Bülten Tarihi: 02/05/2024

Sayı 9

“Eğitimde Feda Edilecek Tek Bir Fert Yoktur.”

Mustafa Kemal ATATÜRK

Sevimli Anaokulu Mayıs Ayı Bülteni

okul binası

Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Problem Durumunda Kullandıkları Başa Çıkma Stratejileri

Yaşamının ilk yıllarında çocukların karşılaştığı her durum çocuklara yeni öğrenmeler için deneyim fırsatları sunarken, aynı zamanda korku ve endişe gibi karmaşık duygularada neden olabilir. Gelişim sürecinin dışında da çocuklarda korku, üzüntü ve kaygı yaratan farklı etkenler mevcuttur . Bunun gibi olumsuz duygular, kökenini çocukluk yaşantısında verilen eğitimden; anne baba, öğretmenler, arkadaşlar ve yakın çevredeki kişilerle ilişkilerden alır. Her insan doğduğu andan itibaren kültürü, sosyal çevresi, bu çevrenin geribildirimleri ve eğitim biçimi gibi birçok kaynaktan gelen bilgi yığınıyla karşılaşır. Bu bilgiler psişik bir sistem tarafından yorumlanır ve bireylerin çevresiyle uyumunu, onlar için bir şeyler yapma isteğini ve kendisinde kaygı yaratan değişikliklere geliştirdiği tepkileri oluşturur . Özellikle okul öncesi dönem olan 3-4 yaşla birlikte sosyal çevresi genişleyen çocuklar, duyguları hakkında yeni şeyler deneyimlemeye başlarlar. Bu dönemde çocuklar duygular hakkında daha çok konuşmaya başlarlar. Bu süreçte, anne, baba ve yakın ilişkide bulunulan kişilerin duygularını yaşama biçimleri ve kaygı durumuyla baş etme yöntemleri, çocuklarda kaygının gelişmesinde ve kaygı düzeyinde önemli rol oynar. Kaygılı kişilerin anne babalarının çoğunlukla çocuklarından beklentileri oldukça yüksek ve çocuklarına sevgi ve desteği, ancak bu beklentileri karşılandığında sağlayan kişiler olduğu gözlemlenmiştir. sürekli öz-eleştiri yapar ve kendisinde

umduklarını gerçekleştiremediğinden kaygı yaşar.

Bununla birlikte duygusal yetkinliğe sahip duygu düzenleme becerisi açısından güçlü çocuklar, öz-yeterlik duyguları yüksek ve olumlu sosyal davranışları daha fazla olduğundan dolayı kaygı yaratan ya da problem olarak görülen durumlarla etkili bir şekilde baş edebilmektedir . Kaygı, genel olarak başa çıkılması güç bir durum karşısında bireyin kendisini yetersiz ve eksik hissetmesidir . Normal düzeydeki bir kaygı kişi için faydalıdır; çünkü bu durum kişide, istek duyma, karar alma, motive olma, alınan kararları gerçekleştirebilme yani bilgiyi performansa dökmeyi sağlar . Kaygının patolojik olduğuna karar verebilmek için, uyaranın şiddeti ile ortaya çıkan kaygı düzeyi ile uyumlu olmaması, zamanla azalmak yerine değişmemesi ya da şiddetlenmesi gerekmektedir. Fiziksel belirtileri daralma, gerginlik, sıkıntı, huzursuzluk, konsantrasyon zorluğu, tedirginlik, tetikte olma, kolay irkilme ve çabuk yorulma şeklinde gözlemlenir .

İçindekiler

* Zor durumlarla başa çıkabilme becerisi
* Okul öncesinde cinsel kimlik gelişimi
* Dürüst çocuklar yetiştirmek için neler yapabiliriz?
* Çocuklarda nezaket eğitimi nasıl olmalıdır?
* Çocuklara öğretilmesi gereken 20 görgü kuralı..

Çocuk cinsellik ile ilgili soru sormaya yaklaşık olarak 3-4 yaşlarında başlar. Ve bu sorulara en yakınında , en güvendiği kişi-anne ve babadan yanıt bekler. Çocuğun anne ve babaya soru sorması ve bu soruları onlarda sürdürmesi önemlidir. Amaç çocuğun soru sorması ve yanıtlarını en güvendiği kişilerden tereddütsüz bir şekilde alması olmalıdır. Böyle bir durumda anne ve baba, sorunun cevabını erteler, geçiştirir ya da çocuğu yargılayıcı bir tutum sergilerse bir süre sonra çocuk da soru sormayı bırakacak ve cevabı başka yerlerde arayacaktır. “Bunları konuşmak için erken. Daha senin yaşın kaç başın kaç?! Büyüyünce anlarsın” gibi tavır ve tutumlar sergilenmemelidir. Çocuğa olduğunca net, kısa ve öz cevaplar verilip merakı giderilmelidir.

Erkek çocuklar 3-6 yaşlarında, anneye ilgi duymaya başlar, onun bedenini görmek ve ona dokunmak isteyebilir. Anneyi karşı cinsten bir birey olarak tanımlar. Bu ilginin sonucu olarak da baba gibi olmak ister, babayı taklit eder, gerektiğinde de onu kıskanabilir. Baba gibi konuşur, onun gibi davranır, onun gibi tıraş olmak ister.

Kız çocuklarda ise bu tam tersi şekilde ilerlemektedir. Kız çocukları babayı bir otorite olarak kabul eder, ona aşk duyar,ona ilgiyle bağlanır. Bu hayranlığın sonucu olarak da anneyi taklit eder, onun gibi davranır, onun gibi giyinmeye çalışır.

Burada dikkat edilmesi gereken husus çocuklara direkt cinsel kimliğin atfedilerek onları bazı tavır ve davranışlara itmemektir. Örneğin, “Erkekler ağlamaz.”, “Kız çocukları mavi giymez, mavi sevmez.” gibi yaklaşımlar, onların ilerde de kendilerini iyi ifade edememeleri gibi bazı sorunlara neden olacaktır. Çocukların iyi bir gözlemci olduğu ve bazı davranış kalıplarını zamanla öğreneceği unutulmamalıdır.

Çocuklar büyüdükçe kendi kimliğini keşfeder

Bu durumda kişinin topluma, iş yaşamına, insan ilişkilerine uyumunu bozmaya ve olumsuz etkilemeye başlayan kaygı, gün içinde sık sık ortaya çıkar ve günün büyük bir kısmını kaplar, kişi bu duygulanımı kontrol edemez ve başa çıkamaz. Algılanan bir tehdit karşısında yaşanan kaygının üstesinden gelebilme becerisi, bireyin stres ve endişe yaratan durumlara karşı çözüm yolu araması başa çıkma stratejisi olarak tanımlanır. Kaygı yaratan durumla ve yaşam zorluklarıyla başa çıkma süreçleri iki bileşenden oluşur, bunlardan ilki değerlendirmedir. Değerlendirme süreci, kişinin stres durumunu algılaması ve stresin üstesinden gelebilmek için kişinin kendi yeteneklerini sorgulaması aşamasıdır. Sonraki aşama ise stres ya da kaygı yaratan durumu yönetmek, reddetmek ya da buna katlanmaktır ki bu hangi başa çıkma yolunun kullanılacağının seçilmesi demektir.

**Okul öncesinde cinsel kimlik gelişimi**

Çocuklar yaklaşık 2-3 yaşından itibaren tuvalet eğitimiyle birlikte cinsel kimliklerinin farkına varmaya başlar. Fakat 2-3 yaşından önce de en yakınlarında bulunan anne ve babanın görüntüsünün, ses tonlarının ve tavırlarının farklı olduğunun bilincindedir. Çocuğun farklı cinsiyetten kardeşlerinin bulunması, okul öncesi eğitimle farklı cinsiyetten çocuklarla bir araya gelmesi bu süreci hızlandıran etmenlerdir. Bu tarz çocuklar cinsiyet kavramının daha erken farkına varırken, okula gitmeyen, kardeşleri olmayan, kısıtlı bir sosyal çevresi olan çocuklar ise bunu daha geç ayırt edebilmekteler. Fakat çocuğun er ya da geç 5 yaşına kadar cinsiyetinin farkında olması, diğer cinsiyet kimliğiyle de aralarında farklılıkların olduğunu bilmesi gereklidir. Bu kavramların aile içinde çözümlenmesi, öğrenilmesi ve çocuğun da kız/erkek kimliklerini telaffuz edebilir hale gelmesi beklenir.

**Mayıs Ayı**

Okul Bülteni

Sayfa 2 / 5

**DÜRÜST ÇOCUKLAR YETİŞTİRMEK İÇİN NELER YAPABİLİRİZ?**

Orhan anaokulundan eve geldiği her akşam bazı sorunlardan bahsediyordu:

Can bugün bana kötü keli-meler kullandı, Hakan beni yumrukladı…‟ Orhan’ın annesi öğretmenini aradığın-da kurumda bu tür olayların yaşanmadığını öğreniyordu. Peki evde yalana teşvik edici hiçbir ortam olmadığı halde Orhan neden bunları söylüyordu? Duyarlı bir ebeveyn olan aile, öğretmen ile görüştü. Öğretmen hanım, Orhan‟ı bu tür ifadelere sürükleyen sebepleri keşfetmek için alternatifler sıraladı. Orhan, ailesinden beklediği ilgiyi görmek için olumsuz tutumlarla dikkat çekmeyi planlayabilirdi, hayalle gerçeği karıştırıyor olabilirdi v.s. Anne öğretmenle konuşurken sebep ortaya çıktı. Orhan, evde izlediği çizgi filmlerin etkisiyle bilinç al-tında bu tür olaylar kurgulu-yordu. Hayalle gerçeği ayırt edecek yaşta da olmadığı için düşüncelerini olmuş gibi anlatıyordu.

Çocuklar 5 yaş öncesinde gerçekle hayali karıştırırlar. Hayallerini gerçek gibi anlatabilirler. Düşüncelerini bilinçli, yalan olduğunun farkında olmadan ifade edebilirler.

Çocuk hayalinde oluşturduğu figürleri hikayelerine de katar. Hatta hayatının içinde onu bir yerlere oturtur. Birlikte yaşar. Çocuğun hayal dünyasının ve zihin gelişiminin desteklenmesi için bu tür kurgulanmalara ihtiyaç bile vardır. Ancak çocuğunuzun yalanı bilinçli olarak söylediğini fark ettiğinizde durum değişir. Çocuklar genellikle 5 yaşından sonra yalan söylemeyi doğru olmadığını bile bile tercih etmeye başlayabilirler. Bireysel farklılıklar bu yaş seviyesini geri veya ileri alabilir. Önemli olan çocuğun yalan söylediğinin farkında olmasıdır.

Bu durumda yapılması gerekenler ilerleyen başlıklarda tek tek ele alın-maktadır.

**Çocuklar Neden Dürüstlükten Ayrılır?**

Benlik saygısının eksikliği çocukları yalana sürükleyebilir. Başkaları tarafından takdir görmek ,değer verilmek için benlik saygısı eksik çocuklar dürüstlükten ayrılabilirler.

Özellikle duygusal , başkalarının yorumuna çok önem veren çocuklarda

yalan söyleme görülebilir

Çocuk, hayallerini gerçekmiş gibi söyleyebilir.

Gözle görülen bir gerçeği çocuklarından da duymak için zorlayan aileler-de dürüstlükten ayrılma gözlemlenebilir.

Yaptıkları beğenilmeyen çocuklarda yalana meyil artar .

Çocuğun stresli bir ortamda olması yalanı tetikleyebilir .

Cezadan kaçma, sorumluluktan kurtulmak için çocuk doğruluktan ayrılabilir

**Çocuğun Dürüst Davranmadığı**

**Anlaşıldığında Ne Yapılmalı?**

Gerçekten Yalan Söylediğinden Emin Olunmalı

Özellikle 5-6 yaşına kadar çocuklar hayalle gerçeği ayırt edemeyebilirler. Hayalini mi ifade ediyor yoksa yalan mı söylüyor ebeveyn ilk olarak bunu tespite çalışmalıdır.

Çocuğun Yaşamında Her Şeyin İyi Gittiğinden Emin Olunmalı

Çocuğun hayatında ters giden bir şeyler olup olmadığı incelenmeli. Çocuğa kaliteli bir zaman dilimi ayrılmıyor ise hemen çözüme yönelik adımlar atıl-malıdır.

Çocuğa Başarabileceği Sorumluluklar Verilmeli:

Akıllı bir ebeveyn, çocuğuna kaldıramayacağı sorumluluklar yüklememelidir!

Çocuğun ufak da olsa sorumluluklarını yerine getirme konusundaki gayretleri takdir edilmelidir. Örneğin çocuktan yatağının toplanması istenildi. Önce nasıl toplayabileceği anlatılmalı. Toplarken gösterdiği gayretler tebrik edilmelidir

Zaten çocuk hak ettiği değeri görünce doğruluktan ayrılmaya tenezzül etmeyecektir.

**Cevabı Bilinen Sorular Sorulmamalı…**

Çocuğun hatalı bir davranış sergilediğini fark eden ebeveyn, gerçeği bir de ondan duymaya çalışmamalıdır. Diyelim ki çocuğunuzun yemekten önce izin vermediğiniz halde pastayı yediğini gördünüz. Sen yoksa pasta mı yedin? demek yerine, yaklaşımınız şu şekilde olabilir:“Yemekten önce pasta yemeni istemediğimi söylemiştim. Yemekten önce pasta yemiş olman iştahını kapatıyor ve bu durum gelişimini engelliyor. Ben sağlıklı olmayacağından dolayı çok üzülüyorum!”

Ebeveyn bu tür durumlarla karşılaştığında;

1. “Yanıtını bildiği soruları sormamalı!”

2. „Bebeğini koltuk arkasında buldum. Kolu kırılmıştı. Yazık, hem çok güzeldi hem de kıymetli bir bebekti…‟ Şeklinde bir

ifade ile çocuğa yardımcı olunmalı. Çünkü korku, yalana kapı aralar.

3.‟Şimdi ne yapmayı düşünüyorsun?‟ şeklinde soru yönelterek çözümü çocuğun bulmasına zemin hazırlanmalı.

4.Neden böyle bir davranışı sergilediğinin temel sebepleri araştırılmalı.

**Mayıs Ayı**

**Sayfa 3 / 5**

Okul Bülteni

**ÇOCUKLARDA NEZAKET EĞİTİMİ NASIL OLMALIDIR?**

4-7 yaşları arasında çocuktan nezaket kurallarına uyum istenmemelidir. Bunu çocuk daha sonraki gelişimlerinde öğrenecektir. Nezaket sosyal bir gelişme sonunda yerine oturacaktır. Nezaket, kibarlık, centilmenlik sosyal gelişmenin üst basamaklarında yer almaktadır. Sosyal bir cila olarak da nezaketi tanımlayanlar vardır.

Belli bir sosyalleşmeden sonra kendisini gösterir. Oysa kimi aileler çocuğunun hemencecik görgü kurallarını bilivermesini arzu ederler. İşte burada devreye sabır girecektir. Çocukta suçluluk duygusu niyete göre değil, harekete göredir. Reçel kavanozunu aşırmadıysa, aşıracaktı diye cezalandırırsak buna o akıl erdiremeyecektir. O odada oynamasına müsaade edilmişse, günün birinde o odada bir hastanın yatması, örneğin annesinin hasta olması ve çocuğun oynamasına müsaade edilen odaya yatırılması, onun oyunlarına engel olamaz diye düşünür. O yine orada oyununa devam eder. Çünkü o oda ona oynaması için verilmiştir.

Geleceğe uzanan çizgide çocuklarımızın edepli, nazik hanımefendiler ve beyefendiler olması için aile içi ilişkilerde eşler arası uyum, nezaket ve çocuğa yaklaşım tarzı büyük önem arz etmektedir. Ancak, aile içi ilişkilerde incelik ve samimiyet topluma yayılır. Özellikle 2-6 yaş döneminde ailelerin çocuklarına kazandırması gereken birtakım nezaket kuralları vardır. Çocuğa zorlamadan kazandırılan nezaket kuralları toplum tarafından onay görür. Onay gören çocuğun aidiyet duygusu artar, özgüven duygusu gelişir, sosyalleşme sürecinde çocuğun girişken olmasına yardımcı olur.

**Çocuğa Hangi Nezaket Kuralları Nasıl Öğretilmeli?**

Edebin ilk öğretmenleri anne baba olduğu için ebeveynler öncelikle birbirine karşı saygılı ve nazik olmalılar. Bu nedenle çocuğunuz eşinize karşı saygılı olduğunuzu görsün ve bunu hissetsin. Hayatın akışı içerisinde zaman zaman eşler arasında tartışma çıkabilir. Burada eşler birbirini çocuğa şikâyet ederek, çocuğu hakem tayin etmemelidir.

Ebeveyni tarafından kibar davranılan çocukların görgü kurallarını öğrenmeleri daha kolay olur. Örnek olarak çocuğunuzdan bir şey istediğinizde emretmeyin, ricada bulunun, “teşekkür ederim”, “lütfen” gibi ifadeleri çocuğunuza hitap ederken de dilinizden düşürmeyin.

Çocuğunuza beklentilerinizi ifade ederken neleri yapmamalarını değil, neleri yapmalarını istediğinizi söyleyin ve iyi davranışlarını övün. Örnek olarak; “ellerinle yemek yeme” yerine, “Lütfen çatalı kullanır mısın? Çatalını ne kadar kibar tutuyorsun. Yemeğini kendi önünden yemen ne kadar güzel.” gibi ifadeler çocuğunuzu nazik davranışlar için yüreklendirir. Görgü ve nezaket kurallarının kazanılması için çocukların desteklenmeye ve pratik yapmaya ihtiyacı vardır. Görgü kuralları baş başa sakin bir ortamda öğretilmelidir. İlla ki bir şeyler söylenecekse çocuğu nazikçe bir kenara alarak utandırmadan ifade edilmelidir.

**İŞTE ÇOCUKLARA ÖĞRETİLMESİ GEREKEN 20 GÖRGÜ KURALI;**

1) İki kişi konuşurken araya girilmemeli

2) “Günaydın”, “İyi günler”, “teşekkür ederim”, “lütfen” gibi sözcükler iletişimde kullanılmalı

3)Toplu taşıma araçlarında yaşlılara, hastalara, hamilelere yer verilmeli

4)Topluluk içinde kulaktan kulağa konuşulmamalı

5)Kişilere “bu” diye hitap edilmemeli

6)Merdivenlerin sağından inilip, sağından çıkılmalıdır

7)Hapşırırken ağız mendille ya da kolla kapatılmalı, yere doğru hapşırılmamalı, yere tükürülmemeli, yere çöp atılmamalı.

8)Kapı çalınarak içeri girilmeli

9) Uzmanın söylediklerine biz de bir eklemede bulunalım. Çocuklara doğru iletişim kurmanın yolları gösterilmeli, karşısındakini dinlemeyi öğrenmeli, sözü bitmeden konuşmaya başlamamalı, karşısındakini suçlamak yerine rahatsız olduğu tavırda bulunananı suçlamak yerine bu tavrın onu nasıl üzdüğünü ve rahatsız ettiğini ifade etmeli.

10) Ve bir başka ek, birini telefonla aradığında önce kendisini tanıtmalı sonra konuşmak istediği kişinin adını söylemeli.

11) Başkalarının fiziksel özellikleri ve giyim tarzıyla dalga geçilmemeli,, aşağılamamalı.

12) Birisi “Nasılsın?” diye sorduğunda “İyiyim” dedikten sonra “Teşekkür ederim, siz nasılsınız?” diye sormalı.

13) Misafirliğe gittiği evden ayrılırken evsahibine geçirdiği keyifli zaman için teşekkür etmeli.

14)Başkalarını eşyaları izinsiz alınmamalı.

15)Birinden hediye aldığında teşekkür etmeli.

16) Herhangi bir yerde yanlışlıkla birine çarparsa “Afedersiniz, pardon!” demeli.

17) Yalnız olmadığın ortamlarda burnunu karıştırmamalı.

18) Birisinin yardımını aldığında teşekkür etmeli.

19) Yemek yerken küçük lokmalarla yemeli, ağzını şapırdatmamalı, dirseklerini masaya dayamamalı, tabağının üstüne başını eğip yememeli.

20) Yolda yürürken ayaklarını sürümemeli.

**Sayfa 4 /5**

**Mayıs Ayı**

Okul Bülteni

**Nisan Ayında Okulda Öğrendiklerimiz:**

**Şekil:** Öğrendiğimiz şekilleri tekrar ediyoruz

**Renk:** kahverengi

**Sayı:** 9 rakamı

**Sesler:** u-ü Sesi

**Kavram:** geri dönüşüm ne demek öğreniyoruz

**Mayıs Ayında Okulda Öğreneceklerimiz:**

**Şekil:**Elips şekli tekrar ediyoruz

**Renk:**siyah-beyaz-gri

**Sayı:** 10 rakamı-0 rakamı

**Kavram:** canlı- cansız

Lütfen Evde Bu Kavramlara Çalışınız.

**ANNECİĞİM**

Ne sevimli bir annesin!

Ne tatlıdır senin sesin!

Benim canım mısın nesin

Sen olmazsan yapamam ben!

Senden yakın kim var bana?

Kalbim, canım bağlı sana!..

Üzüntüm yok ondan yana

Seviyorsun beni de sen.

## Ayın filmi

## Kungfu Panda 4

## Sınıftan Haber Var

**Mayıs Ayı Sayfa 5/ 5**

Okul Bülteni

|  |
| --- |
|  |



Şekil 1

