

Bülten

Sorumluymum Sorumlusun Sorumluyuz

“ İçimden bir ses diyor ki; düşüncenin özgürlüğüyle bilinçlenirse insan, başka mutluluğa gerek kalmıyormuş. ”

Nietzsche

Sevgili Velilerimiz, her anne-babanın ideali, çocuklarını kendi ayakları üstünde durabilen, kendine güvenen bir birey olarak yetiştirmektir. Çocuğun kendi davranışlarının sorumluluğunu alması, yeterince büyüdüğünde bir gün içinde kazanabileceği, öğrenebileceği bir beceri değildir. Sorumluluk bilincinin gelişmesi yaşamın ilk yıllarından itibaren atılan adımlar ile mümkündür. Hayat ile ilgili diğer değerler gibi sorumluluk da çocuğun öncelikle anne-babasından daha sonra sosyal çevresinden öğrendiği, geliştirdiği bir beceridir. Çocukların gelişimi için bu kadar önemli olan sorumluluk becerisini, bizler de okul olarak bu ay öğrencilerimizle birlikte çalışacağız. Bültenimizde sorumluluk duygusunun gelişimi, çocuklarımızın sorumluluklarını yerine getirmelerinde onlara nasıl rehberlik edebileceğiniz gibi konu başlıklarını sizlerle paylaştık. İlgili okumanız dileğiyle...

İnsanların çok büyük bir bölümü yaşamın çok büyük bir bölümünü bir çocuk ego-durumundan, çocukluk döneminden getirdiği kararlara göre, senaryosu doğrultusunda yaşar. Çocukluk dönemine ait dinamikler biz hiç farkında olmadan başta ilişkilerimiz, duygusal ve iş hayatımız olmak üzere tüm yaşamımıza “bulaşır”. Günlük yaşamda seçimler yaparken, kararlar verirken, direksiyonda hep kendimizin olduğunu düşünürüz. Oysa, çoğu zaman bu büyük bir yanılgıdır. Yaşamla ilgili kararlarımız aslında çok uzun yıllar önce alınmıştır. Günlük yaşam içerisinde yeni bir işe girerken ya da istifa ederken, kariyerin basamaklarında hızla yükselirken ya da düşerken, evlenirken ya da boşanırken, mücadele ya da pes ederken aslında uzun yıllar önce yazılmış, hiç farkında olmadığımız bir “senaryoya göre hareket ediyoruzdur.”

Psikolog Azmi Varan

“ Çocuklar doğdukları andan itibaren bir mesaj bombardımanına maruz kalırlar. Anne-baba başta olmak üzere yaşamlarında yer alan kişilerden gelen sözel olan ve olmayan mesajlar doğrultusunda çocuklar bazı değerlendirmeler yapar ve bazı kararlar alır.

Bazı çocuklar çocukken “büyümeme” kararı alır ve tüm bir yaşamı kendi iki ayağı üzerinde yürüyemeyen, başkalarına bağımlı küçük bir çocuk olarak yaşarlar. Kimi çocuklar ise bunun tam tersine, “çocuk olmamalıyım” kararına varırlar. Daha küçük bir çocukken bir büyük gibi davranmaya, sorumluluklar almaya başlarlar. Çocukken anne-babasına yaklaşıp çalıştığında incinen çocuklar, “yakın olmamalıyım” kararı alır ve tüm bir hayatı gerçek bir yakınlık yaşamadan tüketir, giderler... Bazı çocuklar “güçlü olmalıyım” kararına varırlar. Yaşamları boyunca tek başına yürür; her türlü zorluğa sesini çıkartmadan katlanır, asla şikayet etmezler... Hiçbir şey yaşama bu “çocukluk dönemi kararları” kadar damgasını vurmaz. Yaşam bu kararların ışığında şekillenir...

Psikolog Azmi Varan'ın “İnsanların çok büyük bir bölümü yaşamın çok büyük bir bölümünü bir çocuk ego-durumundan, çocukluk döneminden getirdiği kararlara göre, senaryosu doğrultusunda yaşar.” sözüyle anne baba tutumlarının önemi bir kez daha anlam kazanmıştır.



ANNE BABA TUTUMLARININ SORUMLULUK GELİŞİMİNE ETKİSİ

Aşırı koruyucu anne baba tutumları, anne-babalar genellikle çocuklarını olumsuzluklardan koruma içgüdüleriyle hayatı çocuklar için kolaylaştırmaya çalışırlar. Anne-babalar sıklıkla, sabahları çocuklarının okul giysilerini giydirmek, ayakkabılarını bağlamak, öğretmeninden uyarı almasını diye ödevini yapmadan çocuğu okula göndermemek gibi asıl çocuklarının yapması gereken görevleri üstlenirler. Tüm bunlar kısa vadede çocuğu olumsuz sonuçlardan korur gibi görünse de uzun vadede maalesef kişilik gelişimini, özgüven oluşumunu olumsuz olarak etkileme riskini taşırlar. Biri her gün sizin için işlerinizi yapsa siz işinizi yapmak için çaba gösterir miydiniz? Anne-babaların çocukları adına bu görevleri yapması çocukların sorumluluk almasını engeller, çocuklar davranışların sonuçları ile baş başa kalmadığı için davranışsal açıdan öğrenme ve içselleştirme oluşturamaz.

Aşırı hoşgörülü anne-baba tutumlarında, çocukların isteklerinin sürekli yerine getirilmeye çalışıldığı, çocuğun olumsuz davranışlarına bile hoşgörü ile yaklaşıldığı, sınırların ve kuralların olmadığı bir ortam söz konusu olur. Böyle bir ortamda ise çocukta bencillik ve sorumsuzluk ön plana çıkar. Bir süre sonra evi yönetmeye başlar, sosyal uyumda güçlük çektiği için de mutsuz bir yetişkin adaydır.

Mükemmeliyetçi anne-baba tutumlarında, anne-babalar çocuklarından en iyisini bekler, kendi gerçekleştiremediği yaşantıları çocuklarının gerçekleştirmesini isterler. Çocuklarının dört dörtlük olmasını ve mükemmel ölçülerde davranmasını beklerler. Bunların sonucunda ise, istekleri karşılayamayan çocukta, özgüven eksikliği, nasıl olsa yapamam duygusu gelişecektir. Bu duyguya sahip bir çocuğa sorumluluk verildiğinde genellikle özgüven eksikliğinden dolayı verilen sorumluluğu yerine getiremeyebilir ve çocukta sorumluluk duygusu gelişemeyebilir.

Baskıcı (otoriter) anne-baba tutumlarında, anne babalar çocuklarına emredici ve suçlayıcı davranırlar. Anne-baba hakimiyeti o kadar baskındır ki, çocuk sadece söylenene uyar ya da başkaldırır. O davranışa ilişkin düşünme- değerlendirme içselleştirme olmamıştır. Davranışa ilişkin içselleştirme olabilmesi için çocukla sürekli fikir alışverişinde bulunmak, bütün sorularını anlayabileceği ve gereksinim duyduğu kadar yanıtlamak, başardığı durumlar için sevincini paylaşmak ya da ödüllendirmek, başaramadığı durumlarda tekrar denemesi konusunda cesaretlendirmek önemlidir. Aksi taktirde çocukta görev ve sorumluluk duygusu gelişemez.

Tutarsız anne-baba tutumlarında, anne babalar, ortak bir tutum içinde davranmadıkları için çocuk, görev ve sorumluluklarını zihninde netleştiremeyebilir. Anne baba arasındaki tutarsızlık çocuğun davranışlarında kararsızlık yaratabilir. Çocukta hangisi doğru? Nasıl davranmalıyım? Soruları artacak bu durum ayrıca çocuğu sorumluluk bilincinden uzaklaştırmakla kalmayıp çocuğun yaşadığı çaresizlik duygusundan dolayı çocuğu gerginleştirecektir.

Demokratik anne-baba tutumlarında, anne baba çocuğuna kabul edici ve sevgi dolu yaklaşır. Çocuğun yaşayarak öğrenmesine izin verirler. Çocuklarını ayrı bir birey olarak kabul ederler ve yaşına, durumuna uygun seçenekler sunarlar. Çocuğun ilgilerini göz önünde tutarak yeteneklerini geliştirecek ortamı hazırlar. Anne- babanın birbirlerine, çocuklarına karşı tutumları, duyguları açık ve nettir. Aile içinde güven ve şeffaflık vardır. Sorunları nasıl çözeceklerini birlikte tartışır ve çözüm yolu araştırırlar. Çocuklarını desteklerler. Belirli kurallar vardır. Çocuğa yansıtılan tüm davranış şekilleri, çocuğun aldığı sorumlulukları keyifle yerine getirmesini sağlayıp, çocuğun kendini iyi hissetmesini sağlayacaktır. Çocuklar "yaşayarak-yaparak" öğrenirler. Bu nedenle sorumluluk duygusunun gelişmesinde en etkili yöntemlerden biri çocuğun davranışının sonucunu yaşamasına fırsat vermektir.

ÇOCUKLARIN GELİŞİM DÖNEMLERİNE UYGUN SORUMLULUKLAR VERMEK NEDEN ÖNEMLİDİR?

Çocuğunuz kaç yaşında olursa olsun, yapabileceği yaşına uygun sorumluluklar bulunabilir. Önemli olan çocuğun becerileri dahilinde sorumlulukları ondan beklemektir. Örneğin; **2 yaşındaki** bir çocuğun çatal kaşık kullanmak için kas gelişimleri yavaş yavaş yeterli düzeye geldiğinden biraz acemice de olsa çatal kaşık kullanabilirler. Ancak yemeğini biraz dökerek yediği için annesi tarafından yedirilen bir çocuğun çatal kaşık kullanma becerileri, yemeği kendi başına yemeği denemesine fırsat verilen çocuğa göre daha yavaş gelişecektir. **3 – 4 yaşında** çocuklar oldukça enerji dolu ve hareketlidirler. Anne-baba tarafından konulan sınırları test etmeye meraklıdırlar. Anne-baba olarak hem çocuğun enerji ve hareket ihtiyacını anlamak, hem belli sınırlar çizmek hem de kuralları test etme karşısında esneklik ve yaratıcılığı koruyabilmek önemlidir. Basit ev işlerinde yardımcı olabilirler. Örneğin kendi oyuncaklarını sepetine yerleştirebilir.

Öz bakım becerilerini kendi başına yapmak için ilk adımı atabilirler; diş fırçalamak, elini yüzünü yıkamak gibi. Tabii bu becerileri anne babayı birebir gözlemleyerek ve onların desteği ile deneyerek geliştireceklerdir.

4 - 5 yaşında, hem bilişsel hem fiziksel hem de sosyal becerilerin daha da gelişmesi ile sorumluluk kavramı bu yaş döneminden itibaren daha da önem kazanmaya başlar. 2-3 yaş döneminin inatçılıkları azaldığı, günlük hayat ile ilgili gözlemlerinin ve ilgilerinin arttığı bu dönemde, çocuklar "iş yapmaktan" ve bunu göstermekten büyük bir keyif alırlar. Ev işlerinde anneye yardım etmek, tamirat işlerinde babaya yardım etmek gibi yetişkin hayatına yönelik işler çok ilgilerini çeker. Bu yaştaki çocuğunuzdan odasındaki oyuncakları toplamasını, kendi başına elini yüzünü yıkamasını, yemeğini hazırlanırken bir şeyleri (örneğin tuzluk) götürmesini bekleyebilirsiniz. **5 - 6 yaşında** okul öncesi dönemden okul dönemine geçiş yapan çocuklar artık yavaş yavaş kendi ayakları üzerinde durmaya başlamışlardır. Ayrıca eğer bir yere geç kalınması söz konusu ise çocuğun hazırlaması için yeterli zaman verildikten sonra geç kalmanın sonucunu çocuğun yaşaması da sorumluluk duygusunun gelişmesi için önemlidir. **7 - 12 yaş döneminde** artık okul çocuğun hayatında çok önemli bir yere sahiptir. Dolayısıyla sorumlulukların çoğu da okul ile ilgilidir. Ödev yapmak, okul eşyalarına sahip olmak, gerekli materyalleri unutmamak, okul ve sınıf kurallarına uymak gibi. Tabii ki evdeki sorumluluklar da devam etmektedir; çalışma masasını düzenlemek, odasını toplamak, giysilerini dolaba yerleştirmek vb.

Çocuğun yaşı ve kapasitesine uygun olarak bu sorumluluklar zamanla arttırılmalıdır. Çocuğa bu tür fırsatları yaratmak ve ona izin vermek, onun yerine yapmaktan daha zorlayıcı bir süreç olsa da çocuğun yetişkinlik hayatında kendine güvenen ve yeten bir birey olması yolunda atılacak altın tohumlardır.

Bu öğrenme sürecinde ödüller–cezalar ya da öğütlerle dolu bir ortam yaratmaktan çok kazanılan her becerinin yetişkinlik yaşamında nasıl kullanılacağını göstermek ve zaman içerisinde bağımsız, kendine yetebilen ve sorumluluk sahibi bir birey yetiştirmenin filizlerini görmek anne –baba olarak tarifsiz bir doyum sağlayacaktır

Ergenlik döneminde ise çocuklar anne babalarından daha fazla özgürlük talep etmeye başlarlar. Bu durumla doğru orantılı olarak anne-babalar çocuklarından daha fazla sorumluluk talep etmeye başlarlar. Bu konudaki en önemli nokta anne babaların, ergenlerde bağımsızlık ve sorumluluk gelişmelerine aynı anda destek olmaktır. Çünkü ergenler ne kadar fazla sorumluluk alırlarsa o kadar fazla bağımsızlık duygusu geliştireceklerdir. Bağımsızlık ve sorumluluğun birbiriyle ilişkilendirilmesi önemlidir. Çünkü birinin diğerinden öncelikli olması problemlerin çıkmasına yol açabilir.

Örneğin, ergenlerden bağımsız davranmalarını teşvik etmeyen anne babalar eğer onlardan daha fazla sorumluluk almalarını beklerlerse küskün, yalnız, öfkeli davranışlar görecektir. Eğer bu durumun tam tersi olursa yani anne babalar ergenlerden sorumluluk sahibi olmalarını beklemeden fazladan bağımsızlık verirlerse de düşüncesiz, yardımlaşmayı bilmeyen davranış özellikleri ortaya çıkacaktır.



AİLELERİN ÇOCUKLARINA SORUMLULUK KAZANDIRABİLMESİ İÇİN BAZI ÖNERİLER

- **Tutarlılık**

Tüm bu aşamaları tutarlılıkla pes etmeden yerine getirmek gerekmektedir. Konulan sınırların esnemeyeceğini bilen çocuk şansını zorlama konusunda daha az ısrarcı olacaktır.

- **Ebeveynin kendisini durdurması gerekir**

Dağılmış ders kitaplarıyla karşılaşıldığında anne-babaların verdiği ilk tepki muhtemelen onları üst üste koyup toparlamak olmaktadır fakat bunu yaparken çocuğa bir yandan şu mesaj verilir: "kitaplar ve tüm bu dağınıklık sana ait olsa da merak etme, ben senin yerine bunları yaparım". Çocuğun bu bilgiyi alarak işlemesi ve daha sonra davranışa dönüştürmesi tahmin edilenden çok daha kısa bir sürede gerçekleşecektir. Dolayısıyla öncelikle anne baba kendisine dur demelidir.

- **Yaptırımlar devreye girebilir**

Ondan beklenen davranışın gerçekleşmediği süreçte çocukta sonuçlarının ne olacağı çocuğa bildirilmelidir. Anne-babalar çocuğun bizzat bu sonuçla yüzleşmesine izin vererek başa çıkma stratejilerini güçlendirme fırsatı tanımış olurlar. Örneğin resim dersi için gerekli gereçlerini evde unutan ya da ödevini, not aldığı defterini okulda unutan çocuğun ertesi gün öğretmeni ile yaşayacağı sıkıntı ile kendinin baş etmesini sağlamak gerekir. Ya da odasını toplamadan bilgisayar oyunu oynayamayacağı şeklinde sınırlar konulabilir.

• Olumlu Geri Bildirim Verilmeli

Davranışlarımız hakkında olumlu geribildirimler almanın o davranışın gelecekte tekrarlanma olasılığını arttırdığı öğrenme kuramları açısından bilinen bir gerçektir. Odasını toparlamış ya da en azından çabalamış bir çocuğa “ bunu yapmış olman beni gerçekten çok mutlu etti ” ya da “fırını kapattığın için teşekkür ederim” ,“paltonu astığını gördüm bu çok sorumlu bir davranış ”demek, kazanılmış bir becerinin kalıcı bir alışkanlık haline gelmesini sağlayacaktır.

• Motive Eden Sorumluluklar

Yapması keyifli olan, sonucunda güzel ve övünülecek bir durum yaratan davranışlar ile ilgili sorumlulukları kazandırmak daha kolay olacaktır. Örneğin masayı kurmaya yardım etmek masayı temizlemeye ve kaldırmaya yardım etmekten daha eğlencelidir.

• Seçme Şansı Vermek

Çocukların kendi hayatları üzerinde söz sahibi olmalarını sağlarsanız verdikleri kararlar ile ilgili sorumluluk almalarına ve kendilerine olan güvenlerinin gelişmesine yardım edebilirsiniz

• Etkili İletişim Kurun

Beklentiler ve kurallar, çocuğa açık ve yapıcı bir şekilde aktarılmalıdır. Kuralların nedenleri de çocuğa olan faydası konusundaki farkındalığını geliştirmek için açıklanmalıdır. Bunu yaparken çocuğa iletilen mesajın açık ve net olduğundan emin olunması gerekir. Çocuğa “ bu odanın hali ne böyle” demek yerine “odanı düzenli olarak toplamanı ve kirli çamaşırları banyodaki sepete atmanı istiyorum” demek çocukları beklenen davranışı daha net olarak ortaya koyacaktır. Bunu defalarca denemek gerekir.

• Sorumluluk Sahibi İnsanlar ve Davranışlarla İlgili Örnekler Gösterin

Randevulara zamanında gidin, işlerinizi yarım bırakmayın, çocuğunuzla saygı çerçevesi içinde konuşun. Onlara kendi sorumluluklarımızla örnek olamazsak onlardan da sorumluluk kazanmalarını bekleyemeyiz.

SORUMLULU İNSAN VE SORUMLSUZ İNSAN ...

Bir yazısında Uzman Psikolojik Danışman Dr. Cem Keçe, sorumlu ve sorumsuz insanı şöyle tanımlamıştır. “Karakterin en önemli öğelerinden birisi olan sorumluluk; kişinin kendine ve başkalarına karşı yerine getirilmesi gereken yükümlülüklerini zamanında yerine getirmesi zorunluluğudur. Sorumluluğu alan bir kişi, kendi üzerine düşen görevleri ve işlevleri zamanında, istenilen şekilde ve istenilen biçimde yerine getirmek zorundadır.

Sorumluluk sahibi olmak, kişinin kendi varoluşunu yaşamasıdır, kendi hayatının kontrolünü elinde tutmasıdır, diğer insanların saygısını, güvenini ve sevgisini kazanmanın en önemli gereklerinden biridir. Yaşamın zorluklarına sorumluluk bilinci ile yaklaşmak kişiye olayları değiştirme gücü kazandırır.

Sorumsuz insan sürekli başkaları tarafından yönetilen insandır, kendi kaderini yazmayan insandır, arabayı boşa almış insandır. Sorumsuz insanlar devamlı bahaneler arasında dolanır, başkalarını ve içinde buldukları şartları suçlarlar, kendilerini sevmeyenler, çok az iş üretir, işlerin yürümesini engeller, anlamamış görünür ve yardıma muhtaç insanı oynarlar. Yani bu kişiler hareket etmekte çok yavaş ama şikâyet etmekte çok hızlıdır.

Sorumlu insan ise, yapılması gereken bir işi zamanında yapabilmek için inisiyatifini ele alıp kendiliğinden harekete geçebilen insandır, kendi kaderini yaptığı seçimlerle yazan insandır, arabanın kontrolünü ele almış insandır. Yani kişi, hiç kimseye hesap vermek zorunda olmasa bile, kendi vicdanına karşı hesap verme zorunluluğunu duyar. Çünkü hayat sadece seçimlerden oluşur, bu seçimler her saniye yapılır ama belki en önemlisi “hayatı ne kadar manalı yaşamak istiyoruz?” seçimidir”.

SON SÖZ

Hayata sorumluluklar penceresinden bakarak başarıyı, huzuru ve mutluluğu yakalamak için gerekli olan sorumluluk bilincinin en önemli özelliği öğrenilebilir olmasıdır. İşte bu noktada anne babalar ellerinde bulunan cevherleri en iyi şekilde işlemek için oldukça etkili bir fırsata sahiptirler.

Kaynakça:

- Serdar Erkan, Grup Rehberliği Etkinlikleri, Ankara Pegem Yayıncılık
- Rukiye Karaköse Ailede Sorumluluk Eğitimi (Aile Eğitimi - 7) Timaş Yayınları
- Haluk Yavuzer, Çocuğu Tanımak Anlamak,Remzi Kitabevi
- Robert J.Mackenzie Çocuğunuza Sınır Koyma Çeviren:Hande Argüç, Yakamoz Yayınları
- Triple P Olumlu Annebablık Eğitimi, Aylin Özbek, Gelişim Koleji Seminerinden
- www.azmivaran.com
- www.miraysasioğlu.com
- www.atlasedu.com



www.gelisim.k12.tr