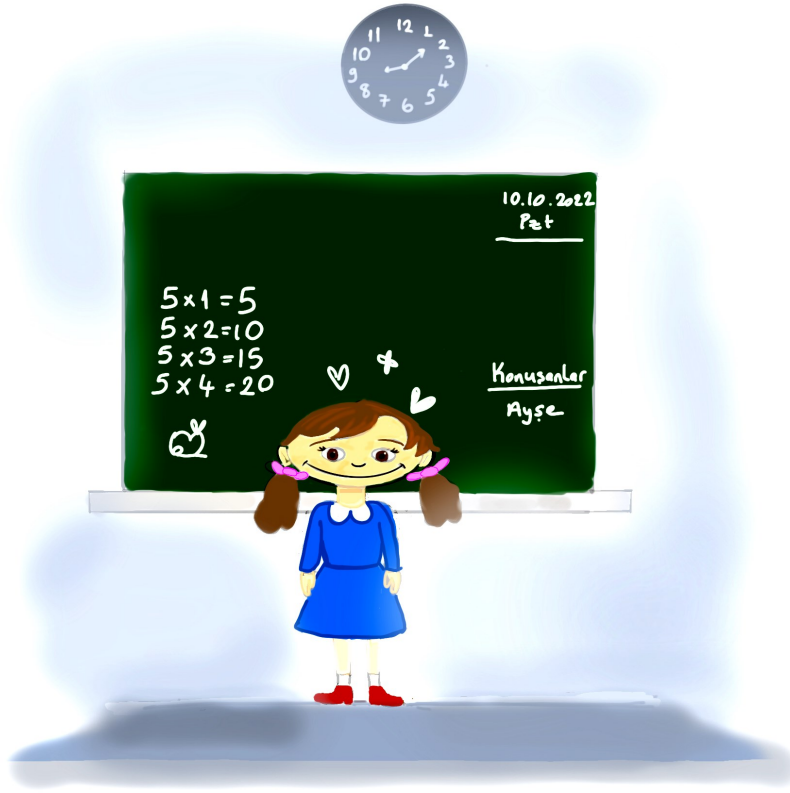


Okul Çağı

Aile Çalışmaları Birimi

Bülten 9

Ekim-Kasım



Bu sayıda:

Okul Çağı Çocukluk Dönemi ve Öz-Denetim 2-3

Okula Başlarken... 4-5

Öğretmenlerin Çocukların Psiko-Sosyal Gelişiminde Önemi 6-7

Çocuklarda Zorbalık 8-9

Okul Çağı Çocukluk Dönemi ve Öz-Denetim



Bir önceki bültenimizde başlatmış olduğumuz çocukluk çağı dönemlerini açıklamaya ve bazı özelliklerini sunmaya devam ediyoruz. ‘Erken çocukluk’ döneminin ardından, 5-10 yaş aralığına tekabül eden ‘okul çağı’ dönemi vardır. Her dönemin kendine has özellikleri olduğu gibi bu dönemin de belirleyici unsurları vardır. Belki de çocuk ve ebeveynler için temel bir değişiklik yaşandığından dolayı bu dönem de oldukça önemli. Çocuk okula gitmeye ve ebeveynlerinden minik minik ayrışmalar ve kopuşlar yaşamaya başlar. Ebeveynlerinin olmadığı kalabalık ve ebeveynlerinin harici koyulan kurallar dolu bir ortama giriş yapar. Artık görece sorumluluk ve kontrol kendisine geçmeye başlamıştır.

Okul çağı çocukluk dönemini sınırsız konu ve özelliklerle bağdaştırıp açıklayabiliriz. Bu yazıda ise çocuğa geçen sorumluluğa ve öz-denetime değinilecektir. Öz-denetim, kişinin değer verdiği hedefleri ile anlık olarak çıkan ve kişinin değerlerinden sapmasına yol açabilen durumlar çatıştığında duygusal, davranışsal ve dikkat ile ilgili dürtülerini gönüllü olarak düzenlemesi anlamına gelmektedir (Duckworth ve ark., 2014). Okul çağına geçildiğinde çocukların fiziksel ve sosyal ortamları değiştiğinden öz-denetim geliştirip bunu uygulamaları gerekmektedir çünkü artık neredeyse sürekli yanında olduğu ebeveynleri uzaktadır. Bu durum da bazı duygusal ve davranışsal zorlantıları beraberinde getirebilir. Kurallar, görece çoğu çocuğun geleceği için önemli olduğundan kendisini ona göre ayarlamak ve düzenlemek durumundadır. Bazı kuralların olması hayatı daha yaşanır kılabilir ve medenileşmeyi sağlayabilir. Diğer bir deyişle, başkalarının kurallarına tabi olmak zorundadır. Yani, çocuk yavaş yavaş bireyselleşmeye başlamaktadır. Öz-denetime sahip olmak sosyal yetkinliğe ve daha olumlu ilişkilere sahip olmaya temel olabilir (Eisenberg ve ark., 2014). Ek olarak; Duckworth ve arkadaşlarının (2010) araştırmasında duygularını, davranışlarını ve dikkatlerini düzenleyebilen çocukların derslerinden daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır.

Aslında, öz-denetim gibi yaşın getirdiği bir gelişme olarak görünen faydalar salt olarak belirli bir yaşa geldiği için değildir (Duckworth ve ark., 2014). Çocuğa bu özelliklerin temelini atabileceği ve gelişim gösterebileceği bir ortam sağlanmalıdır ki çocuk da bir ilerleme gösterebilsin. Akranlarıyla, kendisinden büyük okul arkadaşlarıyla ve çocuğa ilgi gösteren yetişkinlerle sosyal bir etkileşim içinde olmalıdır (Bodrova ve Leong, 2007). Bu sayede, çocuk sosyalleşerek ve ötekilerin davranışlarını modelleyerek öğrenebilir (Bandura, 1977). Öz-denetim, tıpkı keman çalmak, matematik ve futbol öğrenmek gibi direkt olarak öğretilen ve pekiştirilebilen bir özelliktir (Strayhorn, 2002).



Öz-denetimin önemli bir gerekliliği de hazzı erteleyebilme yetisidir (Duckworth ve ark., 2014). Yani, çocuk anlık olarak verdiği tepkileri ya da erişmek istediği hazzı erteleyebildiği derecede öz-denetime sahip olur. Okula başladıktan sonra tabi olunan kurallar çocuk için bir kastrasyon yani engellenme etkisi yaratabilir. Sonuçta, belki de hemen yerine gelen istekler artık anında gerçekleşmeyecektir. Kısacası, öz-denetim belli bir derecede tahammül etmeyi de çocuğa öğretecektir. Bu tarz becerileri geliştirmek de çocuğun yetişkin hayatını olumlu bir taraftan destekler.

Psk. Melike Lâl USTALAR

Referanslar

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
- Bodrova, E., ve Leong, D. J. (2007). *Tools of the mind: The Vygotskian approach to early childhood education*. Pearson Education.
- Duckworth, A. L., Gendler, T. S., ve Gross, J. J. (2014). Self-control in school-age children. *Educational Psychologist*, 3(49), 199-217. <https://doi.org/10.1080/00461520.2014.926225>
- Duckworth, A. L., Tsukayama, E., ve May, H. (2010). Establishing causality using longitudinal hierarchical linear modeling: An illustration predicting achievement from self-control. *Social Psychological and Personality Science*, (1), 311-317. <https://doi.org/10.1177/1948550609359707>
- Eisenberg, N., Hofer, C., Sulik, M. J., ve Spinrad, T. L. (2014). Self-regulation, effortful control, and their socioemotional correlates. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (157-172). Guilford.

Okula Başlarken...



Çocuklar okul çağına gelene kadar çoğu zaman sadece bakım verenlerini ve yakın çevresini tanıyarak büyür. Hatta kimi zaman aynı evde ya da güvende hissettiği diğer birkaç evde güvenli ortamını oluşturur. Okul ise onlar için bambaşka bir ortam, tanımadığı insanlar hatta daha önce hiç oyun oynamadığı akranlarının olduğu bir yerdir. Hal böyleyken okula alışma ve uyum gösterme süreçleri de başlarda zorlayıcı olabilir. Tabii ki zorlaştıran faktörler her çocukta farklılaşabilir. Okula uyum sürecini etkileyen fak-

törlere bakmak gerekirse ilk sırada aile ilişkileri, ebeveynlik tutumları geliyor (Bağçeli Karaman ve ark., 2018). Öncelikle ebeveynlerin çocuklarına okul fikrini önceden söylemesi ve bu alışma sürecinde her zaman çocuklarının yanında olmaları gerekiyor. Çocuğun ayrılık endişesini anlayan ve okulun güvenli bir yer olduğunu anlatan hem anlayışlı hem de istikrarlı bir tavır sergilemek önemli. Yani çocuğun ağlamasına kıyamayıp okula bir daha göndermemek doğru bir tutum olarak görülüyor. Çocuklar ailelerinden kopup ilk defa yeni bir ortama ve insanlara alışmaya çalışırken bazı aileler için de bu kopma çocuktaki benzer korkuları ebeveynlere de yaşatabilir. Mesela bazı ebeveynler/bakım verenler çocuklarından ilk defa bu kadar uzun süre ayrı kalıyor olabilirler. Kendi ayrılık kaygılarını çocuğa yansıtabilir oluyor bu konumda. Tam olarak bu noktada da öğretmenlere ve okula büyük bir sorumluluk düşüyor. Bağçeli Karaman ve arkadaşlarının (2018) okul öncesi öğretmenlerle çocukların uyum sürecinde yaşadığı problemlerle ilgili yaptığı araştırmada ailenin öneminin büyük olduğuna yer verilmiş. Bu uyum sürecini en iyi kolaylaştıran faktörlerden biri ailenin hem çocuğuyla hem okulla hem de öğretmenle iş birliği halinde olması. Yine aynı araştırmada çocuklara yaratıcı tanışma etkinlikleri ve ilgilerini çekebilecek etkinlikler oluşturmanın uyum sürecini olumlu yönde etkileyen unsurlardan biri olduğu öne sürülmüştür.



Tanışmanın da ötesinde öğretmenin ilk olarak oranın güvenli bir yer olduğunu vurgulaması ve kendisi ile güvenli bir bağ kurabileceği bir alan sağlaması da önemli. Tabii bu alanı oluşturmada bakım verenler bir engelse onlara da gerekli sınırın çizilmesi gerekiyor.

Öte yandan ailenin çocukla okula gitmesi konusunda sürekli kararsız, çatışmalı ve gerici bir tutum sergilemesi halinde çocukların uyum sürecinde olumsuzluklara yol açabilir (Dockett ve Perry, 2016). Hatta bu uyumsuzluk ileride kendi hayatını da etkileyebilir. Çünkü okul deneyimleri çocuğun kendilik anlayışlarını şekillendiren faktörlerden biridir ((Entwisle ve Alexander, 1998).

Tabii ki çocuk gelişimlerinin her dönemi büyük önem taşıyor. Yapılan her olumsuz tutum ileride çocuğun hayatını etkileyebiliyor. Aynı şekilde olumlu tutumlar da hayatlarını kolaylaştırabiliyor. Bu yazıda aileden ilk ayrılık diyebileceğimiz çocukların okul çağından bahsettik. İlk ayrılıklar her zaman sancılıdır herkes için. Önemli olan bu sancıyı nasıl kucakladığımız ve üstesinden nasıl geldiğimizdir. Her bakım verenin ve çocuğun uyum süreci farklı olsa da araştırmalar gösteriyor ki; okulla iş birliği, uyum sürecinde her zaman yanında olmak, istikrarlı olmak ve sevgisinin her zaman daim olduğunu çocuğa göstermek bu süreci kolaylaştırıyor.



Psk. Ebrar Yıldırım

Referanslar

- Bağçeli Karaman, P., Şen, T., Alataş, S. ve Tütüncü, B. (2018). Okul öncesi dönemde okula uyum sürecine ilişkin öğretmen görüşleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(2), 681-701.
- Dockett, S. ve Perry, B. (2016). *Okula geçiş algular, beklentiler, deneyimler* (Çev. N. Semra Erkan). Nobel Yayıncılık
- Entwisle, D. R. ve Alexander, K. L. (1998). Facilitating the transition to first grade: The nature of transition and research on factors affecting it. *The Elementary School Journal*, 98(4), 351-364.

Öğretmenlerin Çocukların Psiko-Sosyal Gelişiminde Önemi



Öğretmenler, ebeveynlerden sonra gelen aktif bir rol model adayıdır. Çevre ile ilişki kurmaya başlayan çocuk, ebeveyninden ayrı bağlamda yeni deneyimler edinmeye başlar. Öğretmenin en önemli sorumluluklarından biri de çocukları aynı bağlamda tutmaya çalışarak, yeni deneyimlerini paylaşacak güvenli bir alan yaratmasıdır.

Ebeveynlerinden sonra en önemli rol model olan öğretmenler, çocukların davranışlarını ve psikolojik gelişimini etkileyebilir. Çocuklar, öğretmenlerinden gördüğü davranışları örnek alarak benliklerini şekillendireceklerdir. Bandura'ya göre (1997), beden dilinin çocukların benlik ve diğerleri ile olan ilişkisini yönlendirmede etkili olacağını söyleyebiliriz. Böylece, öğretmenin çocuklarla iletişim kurarken beden dilini kullanması ve yüz ifadesi, çocukların zihin gelişiminde etkili olacaktır. Buna dayanarak, öğretmen-çocuk biliş gelişimini gelin birlikte ele alalım.

Bilişsel Gelişim

Genetik ve çevresel faktörlerin çocukların bilişsel gelişiminde önemli olduğunu söylemek mümkün. Rol model alınan öğretmenlerin, çocuklar üzerinde sembolik, somut-soyut algısını geliştirmesinde büyük etkisi vardır. Öğrenmenin limbik sistemde yer aldığı, bu bölgenin öğretmenler tarafından etkilendiği, kavramların daha somut hale geldiği söylenebilir. Ayrıca, materyaller kullanmayı öğrenen çocuk öğretmeninden geri bildirim aldığı anda amigdala etkilenecek ve duygu düzenleme becerisi de etkilenecektir. Ayrıca, yazma becerisi gelişen çocukların sağ ve sol yarıküresinde belirli sembolik kelimelerin canlandığı görülebilir. Bu yüzden, sosyal öğrenmenin etkili olduğu bazı beyin bölgelerinin işlevinde, örneğin prefrotantal korteks, öğretmenlerin etkisi olacaktır.

Ahlaki Gelişim (Kohlberg, 1981)

Çocukların normlarda ve etik davranışlarda çevresi ile etkileşime girdiği sınıfta öğretmenin rolü önemlidir. Ahlaki gelişimde, hem öğrenci-öğrenci hem de öğrenci-öğretmen etkileşimleri bir sosyal norm oluşturur ve öğrencilere evrensel, demokrasi ve adalet ilkelerini aşılama amaçlayan, öğretmen tarafından, ahlaki normlar işlenir. Kohlberg'e göre (1981), ahlaki kararların sorumluluğunu yönlendirebilecek olan öğretmenin ahlaki gelişim seviyesi ne kadar yüksekse, öğrencinin sorumluluğu da o kadar büyük olur. Böylece öğrenci ahlaki açıdan gelişimini sürdürebilecektir.



Psikososyal Gelişim

Sınıfta psikososyal gelişimi yönlendirecek olan öğretmenler, yeni ilişkiler kurmaya ortam hazırlayacaktır. Erikson teorisine göre her aşamada çocuk çatışma olmadan bir sonraki adıma geçmesi önemlidir. 5 ile 15 yaş arasında okula başlayacak olan çocuğun başlıca çatışması “üretkenlik karşısında küçük görülme ve aşağılık duygusu” olacaktır. Bunu kırmadaki rolü büyük olan öğretmen, çocukların becerilerini şekillendirmede yardımcı olacak. Öğretmenler farklı durumları rol oynayarak öğrencileri günlük rutinlerin dışına çıkarabilir, böylece mükemmeliyetçilik yerine hata yapabileceklerini öğrenebilirler.



Psikolojik Gelişim

Fizyolojik, davranışsal ve tutumsal parçaları birleştiren öğretmen, çocuğun duygusal gelişimine katkıda bulunacaktır. Bağlanma figürünün yapısına göre, çocuk öğretmeni ile ilişki kuracak ve duygularını ifade etmeyi yeni bağlamda geliştirecektir. Duygusal gelişim, etkili öğrenme ilişkisini etkileyecek ve çocukların dil gelişimine de katkıda bulunacaktır. Ayrıca, bağlanma stillerine dayalı çeşitli öğrencileri bir arada bulunduran öğretmenin en büyük rolü, psikolojik bir semptom algıladığı zaman gerekli psikolojik yardımı alabileceği bir kişi ya da kuruluşa yönlendirmeli ve aile ile iletişime geçmelidir. Bağlanma, duygusal gelişim süreci ile iç içe geçerken, öğretmen ve öğrenci ikili iletişiminin, öğrencilerin ilişkisel beklentilerini şekillendirecektir. Bir diğer değişle, öğretmen, güvenli bağlanmaya sahip olmayan çocukların psikolojik semptomlarını ortaya çıkaracak ve çocuklar da farklı savunma mekanizmalarını ortaya çıkaracaktır. Örneğin, güvenli bir bağlanmaya sahip olmayan çocuk, annesine bağırarak yerine öğretmene bağırabilir veya arkadaşlarına şiddet uygulayabilir. Bu sebep ile öğretmenin öğrenciler üzerinde kurduğu iletişim ve etkileşim önemli olup, çocukların akademik performansı ve psikolojik gelişimini etkileyebilecektir.

Psk. Asrın Yenihayat

Referanslar

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W H Freeman/Times Books/ Henry Holt & Co.
- Kohlberg. (1981). *The philosophy of moral development : moral stages and the idea of justice / Lawrence Kohlberg*. Harper & Row.

Çocuklarda Zorbalık



Hayatının ilk yıllarını ebeveynleri ile geçiren çocuk, okula başlayıp yeni insanlar tanır, doğal olarak da akranları ile iletişim kurmaya başlar. Oyunlar oynar, iletişim becerilerini geliştirir, sosyal olarak kendini geliştirir, paylaşır, kendi kendine yapabildiklerini grupça, arkadaşlarıyla yap-

mayı öğrenir. Çocuğun ailesinden sonra ilk alanıdır çünkü okul. Bazen de bu alanda çocuklar, saldırgan olmayı öğrenebilir hatta saldırganlığa maruz kalabilirler. Douvlos'a göre (2019), çeşitli etkinliklerin ve akran grubunun içinde yer almak, çocuğun okula başlamasıyla ona eşlik eder, bu da çocukları farklı davranışlara yönlendirir. Okul çağındaki çocuklarda da bu saldırgan davranışlar, zorbalık olarak ortaya çıkabilir. Çocuklarda akran zorbalığı çok sık görülür ve çocuklar için oldukça yaralayıcı olabilir. Monks ve Smith'e göre (2006), zorbalık; sözlü, psikolojik ve sosyal olarak dışlanma, hatta fiziksel zorbalık gibi çeşitli biçimlerde görülebilir. Küçük yaşlarda zorbalık, alay etme veya fiziksel zorbalık olarak görülse de çocuklar büyüdükçe zorbalık daha çok psikolojik ve fiziksel şiddete dönüşebilir.

Zorbalık, bir veya birden fazla kişinin bir başkasına sürekli olarak olumsuz davranışlarda bulunmasıdır (Olweus, 1993). Zorbalığının türleri fiziksel, sözel, sosyal dışlanma olarak tanımlanabilir. Çocuklarda fiziksel zorbalık itme, tekme atma, saç çekme gibi olabilirken sözel zorbalık isim takma, alay etme, sözel şakalar, aşağılama gibi olabilir. Okul çağındaki çocuklarda ayrımcılık, dışlama gibi davranışlar sözel zorbalık olarak görülebilir. Vlachou ve arkadaşları (2011), okul öncesi, çocuklarda en yaygın zorbalık biçimlerinin, dışlama, dedikodu yapma, sözlü ve fiziksel zorbalık olduğuna değinirler. Akran zorbalığının birçok nedeni olabilir. Mesela, çocuklar diğer çocukların isimleriyle, fiziksel özellikleriyle alay edebilir, onları dışlayabilirler. Başkalarını inciterek güçlü olduklarını düşündükleri için zorbalığa başvurabilirler veya aile içi ilişkilerinde sorun yaşadıkları için akranlarına zorbalık yapıyor olabilirler.



Zorbalık, tekrarlayan bir davranış olduğu için çocukları oldukça etkiler. Zorbalığa maruz kalan çoğu çocuk, yaşadıklarını ebeveynleri veya öğretmenleri ile paylaşmadığı için de bu davranışlara oldukça uzun bir süre maruz kalabilir. Bu da çocuklarda depresyon, kaygı gibi sonuçlar doğurabilir. Okula gitmek istememe, kendini sevmeme, hırçın tavırlar gözlemlenebilir, saldırgan veya depresif tavırlar görülebilir. Bu nedenle de hem zorbalık gören hem de zorbalık yapan çocuğun ailesinin farkındalığı oldukça önemlidir. Çocuğun hareketlerinin farkına varmak, zorbalığa uğrayan çocuğu görebilmek veya akranlarına zorbalık yapan çocuğu fark edebilmek oldukça önemlidir. Bowen ve arkadaşları (2010), sevecen ve güvenli aile ortamının çocuklarda uyumu teşvik edeceği için sosyal ilişkilerde de uyumu teşvik edip aynı zamanda koruyucu bir faktör olduğunu söylerler. Zorbalığa maruz kalan çocuk veya zorbalığı yapan çocuk fark etmeksizin ebeveyn tutumları ve aile ilişkileri çocuklar üzerinde oldukça belirleyici olabilir. Bu iki durumda da hem ailenin hem de öğretmenlerin sorumluluğu büyüktür. Ebeveynler olarak çocuklar ile iletişim halinde olup onları fark edebilmek, öğretmen olarak da çocukların davranışlarını gözlemleyip, herhangi iki durumda da aile ile iş birliği içinde çalışmak oldukça önemlidir. Zorbalığın ne olduğunu ne kadar zarar verici olabileceği çocuklara anlatılmalı, zorbalığı yapanın da, zorbalık yapanı seyretmenin de kabul edilemeyeceğini onlara açıklamaları, ebeveynler ve öğretmenler için öncelikli bir konu olmalıdır. Anne babaların bu hassas konu karşısında farkındalıklarının artması dileğiyle.



Psk. Yağmur KARACA

Referanslar

- Bowes, L., Maughan, B., Caspi, A., Moffitt, T. E., ve Arseneault, L. (2010). Families promote emotional and behavioural resilience to bullying: Evidence of an environmental effect. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 51(7), 809-817. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2010.02216.x>
- Douvlos c. (2019). Bullying in preschool children. *Psychological Thought*. 12(1):131-42.
- Monks, C. P., ve Smith, P. K. (2006). Definitions of bullying: Age differences in understanding of the term, and the role of experience. *British Journal of Developmental Psychology*, 24(4), 801-821. <https://doi.org/10.1348/026151005X82352>
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school: what we know and what we can do*. Blackwell Publishers.
- Vlachou, M., Andreou, E., Botsoglou, K., & Didaskalou, E. (2011). Bully/victim problems among preschool children: A review of current research evidence. *Educational Psychology Review*, 23 (3), 329-358. <https://doi.org/10.1007/s10648-011-9153-z>

PUAM Aile Çalışmaları Birimi

Çırağan Cd., Osmanpaşa Mektebi
Sk., No:4-6 34353 Beşiktaş/İstanbul

PUAM Aile Çalışmaları Birimi olarak ailenin temel alındığı araştırmalar ve toplum yararına uygulamalar yürütmekteyiz. Bireysel zorluklara yol açan ve sosyal yaşamda da sıklıkla kendini gösteren problemlerin, çocukluk dönemi aile yaşantılarından etkilendiği görülmektedir. PUAM Aile Çalışmaları Birimi olarak amacımız, aile bireylerinin bireysel, çift ve grup olarak psiko-sosyal gelişimi ve iyi oluşu için bireyleri bilinçlendirmek ve farkındalıklarının gelişmesini sağlamaktır. Bu yolda ebeveynlik tutumunun önemine vurgu yapmayı, böylece uzun vadede psikolojik olarak daha sağlıklı bir toplum inşa edilmesine katkı sağlamayı hedeflemekteyiz.



İletişim

puam.aile@rc.bau.edu.tr

Kapak Çizeri:

Melissa Nur GÜN: mng_2098@hotmail.com