

“DERS 1 YIL SONRA DA ÖĞRENİLİR ÖNCELİĞİMİZ AKIL SAĞLIĞIMIZ, AİLEMİZ”

Eğitimci - Yazar Dr. Bahar Eriş, koronavirüs tedbirleri kapsamında evlerde izolasyonda kalmak zorunda olduğumuzu çocuklarımıza nasıl anlatmalıyız, bu süreci doğru yönetebilmenin yolları nelerdir Radyo Trafik'e anlattı.

Eğitimci - Yazar Dr. Bahar Eriş'in açıklamalarından öne çıkan başlıklar şöyle:

“AŞIRI DOZDA STRESE MARUZ KALAN ÇOCUĞUN ÖĞRENMESİ DE SEKTEYE UĞRAR”

“Çocuklar esnek varlıklar yani bizim düşündüğümüz kadar kırılgan değiller, bu iyi bir haber ama onlarda bizim tepkilerimizden çok fazla etkileniyorlar. Anne babanın stresi çocuğu duygusal anlamda da etkiler, aynı zamanda öğrenmeye de engeldir. Aşırı dozda strese maruz kalan çocuğun öğrenmesi de sekteye uğrar. Eğer bizler kaygılıysak, kaygı ile baş etmekte zorluk yaşıyorsak ve alınması gereken koruyucu tedbirleri abartılı bir şekilde uyguluyorsak, o zaman çocuklarımıza sakin ve güvende hissetmelerine yardımcı olamıyoruz. Ne yapabiliriz bu durumda? Sakin kalmak ve önlemleri almak yapılabilecek en iyi şey. Bu çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlar. Anne ve babalara bunları söylüyorum. Günlük bir programınız olsun ve o programı mümkün olduğunca uygulamaya çalışın. Çünkü bu çocuğa rutin duygusunu verir, rutinde güven duygusunu verir, güven duygusu da kaygı duygusunun önüne geçer. Mesela duygusunu ifade edeceği alanlar açmak lazım. Resim aracılığıyla, serbest oyun aracılığıyla, sohbet aracılığıyla duygusunu dışarı vurması çok önemli, çok soru sormalı ve soru sormasına izin verilmeli, soruları geçiştirilmemeli.”

“DERS 1 YIL SONRA DA ÖĞRENİLİR ÖNCELİĞİMİZ AKIL SAĞLIĞIMIZ, AİLEMİZ”

Koronavirüs tedbirleri kapsamında kendimiz karantinaya aldığımız bu günlerde çocukları evde oyalamak da oldukça zor bir hal alıyor. Parka gitmek isteyen, arkadaşlarını görmek isteyen, canı sıkılan çocuklarımız evde kalmakta zorlanıyor. Sürekli neden evde olduğunu anlamlandırmaya çalışan çocuklara nasıl yaklaşmalı, bu salgın sürecini onlara nasıl anlatmalı Dr. Eriş şöyle değerlendiriyor:

“Böyle bir durumda dürüst olmak gerektiğini düşünüyorum, şu anda bizde bilmiyoruz, en kısa zamanda olmasını diliyoruz. Şu anda en önemli önceliğimiz evde birlikte olmak, sağlığını koruma altına almak, ama şu anda yetkililer bu konuyla ilgili çalışıyorlar, en kısa zamanda bunun olması için çaba gösteriyorlar. Biz bu süreç içerisinde güzel vakit geçirmeye çalışalım. Parka gidebilene kadar biz burada neler yapabiliriz, bir şekilde bunu çocuklarla dürüst bir şekilde konuşmak gerekiyor. Çünkü onlara 2 ay sonra ya da 10 gün sonra çıkabileceğiz deyip, 10 gün sonra yine çıkamıyorsa gelirse bu sefer güvenlerini de yitirirler. Oyun da çok önemli bir yöntem mesela, çünkü çocuklar için oyunun sağaltıcı bir etkisi var. Oyun sırasında kendi duygularını işlemeye başlıyorlar, parka gidememe konusunu oyunlaştırdıkları zaman o da onlar üzerinde sağaltıcı bir etki yaratıyor. Herkesin söylediği bir şey var, olağanüstü bir dönemden geçiyoruz. Şu anda dersler vs. bunların hepsi 2. planda. Şu anda hayatta kalmaya çalışıyoruz. Dersleri 1 yıl sonrada 2-3 ay sonrada öğreniriz ama akıl sağlığımızı korumak birinci önceliğimiz. Aile dinamiklerimizi, aile içi iletişimimizi en olumlu şekilde korumaya çalışmak, birinci öncelik bu diyen kişiler var bende bu kişilere kendimi yakın buluyorum. Yani bilgi her zaman, her yerden ulaşılabilir durumda. O yüzden biraz daha geç öğrenirler ama nasılsa öğrenecekler bunu, önemli olan ruhsal sağlığın bozulmaması. Bir program olmasını yine de savunuyorum, siz programınızı yapın o sizin yol haritanız olur ama yüzde yüz uyum beklemeyin, mükemmellik

beklememek lazım. Olduğu kadar, yeterince iyi. Her şey saat gibi işlemek zorunda değil öyle bir dönemden geçmiyoruz. Olduğu kadar ile idare edeceğimiz ama yine de o planın ve programın olması bize bir çerçeve sağlar. Ama yüzde yüz uyum beklememek gerekiyor benim şahsi görüşüm bu.”

ÇOCUĞA KİTAP OKUMA ALIŞKANLIĞI KAZANDIRMAK İÇİN NE YAPILMALI?

“Her çocuğun odaklanma süresi farklıdır. Bu konuya göre de değişir çocuğa göre de değişir onu çocukla birlikte tespit etmek lazım ve ona saygı göstermek lazım. Bazı çocuklar 10 dakika boyunca odaklanabilir ve 10 dakika sonra yorulmaya başlayabilir, bazı çocuklar ise 20 dakika devam eder bazıları ise yarım saat yoğunlaşabilir. Ona bakıp onun için en uygun olan neyse o aralıkta ilerlemek en sağlıklıdır.”

Kitap okumak da yine çocuktan çocuğa değişen bir şey, bazı çocuklar içsel olarak kitabı okumak istiyorlar, yönlendirmeye gerek olmayabiliyor. Ailece okuma saatleri çocuğun okuma alışkanlığının gelişmesinde faydalı olabiliyor. Ailece bir okuma saati yapabilirsiniz, herkes o süre içerisinde okuyabilir. Fakat siz o süre içerisinde cep telefonunuzla ilgilenirseniz çok bir anlamı kalmaz. Ama hep birlikte bir kitap okuma saati güzel bir alışkanlık, güzel bir uygulama olur ben bu şekilde düşünüyorum.”

“ÇOCUKLA BİRLİKTE OYUN OYNAMAK ZİHİNSEL FAALİYETLER YAPMAK GEREKİYOR”

Söz ettiğim durum ‘erken işaretler’ bu erken işaretlerin varlığı bir yüksek potansiyelin olduğuna dair bize bir bilgi veriyor. Ama tabii daha çok küçük çocuk, bu kadar küçük yaşta ki çocuğa her hangi bir değerlendirme yapılmasına ihtiyaç yok. Ne yapabilirsiniz? Büyük olasılıkla çocuk erken okumaya da başlayacak, yani erken konuşmaya başlamış, birlikte kitaplar okuyabilirsiniz, birlikte sohbet edebilirsiniz. Gerçekten kitap okuma meselesi çocuğun zihnini çok geliştiren bir şey. Yüksek sesle kitap okumak, çocuğun kelime dağarcığını inşa edilmesine yardımcı olur. Bu konuyla ilgili yapılmış araştırmalar da var. 3 yaşına kadar kendisiyle sürekli kitap okunmuş, kendisiyle sürekli olarak konuşulmuş ve iletişimde bulunulmuş çocuklar, hiç bu imkânlara sahip olmamış çocuklara göre 30 milyon kelime daha avantajlı oluyor. Hatta 30 milyon kelime diye bir kitapta vardır bununla ilgili, yani bu zekâyı çok destekleyen bir şey. Onun dışında çocukla oyun oynamak, 1-2 yaşından sonra sürekli olarak bir şekilde çocuğun zihinsel yönünü besleyecek faaliyetler yapmak gerekiyor. Normal koşullarda birlikte müzelere gidin, birlikte sergilere gidin, tiyatrolar, kütüphaneler vs. bunlara gidin derim, ama şu anda bunları yapamıyoruz. Şu anda yapabileceğimiz en iyi şey evimizin içerisinde kitap okumak. Bu konuyla ilgili, üstün yetenekle ilgili yazılmış Türkçe çok güzel kitaplar var. Bu kitapları okuyabilirler ve bu şekilde o çocukların özelliklerinin neler olduğunu ve nasıl yaklaşmaları gerektiğini anlayabilirler.

“HER ÇOCUĞUN İÇİNDE POTANSİYEL VAR”

“Bazı çocukların yaşlarından belirgin düzeyde, belli alanlarda daha ileri olduğuna ve bu yüzdede hem akademik hem sosyal hem de duygusal açıdan desteklenmeleri gerektiğine inanıyorum. Ama bununla birlikte her çocuğun içerisinde de bir potansiyel olduğuna inanıyorum. Aşırı derecede meraklı olmak, bir şeye çok aşırı tutku duymak, çok farklı konular arasında orijinal bağlantılar kurabilmek, sorgulama, otoriteye karşı çıkmak vs. veya çok yalnız olmak... Çünkü yaşlıları

başka konularla ilgilenirken, onlar çok daha ince düzeyde veya farklı konularla ilgilenebiliyorlar bu da arkadaşlık kurmalarının önüne geçebiliyor.”