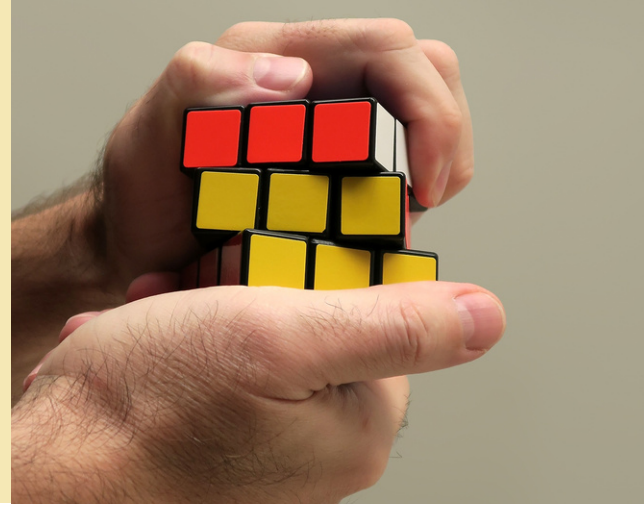




problem çözme becerileri- pozitif yaklaşımlar



PROBLEM ÇÖZMEDE POZİTİF YAKLAŞIMLAR



BİRÇOK ANNE- BABA, MODERN AILE KÜLTÜRÜNDE ÇOK FAZLA ÖNEMSENDİĞİ İÇİN, “DERTSİZ GEÇEN BİR ÇOCUKLUK İYİ GEÇMİŞ BİR ÇOCUKLUKTUR.” INANCINI BİLİNÇDİŞİNDA BESLİYOR. BU NEDENLE ÇOCUKLARINI GÜNLÜK STRESTEN KORUMAYA ÇALIŞIYOR, ÇOCUKLARININ YANINDA HIÇ TARTIŞMIYOR VE ONLARI SÜREKLİ MUTLU ETMEK İÇİN PAHALI OYUNCAKLAR, HEDİYELER ALIYOR.

ELBETTE HIÇBİR ANNE-BABA, ÇOCUKLARININ, ÖZELLİKLE İLK YAŞLARININ KONTROL EDEMeyecekleri sorunlarla geçmesini istemez, ÇÜNKÜ HEPİMİZ GÜVEN DUYGUSUNUN RUH SAĞLIĞI İÇİN NE DENLİ ÖNEMLİ OLDUĞUNU BİLİRİZ. FAKAT TÛMÛYLE SORUNSUZ GEÇEN BİR ÇOCUKLUK, SORUNLU VE ADIL OLMAYAN BİR DÛNYAYA ÇOCUKLARI PSİKOLOJİK OLARAK HAZIRLAMAZ VE AILEDE AŞAĞIDAKİ DURUMLARI YARATABILIR.

ÇOCUKLARIN SORUNLARIYLA BAŞEdebilmesini engelleyen aşırı koruma.

ÇOCUKLARIN SORUNLARA YENİ ÇÖZÜMLER BULMASINI SAĞLAYACAK YARATICILIK POTANSİYELLERİNİN BASTIRILMASI.

GERÇEKLERE TERS DÜŞECEK ŞEKİLDE, YAŞAM SORUNSUZMUŞ GİBİ DAVRANMA.

OLUMSUZ DUYGULARIN BASTIRILMASI GİBİ SAĞLIKSIZ ALIŞKANLIKLAR EDİNME.

SONUNDA BİR KRİZ ORTAYA ÇIKANA KADAR PROBLEM ÇÖZMEYİ ERTELEYEREK, HEM ÇOCUĞUN HEM DE ANNE-BABANIN SORUNU ARTIK ÇÖZÜLEMeyecek bir duruma getirmesi.

ÇOCUKLARINA YETERİNCE İYİ ANNE-BABALIK YAPAN BİREYLERİN KENDİLERİNİ SÜREKLİ YETERSİZ OLARAK NİTELENDİRMELERİ VE SONUÇTA GEREĞİNDEN FAZLA ENDİŞE DUYMALARI.

OYSA ÖNEMLİ OLAN, ÇOCUKLARIN RUH SAĞLIĞINA ZARAR VEREN SORUNLARIN VARLIĞI DEĞİL, SORUNLARIN ÜSTESİNDEN NASIL GELİNDİĞİDİR

“BAŞINIZDAN GEÇENLER HEP HOŞ ŞEYLER
OLURSA, CESUR BİR İNSAN OLAMAZSINIZ.”

MARY TYLER MOORE

ÖYLEYSE ÇOCUKLARINIZIN KARŞILAŞTIĞI SORUNLARLA BAŞA ÇIKABİLMELERİ İÇİN ONLARA YAPICI OLARAK NASIL YARDIM EDEBİLİRSİNİZ?



ÖRNEĞİN PROBLEM ÇÖZME KONUSUNDA “İYİ BİR MODEL” OLARAK. ANCAK ANNE-BABA, ÇOCUĞUNUN SORUNUNU ÇÖZMEK İÇİN HEMEN ORTAYA ATILDIĞINDA ÇOCUK, KENDİSİ İÇİN HIÇBİR ŞEY YAPAMAZ HALE GELEBİLİR. O HALDE AŞAĞIDAKİ ÖNERİLERE BİR GÖZ ATMAKTA YARAR VAR.

1. POZİTİF TUTUMU SÜRDÜRME: ÇOCUĞUNUZUN PROBLEMLERİNİ KENDİSİNİN ÇÖZMESİ KONUSUNDA “AŞIRI KORUMACI” DAVRANIYORSANIZ KENDİNİZE AŞAĞIDAKİ CÜMLELERİ TEKRAR EDİN.
“ÇOCUKLAR, SORUNLARINI ÇÖZEREK PSİKOLOJİK OLARAK GÜÇLENİRLER.”
“ÇOCUKLAR, PROBLEM ÇÖZME YOLUYLA ÇOK DEĞERLİ YAŞAM BECERİLERİ EDİNİRLER.”
“POZİTİF VE YAPICI ŞEKİLDE ELE ALINIRSA, ÇOCUKLAR HER DUYGUSAL TRAVMAYI ATLATABİLİRLER.”

2. YETERİNCE MÜDAHALE: “BİZLER ÇOCUKLARIMIZA ÇÖZMELERİ GEREKEN PROBLEMLER VERMEK YERİNE UNUTMAMALARI GEREKEN YANITLAR VERİRİZ.” ROGER LEWIN

BU NEDENLE ÇOCUĞUNUZA YARDIM ETMEDEN ÖNCE NASIL BAŞA ÇIKTIĞINIZ KONUSUNDA ANILARINIZI BİR YANA BIRAKARAK AŞAĞIDAKİ SORULARI KENDİNİZE SORABİLİRSİNİZ. “BU SORUN, TAMAMIYLA ONUN SORUNU MU YOKSA BENİM YA DA BİR BAŞKASININ SORUNU ÇÖZMEDE ÜSTLENMESİ GEREKEN SORUMLULUKLAR VAR MI?” “BU SORUNU ÇÖZMESİ İÇİN ÇOCUĞUMUN BECERİSİ VE DENEYİMİ YETERLİ Mİ?” “BU SORUNLA BAŞA ÇIKABİLMESİNDE BAŞARI ŞANSI NEDİR?”

3. DESTEK OLMA: HER NE KADAR ARKA PLANA ÇEKİLMEME VE ÇOCUĞUNUZUN KENDİ SORUNUNA KENDİ ÇÖZÜMLERİNİ GETİRMESİ GEREKTİĞİNE KARAR VERİLSE DE ANNEBABANIN ONA DESTEK OLMAK GIBI ÇOK ÖNEMLİ BİR ROLÜ DE VARDIR. ONU TEŞVİK EDEBİLİR, AĞLAMASI İÇİN OMZUNUZU HAZIR TUTABİLİR YA DA ONU KUTLAMAK VEYA BAŞARISINI PAYLAŞMAK İÇİN BİR KENARDA BEKLEDİĞİNİZİ SÖYLEYEBİRSİNİZ.

4. PROBLEM ÇÖZME STRATEJİLERİ ÖĞRETME: AŞAĞIDAKİ STRATEJİYİ ÖNCE BİRLİKTE ÇÖZMENİZ GEREKEN BİR SORUNDA KULLANIN VE DAHA SONRA KENDİSİNİN TEK BAŞINA KULLANMASINI SAĞLAYIN. BU STRATEJİDE BEŞ AŞAMA VARDIR.

- **KONUŞ:** ÇOCUKLARIN ÇOĞU YA SORUNLARINI BAŞKALARINA HİSSETTİRMEZ YA DA FARKLI BİÇİMLERDE DIŞAVURUR. BU NEDENLE; ATILACAK İLK ADIM KENDİLERİNİ ÜZEN YA DA ENDİŞELENDİREN KONUYU ÇOK GÜVENDİKLERİ BİRİSİYLE KONUŞABİLMELERİNİ SAĞLAMAKTIR.
- **DÜŞÜN:** ÇOCUĞUNUZA HERHANGİ BİR EYLEME GEÇMEDEN ÖNCE SORUNU TÜM AYRINTILARIYLA DÜŞÜNMESİ VE YENİ FIKIRLER ÜRETMEK KONUSUNDA ONA ÖNERİLERDE BULUNABİLİRSİNİZ.
- **HAREKETE GEÇ:** BU AŞAMADA ÇOCUĞUNUZUN UYGULAMAYA YÖNELİK BİR EYLEM PLANI YAPMASINA YARDIM EDEBİRSİNİZ.
- **DENETLE:** KENDİ KENDİNİ DENETLEMESİ İÇİN ONU TEŞVİK EDEBİLİR VE ONA BU KONUDA ÖNERİLERDE BULUNABİLİRSİNİZ. AYRICA KONTROL KONUSUNDA BAŞKASININ YARDIMINI İSTİYORSA EYLEM PLANININ BİR PARÇASI OLARAK BU KİŞİYLE SÜREKLİ İLETİŞİM İÇİNDE OLMASINI SAĞLAYABİLİRSİNİZ.
- **ÖDÜLLENDİRME:** SORUNUNU ÇÖZMEK, ÇOCUK İÇİN YETERİNCE BÜYÜK BİR ÖDÜL OLSA BİLE, ÇOCUĞUNUZU [SORUNU ÇÖZMESE DAHI] GÖSTERDİĞİ “ÇABA” İÇİN DE ÖDÜLLENDİREBİLİRSİNİZ.

ÇOCUKLARINIZLA BİRLİKTE MUTLU BİR YAŞAM
DİLEĞİYLE...