

# ÇOCUKLARDA PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ

SAYIN VELİM,

Çocuklarımızın kendi sorunlarını çözebilme yeteneklerine sahip olması hem sosyal hem de psikolojik gelişimlerinde büyük rol oynamaktadır.

Çocukların kendi kararlarını verebilmeleri ve problemlerin üstesinden gelmelerini öğreterek, onları başkalarına bağımlı bireyler olmaktan kurtarabiliriz.

2010 tarihli bir araştırma, problem çözme becerilerinden yoksun çocukların depresyona meyilli olma riskinin daha yüksek olabileceğini buldu. Ek olarak, araştırmacılar bir çocuğa problem çözme becerilerini öğretmenin zihinsel sağlığı iyileştirebileceğini söylemektedir.

Problem çözme becerilerinden yoksun olan çocuklar, seçimlerinin farkına varmadan harekete geçerler. Örneğin bir çocuk, başka ne yapacağından emin olmadığı için önünden geçen bir akranına vurabilir. Veya onunla alay edildiğinde sınıfı terketmek isteyebilir ya da okula gelmek istemeyebilir.

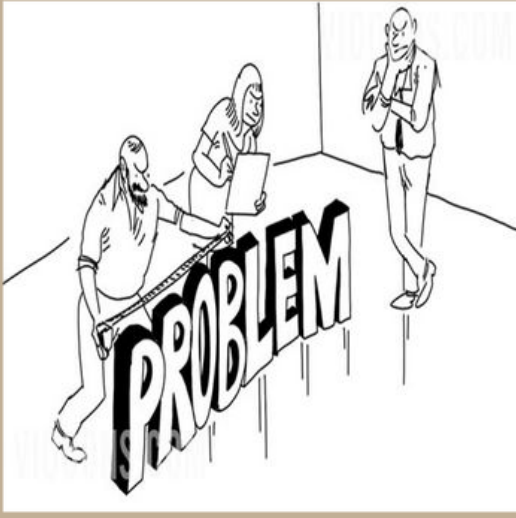
Enerjilerini sorunu çözmeye harcamak yerine, zamanlarını sorundan kaçınmak için harçayabilirler.

Bu yüzden birçok çocuk okulda geride kalır veya arkadaşlıklarını sürdürmekte zorlanırlar.



## PROBLEM ÇÖZMEDE ANNE-BABANIN ETKİSİ

Anne ve babalar çocuklarının küçük yaşlarda sorunlarla karşılaşmalarını ya da bunlarla baş etmek zorunda kalmamalarını engellemek için genelde kendileri sorunlara müdahale etmeye ve çözmeye çalışırlar. Ancak bu durum görünürde çocuğu sorundan uzaklaştırırsa da çocuğun ilerideki yaşamında başka sorunlarla karşılaşmasına neden olur. Çocuk kendi kontrolü ile sorun çözmeyi, karar vermeyi öğrenmeden ve sürekli birilerinin kararlarına bağımlı olarak büyür, ancak bir gün kendi kararlarını vermek zorunda kalınca ne yapacağını bilemez ve çıkmaza girer.



## ANNE-BABA YA ÖNERİLER

- **Çocuğunuzu cesaretlendirin.** Çocuklarınız bir sorunla karşılaşınca ya çözüm girişiminde bulunur ya şikâyette bulunur ya da problemi yok sayar, üstünde durmaktan kaçınırlar. Çocuklarınızı cesaretlendirerek onların sorunlarını kendilerinin çözmelerine fırsat verebilmelisiniz.
- **Çocuğunuzu bir sorun anında mutlaka dinleyin** ve onun ihtiyaçlarını, isteklerini anlamaya çalışın. Çocuğunuzun düşüncelerini özetleyerek doğru anlayıp anlamadığınızı ona gösterin.Çocuğunuzun duygu ve ihtiyaçları hakkında karşılıklı konuşun
- **ASLA AMA ASLA ÇOCUK ADINA SORUNU SİZ ÇÖZMEYİN!** Yardıma ihtiyaç duyduklarında rehberlik sunun, ancak sorunları kendi başlarına çözmeleri için onları teşvik edin. Bir çözüm bulamıyorlarsa, adım atın ve bazılarını düşünmelerine yardımcı olun. Açık uçlu sorular sorarak çocuğın düşünmesini sağlamalısınız. Ama onlara ne yapacaklarını direk olarak söylemeyin.
- **Davranış sorunlarıyla karşılaştığınızda, bir problem çözme yaklaşımı kullanın.** Birlikte oturun ve "Son zamanlarda ödevini yapmakta güçlük çekiyorsun. Gel bu sorunu birlikte çözelim" deyin. Beyin fırtınası yaparak çözümler bulmaya çalışın ve aklınıza gelen tüm fikirleri çocuğunuzla birlikte bir kâğıda yazın, birlikte listenizi gözden geçirin ve en uygun çözümü bulun.

- **Çocuğunuza küçük sorumluluklar verin,** böylece onun kendine olan güvenini arttırmış olursunuz. Kendine güveni olan bir çocuk sorunlarla baş ederken daha rahat olacaktır.
- **Çocuğunuza kendi fikirlerini sorun,** fikirlerini öğrendikten sonra neden böyle düşündüğünü anlamaya çalışın. Fikirlerini özgürce belirtebilen bir çocuk, sorun çözerken kendi kararlarının önemini anlayabilecek ve kendi kararları ile sorunu çözmeye çalışacaktır.
- **Farklı konularda kitap okuyun ya da film izleyin:** Çocuğa kitapta ya da filmde olan karakterlerle ilgili sorular sorun. Örneğin; kitaptaki karakter bir sorunla karşılaşmıştır, siz de çocuğa "Eğer, sen onun yerinde olsaydın ne yapardın?" diye sorabilirsiniz. Böylece ona farklı sorunlar hakkında düşünme fırsatı vermiş olursunuz.
- **Uygun olduğunda, çocuğunuzun eylemlerinin doğal sonuçlarıyla yüzleşmesine izin verin.** Bunu yapmanın güvenli olduğundan emin olun. Örneğin, eğer istedikleri buysa, çocuğunuza 2 gün için verdiğiniz harçlığı harcamasına izin verin. Ardından, 2 gün hiç para harcamadan geçirmelerine izin verin. Bu bir dahaki sefere daha iyi bir seçim yapmasına yardımcı olacaktır.
- Çocuğunuz problemlerini kendi çözdüğünde **bol bol övgüde bulunun.**

Çocuğın tüm gelişim alanlarında olduğu gibi problem çözme becerisinin gelişiminde de anne-baba tutumları etkili olmaktadır. Çocuk başkalarına karşı nasıl davranacağını toplumda karşılaştığı zorluklarla başa çıkabilmeyi öğrenmek zorundadır. Bu alanda uygun bir örnek oluşturmanın ve çocuğın toplumsal davranışına şekil vermenin sorumluluğu da aileye düşmektedir.

