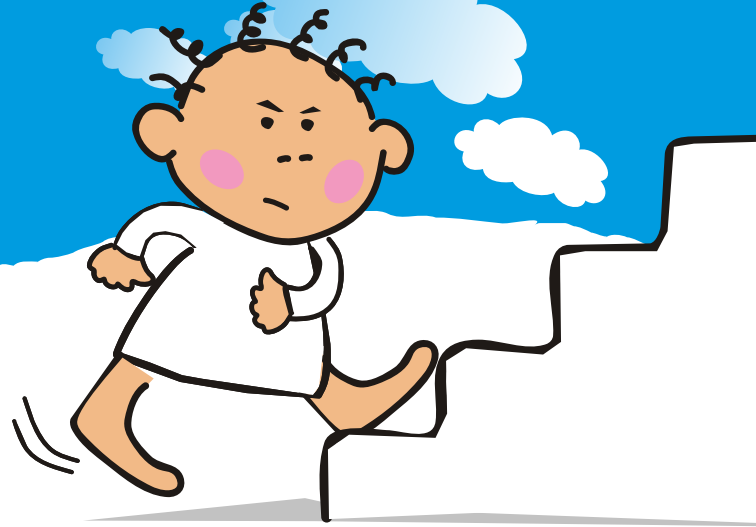




Belarus Cumhuriyeti
Sağlık Bakanlığı



Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu

Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF)
Belarus Cumhuriyeti Ofisi
e-posta: unicef@tut.by

İRDE EĞİTİMİ

Birçok kişi, olgun bir kişiliğın özellikle arzu edilen karakter özellikleri arasında, kararlılığı, yani bir hedef belirleme ve arzu edileni başarma yeteneğini sayacaktır. Pek çok ebeveyn de bir çocuğa iradeli ve düzenli olmayı nasıl öğreteceğı sorusunun cevabını arar.

İrade, bir kişinin iç ve dış engelleri (ör. anlık dürtüler) aşarken bilinçli olarak belirlenen bir hedef doğrultusunda hareket etme yeteneğidir. Bir çocuğun iradesinin gelişimi, erken çocukluk döneminde kendi hareketlerini kontrol etme yeteneğinin kazanılmasıyla başlar ve uzun bir yol kateder. Arzuların yerine getirilmesine yardımcı olacak eylemlerde bulunma yeteneğı aşamalı olarak gelişir; belirli bir hedefe, davranış kurallarına uygun olarak, dolaysız duygusal dürtülere aykırı hareket etme tutumu gelişir yani istemli öz düzenleme ve öz kontrol yeteneğı gelişir.



Hamilelik, doğum ve gelişimin erken döneminde çocukta komplikasyonlarla ilişkili “risk faktörleri” tespit edilirse ebeveynlerin çocuğun iradesine özel dikkat göstermesi gerekir; bunlar arasında aşağıdakiler de yer alır:

- Hipoksi (çocuğun beynine yetersiz oksijen beslenmesi);
- Prematürite;
- Çocuklarda hipo ve hipertonsite
- 3 yaşından önce ciddi bulaşıcı hastalıklar;
- Hiperaktivite vb.

Neyse ki çocuğun ruhu esnektir ve uğradığı “zarara” rağmen beyin bunu telafi etme yeteneğine sahiptir. Ancak tam olarak iyileşmesi için yardıma ihtiyacı olacaktır.

Bazı yetiştirme hataları, irade niteliklerinin oluşmasını engeller: özellikle çocuk şımartıldığında ve tüm arzuları sorgusuz sualsiz yerine getirildiğinde ya da çocuk yetişkinlerin sert iradesi ile bastırıldığında ve kendisi karar veremediğinde, arzuları dikkate alınmadığında. Çocuğun yararına olmayan karşılaştırmalarla “Hiçbir şeyi sonuna kadar götüremiyorsun!”, “Denis daha iyi!” gibi olumsuz değerlendirmelerle çocuğun istemli dürtüsü bastırılır.

Çocuğun iradesini geliştirmeye çalışan ebeveynler kurallara uyar:

1. Çocuğun öğrenmesi gereken şeyi yapmak değil, faaliyetlerinin başarısı için koşullar sağlamak;
2. Çocuğun kendi başına gerçekleştireceği faaliyetlerini teşvik etmek, başardıkları için çocukta sevinç duygusu uyandırmak, çocuğun zorlukların üstesinden gelme yeteneğine olan inancını artırmak;
3. Yetişkinlerin çocuğa yönelik taleplerinin ve kararlarının yararlı olduğunu küçük çocuklara bile açıklamak;
4. Çocuğa aşamalı olarak kendi kararlarını vermeyi öğretmek. Okul çağındaki bir çocuğun yerine karar vermemek, onu akılcı kararlara yönlendirmek ve planladığını mutlaka uygulaması konusunda cesaretlendirmek.

Çocuğun iradesinin gelişimi ve düzeltilmesi, yetişkinlerle doğrudan günlük iletişim sürecinde gerçekleşir. Aşağıda böyle bir iletişimin parçaları verilmiştir. Yakınlarının bir çocuğun istemli öz düzenleme yeteneğini nasıl teşvik edebildiğini gösterirler. Her parça belirli bir istemli çaba unsuruna dayanır: bir hedef seçme, engelleri aşma ve çaba gösterme, planlama ve tahmin, değerlendirme vb. Aşağıda açıklanan bazı oyunlar ve görevler de çocukların iradesini güçlendirmeyi amaçlamaktadır.

Çocuk gelişimi konusunda aşağıdaki özellikleri hatırlamak gereklidir: Arzu, istemli çabanın temelidir. Bu olmadan insan kendini aşamaz. Çocukta arzularının olması için de çocuğa izlenimler gereklidir. Bu, özellikle küçük çocuklar için önemlidir. Çocuk ne kadar fazla canlı duysal izlenimler alırsa dünyada meydana gelen değişimlere katılma arzusu o kadar hızlı olacaktır. Sesler, müzik, çeşitli dokunsal nesneler ve oyuncaklar, ebeveynlerinin ellerinin sıcaklığı; tüm bunlar bebeğin arzularını uyandırmaya yardımcı olur. Özellikle düşük tonuslu ve çok sakın olan bebeklerin teşvike ihtiyacı vardır.

Küçük bir çocuğun ilk istemli eylemini fark etmek kolaydır: Daha dün önünde asılı olan oyuncakların nasıl hareket ettiğini izliyordu ama bugün onlara daha yakından bakmak istiyor ve ellerini onlara doğru uzatıyor. İlgili bebekler gördükleri her şeyi kapmak ister. İşte çocuğun arzuları ile bunları gerçekleştirmek için gereken çaba arasındaki bağlantıyı anlamaya yardımcı olacak bir alıştırma.



Bebeği yüz üstü yatırın ve parlak bir oyuncakla ulaşabileceği bir mesafeye yerleştirin. Ertesi gün nesneyi, bebeğin buna ulaşabilmesi için emeklemesi gerekli olan biraz daha uzak bir noktaya koyun.

1 YAŞ

Büyüyen bebek daha aktif hareket etmeye başladığında yürümeye başlayacaktır, arzularının gücünü hissetmesine izin verin. Bir yaşındaki çocuklar farklı nesnelere atlamayı, tırmanmayı, engellerin üzerinden aşmayı severler. Böylece vücutlarının yeteneklerini öğrenir, bir şeyi kendi başlarına yapacaklarına ve becerilerine ikna olur ve kararlılığın temellerini atar. Her yaştaki çocuklarda fiziksel aktiviteyi teşvik edin. Bu, çocuğun (yalnızca fiziksel değil) daha geniş anlamda "kendini kontrol etmeyi" öğrenmesine yardımcı olur.

ÇOK FAZLA YASAK
ÖLMAMALIDIR, EVDEKİ ALANI
GÜVENLİ HÂLE GETİRMENİZ İYİ
OLACAKTIR.



2 YAŞ

İki yaşından sonra çocuğun belirli alışkanlıklar geliştirmesi önemlidir: hijyen, düzen alışkanlıkları. Bu da iradenin gelişmesine katkıda bulunur. Çocuğa yardımcı olmak için bunlara bir kontrol cihazı işlevi verilerek en sevdiği oyuncakları kullanmak mümkündür:

"İşte Lyalya bebeğimiz geldi, bak ne diyor:

"Dışarıdaki bütün çocuklar yürüyor, Nastya'nın da zamanı geldi." İşte Lyalya bize bir bluz getirdi. Bak, Lyalya, Nastya kendi başına giyiniyor."

Küçük çocukları iradeli olmaya teşvik ederken geçici hedefler kullanın.

Örneğin mağaza çok uzakta, çocuk sızlanıyor, kucakta gitmek istiyor. Çocuğun dikkatini çekin:

"Araba ilginç duruyor, gidip daha yakından bakalım. Orada yavru kediler oturuyor, onların yanına gidelim. Hadi, basamaklara kim daha hızlı ulaşacak. İşte geldik."

Kendi kendini düzenleme yeteneğini geliştirmek için oyun şeklindeki eylemlerin kullanılması iyidir, örneğin gürültülü oyunlardan sessiz oyunlara geçmek.

Çocuk topla birlikte koşar ve duramaz.

"Benim 'küçük farem' nerede? Ona kedinin geldiğini söylemeliyim, fareyi yakalayabilir. İşte 'fare' (Çocuğa hitap ediyor.). Nastya, 'fare', nasıl koşacaksın? Kedi duymasın diye sessizce.

Şimdi gel fare, deliğe gir, annenin yanına git, kedi bizi bulamasın." Çocuk kanepeye çıkar, kitabı inceler.

Çevik çocuğunuzdan, kendisinin hızlı bir trenin makinisti olarak düşünmesini isteyin. Ancak trenin istasyonları var (hızlı koşu bir süre durur); bagajları ve yolcuları indirmek ve yeni bagajları ve yolcuları almak gerekir. Küçük makinist, ebeveynleri ile oynadığı oyunda düzeni sağlamalarına yardımcı olabilir: örneğin anneyi mutfağa “götürerek”, küpleri kutuya “taşıyarak”... Bu teknik aynı zamanda çocuğun dışarıda gezme sırasındaki çabalarını desteklemek için de uygundur: Yürüyüş sırasında farklı hayvanları oynayabilirsiniz: Nasıl yürüdüklerini, jestlerle, “sesleriyle” nasıl iletişim kurduklarını gösterin.

Dış desteklerin (koşullu sinyallerin) oluşturulması da çocuğun kendi kendini düzenlemesine yardımcı olur.

Çocuğun bir eylemden diğerine geçiş yapmasına yardımcı olmak için alarm veya zamanlayıcı kullanılabilir.

“Saate bak. İbre şimdi 1’de. İbre 4’e gelene kadar resim yapacaksın. O zaman saat çalacak ve resmin hakkında konuşacağız.”



Hedefleri sınırlandırın ve detaylandırın.

“Daireler çizmek” sonu olmayan bir süreçtir. Bu, çocuğa sıkıcı ve zor gelebilir.

“Bir sıra daire çiz.”: hedefin belirtilmesi, hedefe ulaşma anının belirtilmesi.

“Üç güzel daire çiz”: amacın somutlaştırılması, kalitenin belirtilmesi.

“Dur, beni bekle, 10’a kadar say ve bir kez daha 10’a kadar say”; görevde ayarlanmış bir artış, çabaların artması.

2-3 YAŞ

Bu yaştaki çocuklar bağımsızlıklarını göstermeyi çok isterler. Çocuğun bir yetişkin kadar hızlı yapamayacağı bir şey yapmasına izin verin ama yine de sabırlı olun, çocuğa başladığı işi bitirmesi için zaman verin ve çabalarını övün. Odaklanmış, uzun süreli eylem deneyimi hiperaktif çocuklar için özellikle önemlidir. Hiperaktif çocuğunuzun örneğin inşaat seti ile inşaat yapmakla ilgilendiğini fark ederseniz ona bu aktiviteyi daha uzun süre sürdürme fırsatı verin. Çorba yapmış ve çocuğa yedirecek olsanız bile hiperaktif çocuğun faaliyetini belirli bir hedefe yönlendirme konusunda gerekli deneyimi kazanması için bunu erteleyin.

Oyun, çocuğun yeni veya “sorunlu” bir durumda davranış kurallarını öğrenmesine olanak tanıyacaktır. Şöyle ki oyuncak yardımıyla yaklaşan bir etkinliğe dair oyun oynanır. Örneğin: “Lyalya bebeğimiz anaokuluna gidecek. Gel, Lyalya gel, merhaba de. Kıyafet dolabın olacak (Gösterelim.). Diğer çocuklarla birlikte masada yemek yiyeceksin (Diğer bebeklerle birlikte masada oturuyoruz.) ve yatakta uyuyacaksın...”

Arkadaşların olacak. Sonra anne seni almaya gelecek.” Bundan sonra aynı oyun çocukla oynanır: “Grupta nasıl merhaba diyeceğini, nasıl yemek yiyeceğini, uyuyacağını, ... “ göster. “Yedi Küçük Keçi” masalı ve “birisi kapıyı çalıyor.” durumunu oynamak, çocuğun güvenli davranış kurallarına hakim olmasına yardımcı olacaktır.

Oyunun kurallarını birlikte geliştirmek davranış kurallarını öğretir.

Örneğin çocuk anaokulundan kötü sözler getirir. Oyun oynamayı teklif edin ve anlaşıp: “Kim kötü söz söylerse ağzından bir kurbağa çıkacak, kim iyi söz söylerse çiçek çıkacak. Kimde daha çok çiçek, kimde daha çok kurbağa olacağını sayacağız.”

Ama çocuk büyür, düşüncesi gelişir. Çocuğa eylemleri planlamanın basit yollarını öğretmek yararlıdır.

Çocuk, ebeveynleriyle birlikte evi temizlemeye hazırlanıyor. “Temizlik için neye ihtiyacımız var? Nastenka; önlüğü, bezleri, süpürgeyi, faraşı hazırlayacağız...” Çocuk, belirli bir emek eylemine katılır ve bunu bir yetişkinin rehberliğinde tutarlı bir şekilde gerçekleştirir. Örneğin hamur yapmak; unu kendisi koyar, süt döker, tuz ekler, karıştırır vb.

Ortak çizim kullanarak çocuğa maksatlı, düzenli bir şekilde hareket etmeyi öğretebilirsiniz.

Bir kâğıt ve kalem aldıktan sonra çocuğunuzla konuşun ve o gün yapacağınız işlerinizi sırayla çizin: “İşte uyandın. Şimdi ne çezeceğiz?

Evet, kahvaltı yaptın. Peki, sırada ne var? Küpleri çizelim. Bu ne anlamı geliyor? Sen oynayacaksın. Peki, ya sonra? Dışarı çıkalım mı? Yolu, ağaçları çiz. İşte seninle birlikteyiz.” Gün boyunca bu plana göre hareket edilir. Yatmadan önce resimden bütün günü hatırlayabilir ve tartışabiliriz.

Daha büyük bir çocuk (5-6 yaşından itibaren) kendisi için böyle bir plan çezecektir ve ilgili bir

şekilde bunu kontrol edecektir (sonuçta oyunu bu hâliyle, yetişkinlerin sürekli “... yapmalısın” şeklindeki yönergelerinden daha çok sevecektir).



Çok sayıda ev işi arasında, çocuğun zorunlu görevleri olabilir ve olmalıdır. Çocuk, tam olarak başa çıkabileceği işlerde yetişkinlere yardım etmekten memnuniyet duyacaktır. Çocukta yerinin doldurulamaz olduğu hissi gelişecektir.

"Nastenka balıkları besliyor, masaya kaşık, bardak, ekmek getiriyor..."

"Bana ... hatırlat. Gözlerin keskin, ipliği geçir... Sen beceriklisin, ... al lütfen."

Büyüyen bir çocuğun zekâsı geliştikçe yetişkinler çocuğa olayların gelişimini tahmin etmeyi öğretir ve onu eylemlerin ahlaki bir değerlendirmesini yapmaya teşvik eder. Bu, çocuğa tepkilerinin dürtüsellikini sınırlamayı öğrenmesine ve genel normlara ve değerlere göre hareket etmesine yardımcı olur.

Örneğin bir peri masalının kahramanının veya gerçek bir kişinin doğru şeyi yapıp yapmadığını tartışın. "Başka ne yapılabilir? Sence ben ne yapardım? Ya sen?"

Çeşitli iletişim durumlarında bir yetişkin hemen tepki vermemeli, şunu önermelidir: "Dene, tahmin et şimdi ne düşünüyorum, ne hissediyorum, ne söylemek istiyorum? Sence neden sana bunu söylüyorum? Neden başka bir şeyi yapmanı değil de özellikle bunu yapmanı istiyorum, sana neden bunu yapmamayı öneriyorum?"

Bir hedef seçme fırsatı yaratın: "Ne istiyorsun ve neden? Sen ne düşünüyorsun ve neden?" "Neden?" sorusu eylemin sebebinin oluşturmak için gereklidir.

Olası gerçek eylemlerin sonuçlarını oynamak, çocuğa gerçek hayatta kendisi için tehlikeli olabilecek bir hatayı yapma hakkı verir ve oyundaki eğitim sayesinde çocuk hemen kendini düzeltebilir, oyunu tekrarlayabilir ve gerçek davranışı için en iyisini seçebilir.

"Tavşan evde yalnızdı. Kutudaki hapları gördü ve şeker olduklarını düşünüp onları yedi. Sonra ona oldu? Ağladı, inledi, midesi ağrıdı, çok kötü oldu. Tavşan, şeker gibi görünen bir şey görürsen ne yapman gerektiğini göster. İşte şimdi de Nastya söyleyecek."



5-6 YAŞ

“Eğer ... olsaydı ne olacaktı?” sorusunu sözlü olarak sorarak da olası sonuçları tahmin edin ve tartışın. Bu tür fanteziler yalnızca zekânın öngörü işlevini geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda yaratıcı yetenekleri de geliştirir ve oyun atmosferi ebeveynleri ve çocukları eğlendirir ve birbirine yakınlaştırır. “Sandalye konuşabilseydi” neler olacağını hep birlikte düşünün; “Çocuklar yetişkinlerden daha uzun olsaydı”; “Banyo musluğundan meyve suyu aksaydı .”

Gerçek **eylemler** sunmak, çocuğun yeni bir durumda kendine güven duymasına ve tutarlı, düzenli bir şekilde hareket etmesine yardımcı olur. Örneğin çocuk ilk kez kendi başına mağazaya (ya da büyükannesine vb.) gitmek zorunda kalacak. Çocuk, eylemlerinin ve düşüncelerinin sırasını doğru ve tutarlı bir şekilde tanımlamalıdır. “Evden çıkacağım, köseyi döneceğim, mağazaya gireceğim, raflarda hangi ekmeklerin olduğuna bakacağım, bir maşa ile dokunacağım, yumuşak olanı seçeceğim, torbaya koyacağım, kaç lira olduğunu hesaplayacağım, cüzdanımdan para alıp kasaya vereceğim, sonra eve gideceğim.” Bu açıklamada çocuk çok fazla fiil kullanır. Bu da aktivitesinin ve odağının farkında olmasını sağlar.

5-6 yaşlarındaki gelecekteki bir birinci sınıf öğrencisinin istemli öz düzenleme yeteneğini geliştirmek için çocuğun okulda öğrenme arzusunu teşvik etmek önemlidir.

Bu amaçla, çocuğa, öğrenci, öğretmen, müdür gibi farklı roller vererek okul oyunu düzenlenebilir. Okulu gezmek, sınıfı göstermek, okul rutini, davranış gereklilikleri hakkında konuşmak, çocukları ilkokul öğretmenleriyle tanıştırmak faydalıdır. Okul oyunu oynamak, öğretim için olumlu bir motivasyon yaratır.

İlk başta oyunda öğretmen rolünü ebeveyn oynar, daha sonra akranlarıyla da böyle bir oyun düzenlenebilir. Eğer çocuk bu oyunu tek başınayken bile oynamaya çalışıyorsa “öğrencilerin” rolünü oyuncak bebekler oynayabilir. Okul oyunu sırasında ilginç veya alışılmadık içeriğe sahip küçük ama duygusal açıdan zengin görevler verin, renkli ders kitaplarını, “ev ödevlerini” kullanın. Bunu yaparken çocukların başarısını ödüllendirin. Çocuk duygusal tatmin yaşadığında bilişsel faaliyetler için çaba gösterecektir.



6-7 YAŞ

Kurallara ilişkin çeşitli oyunlar hem daha büyük okul öncesi çocuklar hem daha küçük okul çocukları için yararlıdır. Bunlar, oyun aktiviteleri dışında kendi kendini düzenleme ve kendi kendini kontrol etme yeteneğini geliştirerek, keyfi davranış için bir temel oluştururlar. Bunlar çeşitli oyunlar olabilir: dama, domino, çocuk kartları, taşlarla “ilerleme” oyunları, toplu “yenir-yenmez” oyunları ve daha birçok başka oyun. Oyuncular kurallara uyduğu sürece oyun devam eder. Kuralların açık ve anlaşılır bir şekilde formüle edilmesini, çocuğun bunları anlamasını sağlayın: Oyundan önce bunları size hatırlatmasını, arkadaşlarına öğretmesini isteyin. Eğer çocuk oyunun kurallarını yeniden anlatabilirse büyük olasılıkla bunlara uymayı başaracaktır. Ancak bazen sabırsız çocuklar ne pahasına olursa olsun kazanmaya çalışırlar, sıraları gelmeden harekete geçmek için acele ederler. Böyle bir çocuğu oyundaki tüm katılımcıların kurallara uyup uymadıklarını gözlemlemesi ve birisi hata yaparsa düzeltmesi için görevlendirin. Kurallardan sapma durumuna karşı komik ama incitici olmayan cezalar üzerinde anlaşmaya varılabilir. “Kontrolör” rolü çocuğu adil davranmaya teşvik edecektir.



Yetişkinlerin çocukların zafer sevincini yaşamalarına izin vermesi kötü olmaz. Sonuçta eğer sadece yetişkin kazanırsa çocuğun devam etmek istemesi pek olası değildir. Başarı durumu, güvensiz çocuğun öz güvenini güçlendirir.

Daha büyük okul öncesi çocukların ve okul çocuklarının spor kurslarına gitmeleri tavsiye edilir. Aşırı **hassas** ve kendi kendini analiz etmeye yatkın çocuklar için arkasında belirli bir olumlu felsefe yatan spor türleri (örneğin, Doğu dövüş sanatları) uygundur.



Hiperaktif çocuklarda, yüksek dürtüsellik ve dikkat konsantrasyonu güçlüğü nedeniyle istemli davranış düzenleyicileri yetersizliği görülür. Çocuk, spor yaparak öz disiplini öğrenir ve iradesi genel olarak güçlenir. Hiperaktif bir çocuğun öğrenme faaliyetlerinde daha başarılı olabilmesi için dikkatinin gelişimine özen göstermek önemlidir.

Konsantrasyon gerektiren oyunları kullanın ve ayrıca “Dur-Başla” gibi aktivite ritmini değiştiren görevler verin. Örneğin herhangi bir gelişimsel görevi gerçekleştirirken (Geometrik şekilleri seçerek gölgelendirmek veya metin içinde arama yapıp belirli harflerin altını çizmek veya bir defterin örneğe göre doldurulması olabilir.), çocuktan “Dur” komutunuz üzerine birkaç saniye duraklamasını ve “Devam” komutunuz üzerine devam etmesini isteyin.

Hiperaktif okul çocukları için yeterli ödev organizasyonu da gereklidir.



Ödevleri birlikte yapın (Bir yetişkinin varlığı disipline eder.), öğrenciden her şeyi yüksek sesle söylemesini isteyin: örneğin hesaplamalar, problemler, bir dil alıştırmadaki metin (Bu konsantrasyonu artıracaktır.). Hiperaktif bir çocukla bu şekilde ödev yapma yöntemi ilkökul için, durumun ciddi olduğu hâllerde de ortaokul için uygundur.

Literatür:

1. Okul öncesi çocuğun zihinsel gelişiminin teşhisi ve düzeltilmesi. Mn., 1997.
 2. İradeyi geliştiriyoruz // Benim Çocuğum, 08.2001.
 3. Çocuğu okula hazırlamak. Tomsk, 1994.
 4. Stolyarenko. Psikolojinin temelleri. Rostov-on-Don, 1996.
- UZ “GKDPND” Psikolog
A.V. Leunenکو

