

PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

VELİ BÜLTENİ

Problem Çözme Becerisi Yüksek Çocuklar Yetiştirmek 6 Öneri



- 1) Çocuğunuzu cesaretlendirin,
- 2) Sorunu çocuğunuz çözsün,
- 3) Küçük sorumluluklar verin,
- 4) Düşüncelerini sorun,
- 5) Kitap okuyun ya da film izleyin,
- 6) Çeşitli yollar öğretin.

Psk. Çiğdem Doğan Bilgin



PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

Değerli Velimiz ;bu hafta öğrencilerimizle problem çözme becerileri

konusunda çalışıyoruz.

Amacımız psikolojik olarak dayanıklı, sorun odaklı değil çözüm odaklı, karşılaştığı problemleri çözebilmeki için seçeneğe üretebilen düşünce yapıları geliştirmektir. Çocuklar ancak bir problemi çözebildiklerini gördüklerinde kendi güçlerinin farkına varabileceklerdir. Bu manada siz değerli velilerimizin çocuklara rol model olması önemlidir. Çocukların problem çözme becerilerini desteklerken önemli olan bir konu da sadece sonuca bakmamak süreci takip ederek çabalarını desteklemek, olumlu geri bildirim vermek gerekecektir. Sürecin bu şekilde takibi "ben becerikliyim, sorunun üstesinden gelmek için çabalarım, gerekirse ebeveynlerimden veya öğretmenlerimden destek isterim" gibi düşüncelerin gelişimini destekleyecektir.

Bültenimizde çocuklarımızın bu konuda nasıl rehber olabileceğiniz konusunda yönlendirici bilgiler yer almaktadır. Yararlanmanız ve keyifle okumanız dileğiyle ...

Problem;yaşam boyunca karşılaştığımız ulaşmak istediğimiz sonuca ulaşmamızı engelleyen unsurlara denir.Bu tanıma bakıldığında problemler uzak durulması yahut kaçınılması gereken durumlar olarak gözükebilir.Oysa bugüne kadar karşılaştığımız ve çözdüğümüz problemleri düşündüğümüzde bunun böyle olmadığını rahatlıkla görürüz.Kaçtığımız veya görmezden geldiğimiz problemlerin yok olmadığı herkesin malumudur.Bunu basit bir örnekle anlatmamız gerekirse;

Örnek olay:Yağmur yağması ve bizim işe gitmemiz gerektiği bir durum düşünelim.

Problem :Yağmur yağması ve bizim şemsiyemizin olmaması

Peki bu durumda ne yapılabilir?Yağmur yağdığı gerçeğini gözardı edip ıslanmayı tercih etmek mi?Ya da yakın bir komşudan,dükkandan bir şemsiye almak mı? Gördüğünüz gibi yok saymak problemden etkilenmemek anlamına gelmiyor, hatta daha fazla olumsuz bir şekilde etkilenebileceğimiz anlamına geliyor.

Bu yaşanan gündelik bir olay ve bu yüzden çözümü de gayet basit.Oysa yaşamımızda çok daha karmaşık problemler var.Şüphesiz bu problemlerle nasıl başa çıktığımız, bizi rol model olarak büyüyen çocuklarımızı da etkiler.Aile içindeki problemleri nasıl çözdüğümüz,çocuklarımızın arkadaşları ile yaşadığı problemleri nasıl çözeceğini de olumlu yahut olumsuz etkiler.Aile içinde yaşanan problemler etkili bir iletişimle çözülyorsa,çocuklarımız da arkadaşları ile yaşadıkları problemleri etkili bir iletişimle çözecektir.



Çocuklarımıza problem çözme becerisi konusunda nasıl yardımcı olabiliriz?

Bunun en iyi yolu şüphesiz çocuklarımıza iyi bir rol model olmaktan geçer. Ancak yapacağımız yardımın ve sağlayacağımız desteğin bundan ibaret olmadığını belirtmekte de fayda var. Peki daha fazla ne yapabiliriz?

Pozitif tutumu sürdürmek:

Çocuğunuz problem çözme konusunda özgüvenini sık sık kaybediyor ya da siz gereğinden çok endişeleniyor veya aşırı şekilde korumacı davranıyorsanız, bunun üzerinde durmak gerekir. Çocuklar, sorunlarını çözerek psikolojik olarak güçlenirler. Çocuklar problem çözme yoluyla çok değerli yaşam becerileri edinirler.

Yapılan araştırmalarda, anne baba tutumları ile çocukların problem çözme becerilerinin gelişimi arasında bir bağ olduğu ortaya konmuştur. Çocuklarda problem çözme becerisinin özgür ve demokratik aile ortamında geliştiği, bunun yanında aşırı koruyucu ebeveynliğin çocuğun yeterince deneyim sahibi olamama ve bu yüzden özgüveninin gelişmemesi ve sürekli olarak kendi işlerini başkasının yapmasını bekleme gibi davranışlara sebebiyet verdiği, çocuğu ihmal etmenin de çocukta içe kapanık bir kişilik yapısı geliştirdiği, baskıcı uygulamaların ve aile içi geçimsizliğin çocukların problem çözme becerisini olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Yani aile içinde eşlerin birbirine nasıl davrandığı çocukların problem çözme becerisini etkilediği gibi, ebeveynlerin çocuklara yönelik tutumu da çocukların problem çözme becerisini olumlu – olumsuz etkilediği görülmüştür.

Yeterince müdahale etmek:

Bebekliklerinde, doğal olarak çocuklarımızın elbette sorunlarının neredeyse tüm sorumluluğunu üstleniriz; fakat ileri ergenlik dönemine geldiklerinde, rolümüzün, aşamalı olarak yardım ve destek gerektiğinde, danışılan bir gözlemci durumuna gelmiş olması gerekir. Bu sürecin hızı, her zaman her çocuğun olgunluğuna, yeteneğine ve yüz yüze gelinen sorunun niteliğine göre belirlenmelidir. Çocuğunuza yardım etmeden önce aşağıdaki soruları kendinize sorabilirsiniz: Bu sorunu tamamıyla çocuğumun mu çözmesi gerekiyor, yoksa benim veya bir başkasının, sorunu çözmeye üstlenmemiz gereken sorumlulukları var mı?

Bu sorunu çözmesi için çocuğumun becerisi ve deneyimi yeterli mi? Çocuğumun bu sorunla tek başına başa başa çıkabilmesinde başarı şansı nedir?

Destek olmak:

Her ne kadar arka plana çekilmeye ve çocuğumuzun kendi sorununa kendi çözümlerini getirmesi gerektiğine karar versek de, ona destek olmak gibi çok önemli bir rolümüz vardır. Acaba çocuğunuz ilişkinizde onu desteklediğinize, sonuç ne olursa olsun yanında olduğunuza yürekten inanıyor mu? Çocuğunuza desteğinizi açıklıkla ifade edip etmediğinizi şu sorularla test edebilirsiniz:

- Duygularını anlayışla karşıladınız mı? (“Sorunun, seni endişelendirdiğini / ürküttüğünü / heyecanlandırıldığını görüyorum.”)
- Gülümsediniz, kucakladınız ya da elini tuttunuz mu?
- Gereksinim duyduğu takdirde, ona zaman ayıracağınızı söylediniz mi?
- Onu önemseyip, günlüğünüze onun bu deneyimi ile ilgili bir şeyler yazıp, ona bunu gösterdiniz mi?

Bunları yaptıktan sonra aile içi etkileşiminizin, çocuğunuzdaki değişimin farkına varacak ve daha mutlu bir yaşama sahip olabileceksiniz. Yarınlarımızın sahibi çocuklarımızın kıymetini bilmemiz dileğiyle...