

ÇOCUKLARDA PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ NASIL KAZANILIR?

Çocuklarımızın kendi sorunlarını çözebilme yeteneklerine sahip olması hem sosyal hem de psikolojik gelişimlerinde büyük rol oynuyor. Psikoloji Uzmanı Deniz Erden, erken yaşlardan itibaren bu beceriyi sahip olan çocukların sorunların üstesinden daha kolay gelebildiklerini ve daha az kaygı yaşadıklarını söylüyor. Bu noktada ebeveyn olarak bize düşen görev ise çocuklarımıza iyi bir rol model olabilmek.

Çocuğunuzla ilgili “Kendi kararlarını verebilen, sorunları karşısında çözüm üretebilen ve insan ilişkileri kuvvetli” cümleleri duyunca kendinizi nasıl hissedeceğinizi düşünün. “Mutlu” ve “başarılı” olduğunuzu hissettirecek bu cümleleri duyabilmek için çocuk yetiştirirken pek çok noktaya dikkat etmeniz gerektiğini söyleyebiliriz. Çünkü hiçbir çocuk, bu özelliklerle dünyaya gelmiyor. Biz öğretmeden çocuklarımızdan bu özelliklere göre davranmalarını beklememiz gerekiyor. Peki, ne yapmalıyız?

Problem çözme becerisi için öneriler

Çözümün sadece parçası olun

Kişisel, sosyal ve mesleki alanlarda karşılaşılan problemleri çözebilmek için, eleştirel düşünme, planlama ve organize etme, gözden geçirme ve değerlendirme becerilerine sahip olmak gerekiyor. Bu nedenle yaşamın ilk yıllarından itibaren bu becerinin desteklenmesi önem taşıyor.

Psikolog Deniz Erden, anne-babalar olarak, çocuklarımızın bu becerilerinin gelişiminde çözümün tamamı değil sadece bir parçası olmamız gerektiğinin altını çiziyor. “Kendi kararlarını verebilmeleri ve problemlerin üstesinden gelmelerini öğreterek, onları başkalarına bağımlı bireyler olmaktan kurtarabiliriz” diyen Psikolog Deniz Erden, bu nedenle çocuklara uygun bir eğitimle problem çözücü düşünme biçiminin kazandırılmasının önemine işaret ediyor.

Midesi ve başı ağrıyorsa...

Çocuklarda bu yetinin gelişmesine paralel olarak kendilerine güvenlerinin de güçleneceğini belirten Psikolog Deniz Erden, “Çocuklarımız günlük yaşamında zorluk düzeyi değişken olan birçok sorun ile karşılaşabilir. Problem çözme becerisi daha zayıf olan çocuklar zor görünen durumlardan kaçabiliyor. Sorunu çözmek yerine durumdan uzaklaşmayı ya da hiç dahil olmamayı tercih ediyor. Çözüm üretemeyeceğini düşünen çocukta aynı zamanda kaygı düzeyi artıyor, baş ağrısı, mide bulantısı şikayetler de görülebiliyor” diyor.

Farklı seçenekleri olduğunu gösterin

Bazı çocukların, arkadaşı tarafından oyuncuğı elinden alındığında hemen arkadaşına vurduğunu ya da bu tarz tepkiler gösterdiğine şahit olmuşuzdur. Bu tür davranışlara, problemle karşılaştıklarında nasıl yaklaşmaları gerektiğini bilemeyen çocuklarda karşılaştıklarını belirten Psikolog Deniz Erden, “Bu çocuklar dürtüsel olarak akıllarına ilk geleni yapıyor” diyor.

Çocuğa, uygulayabileceği farklı seçeneklerinin de olduğunu öğretmek gerektiğini anlatan Psikolog Deniz Erden, sözlerine şöyle devam ediyor: “Unutmayın ki; çocuklar günlük hayatta karşılaşılan problemleri çözebilmek için gerekli sosyal becerileri büyürken kazanıyorlar. Yalnızca anne ve babalarından gördükleri yöntemleri değil, öğrenerek, etraflarındaki diğer yetişkinlerden de model alıyorlar. Ayrıca zaman içinde edindikleri kendi deneyimleri de ekleyerek problemlerinin çözümü için bir repertuar geliştiriyor ve zamanı geldiğinde kendince uygun olanı kullanıyor.”

Aşırı koruyucu ya da baskıcı olmayın

Araştırmalara göre, aşırı koruyucu ve aşırı baskı ve disiplinli olmak çocuklarda problem çözme becerilerinin gelişmesini engelliyor. Tam tersine demokratik ebeveyn tutumlarının ise çocuklarda problem çözme becerilerinin gelişmesine katkı sağladığını belirten Psikolog Deniz Erden, ebeveynler için yol gösterici olabilecek önerilerini sıralıyor...

Problem çözme becerisi için bu 6 öneriyi dikkate alın:

Çocuğunuzu cesaretlendirin: Bir sorunla karşılaştığında çözüm yolu bulması için çocuğunuzu cesaretlendirin ve onu konu hakkında düşünmesi için teşvik edin.

Sorunu kesinlikle siz çözmeyin: Çocuğunuzun sorununu sürekli siz çözerseniz, ileride bu konuda sıkıntı yaşayacak ve çoğu zaman da bu problemlerle baş edemeyecektir. Bu nedenle kendi kendine çözüm bulması için fırsat verin. Gerektiğinde yardıma hazır olduğunuzu belirtmekten çekinmeyin.

Küçük sorumluluklar verin: Kendine güveni olan çocuk sorunlarla baş ederken daha rahat olur. Bu nedenle ona ev içinde küçük sorumluluklar vererek kendine olan güveni artırmaya çalışın.

Düşüncelerini sorun: Fikirlerini özgürce belirtebilen bir çocuk, sorun çözerken kendi kararlarının önemini anlayabilecek ve bu doğrultuda hareket edecektir. Bu nedenle her zaman çocuğunuzun fikirlerini sorun ve neden böyle düşündüğünü anlamaya çalışın.

Farklı konularda kitap okuyun ya da film izleyin: Çocuğunuza kitapta ya da filmde olan karakterlerle ilgili sorular sorun. Örneğin; kitaptaki karakter bir sorunla karşılaşmıştır, siz de çocuğunuza “Eğer, sen onun yerinde olsaydın ne yapardın?” diye sorabilirsiniz. Böylece ona farklı sorunlar hakkında düşünme fırsatı vermiş olursunuz. Her yaşta çocuğun izlemesi gereken en iyi filmler için tıklayın

Çeşitli yollar öğretin: Ona çözümü hazır olarak sunmak yerine bir sorunla nasıl baş edilmesi gerektiği konusunda bilgi verin. Bu durumu farklı örneklerle anlatmaya çalışın.

Kaynak: <https://indigodergisi.com/2017/09/cocuklar-problem-cozme-becerisi/>