

KARANTİNA DÖNEMİNDE ANNE BABALARA ÖNERİLER.

Dışarı çıkamadığımız korona günlerinde, sizler de sevgili öğrencilerimizle birlikte evlerinizde çeşitli etkinlikler yapmak zorunda kaldınız.

Çocuklarımızın eğitim hayatından ve sosyal yaşamdan kısmen uzak kaldığı şu günleri, avantaja çevirecek velilerimiz, çocuklarının bu dönemden gelişerek çıkmalarını sağlayacaklardır.

Bir örnek hikâyeden bahsetmek istiyorum. Danışmanlık yaptığım velilere sık sık anlattığım bu hikâyeye, kelebeğin yaşam döngüsüyle ilgilidir.

Bir tırtıl, kelebeğe dönüşmek üzere kozasını örmüş. Uzun bir zaman geçip, gelişiminin sonuna yaklaştığı dönemde, oradan geçen bir kişi kozanın içindeki hareketliliği görmüş ve kelebeğin çıkmaya uğraştığını sanmış. Ve tırnağıyla onun çabasına yardım için kozayı kenarından yırtarak, kanatlarının dışarı çıkmasını sağlamış. Bu kişinin yardımıyla kelebek kozadan kolayca çıkmış, daha sonra kanat çırpmaya çalışmış, ancak uçamamış.

Çünkü çevresindeki kozayı yırtmak için çaba gösteren kelebeğin, kanat kasları kozayı zorlarken gelişmekte ve uçmaya hazır hale gelmektedir.

Kelebeğe yardım olsun diye iyi niyetle kozayı yırtan kişi, aslında ona kötülük yapmıştır.

Bizler de çocuklarımızın kanatlarının gelişip sağlıklı bir şekilde uçmaları için onların kendi başlarına iş yapmalarına fırsat vermeli ve gelişimlerini engelleyecek hareketlerden kaçınmalıyız.

Çocuklarımızın kendi sorumluluklarını almasını, kendi işlerini kendilerinin görmesini sağlamalıyız.

Birçok ebeveyn, çeşitli düşüncelerle çocuğun yapması gereken pek çok şeyi onun yerine yaparak(örneğin yemeğini yedirerek, yazılarını yazarak, resimlerini boyayarak) onun gelişmesini engellediğinin farkında değildir. Çocuğun ilerleyen zamanda hayata atıldığında ayakları üzerinde durmasını engelleyen bu davranışlar çocuklara büyük zararlar vermektedir.

Ben içinde bulunduğumuz şu günleri de, kozamızı örerek dış dünyadan gelecek tehlikelerden korunduğumuz ve kendimizi geliştirerek günü geldiğinde kanatlarımızı açıp uçacağımız günlere benzetiyorum.

Çocuğumuza bu günlerde vereceğimiz zihinsel ve diğer becerilerini geliştirecek katkılar, ileride onun daha rahat uçmasını sağlayacak kanatlarının gelişmesine fırsat olarak değerlendirilmelidir.

Buradan hareketle evde kaldığımız bu günlerde çocuklarla neler yapılabilineceği konusunda biraz bilgi aktarmak istiyorum.

İlk başta biraz önceki aktardığım hikaye paralelinde, kendi sorumluluklarını yerine getireceği motivasyonu oluşturmamız.

Bunun için ilk önce hem ev içindeki işlerde, hem de öğrencimizin kendi işlerinde uygulanabilecek gerçekçi bir haftalık plan yapmalıyız.

Bu plan ebeveynlerin yapıp, çocukların uygulayacağı bir plan değil, evde bulunan herkesin birlikte yaptığı bir plan olmalıdır. Bu plan abartılı ve uygulanamayacak bir plan olmamalıdır. Herkesin rahatlıkla yapacağı gerçeklikte olmalıdır.

Çocuğunuzun kendi yapmak istediği etkinlikleri sınırları belirlenmiş ölçüde kabul edip, büyükçe yazılı bir metin haline getirerek, evin görünen bir yerine asmalıyız.

Çocuğun yapabileceği işlerin içine evdeki yemek, temizlik vb. İşlere yardım edeceği bir planlama yapmalı, görevlerini belirlenen zamanda yerine getirmesi için fırsat tanımalıyız.

Özellikle ders çalışma bahanesiyle evdeki sorumluluklarından kaçmasına fırsat vermeyecek, anlaşmalar yapılmış bir plan, bir süre sonra keyifli bir uygulamaya dönüşecektir.

Bu planın içinde ders çalışma ve oyun vb. Zamanları da çok net olarak belirtmeli ve zamanları hatırlatmak için alarm vb. uygulamalarla adapte olmasını ve itirazların ortadan kalkmasını sağlamalıyız.

Bu plan çerçevesinde çocuğumuzla birlikte yapacağımız etkinliklerin damlaya damlaya göl olacağını ve bu günlerde öğrenilenlerin gelecekte çok başka boyutlara dönüşebileceğini de unutmamalı ve birlikte yapılacak etkinliklere de yer vermeliyiz.

Bu etkinliklerle ilgili her yaş grubuna uygun birçok uygulama internette bulunmaktadır. Özellikle youtube ve pinterest'te örnekleriyle anlatımlar bulunmaktadır.

Bu etkinlikleri yaparken, çocuğunuzun yaptığı her şeyin önemli olduğunu unutmayın. Onların bahçeden bulduğu bir taşı boyayarak yaptığı da bir sanattır. Bunu överseniz ilerde onun farklı yaratıcı düşünceler geliştirmesine neden olursunuz.

Bir kere bile kendi yetişkin bakışımızla çocuğunuzun eserine burun kıvrduğunuzda onun kendi başına bir şeyler yapmaya devam etmesini ve yaratıcılığının gelişmesini engellersiniz. Aksine yaptığı şeylerin güzel olduğunu belirttiğinizde, daha farklı ve yeni buluşlar yapmasının yolunu açarsınız.

Birlikte yapacağınız çalışmalar içine oyun oynamak, resim yapmak, spor yapmak, belgesel izlemek gibi etkinlikleri eklediğinizde paylaşımlarınız daha da genişleyecektir.

Etkinlikler dışında çocuklarımızın ve ailemizin akıl sağlığını korumak için gerçekleştireceğimiz davranışlar üzerinde de durmak istiyorum.

İçinde bulunduğumuz günler bizimde kaygı duyduğumuz günlerdir. Ailemize, çocuklarımıza, çevremize karşı sorumluluklarımızın arttığı günler yaşıyoruz.

Kaygılarımızı çevremize yansıtmaktan kaçınarak, onların da kaygılanmasını engellemeliyiz.

Ev kuralları ve dış temas konusunda sakin konuşmalar yaparak, bilinçli davranışlar geliştirmelerini sağlamalıyız.

Gerginliği artıran haberleri izlemeyi en aza indirmeli, sosyal medya paylaşımlarını çok gerekmedikçe çevremize iletmemeliyiz.

Mevcut durumla ilgili başkalarını suçlayıcı konuşmalardan vaz geçip, durumu normalleştirmeliyiz.

Bu süreçte ailemizin ve kendimizin akıl sağlığını korumak, öncelikli görevimiz olmalı, geleceğe umutla bakmaktan vazgeçmemeliyiz.

İlk başta belirttiğim gibi, bu dönemden kendimiz ve ailemizin diğer bireyleriyle birlikte gelişerek çıkacak yöntem ve uygulamaları sistemli bir şekilde uygulayarak, bu günleri sağlıklı olarak atlatmak en temel meselemiz olmalıdır.

Mete Akoğuz Eğitim Uzmanı

