

75. YIL VMG ORTAOKULU

REHBERLİK SERVİSİ



*Çocuğumu Yetiştirirken
Nelere Dikkat Etmeliyim?*



**EMEK HARCAMADAN
VERİM BEKLEMEK,
SULANMAYAN
TARLADAN HASAT
İSTEMEYE BENZER.**

A) ÇOCUĞUMUZA SINIR

1) Sınırlar Neden Gereklidir?

Çocuklar yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamak isterler. Kendilerinden ne beklendiğini, kontrolün kimde olduğunu, ne kadar ileri gidebileceklerini ve çok ileri gittiklerinde ne olabileceğini bilmek isterler. Bu nedenle sınırları belirlemek gereklidir.

2) Neden Sınır Koymakta Zorlanırsınız?

- Anne babaların kendi aileleri tarafından yetiştirilme tarzlarını beğenmemeleri
- Çalışan anne babaların çocuklarına zaman ayıramamaktan duyduğu suçluluk duygusu
- Anne baba davranışları arasındaki tutarsızlık

3) Çocuklarımız Kurallarımızı Nasıl Öğrenirler?

Çocuklar duyduklarını ve yaşadıklarını öğrenirler. Biz de kurallarımızı iki yöntemle gösteririz: **Sözlerimiz ve davranışlarımız.** Sözlerimizle davranışlarımız arasında tutarlılık olduğu zaman çocuklarımız sözlerimize güvenir ve onların ardındaki kuralları öğrenirler.

4) Sınırlarınız Kesin Mi, Gevşek Mi?

Aşırı hoşgörülü anne baba tutumu çocukta gevşek ve tutarsız bir yapı ortaya çıkarır. Bu da zamanla davranış sorunlarına neden olur. Kesin sınırlar koymanın ilk koşulu sözlerimiz ve davranışlarımız arasında tutarlılık olmasıdır.



5)

Kesin Sınırlar Belirlemenin Yolları

❖ **Mesajınızı davranış üzerinde yoğunlaştırın.**

Amacımız; davranışı gösteren çocuğa değil, olumsuz davranışa tepki göstermektir.

Örn: "Bu davranışını kimse beğenmiyor" yerine "Kardeşini rahatsız etmeyi bırak" gibi.

❖ **Doğrudan ve belirgin ifadeler kullanın.**

Ne kadar az sözcük kullanırsanız, o kadar iyidir.

Örn: "Akşam eve geç kalma" yerine "Saat 6.30'da yemek için evde ol" gibi.

❖ **Normal sesinizi kullanın.**

Mesajınızı kararlı ve normal bir ses tonu ile iletin. Bağırmanız kuralları öğretmede etkili olmayacaktır.

❖ **Gerekliyse sonuçlarınızı belirleyin.**

Kurallarınıza uymadıkları takdirde onları nasıl sonuçların beklediği konusunda bilgilendirin. Bu bir tehdit değildir. Sadece davranışlarımızın sonuçlarına katlanmamız gerektiğini öğretir.

Örn: "Cadde üzerinde bisiklete binme lütfen, eğer bunu yaparsan yarın bisiklete binemeyeceksin" gibi.

❖ **Sözlerinizi davranışlarınızla destekleyin.**

Örn: Çocuklarınıza " Ödevlerini bitirene kadar oyun oynamak yok" dersiniz, bitirmeden oyuna başladıklarında herhangi bir davranışta bulunmazsanız bir dahaki sefere aynı şeyi söylediğinizde sizi ciddiye almazlar.

Başarılı sınır koymak zaman ve tutarlılıkla ilgilidir. Anne babalar tutarlı olduğunda çocuklar sınırları ve kuralları daha çabuk kabul ederler.

Her anne-baba, elinden geldiğince ekonomik şartları çerçevesinde, kendileri ve çocukları için rahat bir yaşam sağlamaya çalışır. Bu konuda da mantıklı sınırlar koyulması gerekir. Tüm istekleri gerçekleşen çocuklar, kendilerinde her şeye sahip

olma hakkını görürler. Genellikle "hayat bana bir şeyler borçlu" şeklinde düşünebilir, istediklerini elde edememenin verdiği acıyla nasıl basa çıkabileceklerini bilemeyebilirler. Elinde bulduklarının değerini anlamakta güçlük çekebilirler.

B) TV ve İNTERNET KULLANIMI

- ❖ Çocuğunuzun internette kalma ve bilgisayar kullanma süresine mutlaka kısıtlama getiriniz.
- ❖ Çocuğunuzun izleyeceği TV programları ve TV izleme sürelerine dikkat ediniz.
- ❖ Her konuda olduğu gibi TV ve internet kullanımı konusunda çocuğunuza örnek olunuz.
- ❖ İnternet kullanımı sırasında çocuğunuzun kontrol ediniz.
- ❖ Bilgisayar oyunlarını oynayabilirler; fakat bunun süresini siz belirleyin.
- ❖ Şiddet içeren bilgisayar oyunlarını oynamalarına izin vermeyin.

C) ARGO Ve KÜFÜRLÜ KONUŞMA

Çocuklar argo konuşmayı sizlerden ve çevresindeki kişilerden öğrenirler. Bazı çocuklar ne anlamına geldiğini bilmezler; fakat kötü sözleri kullanırlar. Bu durumda nasıl davranmalısınız? :

- ❖ Çocuğunuza, kullandığı kelimenin anlamını ve niçin kullanılamaz olduğunu açıklayın.
- ❖ Çocuğunuz size karşı kızgınlığını rahatça ifade edebiliyorsa, olumsuz duygularını belirtmek için daha az küfürlü sözcükler kullanacaktır.

Çocuklar istediğimiz gibi değil,

çocukları yetistirdiğimiz gibi olur.



- ❖ Çocuğunuz kötü bir söz söylediğinde şaşırıp fazla üzülüyorsanız, çocuklarınız bu kelimeleri zamanla kullanmayacaktır.
- ❖ Çocuğunuz kötü sözcükler kullandığı zaman aşırı hayret ve kızgınlık göstermeyin. Çocuklar, güç kullanmayı sever ve siz çok kızarsanız çocuğunuz kendini güçlü hissedecektir.
- ❖ Kötü sözcük kullanımı için cezalandırma kullanmayın. Eğer çocuğunuz kötü söz kullandığı için cezalandırırsanız, çocuğunuz bu kelimeleri sizin olmadığınız bir yerde kullanır ve gizli kullanmayı öğrenecektir.
- ❖ Çocuğunuz için bir örnek olduğunuzu unutmayın ve onun yanında konuşmalarınıza dikkat edin.



EĞİTİMDE PÜF NOKTALAR

- ❖ Çocuğunuza zaman ayırın. Çocuğunuzla geçmiş zaman asla boşa geçmiş zaman değildir. Çocuğunuzla birlikte olduğunuz zaman tüm dikkatinizi ona yoğunlaştırın.
- ❖ Çocuğu sevmek, ona bolca ve pahalı oyuncak almak değil; onunla ortak faaliyetleri paylaşmak, ona zaman ayırmak, onunla oyun oynamaktır.
- ❖ Suçlamak, çocuk adına karar vermek yerine, **çocuğu dinleyin. Dinlendiğini gören çocuk duygularını ifade etme olanağı bulur.** Aldığı tepkilerle "anlaşıldım" duygusunu yaşar ve rahatlar.
- ❖ Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun. Kendi içinde çelişkili davranışlarda

bulmanız ya da anne ve babanın birbiriyle çelişen biçimde davranması, çocuğu "doğruyu bulma" konusunda zorlar.

- ❖ **Çocuğunuzun başka çocuklarla karşılaştırmayın.** Bu kendini değerli bir insan olarak görmesini engeller.
- ❖ Çocuğunuzun yanında tartışmamaya özen gösterin. Çocukların sizi model aldığını unutmayın.
- ❖ Disiplin konusunda görüş birliği içinde olun. Birinin kızdığı davranışa diğeri hoşgörülle yaklaşırsa çocuk karmaşa yaşayacaktır. Aileden biri sert davranırken diğeri yumuşak davranırsa çocuğun kişiliği dengeli gelişemez. Çift yönlü davranış çocuğu yalancılığa ve ikiyüzlülüğe iter, kendine güveni azaltır ve başarısını düşürür.
- ❖ Çocuğunuza "sana güveniyorum, elinden geleni yapacağına inanıyorum" mesajı verin. Asla " bu kafayla gidersen...", " ben demedim mi..." diye başlayan sözler söylemeyin; işe yaramaz. Yaramazlık yapan veya kusurlu bir iş gören çocuklara " haylaz", " beceriksiz", " aptal" gibi küçük düşürücü sözler söylenmemelidir.
- ❖ Onların beğenilecek, takdir edilecek yönlerini bulun ve bu davranışlarını övün.
- ❖ **Çocuklarınızı dinleyin.** Eğer onların problemlerini dinlemezseniz, onlar da sizin bulduğunuz çözümleri dinlemezler. Size hiçbir şeylerini anlatmazlar.
- ❖ **Çocuklar, söylediklerimize değil, yaptıklarımıza bakarlar.** Söylediklerimizle yaptıklarımız uyumlu olmalı.
- ❖ Onların yapmasını istemediğiniz davranışları siz de onların önünde yapmayın.
- ❖ Yaşına uygun yapabileceği görevler verin sorumluluk duygusunu arttırmaya çalışın. Çocuğa sorumluluk duygusu verilmesi kabiliyet ve becerilerin ortaya çıkmasını sağlar.