için yarattığı riskler de mutlaka akılda tutulmalıdır. Yasal olmayan şiddet ve cinsellik içeren sitelere kolay erişim, tehlikeli insanlarla iletişim ve oyunlara bağımlılık bu önemli risklerden bazılarıdır (İşçiabaşı, 2011).

2.1. AİLE-ÇOCUK VE İNTERNET

Yaşamın her alanında haklarımız olduğu gibi, haklarımızı/özgürlüklerimizi kullanırken uymamız ve dikkat etmemiz gereken kurallar vardır. İletişim özgürlüğü içinde yer alan internet kullanımında da dikkat etmemiz gereken kurallar, çocukların internette güvenli bir şekilde yararlanmalarını sağlamak önem taşımaktadır.

İnternet riskleri özellikle 2000'li yılların başından itibaren teknolojilerindeki gelişmeler ve sunulan hizmetler paralelinde, arttığı ve risklerinin çeşitlendiği gözlenmektedir. McMurray (1998; akt. Chou ve Peng, 2011) internet risklerini cinsel içerikler ve çevrimiçi iletişim çerçevesinde ele almıştır. Aft ab (2000) aynı dönemlerde internet risklerini, uygunsuz içerikler, siber izlenme, siber taciz, siber dolandırıcılık ve kişisel bilgilerin çalınması boyutlarıyla ele almaktadır.

Çocuklara yönelik internet riskleri konusundaki en kapsamlı çerçevelerden biri Hasebrink, Livingstone, Haddon, ve Olafsson (2009) tarafından geliştirilmiştir. Bu çerçevede, çocuk internet riskleri ile üç rolde etkileşebilmektedir.

i. İnternette kendisine zarar verme potansiyeli taşıyan içeriklerle (cinsel öğeler, şiddet olayları, kumar sitesi reklamları vb.) bilinçsizce karşılaşan çocuk alıcı rolündedir. Başkası tarafından başlatılan bir çevrimiçi iletişim sürecinde (sohbet, taciz vb.) çocuk etkileşen rolündedir. İnternet üzerinden kendisine ve başkalarına zarar verme potansiyeli taşıyan (kaçak yazılım indirme, siber zorbalık yapma vb.) eylemleri gerçekleştiren çocuk aktör rolündedir.

ii. Ticari ilgiler başlığının altında, çocuğa ait bilgilerin toplanması, siber dolandırıcılık, siber ticaret gibi konular ele alınmaktadır.

iii. Değerler/ideolojiler başlığı altında ise bireysel, sosyal ve kültürel değerlere yönelik riskler ele alınmaktadır. Örnek olarak, çocuğun sosyal ağlarda dini imgelere hakaret eden bir mesajla karşılaşması, bubaşlık altında alıcı rolünde bir risktir.

Dijital dünyadaki riskler çocukları birinci dereceden etkileyebilmektedir. Çocukları korumak ve kollamakla görevli olan anne babalar da dijital dünyadaki gelişmelerden ve dijital dünyanın risklerinden dolayı rol ve sorumlulukları artmaktadır.

Ailelerin çocuklarını yetiştirme görevleri biyolojik gelişimleri ile sınırlı olmadığı gibi, dijital gelişimleri konusundaki görevleri de sadece teknoloji sağlama ile sona ermemektedir. Bu bağlamda aileler, çocuklarının etkili, verimli, güvenli ve etik teknoloji kullanımından birincil derecede sorumludur. Bu işlevler, dijital dünyada aile olmaya ilişkin çok yönlü ve bütüncül bir bakış ile yaklaşmayı gerektirmektedir. Buna bağlı olarak internet, aile ve etik kavramlarının bir arada ele alınması ile *"İnternetik Aile"* kavramı oluşturulmuştur. Bu kavram aile, internet ve etik olmak üzere bu üç bileşenden oluşmaktadır. Alanyazında ebeveynlerin internet kullanım becerilerine yönelik yapılan çalışmalara rastlamak mümkündür.

Lou vd. (2010) ebeveynlerin internet okuryazarlıklarını belirlemek amacıyla gerçekleştirdikleri çalışmada ebeveynlerin %31'inin düşük seviyede, %39'unun orta seviyede ve %30'unun da yüksek seviyede internet okuryazarlığı becerisine sahip olduğunu belirlemişlerdir. Ebeveynlerin internet okuryazarlığı becerilerinin düşük olması çocukların, internet kullanımı sırasında olumsuzlukla karşılaşınca aileleri yerine arkadaşlarını tercih etmesine ve arkadaşlarından yardım almalarına sebep olmaktadır (AÇÇAP, 2010).

Çocukların aileleri yerine arkadaşlarından yardım almalarının sebeplerini araştıran Kenley (2011), çocukların bu konularda ailelere danışmaları halinde ellerindeki dijital teknolojileri kaybetme ihtimalinin, çocukları bu konularda ailelerinden uzaklaştırdığını belirtmektedir. Bu bağlamda yine bilgi eksikliği nedeniyle ailelerin alabileceği dijital göçmenlere özgü önlemlerin çocukları ailelerinden uzaklaştırdığı görülmektedir.

Çocukların, aileleri yerine arkadaşlarından yardım istemelerinin sebeplerinden en önemlisi çocukların anne babalarından çok daha iyi bir şekilde bilgisayar, internet ve diğer iletişim araçlarını kullanabiliyor olmalarıdır (Anastasiades, Vitalaki ve Gertzakis, 2008). 9-16 yaşlar arasındaki erkek çocuklarının %52'si, kız çocukların ise %48'i ailelerinden daha iyi internet kullandıklarını düşünmektedir. Aynı desenin, Türkiye'deki aileler ve çocukları arasında da tekrar ettiği görülmektedir.

Özetle çocuklara ve gençlere teknoloji kullanımında rehberlik edecek ailelerin birden fazla yetkinliğe sahip olması gerekmektedir. Bunun en temel nedeni teknoloji kullanımının dinamik bir yapıya sahip olması, her geçen gün değişmesi ve farklı ihtiyaçları doğurmasından kaynaklanmaktadır.

2.2. ÇOCUKLARA İNTERNET KULLANMA ALIŞKANLIĞI KAZANDIRMAK İÇİN YAPILMASI GEREKENLER



- Çocuğun internet kullanımına tamamen engel olmak doğru değildir. Yasaklamak yerine, neyin uygun olduğuna, hangi etkinliklerin internet üzerinden yapılabileceğine, hangi sitelerin ziyaret edilebileceğine, ne kadar bir süre ve ne zaman internet kullanılacağına çocukla beraber karar vermek, onun iç denetim becerilerini geliştirecektir.
- Çocuğun internet kullanımındaki iç denetimi, onun sorumluluklarını yerine getiren bir birey olması, ev içindeki disiplin uygulamaları, kurallar, kişilik gelişimi ile ilgilidir. Aksi halde sıkı kural koyup, yasaklayarak veya korkutarak bilgi ve davranış öğretemeyiz.
- Her konuda olduğu gibi, internet kullanımında da çocuklarınıza iyi birer örnek olunmalıdır. Bilinçli ve güvenli internet kullanım kurallarını öğreniniz ve uygulayınız. Örneğin gününün 4 saatini internet üzerinde geçiren bir ebeveynin -iş sebebi ile bile olsa- çocuğunun internet -kullanımı hakkında düzenleme yapabilmesi çok kolay olmayabilir. Bu nedenle, interneti ebeveynin de sınırlı bir zaman diliminde kullanması, belirli amaçlar dahilinde faydalanması, kendi kullanımında dikkat ettiği noktaları çocuğu ile paylaşması önemlidir.
 - Bazı uzmanlar 2-4 yaşın teknoloji kullanımı için erken olduğu vurgulanmaktadır. Ancak bu dönem-çocukların anne-babalarının eşliğinde uygun web sitelerindeki resimleri incelemeleri, bazı sesleri dinlemeleri oyun oynamaları sağlanabilir. Fakat bu süre 2 ile 4 yaş çocukları için 20 dakikadan fazla olmamalıdır.
 - 5 ile 8 yaş arası çocuklar için internet kullanımı haftada en fazla 3 gün(günde 1 saat) olmalıdır.
 - Ergenlik dönemine adım atan çocuklar için ebeveynler daha dikkatli olmalılar. 12-14 yaş grubu çocukların dijital dünyada da kimlerle görüştiklerini ve neler yaptıklarını anlatmalarını sağlamalılar; dijital dünya sorumluluklarına göre nasıl davranacaklarını öğretmeliler.

Ailelere dijital teknoloji kullanımında çocuklarıyla sözleşme yapmalıdırlar (Sözleşme örnekleri aşağıda verilmiştir). Sözleşmenin dışında aileler, çocukların yaş gruplarına göre farklı şekillerde önlemler alabilirler. En önemli ilke, internet kullanımının çocuğun faydasına olmasını sağlamak ve doğabilecek sıkıntılardan çocuğu da haberdar ederek, aile içinde bu konuda hem fikir olunabilmesidir. Unutmayın daha bilinçli ve güvenli internet kullanıcıları yetiştirmek öncelikle ebeveynlerin elinde! Ailelerin çocuklarının daha bilinçli ve güvenli internet kullanıcıları olmalarına yardımcı olacak bazı öneriler aşağıda sıralanmaktadır:

❖ Örnek Olay 1

Bir anne 12 yaşındaki oğlunun internette fazla zaman geçirmesinden şikayetçidir. Anne eline makası alır ve bilgisayarı kapatıp çocuğuna ders çalışmasını yoksa bilgisayarın kablolarını keseceğini söyler.

• Yorum ve Öneri

Çocukların internette gezinmesi, zamanı unutarak sorumluluklarını aksatmasına neden olabilmektedir. İnternet, bazen çocukları gerçek hayattan da uzaklaştırabilmektedir. Aileler bu tür durumlarda, çocuğu internetten tamamen uzaklaştırmanın mümkün olmayacağını bilmelidir. Bunun yanısıra internetin çocuklar arasında sosyal yaşamın bir parçası olarak görüldüğünü de kabul etmelidir. Aileler internet kullanımı sırasında çocukları ile birlikte olarak onlara doğru ve uygun kullanımı konusunda rehberlik etmelidir. Örneğin, aileler çocuğun ödevini mümkünse internet kullanarak birlikte yapabilirler. İnternetin çocuklar için faydalı olarak kullanılabileceği de unutulmamalıdır.

❖ Örnek Olay 2

13 yaşındaki bir gencin sosyal ağ hesabında gerçek hayatta sahip olabileceğinden çok daha fazla arkadaş mevcuttur.

• Yorum ve öneri

İnternetin olmazsa olmazlarından olan sosyal ağlar, çocuklara tanımadığı kişiler ile tanışma, bilgi paylaşma ve arkadaşlık kurma imkanı sağlamaktadır. Çocuklar, tanımadığı halde sadece ortak ilgilere sahip oldukları için yabancı kişilerin arkadaşlık isteklerini kabul edebilmektedir. İnternetin bu tür risklerinden çocuk ve gençleri korumanın önemli etkili yolu ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkidir. Ebeveynler çocuklarını korumak için sosyal ağların nasıl kullanıldığını bilmelidir. Eğer bilmiyorlarsa çocuklarından bunu öğrenebilirler. Ebeveynler de kendilerine bir sosyal ağ hesabı açarak sistemin nasıl işlediğini görebilir.

❖ Örnek Olay 3

15 yaşındaki bir genç boş vakitlerinin tamamını bilgisayar kullanarak geçirmekte ve farklı sosyal ağlarda çeşitli hesapları bulunmaktadır. Arkadaşlarıyla uzun süredir sosyal aktivitelerde bulunmamaktadır. Bu durum ise anneyi endişelenmektedir.

• Yorum ve Öneri

Çocukların sosyal ağlar üzerinde arkadaşları ile iletişim kurması ve paylaşımlarda bulunması, gerçek dünya ile bağlantısını koparmadığı sürece oldukça normaldir. Eğer çocuk, arkadaşları ile tüm iletişimini sosyal medya üzerinden yapıyor ise gerçeklerle bağlantısını koparıyor demektir. Bu durumda ebeveynler, okulun imkanları dahilinde sosyal aktiviteler oluşturmalarıdır. Bu tür imkanların olmaması durumunda aile, çocuğun ilgi ve hobileri doğrultusunda bir spor dalına yönlendirebilir veya bir sanat kursuna gönderebilir.

İNTERNET SAYFALARI ÖNERİLERİ

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Ausführlicher Elternratgeber unter www.handywissen.at • www.handykinderkodex.at • www.kija.at Beratung bei den Kinderund Jugendanwaltschaften Österreich • www.bupp.at (Bundesstelle für Positivprädikatisierung von Computerund Konsolenspielen) • www.chatten-ohne-risiko.de • www.klicksafe.de • www.saferinternet.org: Europäisches e-Sicherheitsnetzwerk | <ul style="list-style-type: none"> • www.sicher-im-internet.at • www.watchyourweb.de • www.bmwfj.gv.at/Jugend/JugendUndMedien/Seiten/FilmundFernsehen.aspx • www.blinde-kuh.de: Sicher surfen im Internet, v. a. für kleine Kinder • Beiträge zum Fernsehkonsum auf www.eltern-bildung.at |
|---|---|

3. ÇOCUK VE TELEFON

Özellikle son 20 yılda iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler akıllı telefonların kapasitelerini ve kullanım alanlarının sınırını da geliştirmiştir. 4,5 G teknolojisi ile birlikte insanlar bilgiye akıllı telefonları ile daha rahat ulaşmaya başlamış olması akıllı telefonların bireylerin yaşamlarının bir parçası haline dönüşmesine neden olmuştur. Kullanıcılar akıllı telefonları ile öylesine bütünlüştürmüş ki akıllı telefonlarını kıyafetleri ile neredeyse aynı anda kullanmaya başlamışlardır.



Akıllı telefonların mobil cihazlar içinde en çok tercih edilme nedeni bilgisayarın özelliklerini taşıması ve taşınabilir küçük boyutta olmasıdır. Günümüzde akıllı telefonun gelişmesi ile birlikte Instagram, Whatsapp, Twitter, Facebook vb. sosyal medya uygulamaları, kamera kaydı, görüntülü konuşma, video kayıt, navigasyon, fotoğraf çekme, alışveriş yapabilme, haber takip edebilme gibi uygulamalarla insanların yaşamını kolaylaştırmaktadır (Ayas ve Horzum, 2013; Alfawareh ve Jusoh, 2014).

Akıllı telefonlar her ne kadar her yaş grubundan insanlar tarafından kullanılıyor olsa da genellikle kullanıcıları Y ve Z kuşağında yer alan bireylerdir (X kuşağı 1965-1979 arası doğanlara, Y kuşağı 1980-1999 arası doğanlara ve Z kuşağı 2000 yılı ve sonrası doğanlara denir). Z kuşağı oldukça komplike medya ve bilgisayar çevresinde yetişmiş, interneti daha fazla kavramış ve içselleştirmiş X ve Y kuşaklarına göre daha uzman niteliktedir.

Teknolojik cihazların (televizyon, bilgisayar, tablet, cep telefonu, dijital oyuncaklar vb.) çocukların günlük yaşamına girdiği ve bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerini etkilediği fikri gün geçtikçe daha da yaygınlaşmaktadır. Günümüz dünyasında teknoloji, çocuklara oynama, keşfetme ve öğrenme için birçok fırsat sunmaktadır (Linebarger & Piotrowski, 2009).

Ancak bu öğrenme fırsatları, çocukların gelişiminde çok kritik bir döneme denk gelmektedir. Çünkü bu dönemde çocukların beyinleri son derece esnektir ve kendi dünyaları hakkında doğal bir keşfetme ve araştırma duygusuyla edindikleri her tecrübe ile nöronlar arası yeni bağlantılar oluşmakta ve var olan bağlantılar daha da güçlenmektedir (Blanchard & Moore, 2010).

Henüz psikiyatri dünyasında net bir tanımı yapılmasa da teknolojik cihazlarda kullanım sıklığına bağlı olarak gelişen bir bağımlılık türü olarak önemli bir araştırma ve tartışma konusu olmuştur. Çocukların küçük yaşlarda teknolojiyle tanışmasının faydalarına işaret eden görüşlere karşın, bu teknolojinin doğru bir şekilde kullanılmaması durumunda çocukların gelişimine ve sağlığına zararlı olabileceğine dair bulgular mevcuttur. Aşağıda, çocukların cep telefonunu nasıl kullanacakları konusunda ailelere yardımcı olabilmek amacıyla literatür taraması sonucu ulaşılan bilgiler özet olarak verilmiştir.

3.1. AİLE-ÇOCUK- CEP TELEFONU DENGESİ NASIL KURULABİLİR?

Yukarıda da belirtildiği gibi akıllı telefonlar, gündelik yaşamı kolaylaştırmasının yanında birtakım problemleri beraberinde getirebilmektedir. Doğru kullanıldığı zaman son derece yararlı ve kolaylıkla sağlanan özellikleri olan akıllı telefonların, bilinçsizce ve aşırı şekilde kullanımı durumunda ise ciddi psikolojik ve fiziksel olumsuz etkileri olabilmektedir.

❖ Psikolojik Etkiler

Alıkaşıfoğlu, (2012) akıllı telefon bağımlılığı;

- Dikkat eksikliği,
- Hiperaktivite,
- Depresyon,
- Anksiyete,
- Sosyal fobi,
- Akıllı telefon kullanımı nedeniyle dış dünya ile iletişimi keserek içine kapanan kişiler, sosyal hayata ilgi azalarak (asosyalite) yüz yüze iletişim en aza indirgenmektedir.

❖ Fiziksel Etkiler

Akıllı telefon bağımlılığının ruhsal olduğu kadar fiziksel sorunlara yol açtığı dabilinmektedir. Bu fiziksel problemleri şu şekilde sıralamak mümkündür (Aslan ve Aylaz,2014):

• El Bileği Sendromu

Özellikle bilgisayar bağımlılarında daha fazla görülen bu sendromda elde uyuşukluk, başparmakta ve küçük parmakta yapısal bozulmalar, ağrı, sıkma gücünde azalma gibi fiziksel belirtiler görülmektedir.

• Boyun Kaslarında Tutulma

Akıllı telefon kullanımına bağlı olarak aynı pozisyonda sürekli aşağı yönde bakarak durmak, boyun kaslarının kasılmasına, sertleşmesine, uzun süreli kullanımda uyuşmaya neden olabilmektedir.

• Uyku Saatlerinde Azalma

Sürekli olarak akıllı telefon kullanımına bağlı olarak geç saatlere kadar uyanık kalmak uykusuzluğa neden olabilmektedir. Ayrıca gün içerisinde ekrandan yayılan mavi ışığa sürekli olarak maruz kalmak, uyku kalitesini bozmakta, iş ve okul başarısında düşüş yaşatmaktadır.

• Gözlerde Yorgunluk

Aşırı akıllı telefon kullanımı, sürekli ekrana bakmaya bağlı olarak gözlerde yorgunluğa neden olmaktadır. Göz yorgunluğu, kızarıklık, gözlerde yanma ve sulanma gibi belirtiler görülebilmektedir.

Akıllı telefon bağımlılığının altında yatan en temel unsurlardan biri, akıllı telefon aracılığı ile internete bağlanabilmektir. Mobil olmanın getirdiği avantaj ile her yerden internete erişim kolaylığı sağlanması, bağımlılığı artırıcı bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır (Sevgi, 2013).

Özetlersek, akıllı telefonlar insan yaşamına sağladığı kolaylıkların artması ile birlikte gündelik yaşamın ayrılmaz bir parçası olmuştur. Ancak sağladığı bu kolaylıkların yanında aşırı ve bilinçsiz kullanıma bağlı olarak gelişebilen akıllı telefon bağımlılığı, tıpkı alkol, sigara, uyuşturucu madde bağımlılığı gibi üzerinde ciddiyle durulması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır (Akt. Mihalis Kuyucu,2017).

3.2. EBEVEYNLER ÇOCUKLARINA TELEFON ALMALI MI?

"Çocuğunuzun eline cep telefonu vermenin kokain vermekten farkı yok!" Bunu söyleyen, İngiltere'de cep telefonlarının çocuklar üzerindeki potansiyel tehlikelerine dikkat çekmeye çalışan uzman isim Mandy Saligari. Saligari işi abartıyor mu orası tartışılır ama meselenin boyutunun sandığımızdan epey ciddi olduğu kesin (Sema Ereren'in 24.12.2017 tarihli HT haberinden).

Sema Ereren'in 24.12.2017 tarihli Haber Türk Gazetesindeki yazısında Boston Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden araştırmacıların, cep telefonu gibi elektronik cihazların küçük yaşlarda kullanılmaya başlanmasının çocukların gelişimi ve davranışlarında ciddi etkiler yapabileceğini, sosyal ve duygusal gelişimlerine hasar verebileceği, davranışlarını kontrol etme becerilerini geliştirmesini engelleyebileceğini öne sürdüklerini belirtiyor.

28 Temmuz 2019 Pazar TRT'de yer alan haberde de Sağlık Bilimleri Üniversitesi Rektör Yardımcısı Prof. Dr. Mustafa Gerek, uzun süreli cep telefonu kullanımının çocukların sağlığını daha çok etkilediğini belirtiyor.

Bütün bunlara rağmen BITKOM (Alman Enformasyon Ekonomisi, Telekomünikasyon ve Yeni Medyalar Birliği'nin) başkanı Achim Berg'e göre ilkökul öğrencileri de akıllı cep telefonu kullanmaları gerektiğini söylüyor. Akıllı cep telefonu kullanma yaşı ile ilgili olarak New York Üniversitesi'nden Psikolog Lori Evans de cep telefonu alma ve kullanmanın kesin bir yaşının olmadığını öne sürerek Achim Berg'in görüşünü teyit ediyor.

Aynı görüşte olan uzmanlar akıllı telefon kullanımının çocuğun sorumluluk bilincine ve olgunluğuna bağlı olduğunu ve çocukların ne zaman hazır olduğunu anlayacak en iyi kişilerin ise ebeveynleri olacağını belirtiyorlar.

New York Üniversitesi'nden psikolog Lori Evans cep telefonu alıp -almama konusunda kararsız kalan ebeveylere önerileri;

- 1) Çocuk bir şeylerini kaybediyor mu?
- 2) Sorumluluk duygusunun yeterince geliştiğine inanıyor ve ona güvenebiliyor musunuz?
- 3) Çocuğunuz telefonu nasıl güvenli şekilde kullanacağını ve tehlikelerini biliyor mu?
- 4) Bu cihaz şu anda gerçekten gerekli mi?

Çocuğuna cep telefonu alma konusunda kararsız kalan ebeveynler Psikolog Lori Evans yukarıdaki sorularına makul cevaplar verebiliyorlarsa yaşı kaç olursa olsun çocuklarının telefon alma zamanı gelmiştir.

50 yıllık bir eğitimci olarak ben de (İsmail ZENGİN); Psikolog Lori Evans gibi telefon almanın kesin bir yaşının olmadığını düşünüyorum. Yapılması gereken; yasak koymak değil, çocukların/gençlerin cep telefonlarını doğru yerde doğru zamanda ve sadece gerekli durumlarda kullanmaları ile ilgili bilincin oluşturulması ve bununla ilgili önlemlerin alınmasıdır.

Okul öncesi yaşlar, yaşam süreci içinde en önemli ve kritik dönemlerden biridir. Bu dönem çocuğun, doğal ve toplumsal çevreye uyum sağlayabilme ve içinde yaşadığı toplumla bütünleşebilmesi için çaba gösterdiği; bu amaçla bir takım temel becerileri ve sosyal davranışları kazanmaya başladığı bir dönemdir. Çocuğun kazanacağı beceriler ve davranışlar onun dünyayı daha iyi anlamasına ve içinde yaşadığı topluma daha kolay ve çabuk uyum sağlamasına yardımcı olur.

Çocuk, sosyal, duygusal, dil, özbakım ve bilişsel ve psikomotor becerileri çevresindeki yetişkinlerle ve yaşlılarıyla etkileşerek ve kendisine sunulan eğitim programları ile kazanır. Bu süreçte çocuğa yeteri kadar eğitim fırsatı verilmediği takdirde çocuk gelişimsel özelliklerine uygun olarak bir takım problem davranışlar gösterselmektedir. Bu açıdan da okul öncesi eğitim ve bu eğitim sürecinde uygulanacak eğitim programları son derece önemlidir.

Merrel (2003)'e göre okul öncesi dönemdeki sosyal beceri davranışları sırasını bekleme, boş zamanlarını uygun bir şekilde değerlendirme, kurallara uyma, paylaşma ve grupta verimli çalışma becerisini gösterebilme; başka çocukların haklarına saygılı olma, yetişkinlerin sorunlarına duyarlı olma, başka çocuklara şefkat gösterme, başka çocuklar tarafından oyuna davet edilme, aile ve okulda tartışmalara katılma, yanlış davranışlardan dolayı özür dileme; hem kendi başına oyun oynama ve sorun çözme hem de farklı oyun gruplarına katılma ve kabul görme ve her türlü sosyal ortamlarda özgüven sahibi olabilme, iletişimi başlatma ve sürdürme okula giderken yakın çevresinden zorluk çıkarmadan ayrılabilme gibi becerileri kapsamaktadır.

Özetlersek, günümüzde çocuklar, oldukça kişiselleştirilmiş teknoloji kullanım deneyimleri döneminde büyümektedirler; bu nedenle aileler çocukların yaşına, sağlık durumuna, karakterine ve gelişim seviyesine göre plan yaparak, çocuğun sağlıklı büyüme ve gelişmesi için dengeli beslenme, kaliteli uyku, yeterli fiziksel aktivite ve olumlu sosyal etkileşim gibi esasları uygulayabilmesini ve bunlardan yararlanabilmesini sağlamak için çaba göstermelidirler. Bununla birlikte, ebeveynler çocuklarının teknolojiyi uygun kullanım zamanı ve diğer aktiviteler arasında dengeyi sağlaması için kendi görev ve sorumluluklarının bilincinde olmalıdırlar.

Aileler çocuklarının kötü alışkanlıklarını en aza indirmek, onların sağlığını, iyilik halini, sosyal/kişisel gelişimini ve akademik performansını olumsuz yönde etkileyebilecek geleneksel ve yeni teknolojik cihaz kullanımıyla ilgili sorunların farkında olmakla birlikte, bunları ele almak için eğitim ve sağlık çalışanlarıyla iş birliği içinde bulunma gerekliliğini unutmamalıdırlar.

Ebeveynler ve öğretmenler çocukların cep telefonu(diğer teknolojik cihazlar da dahil) kullanımına izin vereceklerse bu cihazların kullanımı belirli kurallara tabi olmalıdır.

3.3. CEP TELEFONU KULLANMA KURALLARI

Aşağıda Eğitim Pusulası (Hilfswerk,2019) "Çocuğunuzla birlikte yaşam yolculuğunuz için yönlendirme kılavuzu"unda yer alan "Cep Telefonu Kullanma Kuralları"verilmiştir.

- 1) Aylık cep telefonu masrafı ne kadar olabilir? Bu miktar aşıldığında ne olur? Bilhassa çocuklar için kontürlü telefonlar veya masraf sınırı olan sabit hatlar yararlıdır.
- 2) Nerede ve ne zaman cep telefonu kullanılmamalı? Büyük çocuklar dadahil olmak üzere birlikte akşam yemeği yenirken cep telefonu yasaklanabilir.
- 3) Çocuğunuzla şiddet ve pornografi gibi,sorunlu konular hakkında konuşun. Yasal çerçeve hakkında bilgiler verebilirsiniz (Gençlik Koruma Kanununa göre şiddet ve pornografi içerikli görüntüleri bulundurmak ve başkasına göndermek yasaktır).
- 4) Cep telefonu kullanmanın risklerini,aşırı masraf tuzağına düşmek gibi ve numarasını düşüncesizce başkalarına vermenin sonuçları konusunda çocuğunuzun uyarınız.
- 5) Cep telefonu yasağını sadece ağır ihlaller sonucu getirin! İdeal olanı, kuralları açık ve kesin bir şekilde önceden koymuşsunuzdur ve ihlali halinde ne yapılacağı bilinmektedir. Çocuğunuzun cep telefonu yasağı ile tehdit etmeyin, yoksa sorunlarını sizle paylaşmayacaktır(*kaynak: Eğitim Pusulası – Hilfswerk,2019*)

3.1. EĞER ÇOCUĞUNUZA KENDİNİZE AİT TELEFONU VERECENİZ ŞUNLARA DİKKAT EDİN!

Anlaşmanızda şu sınırlara yer vermeniz önemlidir:

- Bu telefon bana ait (anne ya da baba hangisine aitse) şu an senin kullanımına izin veriyorum ama bu gerekli gördüğüm zaman senden alabileceğim anlamına gelir.
- Telefon bana ait olduğu için istediğim zaman senden alıp içeriğine bakabilirim. Benim bilmediğim bir şifreyi telefonun herhangi bir yerine uygulayamazsın.
- Benim arkadaş olmadığım bir sosyal medya hesabı veya gerçek olmayan kişiler adına herhangi bir hesap açamazsın.
- Bu kurallara dikkat etmemen telefonumu senden geri almamı seçmen anlamına gelir.

Unutmayınız ki bu sınırlar çocuğunuzun engellemek ya da mahrum etmek için değildir. Aksine ona olan sevginizin en bariz tezahürü olan koruma görevinizi yerine getirmek içindir(*kaynak: Pedagoji Derneği*).

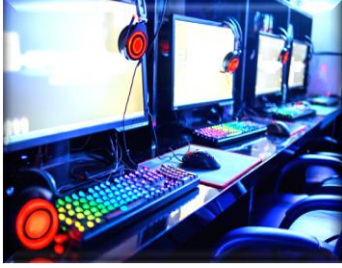
UYGULAMA ÖRNEĞİ

Çocuklar, dijital ortamlardaki fırsatların ve risklerin farkında değildir. Bu amaçla ailelere görevler düşmektedir. Aileler farklı yaş gruplarındaki çocuklara farklı stratejilerle yaklaşabilirler. En genel anlamıyla düşünülecek olursa çocuklarla sözleşme yapmak başarı bir yol olacaktır.

Bölüm sonunda verilmiş olan "CEP TELEFONU KULLANMA SÖZLEŞMESİ" çocuğunuzla aranızda yaşanması muhtemel olan sorunların çözümünde size yardımcı olabilir.

4. ÇOCUK VE OYUN

Oyun geçmişten günümüze çocuk kelimesinin çağrıştırdığı ilk hareket, ilk etkinliktir. Oyun basit, ilkel hatta günlük dilde anlaşıldığı gibi boşa harcanan zaman olarak görülse de çocuklar söz konusu olduğunda sevgiden sonraki en önemli ruhsal besindir.



Bir bebeğin büyüüp gelişmesinde sevgi ne kadar önemli ise oyunun varlığı da o derecede önemlidir. Çünkü çocuk için oyun, sevginin göstergesi ve maddeye dönüştürülmüş halidir. Çocuklukla ilgili bireyin aklında kalan anılar genellikle oyun içeriklidir.

Çocuklar dünyayı, yaşamı oyun ile öğrenirler; sağlıklı gelişimleri için oyun hem bir araç hem de bir amaçtır.

Yaşınız kaç olursa olsun oyun hayatın bir yerinde mutlaka vardır. Beş yaşındaki bir çocuk için oyun, oyuncak arabalarıdır, daha büyük yaştaki çocuklar ve gençler için bilgisayarda geçirilen zamandır ya da emekli olmuş bir birey için arkadaşlar ile geçirilen muzip dakikalardır. Oyun ile yaş arasında ters bir orantı vardır. Yaş küçüldükçe oyuna ayrılan zaman artar; yaş büyüdükçe oyuna ayrılan zaman azalır, ama asla bitmez.

EĞİTİMCİLERİN OYUNLA İLGİLİ GÖRÜŞLERİ

Eğitimcilerin oyunla ilgili görüşleri çeşitlilik göstermektedir. örneğin;

- Çocuk gelişimi araştırmalarına bilişsel açıdan katkılar sağlayan Piaget oyunu çevreye bir uyum olarak görmektedir.
- Gazali oyunun çocuğun eğitiminde önemli olduğunu belirtir. Ona göre oyun çocuğun belleğini yeniler, öğrenme gücünü artırır ve çocuğu dinlendirir.
- Gross'a göre (1896) oyun bir pratiktir. İleride karşılaşılabilecek davranış biçimleri oyun yoluyla edinir ve çocuk geleceğe ilişkin korunmalı bir deneyim alanı bulur. Çocuk geleceğe ilişkin deneyimler edinerek hayata hazırlanır.
- Caillois'e göre (1958) oyun, serbestçe kabul edilmiş, fakat bağlayıcı olan kurallara göre belli bir alan ve zaman süreci içinde sürdürülen gerilim ve eğlence duygularını içeren, gerçek hayattan farklı olduğu bilinci ile yapılan gönüllü bir hareket ya da faaliyettir.
- Montessori (1870–1952) de oyunu çocuğun işi olarak nitelendirmiştir. Oyun oynamak sadece eğlenceli zaman geçirmek değil, çocuğun merak duygusunun öne çıkacağı ortamlarla öğrenmesinde bir araçtır. Montessori okul öncesi dönemde oyunun merkezde olduğu eğitim anlayışını ortaya koymuş ve uygulamaya geçirmiştir.

Yukarıda anlatılanlardan da anlaşılacağı üzere oyun, hayatın her döneminde var olan bir etkinliktir. Oyunların şekli, özellikleri, oyun malzemeleri, çağdan çağa kültürden kültüre değişse de çocuğun bulunduğu her yerde oyun bulunmaktadır ve oyunun değişmeyen evrensel bir özellik taşıdığı görülmektedir (Erşan, 2006).

Özellikle çocuklar için oyun hayatın ilk yıllarında çevrelerini tanımaları ve dünyayı anlamlandırmaları, sevgi, kıskançlık, mutluluk gibi duyguları ifade edebilmeleri için kullandıkları en etkili yoldur. Oyunun çocuğun bedensel, sosyal ve bilişsel yeteneklerini geliştirmede, ruhsal durumunu anlamada, kişiliğinin olumlu yönde geliştirilmesinde etkin bir işlevi bulunmaktadır (Güney Karaman, 2009; Yavuzer, 2000; Gmitrova, Podhajek, & Gmitrov, 2009; Saracho, 2001). Eğer çocuk oyun oynamaz ise fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal yönden gelişimini tam olarak sağlayamaz. Bu nedenle oyun ihtiyacını karşılayamayan bir çocuğun, bedensel ve ruhsal açıdan sağlıklı olduğu ifade edilemez (Dönmez, 2000; Hirose, Koda, 2011).

Günümüzde çocukların oyun yoluyla öğrendiği ve geliştiği, öğrenmenin ilerlemesi için oyun ortamlarını düzenlemenin yetişkinlerin temel sorumlulukları arasında yer aldığı çocuk eğitiminde benimsenen temel ilkelere dendir (Erşan, 2006). Okul öncesi eğitim kurumlarında öğretmenler ve ev ortamında ebeveynler oyunu etkin bir şekilde kullanarak, çocuğun bütün gelişim alanlarına aktif katkı sağlayabilirler.

Çünkü oyun, çocuğun gelişimi için bir ilaç gibidir (Dönmez, 2000; Ulutaş, 2011). Saracho (2001) yaptığı çalışmada eğitim ortamlarındaki oyun alanları ve köşelerinde düzenleme yapan anaokulu öğretmenlerinin sınıflarındaki çocukların okuma yazma becerilerinde gelişme olduğunu gözlemlemiştir.

Çocuk gerekli ortam ve malzemeyi bulduğunda bedeniyle, hareketleriyle, duyuları, duyguları algılaması ve anlatımıyla her zaman yeni bir şeyler üretmeye yönelmektedir. Çünkü oyun çocuğun yaratma ortamıdır. Çocuk yalnız büyüklerden öğrendiğini ve gördüğünü oyuna aktarmakla kalmaz kendi yeteneklerini de bunlara katarak yeni şeyler yaratır.

Günümüzde henüz bilgisayar, internet ve video oyunlarının çocuklar ve eğitimleri üzerindeki etkileri konusunda bir teori oluşturacak sonuca ulaşamamıştır. Ancak yapılan çalışmalarda aşırıya kaçmadan dijital oyunları oynamanın normal olduğu, hatta oyunların duygusal boşalma ve rahatlama gibi olumlu katkıları olduğu bildirilmiştir (Akt. Rüstem Mustafaoğlu ve Zeynal Yasacı, 2018). Bununla birlikte dijital oyunlarda verilen komutları takip edebilme, el-göz koordinasyonu, motor yeteneklerde ilerleme olması gibi yeterlilikleri desteklediği de bildirilmiştir.

Üstelik dijital oyunlar çocuğun başarısını ya da başarısızlığını ölçen, dilediği kadar pratik yapma olanağı sunan, anlamadığı konuları istediği kadar tekrar edebilmesine olanak tanıyan bir yapıya sahiptir. Bununla birlikte, çocukların problem çözebilme, mantık yürütebilme, analiz yapabilme ve karar verme becerilerini desteklediği aynı zamanda da strateji ve tahmin edebilme yeterliliklerini desteklediği belirtilmektedir.

Aynı zamanda oyun tabanlı öğrenme ortamının, bireysel öğrenmeye yardımcı olduğu öğrencilerin kaygı ve endişe düzeyini azalttığı, öğrenmeyi daha eğlenceli hale getirdiği, önceki bilgileri pekiştirdiği yönünde yaklaşımlar bulunmakta ve eğitsel bilgisayar oyunları, fen, matematik, tıp, mühendislik, dil öğrenme, problem çözme ve stratejik düşünme becerisini geliştirmek gibi alanlarda sıklıkla kullanılmaktadır (www.radikal.com.tr).

Bütün bunların yanı sıra, dijital oyun kullanım alanlarının çoğalması ve özellikle de çocukların günlük yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası haline gelmesi ve dış mekan oyun alanlarının giderek azalması çocuklar üzerinde sadece olumlu etkiler değil aynı zamanda da olumsuz etkilere neden olduğu düşünülmektedir.

Literatürde şiddet içeren dijital oyunların yalnızlık, depresyon ve anksiyete, saldırganlık, şiddet eğilimi, dikkat dağınıklığı gibi ruhsal ve psikososyal problemler ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. Ayrıca bazı çalışmalar dijital oyunlarla aşırı zaman harcayan çocuklarda akademik başarıda düşüş, yetersiz ve düzensiz uyku alışkanlığı, yetersiz fiziksel aktivite, obezite ve kas iskelet sistemi sorunları geliştiğini göstermiştir.

Uzmanlar tarafından dijital oyunların olumlu ve olumsuz etkilerinin çocukların yaş gruplarına göre değişkenlik gösterebileceği dile getirilmektedir. Çocukların gelişimsel aşamaları doğrultusunda ailelerin bilinçlendirilmesi, dijital oyunların zararlarından ve risklerinden çocukları korumayı kolaylaştıracak ve yine olumlu taraflarından yararlanmayı mümkün kılacaktır.

Araştırmalar dijital oyunların bilinçli bir şekilde çocuklara sunulması ve bu sunum esnasında çocukların gelişimsel özelliklerinin göz önünde bulundurulması dijital oyunların çocukların akademik becerilerini desteklediği (Charlier ve diğ., 2016), çocukların kavram edinimlerini ilerlettiği ve öğrenmelerini pekiştirdiği yönünde olmakla birlikte etkili bir eğitim aracı olarak da kullanılabilirliği belirtilmektedir.

4.1. AİLE VE DİJİTAL OYUNLAR

Bilgisayar, internet ve mobil teknolojilerle dijital dünyanın içine doğan gençlerin oyunları da farklılaşıyor. Dijital oyunların özellikle gençler ve çocuklar üzerindeki etkileri gün geçtikçe artmaktadır. Bu etkilerin başında davranışsal değişimler, bağımlılık, gerçek hayattan kopukluk ve şiddet gelmektedir. Bu nedenlerle aileler çocukların yaşına, sağlık durumuna, karakterine ve gelişim seviyesine göre plan yaparak, çocuğun sağlıklı büyüme ve gelişmesi için dengeli beslenme, kaliteli uyku, yeterli fiziksel aktivite ve olumlu sosyal etkileşim gibi esasları uygulayabilmesini ve bunlardan yararlanabilmesini sağlamak için çaba göstermelidirler. Yapılan çalışmalardan dijital oyunlarının çocukların ilgilerini çekme ve onları motive etme açısından oldukça güçlü olduğu bunun da tekrar tekrar oyun oynama isteğini beraberinde getirdiği anlaşılmaktadır.

Birçok aile ve öğretmen de çocukların ders çalışmadaki isteksizliğinin bilgisayar oyunlarına karşı daha istekli olmalarından kaynaklanabileceğini belirtmektedirler. Bu durum bilgisayar oyunlarının çocukların ilgilerini çekme ve onları motive etme açısından oldukça güçlü olduğunu ortaya çıkarmakta, bu da tekrar tekrar oyun oynama isteğini beraberinde getirmektedir.

Bilgisayar oyunlarının olumsuz etkilerinden korumak amacıyla çocuk ve gençlerimize bilgisayar kullanmayı yasaklamak belki birçok ailenin ilk aklına gelen tedbir olabilir. Ancak yasaklamak hiçbir zaman bu soruna kalıcı çözüm getirmez. Aileler, çocukları bilgisayar oyunu oynarken onlara rehberlik etmelidir. Örneğin; Küçük çocukların oyun seçimlerinde şiddet ve cinsellik içermeyen oyunlar olmasına dikkat edilmeli; özellikle yeni bir oyun oynadıklarında çocuklarla beraber oynanmalıdır. Bilgisayar oturma odası gibi genel kullanıma açık olan bir yere konulmalı, çocukların ne oynadığı ekrandan takip edilmelidir. Bilgisayar içerikleri çocuklarla tartışılmalıdır.

Çocuklarla sakıncalı oyunları neden oynamayacakları konusunda kesin bir konuşma yapılmalıdır. Çocuklara anlayacakları şekilde uyarı yapılmalı, incitilmemelidir. Bilgisayar oyunu başında geçirdikleri zaman kontrol edilmelidir (Media Development Authority, 2012).

Aileler oyunlar ile ilgili bilgiler edinmeli (*istenirse sayfanın sonundaki adreslerden yardım alınabilir*) ve çocuğunun bilgisayar oyunu içeriğini belirlemelidirler. aileler çocuklarına temel kavramları öğretmek amacıyla oyun yöntemine dayalı olarak, eğitsel nitelikli ders yazılımlarını tercih edebilirler (Akçay, Özcebe, 2012). Bilgisayar oyunları sahip oldukları potansiyel ile eğitim-öğretimsürecinde birer eğitsel yazılım materyali olarak pedagojik anlamda hizmet verebilirler (İnal, Kiraz, 2008). Burada ailelerin, yazılım seçimi ve seçilen yazılım içerikleri konusunda uzman olan birilerinden destek alması önem kazanmaktadır.

Aile olarak çocukları dijital oyunlardaki şiddetten korumak için aşağıdaki maddeler özenle uygulanmalıdır:

- Oyunların içeriği araştırılarak şiddet içerikli oyunlar yerine eğitsel oyunlar oynamaları sağlanmalı,
- Çocukların derslerine ve diğer sorumluluklarına öncelik vermeli, daha sonra bilgisayar kullanılmı,
- Çocuklar oyun oynarken onların yanında bulunulmalı,
- Bilgisayar çocukların odalarına değil, evde ortak alanda kullanılmalı,
- Aile içi ilişkiler artırılarak, birlikte daha fazla vakit geçirililebilmeli,
- Çocukları bir spor ya da sanat dalına yönlendirerek gerçek dünya ile meşgul edilmeli,
- Bunların çare olmadığı durumlarda bilgisayar geçici olarak kaldırılmalı ve uygun zamanlarda tekrar kullanıma açılmalı,
- Eğer çocuk ve ebeveyn arasında bir sorun çözülemiyor ise uzman desteğine başvurulmalı.
- Ailelere verilebilecek en önemli öneri çocuklarıyla sözleşme yapmaları olacaktır.

AİLE İÇİ TEKNOLOJİ GÜVENLİĞİ SÖZLEŞMELERİ

- İnternet güvenliği sözleşmesi,
- Çevrimiçi güvenlik sözleşmesi,
- İnternet kullanımı sözleşmesi,
- Cep telefonu kullanım sözleşmeler,
- Dijital Oyunlar Sözleşmeleri.

Bunlara benzer sözleşmeleri de aileler kendi çocuklarıyla yapmalılar. Sözleşmenin dışında aileler, çocukların yaş gruplarına göre farklı şekillerde önlemler alabilirler.

Dijital Teknoloji Kullanımı Konusunda Detaylı Bilgi Alınabilecek İnternet Adresleri

- | |
|---|
| 1) https://www.hilfswerk.at › global › <i>Hilfswerk-Erziehungskompass-TUR-kl</i> |
| 2) www.unicef.org.tr › files › <i>bilgimerkezi</i> › do |

Bir sonraki sayfada “AİLE İÇİ İNTERNET GÜVENLİĞİ SÖZLEŞMESİ” örneği verilmiştir

AİLE İÇİ İNTERNET GÜVENLİĞİ SÖZLEŞMESİ

Ebeveyn Taahhüdü

İnternetin çocuklarım için harika bir ortam olacağını biliyorum. İnternet ziyaretlerinde güvende olmalarına yardım etmek için üzerime düşeni yapmam gerektiğini de biliyorum. Çocuklarımın bu konuda bana yardımcı olabileceklerini düşünerek aşağıdaki kurallara uymayı kabul ediyorum.

- 1) Çocuğumun kullandığı Web sitelerini yakından tanıyacağım.
- 2) Çocuğumun bilgisayar kullanımı ile ilgili makul kurallar ve ilkeler koyacağım, bu kuralları konuşup tartışacağım ve hatırlatma notu olarak bilgisayara yakın bir yere asacağım.
- 3) Çocuğum bana internet üzerinde bulduğu ya da yaptığı "kötü" bir şeyden söz ederse aşırı tepki göstermeyeceğim.
- 4) İnternet kullanma süresi: Başlama: Saat. Bitiş: Saat Toplam kullanma süresi:saat

Yukarıda yazılanları kabul ediyorum. Tarih

Ebeveyn İmza: (Anne) (Baba) /// 2 . . .

Ailemin bu kurallara göre yaşamamı kabul ettiğini anlıyorum ve interneti benimle birlikte keşfetmeleri için aileme yardım etmeyi kabul ediyorum.

Çocuğun imzası:

Tarih:.....// 2 . . .

Çocuğun Taahhüdü

İnternetin benim için harika bir ortam olacağını biliyorum. İnternet ziyaretlerimde güvende olmama yardımcı olacak kurallara uymamamın benim için önemli olduğunu da biliyorum. Aşağıdaki kurallara uymayı kabul ediyorum.

- 1) Kendime ya da ailemin diğer bireylerine ait kişisel bilgileri açık etmeyecek şekilde kendim için güvenli ve makul bir ekran adı seçeceğim.
- 2) Şifremi ailem dışında herkesten gizli tutacağım. Ailemin onayı olmadan başka e- posta adresleri açmayacağım.
- 3) Sanal profilime kişisel bilgilerimi dahil etmeyeceğim. Kendime ya da ailemin diğer bireylerine ait kişisel bilgileri - her hangi bir yoldan ve her hangi bir formatta – sanal olarak ya da sanal ortamda tanıştığım bireylerle paylaşmayacağım(İsim, adres ve telefon gibi).
- 4) İnternet kullanmam için ailemin belirlediği süreyi aşmayacağım.

Çocuğun imzası:

Tarih:.....// 2 . . .

Bu kurallara uyulmasını sağlayarak çocuğumun sanal ortamlarda güvenliğini koruyacağıma söz veriyorum. Çocuğum tehlikeli durumlarla karşılaşır bana anlatırsa; kimseyi suçlamadan her durumda olgun ve sağlıklı bir şekilde davranacağım ve gelecekte daha güvenli bir internet deneyimi yaşamaları için çocuğumla birlikte durumu sakın bir şekilde ele alacağım.

Ebeveyn İmza: (Anne) (Baba)

.....// 2 . . .

BÖLÜM IX
ÖĞRENME-ÖĞRETME SÜRECİNDE ÖDEV

KONU BAŞLIKLARI

- | | |
|---|---|
| <p>A. ÖDEV NEDİR?</p> <p>B. YURTİÇİNDE YAPILAN ÇALIŞMALAR</p> <p>C. YURT DIŞINDA YAPILAN ÇALIŞMALAR</p> <p>D. ÖDEVLERLE İLGİLİ OLUMLU VE OLUMSUZ GÖRÜŞLER</p> <p>a. OLUMLU GÖRÜŞLER</p> <p>b. OLUMSUZ GÖRÜŞLER</p> <p>E. ÖDEV KONUSUNDA DİKKAT EDİLECEK</p> | <p>1) İYİ BİR OKUL ÖDEV POLİTİKASI</p> <p>2) EV ÖDEVİ OLUŞTURMA İLKELERİ</p> <p>3) ÖĞRETMEN ROLLERİ</p> <p>4) ÖDEVLERDE EBEVEYNLERİN ROLÜ</p> <p>F. ÖĞRENME ORTAMI OLUŞTURMAK</p> <p>G. SONUÇ VE ÖNERİLER</p> |
|---|---|

A. ÖDEV NEDİR?

Ödev, öğretmenler tarafından öğrencilere verilen ve genellikle sınıf dışında yapılan yazılı veya sözlü çalışmalardır. Bunlar ilkökul düzeyinde ev ödevi, daha sonraki yıllarda etkinlik, proje, araştırma ve performans ödevi biçiminde olmaktadır.

"Ev ödevi" kelimesi, öğrencilere öğretmenler tarafından okul dışı saatlerde yapılması için verilen görevler anlamına gelir (Cooper, 1989). "Ev ödevi" genellikle eve getirilen okul çalışması olarak tanımlanmaktadır. Son yıllarda aktif öğrenmeyi sağlamak için verilen ödevlerin niteliği ve içeriği üzerinde önemle durulmaktadır.

Ödevler derste öğrenilenleri ezberlemeye veya tekrar etmeye değil, günlük yaşama aktarmaya ve uygulamaya yönelik planlanmaktadır. Öğrenci yeni öğrendiği bilgi ve becerileri uygulayarak geliştirmelidir. Bu nedenle düşünme, anlama, sorgulama, araştırma, sorun çözme içerikli ödevlere ağırlık verilmektedir. Bu tür ödevler öğrencilerin dil ve zihinsel becerilerini geliştirmekte, bilgileri zihinde düzenlemeye ve yapılandırmaya yardım etmekte, öğrenmenin kalıcılığını artırmaktadır.

Diğer taraftan ödev öğrencilerde sorumluluk geliştirmenin önemli bir aracı olmaktadır. Ödev yaparken amaç belirleme, planlama, karar verme, mevcut kaynakları kullanma, bağımsız çalışma, kendine güvenme gibi beceriler geliştirilmektedir. Bunun yanında iletişim kurma, kaynaklardan faydalanma, bilgiye ulaşma ve kullama becerilerini de geliştirmektedir. Bu süreçte ödevi özenle yapma ve zamanında teslim etme alışkanlığı ile başarıya duygusunu tatma da önemli olmaktadır. Kısaca ödevler öğrencilerin;

- 1) Yönergeleri anlama ve izlemeyi öğrenme,
- 2) Bir işe başlama ve tamamlamayı öğrenme,
- 3) Zamanı iyi kullanma ve yönetmeyi öğrenme,
- 4) Giderek bağımsız çalışmayı öğrenme,
- 5) Çalışma ve başarısıyla gurur duymayı öğrenme (Canter ve Hausner, 1995) gibi çeşitli becerilerini geliştirmelerine katkı sağlamaktadır.

Bilgi teknolojisinin gelişmesi, internetin yaygınlaşması ödev uygulamalarını yakından etkilemiştir. Bunun olumlu ve olumsuz yanlarını hep beraber yaşamaktayız. Ev ödevi, her ne kadar öğretme ve öğrenme sürecinin önemli bir parçasıysa da öğretmenler, öğrencilerin okul dışında da oyun oynama dinlenme ve fiziksel aktiviteler için zaman harcamalarının önemli olduğunun bilincinde olmalıdırlar. Özellikle son çeyrek yüz yılda teknolojinin büyük bir hızla ilerlediği bilgi çağında meydana gelen değişim ve gelişmeler, Türk Milli Eğitim sistemine de yansımış çok çeşitli eğitim programları denenmiş ve birçok yenilik beraberinde gelmiştir.

Dolayısıyla ödev kavramı da bu değişim ve yeniliklerden etkilenmiştir. Türkiye’de en son olarak 2004–2005 eğitim-öğretim yılında pilot okullarda uygulanan ve önemli değişiklikleri kapsayan yeni programı (yapılandırmacı) 2005-2006 eğitim-öğretim yılında ülke genelinde ilköğretimden başlanarak kademeli olarak uygulamaya başlanmıştır. Değişen eğitim sistemi anlayışı ile birlikte, ev ödevleri de “öğrenci merkezli” ya da “yapılandırmacı” yaklaşımdan hareketle etkinlik temelli, öğrencinin öğrenme sürecine aktif olarak katılmasını amaçlayan, sınıf içi ve sınıf dışı öğrenme deneyimlerini bütünleştirmeye önem veren bir anlayış kazanmıştır.

Bu program çerçevesinde grup çalışmasını gerektiren proje ödevleri ile öğrencileri araştırma yapmaya ve farklı yaşantılar kazanmaya yönlendiren performans ödevleri üzerinde de durulmuştur. Ancak proje ve performans ödevleri öğrenciler, öğretmenler ve veliler tarafından yeterince anlaşılmamış, günlük verilen ev ödevleri olarak algılanmıştır.

En son 2018 yılında yayınlanan yeni yönetmelik ile proje ödevi ve ders içi etkinlik notlarının ortalama üzerindeki etkisi azaltılmıştır. Yapılan bu değişiklikler ile birlikte okul sınavlarının not ortalamasındaki öneminin arttığını söylemek mümkündür.

Ev ödevinin, yararlı olup olmadığı ve verilir verilmemesi gerektiği şeklinde yapılan tartışmalar, bu çalışmanın asıl araştırma amacını oluşturmaktadır. Verilen her ev ödevinin öğrenciler açısından yeterince etkili olup olmadığı, hangi durumlarda öğrencilere olumsuz olarak yansıdığı, velilerin ödevler konusunda çocuklarını desteklemek yerine yanlış uygulamalar yapıp yapmadıkları, üzerinde durulması gereken bir sorun olarak değerlendirilmiştir.

B. YURTIÇİNDE YAPILAN ÇALIŞMALARDAN ÖRNEKLER

1) Ödevin niteliği ve sıklığını araştıran Arıkan (2017) sık ödev verilen öğrencilerin *daha başarısız* olduğunu buna karşın ödevde daha fazla süre ayıran öğrencilerin *daha başarılı* olduğunu ifade etmektedir.

2) MEB (2011) ilköğretim okullarındaki (1-5. sınıf) ödev uygulamalarının değerlendirilmesi araştırmasına göre birinci ve ikinci sınıflara giren öğretmenler, öğrencilerine 15-20 dakikada yapabilecekleri ödevler vermektedir. Beşinci sınıflar için bu süre 40-60 dakika arasında olabilir. Bu da ödevin niteliğinin nicelikten daha önemli olduğu sonucunu destekler niteliktedir.

3) Duru ve Çöğmen (2017) hem ilköğretim hem de ortaokul öğrencilerinin etkinlik temelli (proje, tasarım vb.) ödevlerden hoşlandıklarını, çok zaman alan, yazı yazma ve okuma gibi ödevlerden hoşlanmadıklarını belirtmektedirler. Duru ve Çöğmen (2017) çalışmasında öğrencilerin ilgilerini çeken ödevleri yaptıklarından bahsetmesi de gerçekleştirilen araştırma bulgusunu destekler niteliktedir.

4) Yaşam boyu öğrenmeye vurgu yapan Kapıkıran ve Kıran (1999) göre ev ödevleri, öğrenmeleri pekiştirici özellikte olmalı ve gereksiz tekrarlar içermemelidir. Özellikle ilköğretim ilk üç sınıfında ev ödevleri, öğrencilere çalışma alışkanlığı kazandırmalı ve uzun olmamalıdır. Bu çalışma da yaşam boyu öğrenme becerilerinin geliştirilmesi istenen araştırma sonuçlarıyla uyumludur.

5) MEB (2006) öğretmen yeterliklerinde, ödev verirken ve sınıf dışı çalışmalar yaptırırken hem öğrencilerin hem de çevrenin gereksinim ve olanaklarının dikkate alınması gerektiği belirtilmektedir. Öğrencinin gelişim düzeyi, öğrenme biçimi, ilgi ve gereksinimlerine uygun ödev ve sorumluluklar verilmesinin gerektiği ifade edilmektedir.

6) Yuladır ve Doğan (2009:232) göre öğretmen öğrencilerine ödev hazırlama, bilgiye ulaşma ve ürün ortaya koyma konularında kılavuzluk edebilir. Ersoy ve Anagün (2009) öğretmenlerin daha çok öğrenilenleri pekiştirme amaçlı ödev verdiklerini, öğrencilerin yaratıcılıklarını sergileyebilecekleri ödevlere yeterince yer vermediklerini ortaya koymuştur. Bu çalışma da gerçekleştirilen araştırmanın ödevlerin farklı nitelik ve türlerine yer verilmesi gerektiği sonucunu desteklemektedir.

C. YURT DIŞINDA YAPILAN ÇALIŞMALARDAN ÖRNEKLER

1) Cooper vd., (1987-2003) yılları arasında, ev ödevlerinin öğrenci başarısı ile olan ilişkisini meta-analiz yoluyla incelemişlerdir. Bu çalışma ABD’de anaokulundan ile 12. sınıflar arasındaki sınıflarda yapılmıştır.

Meta-analiz sonucunda genellikle ev ödevlerinin öğrenci başarısı üzerinde olumlu bir etkisi olduğu görülmüştür. Ödev-öğrenci başarısı ilişkisini inceleyen çalışmalar, 7-12. sınıf öğrencilerinin ödev-başarı ilişkisinin, K-6 öğrencilerinininkinden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca öğrencilerin yaptığı ödev miktarı ve ödevlere harcadıkları zaman ile başarıları arasında ender çalışmalar dışında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Öğretmenlerin erken yaşlardaki öğrencilere çoğu zaman, zaman yönetimi becerilerinin gelişmesi için ödev verdikleri görülmüştür.

2) Fernández-Alonso vd., (2015) ev ödevlerinin öğrenci başarısına olan etkisini sistematik olarak incelemek için iki düzeyli model (sınıf ve öğrenci) kullanmışlardır. Öğrencilerin ödev davranışlarını ortaya çıkarmak için betimleyici istatistik yöntemlerini, ev ödevlerinin başarı üzerindeki etkisini incelemek için ise çok düzeyli analizler kullanmışlardır. Çalışmaya 7451 ortaöğretim ikinci sınıf öğrencisi katılmıştır. Öğrenci düzeyinde ödevlere harcanan zaman, sarf edilen çaba ve ödevlerin yapıma şekli yer alırken, sınıf düzeyinde ev ödevlerinin verilme sıklığı ve niteliği incelenmiştir.

Çalışma sonucuna göre öğrencilerin ev ödevlerine ayırması gereken en uygun süre günlük 1 saattir. Ödev miktarının ve ödev verme sıklığının öğrencilerin matematik ve fen başarısı ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde en büyük etkinin öğrencilerin bağımsız çalışması ve ödev verme sıklığı değişkenleri tarafından yapıldığı görülmüştür. Öğrenci düzeyindeki etkili değişkenin ödevlere harcanan zaman ya da sarf edilen çaba değil, öğrencilerin bağımsız çalışması olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3) Verilen ev ödevlerinin öğrencilerin başarısıyla olan ilişkisini inceleyen çalışmalardan biri de Rosário vd. (2015) tarafından yürütülmüştür. Bu çalışmada farklı amaçlarda ev ödevi verilmesinin, öğrencilerin matematik başarısına bir etkisi olup olmadığını araştırmışlardır. Ayrıca öğrencilerin tamamladığı ödev miktarı, öğretmenlerin ödev verme amacı ve öğrencilerin matematik başarısı arasında bir ilişki olup olmadığını da ortaya çıkarmaya çalışmışlardır. Çalışma yarı deneysel bir çalışmadır ve çalışmaya 27 matematik öğretmeni ve 638 altıncı sınıf öğrencisi katılmıştır.

Öğretmenler üç farklı ödev verme amacına: tekrar etme, hazırlanma ve öğrencilerin bilgilerini yeni etkinliklere aktarma, rastgele dağıtılmıştır. Altı hafta boyunca her hafta öğretmenler yerleştirildikleri grubun ödev türünden ödevler vermiş, altı hafta sonunda öğrencilerin bilgileri sınav yoluyla değerlendirilmiştir.

Çalışmanın sonucunda öğrencilerin bilgilerini yeni bir duruma aktarabileceği ödevlerin öğrencilerin matematik başarısını arttırdığı görülürken, diğer iki amaçla verilen ödevlerin öğrenci başarısında bir fark yaratmadığı görülmüştür. Tamamlanan ödev miktarının ise bu bulguyla bir ilişkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Bu bulgular, ödevlerin hazırlık aşamasında (ödevlerin amacının belirlenmesi) öğretmenlerin rolünün önemini ortaya koymuştur.

4) Ödev verme konusunda yine son yıllarda 18 ülkede yürütülen bir araştırmada ilk ve ortaokul düzeyindeki öğrencilerin yarısının günde en az iki saat ödev yaptığını ortaya koymuştur. Bu araştırmaya göre Fransız öğrencilerin yarıdan fazlası, Koreli öğrencilerin % 40'ı, Kuzey Amerikalı öğrencilerin ise yaklaşık % 30'u, evde günde en az iki saat ödev yapmaktadır. Bir başka araştırma ise ABD'deki öğretmenlerin diğer ülkelerdeki öğretmenlere göre daha fazla ev ödevi verdiklerini ortaya koymaktadır.

5) Ev ödevlerine kimlerin yardım ettiği de araştırılmıştır. Fransa Eğitim Bakanlığı tarafından 2006 yılında yapılan bir araştırmaya göre öğrencilerin ev ödevlerine en çok anneler yardım etmektedir. Annelerin çocukların ödevine yardımı ilk ve ortaokul düzeyinde % 95, lise düzeyinde ise % 53 olmaktadır. Babaların yardımı ise ilk ve ortaokul düzeyinde %70 lise düzeyinde ise % 38 olmaktadır. Annelerin ödevlere yardımı üst düzeydedir.

6) Birçok araştırmacı ödevlere yardım etme süresini de araştırılmıştır. Öğrencilere ev ödevi yapmada ailelerin yardımı ayda ortalama toplam 15 saat olmaktadır. Bu süre ilkokulda 19, ortaokulda 14, lisede ise 6 saate düşmektedir.

Ödev yapmaya yardım süresi eğitim düzeyi yükseldikçe düşmektedir. Diğer taraftan araştırmalarda öğrenciyle ilgilenen velilerin okuldaki toplantılara da katıldığı ve okulda çeşitli sorumluluklar aldığı ortaya çıkmıştır (Cellule Veille Scientifique et Technologique, 2006).

D. ÖDEVLERLE İLGİLİ OLUMLU VE OLUMSUZ GÖRÜŞLER

Gerek yurtiçi gerekse yurt dışı araştırma sonuçlarından da anlayacağımız gibi ödevin eğitim- öğretimde son derece önemli bir yere sahip olduğunu belirten kaynaklar olduğu gibi, çocukların zihinlerini akademik bilgilerle doldurduğu, sosyal aktivitelere ve eğlencelere katılmayı engellediği gibi sınırlıklarını belirten görüşler de vardır. Bu tartışmalar daha ziyade ödevin faydalı olup olmadığı, veriliş sıklığı, miktarı ve ödevler konusunda öğretmenin neler yapabileceğiyle ilgilidir.

Eğitimciler, uzmanlar, araştırmacılar öğrencilere ödev verme konusunu tarihsel süreç içerisinde bazen olumlu bazen de olumsuz değerlendirmelerde bulunmuşlardır. Bu konudaki görüşlerini çeşitli yayınlarda dile getirmişlerdir.

a. OLUMLU GÖRÜŞLER

Ödev verme konusunda olumlu görüşler, ödevlerin öğrencilere çeşitli yararlarının olduğu, bu yararların evde yürütülen çalışmalarla gerçekleştirilebileceği üzerinde yoğunlaşmaktadır. Olumlu görüşler üç başlık altında ele alınmaktadır (Landry-Cuerrier ve Migneault, 2009).

1) Ödevler sınıftaki öğrenilenlerin kalıcılığını artırmaktadır.

Çoğu öğretmen, veli ve öğrenci ödevlerin sınıfta öğrenilenlerin kalıcılığını artırdığını, öğrencilerin çeşitli becerilerini geliştirmede etkili olduğunu belirtmektedir. Bu konuda yapılan araştırmalar da ödevlerin öğrencilerin okul başarıları üzerinde olumlu etki ettiğini, özellikle orta öğretim düzeyinde belirleyici olduğunu göstermektedir.

2) Ödevler öğrencilerin sorumluluk alma ve geliştirmelerine katkı getirmektedir.

Ödevler öğrencilerin öğrenme becerilerini geliştirmekte, bir disiplini iyi öğrenmesine, çeşitli çalışma yöntem ve tekniklerini geliştirmesine yardım etmektedir. Ayrıca öğrencinin sorumluluk alma, bir görevi bağımsız yürütme ve zihinsel bağımsızlığına katkı sağlamak, onu çalışma dünyasına hazırlamaktadır.

3) Ödevler okul ile aile arasında bağ oluşturmaktadır.

Velilerin çoğu evde ödev yapılmasını yararlı görmekte, çocukların okul çalışmalarına ve öğrenme sürecine katılmakta, eğitim uygulamalarını izlemektedir. Bunun yanında ödevler öğrencilere okul dışında yani evde ve toplumda da öğrenmeyi sürdürme fırsatları sunmaktadır. Böylece yaşam boyu öğrenmeye katkı sağlamaktadır.

Ev ödevi verilmesini savunanların ortak görüşleri şu şekilde özetlenebilir:

- Öğrencilerin akademik faaliyetlerle geçirdikleri sürenin artması,
- Öğrencileri boş zamanlarda da öğrenmeye teşvik etmesi,
- Öğrencilere çalışma alışkanlığı kazandırması,
- Öğrencilerin öz disiplin kazanması,
- Zaman planlama becerilerine kazanması,
- Bağımsız birer problem çözücü olmalarına katkı sağlayacağı şeklindedir.

Bunların yanında, ev ödevinin ailelerin okulda olanlar hakkında daha fazla bilgi sahibi olmaları ve öğrencilerin akademik gelişimini izleyebilmeleri gibi faydaları olabileceği de belirtilmiştir.

b. OLUMSUZ GÖRÜŞLER

Bazı eğitimcilere göre ödevler bir dizi hoşnutsuzluğu beraberinde getirmektedir. Bu görüşler aşağıda beş başlık altında verilmektedir (Landry-Cuerrier ve Migneault, 2009).

1) Ödevler çatışma ve stres kaynağı olabilmektedir.

Evde ödevlerin yapılması ve izlenmesi çocukla ailesi arasında hoş olmayan durumlara ve bazı gerginliklere neden olmaktadır. Hafta sonu ve okul dışı zamanlarda dinlenme, eğlenme, sosyal etkinliklere katılma gibi hoş ve eğlenceli işlere zaman ayırmak gerekirken ödev yapmak, okul çalışmalarına zaman ayırmak evde bazı çatışmaları getirmektedir.

Ödevler sadece evde değil okulda da öğretmen ve öğrenciler arasında gerilim kaynağı olmaktadır. Verilen ödevlerin izlenmesi ve kontrol edilmesi, öğretmen ve öğrenciye çok zaman kaybettirmektedir. Oysa bu zaman eğitim amaçlı kullanılabilir.

2) Ödevler öğrencilerin hevesini kırmaktadır.

Çoğu öğrenci zorunluluk, sonuçların getireceği korku ve endişe nedeniyle ödev yapmaktadır. Öğrencilere gereksiz tekrarları içeren ödevleri can sıkıcı bulmakta, düzey üstü verilen zor ödevleri ise yapmaktan kaçınmaktadır. Bu tür ödevler bazı öğrencileri cesaretsizliğe sürüklemekte, beceriksiz duygusu oluşturmakta ve bir yerlerden kopya etmeye yöneltmekte veya ödev yapmayı reddetmeyi getirmektedir. Ödev yapılmadığı zaman öğretmen öğrencileri ya cezalandırmakta, ya ek ödevler vererek daha zor duruma düşürmektedir. Bu durum öğrencilerde bıkkınlık yaratmakta ve öğrenme hevesini kırmaktadır.

3) Ödevler öğrenciler arasında eşitsizliğe neden olmaktadır.

Her ailenin koşulları farklıdır. Bazı ailelerde ödev yapmak için sosyal ve fiziksel koşullar daha iyi olmakta, bazı ailelerin eğitim düzeyi yüksek olmakta ve öğrenciye gerekli aile desteği verilmektedir. Bazı veliler öğrencilere ödev konusunda yardım etmeyi çok sevmekte bazıları ise hiç yardım etmemektedir. Bu durumdan yoksun öğrenciler ödev yaparken zorlanmakta, bazı ödevler sınıf başarılarını etkilemekte ve aşağıya çekmektedir.

4) Diğer taraftan her öğrenciye aynı ödevi vermek de bir eşitsizlik oluşturmaktadır.

Bu uygulama her öğrencinin öğrenme durumu ve becerilerini yani bireysel farklılıklarını dikkate almamak demektir. Her öğrenci ödev yapmak için aynı beceri ve tekniklere sahip değildir. Evde ödev yapmak için aynı koşullara sahip değildir. Araştırmalar zayıf öğrencilerin ödev yapmaktan daha az zevk aldıklarını, diğer öğrencilerin ödevlerinden yararlanamadıklarını, kendilerini geliştirmek için gerekli teknikleri kullanmadıklarını, ailelerinin onlara yeterince yardım etmediklerini, ödev yapmakta daha çok güçlüklerle karşılaştıklarını göstermektedir.

5) Ödevler okulda belirgin bir başarı sağlamamaktadır.

Ödevlerle ilgili araştırmalar birbirinden farklı sonuçlar sergilemektedir. Örneğin bazı yazarlar ödevle ayrılan zamana dikkat çekmekte ve okul başarısını bununla ilişkilendirmektedir. Bazıları ise ilkokulun ilk üç yılında ödev ile okul başarısı arasında bağ olmadığını vurgulamaktadır.

Ev ödevine karşı olanların ortak görüşlerinin özeti:

- Ev ödevinin okula karşı negatif bir tutum oluşturabileceği,
- Öğrencilerde fiziksel yorgunluk ve duygusal bıkkınlık oluşturabileceği,
- Boş zamanlarda yapılabilecek diğer sosyal etkinliklere engel olabileceği,
- Ailelerin ödevin tamamlanması için öğrenciye baskı yapıyor olabileceği,
- Ailelerin okulda yapılan öğretime ters düşecek bilgiler vererek karışıklığa sebep olabileceği,
- Ailelerin ödevle verdikleri basit desteklerin yerini ailelerin ödevi yapmasına bırakabileceği ve bu durum da kopyanın öğrenciler gözünde normal olarak algılanmasına veya öğrencilerin başkasının yardımına muhtaç olarak yetişmesine sebep olabileceği yönündedir.

E. ÖDEV KONUSUNDA DİKKAT EDİLECEK HUSUSLAR

Yapılan araştırmalar ödevlerini düzenli olarak yapan öğrencilerin yapmayan öğrencilere göre akademik başarılarının daha yüksek olduğunu göstermiştir (Cooper, 2006; Corno, 2000). Okul başarısında ev ödevinin önemli bir yeri olduğunu gösteren araştırmalar okul başarısızlıklarının altında yatan en önemli nedeni de yine ev ödevlerinin düzenli olarak yapılmamasına bağlamaktadır. Binbaşıoğlu (1994) okulda ve evde gereği gibi hazırlık, alıştırmaya ve ev ödevi çalışmalarını yapmayan öğrencilerin okulda başarılı olamayacaklarını belirtmiştir.

Ev ödevleri, öğrencilerin ilgi ve yeteneklerine göre verilmediği, amacının açıklanmadığı ve öğretmene teslim edildikten sonra içeriği hakkında değerlendirme yapılmadığı durumlarda öğrenci, ödevini başkasına yaptırma ve başkasından alıntılar yapmaya yönelmekte veya yaptığı işi değersiz bir etkinlik olarak algıladığı için ödev yapma sorumluluğunu almamaktadır (Dinçer ve Ulutaş, 2003).

Ev ödevinin niteliği ve niceliği öğretmenlerden öğretmene değişkenlik gösterir. Bazı öğretmenler öğrencilere çok ağır ev ödevi verirken, ödevin niteliğini gözardı edebilirler. Bazı öğretmenler ise az, ancak öğrencinin düşünme becerilerini geliştirici nitelikte ev ödevleri verebilmektedir. Öğretmenlerdeki bu farklılıklara karşılık, öğrencilerin ev ödevlerini yapıp yapmamasına göre de birbirlerinden farklılıklar gösterir.

Ödev verme konusu ülkelere, okullara ve öğretmenlere göre değişiklik göstermektedir. Ülkemizde son yıllarda eğitim alanında yapılandırıcı eğitim yaklaşımıyla geliştirilen programlar uygulanmaktadır. Bu programlarda öğrencilerde geliştirilecek temel beceriler belirlenmiştir. Bunlar Türkçeyi doğru, güzel ve etkili kullanma, eleştirel düşünme, yaratıcı düşünme, iletişim, problem çözme, araştırma, bilgi teknolojilerini kullanma, girişimcilik, karar verme, kişisel ve sosyal değerlere önem verme olarak sıralanmıştır.

Öğrencilerin bu becerilerigeliştirebilmeleri için ev ödevi verilmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir. Ancak bu konuda öncelikli olarak çok iyi bir planlamaya ve programa ihtiyaç var. İyi bir ödev programı şu özelliklere sahip olmalıdır:

- 1) Okulun iyi bir ödev politikası olmalıdır
- 2) Ödev ilkeleri belirlenmiş olmalıdır.
- 3) Öğretmen rolleri,
- 4) Ebeveyn rolleri programda yer almalıdır.

Eğitimciler tarafından ödevlerin uygulanmasına ve düzenli yürütülmesine ilişkin aşağıda önerilerde bulunulmuştur.

1) Okulun İyi Bir Ödev Politikası Olmalıdır

Okul ödev politikasının hazırlanması sırasında aşağıdaki hususlar dikkate alınmalıdır:

- Ev ödevi ile ilgili genel bir okul politikası oluşturmak için okul yönetimi, öğretmenler, ebeveynler, rehber öğretmenler veya eğitim psikologları arasında sağlıklı bir iletişim sağlanmalıdır. Ayrıca gerektiğinde öğrenciler ve farklı paydaşların düşünceleri dinlenmelidir.
- Ödev, okul müfredatının hedeflerine ulaşması için tasarlanmalıdır.
- Farklı seviyelerdeki öğrencilerin ihtiyaçları da ele alınmalıdır.
- Okullar, öğrencilerin her sınıf ve her seviye için ev ödevi türünü ve miktarını belirlerken okul sonrası etkinliklere katılmaları için gereken zamanı dikkate almalıdır.
- Okullar, öğrencilerin ihtiyaçlarını ve müfredat gelişimini karşılamak için okul ödevi politikasının düzenli olarak gözden geçirmelidir. Ebeveynlerin geri bildirimleri de dikkate alınmalıdır.
- Okullar ve öğretmenler, öğrencilerin ev ödevleriyle ilgili sorunlarını belirlemeli ve bulunan çözümleri anında ebeveynlerle paylaşmalıdır.

Okullar, akademik yılın başında öğrenciler ve veliler için ev ödevi politikasını ve ebeveyn destek stratejilerini açıklamalıdır. Okullar ebeveynlerle sık iletişim kurmalı ve ev ödevlerinin amacını anlamalarına yardımcı olmalıdır. Kalitenin nicelikten daha önemli olduğu ebeveynlerle paylaşılmalıdır.

1.1. Okul ödev politikası oluşturmanın sağladığı yararlar şöyle özetlenebilir:

- Sadece öğrencilerin okulda öğrendiklerini pekiştirmekle kalmaz, öğrencileri yeni öğrenmeye hazırlar ve kendi kendine öğrenmeyi kolaylaştırır.
- Öğrencilerin kendi ilerlemelerini ve problemlerini anlamalarına yardımcı olur ve problem çözme becerilerini geliştirmek için fırsatlar sunar.
- Öğretmenlerin öğrencilerin öğrenme problemlerini anlamasına ve buna göre geri bildirim vermesini sağlar. Aynı zamanda öğretim planlarını ve stratejilerini ayarlamasına da yardımcı olur.
- Öğrencilerin edindikleri bilgi, tutum, değerler ve geliştirdikleri beceriler hakkında bilgi sağlar.
- Öğretim programının planlanması ve uygulanması konusunda etkili geri bildirim sağlar.

- Ebeveynler çocuklarının ilerleyişini ve öğrenme stillerini anlayabilirler.
- Ebeveynler, okul müfredatının gerekliliklerini anlayabilir. Böylece ebeveynler ve okullar, öğrencilerin öğrenmelerini geliştirmelerine yardımcı olmak için birlikte çalışabilir.

2) Ev Ödevi Oluşturma İlkeleri

Ödevin niteliğinin artmasını sağlamak ve uygulamalarda karşılaşılabilecek sorunların azaltılabilmesi için dikkat edilmesi gerekenler şöyle ifade edilebilir:

- Ev ödevi müfredatla uyumlu ve açıkça belirlenmiş hedeflere sahip olmalıdır. Ödev için belirlenen hedefler öğrenciler tarafından kolayca kavranmalıdır.
- Ödev, öğrencilerin yaşam boyu öğrenme becerilerini geliştirmelidir. Öğrencilerin öğrenmeye ilgi duymalarını ve okuma alışkanlıklarını geliştirmeye yardımcı olmalıdır.
- Ödev farklı türlerde (sözlü rapor, model yapma, deney, anket, yaratıcı çalışmalar vb.) ve zorluk derecelerinde tasarlanmalıdır.
- Ödev, öğrencilerin düşünme becerilerini geliştirmelerine imkan sağlamalıdır.
- Ödev, öğrencilerin iletişim, organizasyon ve işbirliği becerilerini geliştirmeye yardımcı olmalıdır.
- Ödev günlük yaşama uygun olmalıdır.
- Ödev öğrencilerin farklı öğrenme kaynaklarını (kütüphane, e-öğrenme, internet, çeşitli kuruluşlar vb.) kullanmalarını sağlamalıdır.
- Ödev öğrencilerin kendi kendine öğrenme becerilerini geliştirebilmelidir. Bunun için ödevler öğrencilerin kendi ilerleme hızlarına göre planlama ve uygulama yapmalarına uygun olmalıdır.
- Öğretmenler, ödevle ilişkin beklentilerini (kalite, zamanında tamamlama vb.) bunun için dönemin başında öğrencilerle birlikte “ödev sözleşmesi” hazırlanabilir.
- Okullar öğrencileri ödevlerini tamamlamaya teşvik etmelidir. Ödevlerin tamamlanamama nedenleri araştırılmalıdır. Farklı ihtiyaçlara sahip öğrencilere yardımcı olmak için bir dizi destekleyici program (örneğin akran desteği, kardeş desteği vb.) oluşturulabilir. Ebeveynler ödev konusunda çocuklarına nasıl destek vermeleri gerektiği anlatılabilir.

3) Ödevle İlgili Öğretmen Roller

Öğretmenler ödevlerin amacının belirlenmesinde, tasarlanmasında ve uygulanıp takibinin yapılmasında önemli bir rol oynar. Ödev takibi, ödevle sözlü ya da yazılı geri bildirim verme ve öğrenci yanıtlarını sınıf içinde tartışma gibi eylemleri içermektedir (Cooper, 1989).

❖ Öğrencinin Öğrenme İhtiyaçlarını Belirleme

Öğretmen, ödevi; öğrencinin sınıftaki çalışmalarından, uygulamış olduğu çoklu zeka testi ve öğrenme stilleri gibi testlerden, veliler ve öğrencilerle kurduğu diyalog sonu elde ettiği bilgilerden hareketle öğrencinin ihtiyacı olan becerileri geliştirme ve eksiklerini tamamlamak üzere vermelidir. Başka bir ifadeyle ödevler öğrencilerin bireysel ihtiyaçlarına, ilgilerine ve becerilerine göre çeşitlendirildikten yani öğrenciye uygun hale getirdikten sonra bir plan dahilinde öğrencilere verilmelidir. Oysa ülkemizde konu ile ilgili yapılan araştırmalar eğitim kurumlarımızda birçok öğretmenin yukarıda anlatılanları planlamadan hatta ödevlerin nasıl yapılacağını bile anlatmadan ödev verdiklerini göstermektedir.

❖ Ödevleri İzleme ve Kontrol Etme

Öğrencilerin verilen ödevi yapmak için çabası, çeşitli öğrenme tekniklerini kullanması, ödevi kontrol etme ve izleme durumu önemli olmaktadır. Bu nedenle ödevler mutlaka öğretmenin kontrolünden geçmelidir. Öğretmenin kontrol etmediği ve öğrenciye dönüt vermediği ödevler öğrenciye yararlı olmamaktadır. Hatta onları baştan savmacılığa ve ödev yapmamaya sevk etmektedir. Öğretmen öğrencilerin ödevleri amaca uygun ve düzenli yapma durumlarını incelemeli ve kontrol etmelidir.

❖ Öğrencileri Güdüleme

Öğretmen, öğrencileri düşünmeye sevk edecek, ilginç, anlamlı, çeşitli ödevler vererek öğrencileri güdülemeli ve yaratıcılıklarını artırmalıdır. Öğrencilere ödevi niçin verdiğini açıklamalıdır. Öğrencinin ödev hakkındaki düşünceleri ile öğretmenin ödevden beklentileri uyumlu hale getirilmelidir.

Ödevleri bir cezalandırma ya da eleştirme sistemiyle birleştirmekten kaçınılmalıdır. Burada amaç ilgisiz öğrencide bir güdülenme oluşturmak, bu ödevleri yaparak kendini nasıl geliştireceğini anlamasını sağlamaktır (Prof. Dr. Firdevs Güneş, 2014).

❖ Sınıfta Ödev Sistemi Oluşturma

Ödevler için iyi bir ön hazırlık yapılmalı, düzey üstü ödevler belirlenerek bazı öğrencilere beceriksiz duygusu yaşatılmamalıdır. Aynı zamanda evdeki uygun yardımlarla bazıları arasında eşitsizlik yaratılmamalıdır. Çalışkan öğrencilere ödevlerini sınıfta yapmaları önerilebilir. Öğretmen ödevin amacını açıkça anlatmalı, nasıl yapılacağını göstermeli, kesin yönergeler vermeli, uygulayacağı teknikleri göstermeli, öğrencinin sorular sormasını sağlamalı, ne yapacağını iyi anlamasını sağlamalıdır (Prof. Dr. Firdevs Güneş, 2014).

❖ Ödevleri Değerlendirme ve Geribildirim Verme

Değerlendirilecek olan ödevlerin nasıl yapılacağı ve başarı ölçütlerinin ne olacağını öğrencilere bildirmek, bu süreçte önemli bir yer tutar (William & Thompson, 2008). Bunun yanında öğrencilerin tamamladığı ödevleri, öğretmenlerin nasıl değerlendireceği ödevlerin yararları etkililer. Bazı öğretmenler tamamlanan ödevleri hiç bir yorumda bulunmadan toplarken, bazıları derste öğrencilerin yapamadığı ya da zorlandığı ödevler üzerinde öğrencilere tartışmalar yoluyla fikir belirtme imkanı sunar, yazılı ya da sözlü geri bildirim verir ya da ödevleri notlandırır (Cooper, 1989).

Ev ödevlerine verilen geri bildirimler öğrencilerin başarılarının yanı sıra öğrencilerin derse karşı tutumunu da etkilemektedir.

Yapılan çalışmalarda öğretmen ödevlere geri bildirim verdikçe ödevini tamamlayan öğrenci sayısı artmış ve öğrenciler ödev yapmaya ayırdıkları zamanı daha iyi kullanır hale geldikleri anlaşılmıştır. Ayrıca öğretmenlerin ödevlere geri bildirim vermesinin öğrencilerin akademik başarıları ile doğrudan olmasa da pozitif bir ilişkisinin olduğu görülmüştür.

Yürütülen çalışmalarda görüldüğü gibi öğretmenlerin ödevlere geri bildirim vermesi öğrencilerin başarılarının yanı sıra ödevlere karşı ilgi ve motivasyonlarını da etkilemektedir. Ödevlere geri bildirim vermek sadece öğrencilere değil öğretmenlere de katkı sağlamaktadır. Öğretmenler ödevlerden edindikleri geri bildirimle öğrencilerin öğrenmeleri hakkında bilgi sahibi olup sınıf içi etkinliklerini öğrencilerin ihtiyaçlarına göre düzenleyebilirler.

❖ Velileri Bilgilendirme

Öğretmen velilerle toplantı yapmalı, çocuklarının öğrenme ihtiyaçları konusunda onları bilgilendirmeli ve yapacağı çalışmaları açıklamalıdır. Velinin çocuğa nasıl yardım edeceğini, nasıl kaynak bulacağını, ödevini nasıl izleyeceğini ve yönlendireceğini açıklamalıdır.

Anne ve babaların öğrenme sürecine aktif katılmaları, çocuğun gelişim sürecini olumlu yönde etkilemekte ve başarısına katkı sağlamaktadır. Bu nedenle aileler evdeki çalışmalar hakkında öğretmen tarafından iyi bilgilendirilmeli ve okulla sistemli bir iletişime geçmelidir.

Bu iletişim;

- Ebeveyn-Öğretmen Derneği toplantıları,
- Ebeveynler gecesi,
- Ebeveynler günü,
- Broşürler- bildirimler,
- Okulların web sayfaları gibi çeşitli yollarla yapılabilir.

4) Ödevlerde Ebeveynlerin Rolü

Ebeveynleri ödev sürecine katkılarıyla ilgili araştırma sonuçları şöyle özetlenebilir:

Ebeveynler;

- Çocuklarının ihtiyaçları ve karşılaşılabileceği güçlükler hakkında bilgi sahibi olmalıdırlar,
- Ev ödevi için düzenli bir program ve ortam oluşturmalarıdır,
- Ebeveynler çocuklarını önemsemeli, çabalarını takdir etmeli ve onaylamalıdırlar,
- Ebeveynler, çocuklarına “neden”, “nasıl”, “ne düşünüyorsun” şeklinde sorular sorarak farklı açılardan düşünmeye yönlendirmelidirler,
- Ebeveynler, çocuklarının dinlenmeleri için yeterli zamana sahip olmalarını sağlamalıdırlar. Böylece çocuklar okuma, spor ve sanat programları gibi müfredat dışı aktivitelerin tadını çıkarabilirler. Hem fiziksel hem de zihinsel olarak çok yönlü ve dengeli gelişim teşvik edilmelidirler,
- Çocuklarının ödevlerini yapmamalı onların sorumluluk duygusu geliştirmelerine yardımcı olmalı ve farklı açılardan düşünmeye özendirilmelidirler,
- Ebeveynler öğretmenlerle iletişim halinde olmalıdırlar,
- Ebeveynler, çocukların öğrenme, öz-yönetim becerilerini geliştirmelerine ve kişisel bakım ile ilgili sorumluluklarını bilmelerine yardımcı olmalıdırlar.

Bunlara ek olarak veliler çocuklarına bir ödev destek planı oluşturabilirler. Örneğin;

- Çocuğun zamanını nasıl kullanacağını,
- Materyalden nasıl yararlanacağını,
- Öncelikleri nasıl belirleyeceğini, nasıl düzeltereğini,
- Öğrenme teknikleri, çalışma yöntemleri, vb.

F. ÖĞRENME ORTAMI OLUŞTURMAK (ÖDEVİ DESTEKLEME)

Öğrencinin akademik başarı seviyesini etkileyen pek çok değişken vardır. “Öğrenme değişkeni” olarak adlandırılan bu değişkenler aşağıda listelenmiştir.

- | | |
|---------------------------|--|
| • Duygusal gelişimi, | • Öğrenme stilleri, |
| • Akademik benlik algısı, | • Anne-baba tutumları, |
| • Motivasyonu, | • Arkadaşları, |
| • Zaman yönetimi, | • Cinsiyeti, |
| • Dikkati, | • Kaygı düzeyi, |
| • Zihinsel gelişimi, | • Kişilik özellikleri şeklinde sıralanabilir |

Öğrenci için öğrenme sürecinin etkililiğinden söz edebilmek için, öğrencinin okul içi ve okul dışı tüm öğrenme sürecinin takip edilmesi ve öğrencinin bireysel farklılıklarına (*yukarıda belirtilen özellikler*) göre bu ortamların düzenlenmesi gereklidir. Öğrencinin gün içinde sahip olduğu “Hiçbir şey anlamıyorum”, “Bu konu çok sıkıcı”, “Ders çalışmak istemiyorum” vb. düşüncelerle baş etmesi gereklidir. Diğer yandan öğrencinin ailesinin ve öğretmenlerin ders çalışmakla ilgili sözleri, düşünceleri öğrenciyi sınırlandırır. Örneğin, “Ders masa başında çalışılır”, “Televizyon seyrederek ve müzik dinleyerek ders çalışılmaz” vb. Ancak masa başında çalışmak veya sessiz bir ortamda çalışmak tüm öğrencilerde aynı olumlu etkiyi yaratmaz.

Ders çalışma ve öğrenme ile ilgili kurallar yoktur. Çünkü her öğrencinin bireysel bir ders çalışma, öğrenme yolu vardır ve kendine özeldir. Bununla birlikte her öğrencinin kendine özgü bir ödev stili vardır.

Ödev stilleri, organizasyon, çevresel uyaranlar, algısal ve bedensel değişkenler ve sosyolojik uyaranlar başlıkları altında ele alınmıştır. Organizasyon; yapılandırma, düzen, yer ve zaman alt faktörlerinden oluşmaktadır. Çevresel uyaranlar alt boyutunda ses, ışık, ısı ve çevre düzeni faktörleri yer almaktadır. Algısal bedensel değişkenler alt boyutu ise işitsel, görsel, dokunsal, kinestetik, atıştırma ve hareketlilik faktörlerini içerir.

Sosyolojik uyarılar alt boyutunun, kendi kendine çalışma, akran grubuyla çalışma ve otorite figürü ile çalışma şeklinde alt faktörleri bulunmaktadır. Öğrenme ve ödev stiline uygun olarak ders çalışan ve ders anlaşılan kişinin öğrenmeye yönelik ilgilerinin ve başarılarının arttığı görülmüştür.

Öğrencinin başarısının artması için ilk olarak öğrenci kendini tanımalıdır. Kendi güçlü ve zayıf yönlerini bilen öğrenci, hayatı boyunca karşılaştığı problemlerin çözümünde, zayıf yönlerini geliştirecek yönde çalışmalar yapacaktır. Böylece akademik başarısı artacaktır. Bununla birlikte öğretmen de öğrencisini tanımalı, öğrencinin nasıl öğrendiğini bilmelidir (Ergür,1998).

G. SONUÇ

Günümüzün akademik dünyasında ev ödevi ve başarı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar ve tartışmalar devam etmektedir. Tartışmalar daha ziyade ödevin verilip verilmemesi, ne sıklıkla verilmesi gerektiği, ödevin öğrencinin ne kadar zamanının alması gerektiği, verilen ödevin içeriği, öğrencinin ödev yaparken alabileceği yardımlar, ödevin kontrolü, ödevin öğretmen tarafından nasıl kullanılması gerektiği gibi konular üzerine yoğunlaşmaktadır. Ancak Türkiye’de ev ödevi ve ders başarısı arasındaki ilişkileri hem öğrenci hem de öğretmen özelliklerini dikkate alarak standart verilerle inceleyen araştırmalar oldukça sınırlıdır. Bu konuda aşağıda özet bilgileri verilen araştırmanın yararlı olacağı düşünülmektedir.

⇒ ARAŞTIRMA: TIMSS^(*) 2011’E GÖRE TÜRKİYE’DE EV ÖDEVİ VE MATEMATİK BAŞARISI İLİŞKİSİ

TIMSS 2011 verilerine göre Arıkan, S. (2017), “Türkiye’deki Ev Ödevi ve Matematik Başarısı Arasındaki İlişki” araştırılmıştır. Araştırmada Türkiye’den TIMSS 2011’e seçilen tüm 8. sınıf öğrencileri ve sınıflarının (öğretmenlerin) verisi kullanılmıştır. Türkiye’den TIMSS 2011’e 6928 öğrenci (%49 Kız, %51 Erkek) ve 240 öğretmen (%44 Kadın, %56 Erkek) katılmıştır.

TIMSS 2011’de kullanılan matematik başarı testi, öğrenci ve öğretmen anketi bu çalışmanın ölçme araçları olarak kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkeni TIMSS matematik başarı testi ile elde edilen puanlardır. TIMSS matematik başarı testi katılımcı ülkelerin öğretim programlarındaki ortak kazanımları baz alarak öğrencilerin bilme, uygulama ve akıl yürütme becerilerini ölçmeyi hedeflemektedir. TIMSS gibi uluslararası sınavlarda her öğrenci için 5 farklı olası matematik puanı raporlanmaktadır.

❖ ANKET SORULARI:

▪ Ev ödevi ile ilgili olan öğrenci anketi soruları şunlardır:

- Ailem ödev yapmaya zaman ayırdığımdan emin olur,
- Ailem ödevimi yapıp yapmadığımı kontrol eder,
- Öğretmenin matematik dersinde hangi sıklıkla ödev verir?
- Matematik ödevine ne kadar süre ayırıyorsun?

▪ Ev ödevi ile ilgili olan öğretmen anketi soruları ise şunlardır:

- Bu sınıfa hangi sıklıkla ödev verirsiniz?
- Verdiğiniz ödevde ortalama bir öğrencinizin ne kadar süre ayırdığını düşünüyorsunuz?
- Matematik ödevleri ile ilgili olarak altta verilen uygulamaları ne sıklıkla yapıyorsunuz?
- Ödevi düzelterek geri dönüt vermek, öğrencilerin ödevlerini kendilerinin düzeltmelerini sağlamak

ödevi sınıfta tartışmak, ödevin tamamlanıp tamamlanmadığını kontrol etmek ve ödevleri not vermede kullanmak.

(*): Uluslararası Eğitim Başarılarını Değerlendirme Kuruluşu IEA’nın bir projesidir. 4. ve 8. sınıfların matematik ve fen alanlarında kazandıkları bilgi ve becerilerin değerlendirilmesine yönelik bir araştırmadır. 4 yılda bir yapılır.

❖ BULGULAR

▪ ÖĞRETMEN ÖZELLİKLERİ

- Öğrencilere öğretmenlerinin ne sıklıkla ödev verdikleri sorulduğunda öğrencilerin %82'si haftada en az bir ödev aldıklarını belirtmişlerdir (Düzey 1'deki öğrencilerin %49'u haftada en az 3 ödev verildiğini belirtirken, bu oran Düzey 5'tekiler için %24'tür).
- Öğretmenlerin %86'sı haftada en az bir ödev verdiklerini belirtmişlerdir (öğrenciler de benzer şekilde (%82) bir değerlendirme yapmışlardı).
- Öğretmenlerin büyük bir kısmı öğrencilerin matematik ödevlerine 16 ile 60 dakika arasında süre ayırdıklarını düşünmektedir (%87)(Öğrencilerin %66'sı da ev ödevine bu süreleri ayırdığını belirtmişti). Ancak öğretmenlerin sadece %41'i ödevlerle ilgili sürekli olarak geri dönüt verdiklerini belirtmişlerdir. Benzer şekilde öğretmenlerin sadece %42'si öğrencilerin ödevlerini kendilerinin düzeltmeleri için sürekli imkanı sağladıklarını belirtmişlerdir.
- Verilen ödevin sınıfta tartışma ile ilgili oranlar dikkat çekicidir. Öğretmenlerin sadece %31'i her zaman ödevleri sınıfta tartıştıklarını belirtmişlerdir.
- Öğretmenlerin %51'i ödevleri not vermede kullandıklarını belirtmişlerdir.

Bu çalışma öğrenci ve öğretmen özelliklerini dikkate alarak ev ödevi ve matematik başarısı arasındaki ilişkiyi TIMSS gibi uluslararası veriler ışığında araştıran ender çalışmalardan birisidir.

Öğretmenlerin sıklıkla ödev verdikleri ancak üçte birinin ödevi her zaman kontrol etmedikleri görülmektedir. Daha da önemlisi öğretmenlerin nadiren ödevi düzeltip geri dönüt verdikleri, sınıfta tartıştıkları ve öğrencilerin ödevleri düzeltmeleri için fırsatlar sundukları görülmektedir.

Bu bulgular öğretime etkili bir şekilde entegre edilmeyen ödevlerin öğrenciler için faydalı olmaktan uzak olduğunu göstermektedir. Sınıfta tartışılmayan veya geri dönüt verilmeyen ödevlerin öğrenciye ve ailelere büyük bir yük olduğu görülmektedir. Öğretmenlerden kaynaklanan boşluğu aileler doldurmaya çalışmakta, bu durum da ödevin öz disiplini artırma ve bağımsız öğrenme gibi amaçlarına ters düşmektedir. Saatlerce ödevi zaman ayıran öğrencilerin başarılarının artmadığını gören aileler, ödevlerle ilgili daha aktif rol almaya çalışmaktadır.

▪ AİLE ÖZELLİKLERİ

- Türkiye genelinde ailelerden ödevlerin yapılıp yapılmadığını her gün kontrol edenler (%33) olduğu gibi (%27) oranda aile de hiç kontrol etmemektedir.
- Ailenin öğrencinin ödevi zaman ayırmasını sağlaması ile matematik başarısı arasında pozitif yönlü bir ilişki varken, ailenin ödevi kontrol etmesi ile matematik başarısı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir.

Ev ödevini savunan kişiler ev ödevinin öğrencilerin bağımsız birer problem çözücü olmalarına fayda sağlaabileceğini belirtmişlerdir. Bu bakımdan ailelerin çocuklarının ödev yapmaları için zaman ayırmalarını sağlamaları olumlu bir davranış olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak ailelerin aşırı kontrolcü yaklaşımları da öğrencilerde baskı yaratabilmekte ve bağımsız çalışmalar yapmaları ile ters düşebilmektedir.

Ayrıca, ev ödevine karşı çıkanların da belirttiği üzere matematik alan ve eğitim bilgisinden yoksun kişilerin yapacağı kontroller eğitim bilgisinden yoksun kişilerin yapacağı kontroller okulda yapılan öğretime ters düşecek bilgilerin öğrenciye aktarılmasına ve karışıklığa sebep olabilir. Ödevler ile ilgili sağlıklı geri dönütlerin verildiği bir okul sisteminde ailelerin kontrol mekanizmasında daha pasif bir rol almaları faydalı olacaktır.

Burada öğretmenlere önemli görevler düşmektedir. Öğretmenlerin aile ile işbirliği içinde olarak, ödevleri okulda sadece şekilsel olarak değil aynı zamanda geri dönütler vererek kontrol etmesi ve eksikleri gidermek için çalışmalar yapması gerekmektedir.

Öğrencilere verilen ödevler gününde kontrol edildiğinde, öğrencilerin bilgi seviyelerinin ve derse olan ilgilerinin arttığı, kontrol edilmediğinde ise öğrencilerin derse olan ilgilerinin azalarak, bilgi seviyelerinin düştüğü (Okan, 1989; Yücel, 2004; Yeşilyurt, 2006) yapılan araştırmalarca ortaya konulmuştur.

Ayrıca, öğrencilerin dönüt almaları ve öğretmen tarafından değerlendirilmeleri onların hoşlarına gitmekte ve bu durum öğrencilerin motivasyonlarını olumlu yönde etkilemektedir. “Öğrenmenin ön şartları arasında isteklendirme, aktif katılım ve geri bildirim gelir. Bununa sağlanması için de verilen ödevler mutlaka değerlendirilmelidir” (Yeşilyurt, 2006). Yücel (2004)’e göre öğrencilere verilen ev ödevleri ancak kontrol edildiği takdirde öğrencilere faydalı olur.

H. ÖNERİLER

❖ Ödev Ortamının Öğrencinin Bireysel Özelliklerine Göre Düzenlenmesi

Öğrenme ortamı ve bu ortamın özelliklerinin öğrenmeyi etkilediği kabul edilen bir olgudur. Dolayısıyla okul içi öğrenme ortamlarının düzenlenmesi kadar okul dışı öğrenme ortamlarının düzenlenmesi gerekliliği de önem kazanmaktadır. Öğrenciler kendi tercih ettikleri ortamlarda kendilerini daha rahat ve güvende hissederler ve daha iyi öğrenirler. Öğrenenin öğrenme çevresinde çalışmasını etkileyen pek çok etken bulunmaktadır. Herkesin kendine özgü bir çalışma tercih vardır. Kimileri iyi yapılandırılmış kaynakları tercih ederken, diğerleri bağımsız çalışmayı, açık uçlu problemleri çözmeyi araştırmayı tercih edebilir.

Öğrenme ortamının; ses, ısı, ışık gibi özellikleri ve vücudun duruş biçimi ile ilgili tercihler de kişilere göre değişkenlik gösterir. Hareketi tercih eden öğrenciler, sürekli oturmaktan sıkılırlar. Önemli olan öğrenme alanını öğrenciye uygun hale getirmektir (Açıkgöz, 2003).

Aileler genellikle çocuklarının kendi odalarında, tek başına ve sessiz bir şekilde çalışmalarının okul başarısını arttıracığına inanır ve onları böyle çalışmaya zorlarlar. Ancak herkesin farklı koşullarda çalışmayı tercih ettiği bilinmektedir (Erden ve Altun,2006).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, bilgileri almada ve öğrenme süreci açısından öğrenciler arasında önemli bireysel farklılıklar olduğunu ve her öğrencinin kendi stiline uygun öğretim ortamında en iyi öğrendiğini ortaya koymuştur. Her öğrencinin belirli türdeki öğretim uygulamasına tepkisi, sahip olduğu bireysel özelliklere göre farklılaşmaktadır (Erden ve Altun, 2006; Kuzgun ve Deryakulu, 2004).

Öğrenme üzerinde etkili olan çok sayıda bireysel farklılıktan söz edilebilir. Bireysel farklılıklar, öğrencinin öğrenme hızını, düzeyini, öğrenmeye ilişkin ilgi ve dikkatini ve öğrenmenin kalıcılığını etkiler. Örneğin dokunsal/kinestetik öğrenme stiline sahip bir öğrenci hareket ederek ders çalışmayı tercih edebilir. Bazı öğrenciler ödev yaparken bir şeyler atıştırmayı ve ödev yapma ortamında fazla ışığı tercih edebilir. Bazı öğrenciler serin bir ortamda ders çalışmayı tercih ederken bazıları sıcak bir ortamda çalışmak isteyebilir.

Birçok öğrenci öğrenilmesi gereken zor bir konu olduğunda sessiz bir ortamı tercih ederken, bazı öğrenciler çalışma ortamında ses varken daha iyi çalışırlar. Ödev yaparken sesi tercih edenler televizyon sesi, radyo sesi veya sokaktan gelen sesleri duyarak çalışabilirler ve anlamlı öğrenmeler gerçekleştirebilirler (Hong, 2000).

Özellikle son 20 yılda yapılan araştırmalar genel olarak öğrencilerin büyük bir kısmının; aileleri ve öğretmenleri tarafından motive edilmeyi, ayrıca çoğu öğrencinin çalışırken yanlarında otorite figürünün olmasını, yapılandırılmış ödevleri ve akranlarıyla çalışmayı tercih ettikleri görülmüştür.

Araştırma bulguları öğrenme ortamları öğrencilerin öğrenme özelliklerine göre düzenlenirse, öğrenmelerin etkililiğinin arttığını göstermektedir (Dunn, 1990). Öğrenme stillerine uygun bir öğretim hizmeti sağlamak, öğrencilerin akademik başarılarının artmasının yanında farklı olana karşı hoşgörü geliştirme, daha disiplinli olma, öğretime karşı olumlu tutum geliştirme gibi boyutlarda da artışı beraberinde getirmektedir.

Her öğrencinin kendine özgü öğrenme stiline olması, öğretmenlerin en önemli sorunlarından biridir. Eğitimin en önemli paydaşlarından olan öğretmen öncelikle öğrencisinin bireysel farklılıkları hakkında bilgi sahibi olmalıdır.

Öğretmenin öğrenci ve ebeveyn ile işbirliği kurması halinde öğrenci başarısı arttırılabilir. Bu şekilde öğretmenlerin öğrencilerini tanıyabilmeleri ve ödev sürecini bu doğrultuda düzenlemeleri sağlanabilir.

Alan uzmanlarının bu konudaki görüşleri yukarıda anlatılanları teyit etmektedir.

- Öğrenme olanakları bireyin oynamak, incelemek ve keşfetmek gibi doğal eğilimleriyle örtüştürüldüğü zaman öğrenme hızlanmaktadır (Given, 1996).
- Bireyin öğrenme stilini bilmesi, daha kolay öğrenmesini sağlamaktadır (Aşkar ve Akkoyunlu, 1993).
- Eğer öğretmenin öğretme stiliyle öğrenenin öğrenme stilleri arasında karşıt bir eşleşme olursa bunun hem öğrenci hem de öğretmen açısından olumsuz sonuçları vardır. Bunun sonucunda öğrenciler, derste sıkılabilmekte, dikkati dağılabilmekte, sınavlardan zayıf alabilmekte, dersten korkarak bu derse çalışmaktan vazgeçebilmektedir (Felder ve Silverman, 1988).
- Öğrencilerin öğrenme stilleriyle öğrenme etkinlikleri arasındaki uyum, onların akademik başarısını yükseltmektedir (Şimşek, 2002).

❖ Veliler Çocuklarının Ödev Sorumluluğunun Çocuklara Ait Olduğunu Unutmamalıdır.

Alanyazında birçok çalışmanın bulgularına dayalı analiz sonuçları öğrencilerin hoşlandıkları ve hoşlanmadıkları ev ödevlerini duygusal nedenlere bağladıklarını göstermektedir.



Buna göre, ödevi/dersi sevmeme, sıkıcı ya da eğlenceli bulma, öğretmen ile ilgili hissedilenler ve kendini yeterli /yetersiz hissetme gibi nedenler öğrencilerin ev ödevlerine ilişkin görüşlerini belirleyen önemli etkenler arasında yer almaktadır.

Velilere göre çocukları açısından ev ödevlerine yönelik en çok karşılaşılan sorun ödevi yapmak istememeleridir.

Araştırma bulguları verilen ev ödevlerinin öğrencilerin bireysel özellikleri ile uyuşmadığını göstermektedir. Bu durumda öğretmenlerin sınıf içi öğretim uygulamalarının geleneksel eğitim anlayışına dayanıyor olabileceği tahmini yürütülebilir. Daha önce de vurgulandığı gibi öğrencilerin ödev stilleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki; motivasyon, atıştırma, görsel ve yapılandırma alt faktörleri açısından anlamlı bulunmuştur.

Veliler, çocuklarının ödev sürecinde destek olmak istiyorlarsa öğretmenlerinden konu ile ilgili bilgi almalı ve sürekli iletişim halinde olmalıdır.

Veliler, çocuklarının önemsemeli, cesaretlendirmeli, ödevlerini yapmamalı, onların sorumluluk duygusu geliştirmelerine yardımcı olmalı, farklı açılardan düşünmeye özendirilmelidir.

Uyarı: Ev ödevi ve başarı arasında daha detaylı bilgiler elde edebilmek için Özcan ve Erkin'in (2013) geliştirdiği ev ödevleri ile ilgili öğrenci ve veli anketi gibi detaylı anketler kullanılabilir.