

KENDİNE YETEBİLEN ÇOCUKLAR YETİŞTİRMEK

Ebeveyn olmak, kuşkusuz dünyanın en güzel hislerini yaşatan rollerden biridir. Yaşattığı bu yoğun ve güzel duygular aynı zamanda dünyanın tüm yükünü omuzlarınızda hissetmenize de sebep olabilir. Ebeveyn olarak elbette, her alanda ve her anlamda çocuklarımıza yetemeyebiliriz. Ancak onları kendine yetebilen bireyler olarak yetiştirebilir ve geleceklerini bu şekilde güvence altına alabiliriz. Yani, onları en güvendiğimiz varlığa, kendilerine emanet edebiliriz. Bunu sağlamanın en iyi yolu, çocuklarımıza kendi sorumluluklarını öğretmek ve çevrelerine karşı olan sorumluluklarını fark ettirmelerini sağlamaktır.

Doğar doğmaz çocuklarımıza büyük bir koruyuculukla yaklaşırız. Acıktığı, üzöldüğü, öfkelenildiği, mutlu olduğı zamanları sadece mimiklerinden ve ağlayışlarından fark ederiz. Ancak, çocuklarımız büyüdüğüçe konuşmaya, istek ve ihtiyaçlarını kendileri ifade etmeye başlarlar. Önemli olan, çocuklarımızı hayata hazırlarken, bu süreçte isteklerini ifade etmeleri ve problemlerini çözebilmeleri için fırsatlar yaratmaktadır. Kendine yönelik farkındalığı artan çocuklar, kendilerinin ve ihtiyaçlarının da sorumluluğunu almaya hazır hale gelir. Bu noktada, hem sizlerin onu nasıl destekleyeceğiniz hem de sorumluluk bilincini nasıl geliştireceğinizle ilgili sizlere bazı öneriler sunmak isteriz.

İlk Sözcükler, İlk İstekler

Çocuğunuz konuşmaya başladığında, susadığını artık sözleriyle ifade edebilir ya da yakınında olan suya ulaşırp kendi ihtiyacını giderebilir. Bu süreçte kendi ihtiyacını fark etmesine fırsat tanımayan “Kesin susadı.”, “Acıktı o belli.”, “Terledi.” gibi korumacı yaklaşımlar çocukta “Zaten her ihtiyacımı görüyorlar.” düşüncesiyle beraber kendi ihtiyaçlarını fark edememesine neden olabilir. Bu nedenle, ilk sözcüklerle gelen bu küçük sorumluluk alanlarında, çocuklarınıza kendilerini fark etmeleri için izin vermek, sorumluluk bilincinin gelişmesindeki küçük ama önemli ilk başlangıçtır.

Kendi Vücudu, Kendi Kararı

3 yaşından itibaren, ince motor becerilerinin ve el-göz koordinasyonunun da gelişmesiyle birlikte, çocuğunuz çatal ve kaşığı tek başına tutabilir ve yemeğı tabaktan alıp ağzına götürebilir. Yani, masada tek başına yemeğini yiyebilecek kadar fiziksel gelişimini tamamlar. Ancak, bu fiziksel yeterliliğe rağmen "O yiyemez, daha küçük!", "O, bu kadarla doyamaz!", "Şunu da ağzına atıversem." diyen ebeveynler çocuklarına sorumluluk vermek yerine, bu işleri onlar için kendileri yaparlar. Böylece çocuk acıkmasının ve doymasının sorumluluğunu bile almadan hayata başlar. Buna bağlı yapılan bir diğeri hatalı tutum da yapamaz endişesiyle, kendi çatalını tutan çocuğa

“Dökersin sen şimdi.” gibi bir yaklaşımla, özgüvenini zedelemek ve sorumluluk almasına engel olmaktır.

Yaşına Uygun Sorumluluklar Vermenin Özgüven Gelişimine Etkisi

Özgüvenli yetiştirilen çocuklar, kendilerinden ve davranışlarından emin bireyler olarak hayata devam eder. Bu nedenle 0-6 yaş arasında çocuğa, başladığı yaş döneminin özelliklerine uygun, her işte ona güvendiğinizi ve yapabileceğini düşündüğünüzü hissettirmek büyük önem taşımaktadır. Ama unutmayın ki, verdiğiniz görevlerin çocuğunuzun yaşına uygun ve yapabileceği görevler olmasına mutlaka özen gösterilmelidir. Bunun için, çocuğunuzun yaşına ve fiziksel özelliklerine göre neleri kendi yapabileceğini bilmelisiniz.

Çocuğunuz 3 yaşında artık yemeğini kendi yiyebilir, tek başına uyuyabilir, ellerini yıkabilir. Ancak giyinmek için hala sizin desteğinize ihtiyaç duyabilir.

4 yaşına geldiğinde, artık oyuncaklarını seçebilir, toplayabilir, ne giyeceğine ve ne yiyeceğine kendi karar verebilir, evdeki basit getir-götür işlerini yapabilir ve ev işlerinde görev almaya başlayabilir.

5 yaşından sonra ise yavaş yavaş tüm odasını toplayabilir, baştan sona kendi soyunup giyinebilir, evde yemek hazırlama ve temizlik rutinlerine destek olabilir, kendi temizliğinin sorumluluğunu alabilir.

Çocuğunuzun yaptığı işlerde mükemmeli aramak, çocuğu zorlar ve görev almaya yönelik isteğini azaltır. Unutmayın ki, henüz erken çocukluk döneminde olan çocuğunuzdan kaşıktaki çorbayı hiç dökmeden ağzına götürmesini, odasını kusursuz şekilde toplamasını beklemek ve bu yüksek beklentiyi hissettirmek özgüvenini zedeleyecektir. Önemli olan, yerine getirdiği sorumluluklarda teşekkür etmek ve yaptığı işi eleştirmemektir. Bununla beraber çocuğunuzun çevresine yönelik sorumluluğunu arttırmak için ona küçük sorumluluklar vermek de özgüven gelişimine yardımcı olacaktır.

Verilen Sorumluluk için Zaman Tanımak

Çocuğunuz büyüdükçe yapabileceği şeyler artar. Bununla beraber evdeki sorumluluklara da dahil olmaya başlar. Bu işlere istekliliğini azaltmamak için özen göstermek gerekir. Hiçbir şekilde verilen işleri yetişkin hızı ve özeniyle tamamlamasını beklemeyin. Yaptığı iş sonunda eleştirilerde bulunmayın. Öğretici tutumunuzun kırıcı olmamasına özen gösterin. Aceleniz var diye onun sorumluluklarını üstlenmeyin. Evden çıkmak için 5 dakikanız varsa, ayakkabılarını giymesi için zaman tanımak adına süreyi uzun tutun.

Kendi Kararlarını Vermesi için Desteklemek

Kendi sorumluluğunu almaya başladığında, çocuğunuz artık kendi kararlarını da vermeye başlayacaktır. Bu kararları verebilmesi için ona alan tanıyın. Kıyafet, oyun, oyuncak gibi seçimleri kendi yapmak istediğinde ona mutlaka seçenek sunun. Bu, karar verme aşamasında sizin onun için belirlediğiniz çerçevede kalmasını sağlayacaktır. Ancak kesinlikle, onun adına karar vermemeye de özen göstermelisiniz. Örneğin; soğuk bir kış gününde üzerine giymek için ince bir tişört seçen ve bunun üzerine ısrar eden çocuğunuzla “Bunu giyemezsin, bunu giyeceksin!” diyerek çatışmaktansa, “Bu çok güzel bir tişört, hava sıcak olsa mükemmel bir seçim olurdu. Ancak bununla üşüyebilirsin diye düşünüyorum, şu kazaklarından beğendiğin birini seçebilir misin?” diyerek hem uzlaşmış hem de ona kendi bedenine yönelik kararı kendisinin vermesini sağlamış oluruz.

Evdeki Sorumlulukları Öğretmek

Çocuğunuzun evdeki sorumluluklarını yerine getirebilmesi için, önce sorumluluklarını belirlemeniz gerekir. Bunun için tüm aile üyeleri olarak bir araya gelip herkesin onay verdiği bir sorumluluk tablosu hazırlayabilirsiniz. Tabloda yer alan sorumlulukları birlikte belirlemek, her işin amacı ve zamanı ile ilgili net kararları almak da yaptığınız tablo çalışmasının uygulanabilirliğini arttıracaktır. Size ihtiyaç duymadan tabloya bakıp sorumluluğunu hatırlayabilmesi için renkli resimler kullanmak ya da tabloyu beraber şekillendirmek de motivasyonunu olumlu yönde etkileyecektir. Tabloya ek olarak tuvalete bir diş fırçası resmi koymak, yatağının başucuna bir toplu yatak resmi koymak ve oyuncak alanına bir kutu resmi koymak da çocuğunuzun sorumluluklarını hatırlamasına yardımcı olacaktır.

Model Olun!

Çocuklar, siz onlarla ne kadar konuşsanız da, duyduklarından çok gördüklerinden etkilenirler. Eğer ebeveynleri olarak sizler kendi sorumluluklarınızı aksatır, erteler ya da sorumluluklarınızdan kaçarsanız ve isteksiz tutumlarınıza çocuğunuz maruz kalırsa, o da kendi sorumlulukları ile ilgili olumsuz duygular yaşayacaktır.

KAYNAK

Ginott, Haim G. *Anne baba ve çocuk arasında*. Çev. Arzu Tüfekçi. İstanbul: Okuyan Us, 2018, 18. Baskı.
Özen, Yener. *Sorumluluk Eğitimi*. Ankara: Vize Yayınları, 2015