

Çocuklar Ne İster?

Meslek hayatım boyunca anne ve babaların en çok danışmanlık aldığı konu çocuklarının nasıl daha mutlu bireyler olacağı meselesi oldu. Her anne baba çocuğunun mutlu olmasını ve bunda kendinin de payı olmasını ister.

Peki çocuklar ne ister? Çocuklarla ilgili herhangi bir konuda kendimizi onun yerine koyabiliriz. “Bir insan ne ister?” ya da “Ben ne istiyorum?” soruları hem kendi ihtiyaçlarımızı hem çocuklarımızınkini görmemiz için ışık tutabilir.

İşin özüne bakarsak, temelde herkes hayatta kalmak ister. Ruhsal olsun fizyolojik olsun tüm istek ve ihtiyaçlarımız varlığımızı sürdürülebilmeye hizmet eder. İsteklerimiz ihtiyaçlardan doğar ve bizi harekete geçirir. Diyebiliriz ki, her eylemimizin temelinde bir ihtiyacımızı gidermek vardır.

İnsan neye gereksinim duyar? Hadi gelin bunun için “Maslow’un İhtiyaçlar Piramidi”ne bir bakalım. Amerikalı psikoloji profesörü Abraham Maslow 1943 yılında bireylerin ihtiyaçlarını hiyerarşik bir eksende ortaya koymuştur. Ve günümüzde de -ara ara güncellense de- hala geçerliliğini korumaktadır.

Maslow’un İhtiyaçlar Piramidi’ne göre insanların ihtiyaçları aşağıdaki gibidir:

1. Fizyolojik İhtiyaçlar

Bedenimizin metabolik dengesini koruması için gerekli olan biyolojik ihtiyaçlardır. Yeterli ve dengeli beslenme, sağlıklı tuvalet alışkanlığı, temiz hava ve oksijen, hareket etme, sıcaklığa uygun giyinme, yeterli ve kaliteli uyku, hijyen gibi.

Yenidoğan döneminden itibaren bu ihtiyaçların zamanında ve yeterince karşılanması çocuğun mutlu ve huzurlu olmasını sağlar.

2. Güvenlik İhtiyacı

Ana rahminden dünyaya öylece savunmasız gelmiş bebekleriz hepimiz ve temel güdümüz de yaşamak. Bu nedenle hem dünyaya hem de dünyaya gelmemize vesile olan anne babamıza güvenmeye ihtiyacımız var. Karnım doyacak mı, beni biri korur mu, tehditlerle baş edebilir miyim; yani kısacası, hayatta kalabilecek miyim? Tüm bu soruların cevabının evet olduğunu

deneyimleyen bebek ve çocuklar (ve tabii yetişkinler) mutlu ve huzurlu olabilir; tetikte ve kaygılı olmalarına gerek olmadığını, her şeyin yolunda olduğunu duyumsarlar. Güvende hissedebilmenin bir diğer bileşeni ise istikrar ve rutindir. İnsan, olacakları öngörebildiği zaman güvende hisseder; bu nedenle de çocuklar düzeni sever. Örneğin, bebekken her acıktığında zamanında beslendiğini görünce rahatlar, ya da küçük bir çocuk yemek-banyo-okuma-uykunun birbirini izlediğini fark edince sonraki adımı bildiği için rahatlar.

Bilhassa, yaşamak için tamamıyla bir yetişkinin bakımına ihtiyaç duyulan bebeklik döneminde güvenlik ihtiyacı son derece önemlidir.



3. Ait Olma, Sevgi, Yakın İlişki İhtiyacı

Tüm insanlar gibi çocuklar da sevecenlik, ilgi görmek, bağ kurmak ve şefkat ister. İnsan sosyal bir varlıktır ve sevgi ile hayatta kalır. Sevgi gören bebeklerin daha sağlıklı büyüdüklerini ve hatta yeterince kucağa alınmayan bebeklerin fizyolojik bir sebep olmaksızın vefat edebildiğini söyleyen çalışmalar var.

Çocuklarımız o aileye, o eve, o sınıfa ve okula ait bir fert olduğunu, önemli olduğunu, sevildiğini hissetmeye, arkadaşlık kurmaya ihtiyaç duyar. Bu noktada ilk adım, çocukla sevecen bir ilişki kurmak; ikinci adım, arkadaşlık için gereken sosyal becerileri geliştirmesinde yol gösterici olmak; üçüncü adım da yaşına uygun özbakım, dil, bilişsel ve duygusal becerileri kazanmasını sağlayarak yaşıyla uyumlu olmasına zemin hazırlamaktır. Böylelikle, çocuk ailede ve bulunduğu diğer ortamlarda sevgi ve bağ kurma ihtiyaçlarını karşılayabilir.

4. Değer İhtiyaçları

Her insanın başarma, saygı ve değer görme ihtiyacı vardır. Çocuklar için bir beceriyi edinmek kendine yeten bir birey olma yolunda adım adım bağımsızlaşmak demektir. Çocuğa yaşına uygun

sorumluluk verilmesi ve çabasının, ilerlemesinin görülüp takdir edilmesi ve böylelikle başarı ve yeterlilik duygusunu tatması çok önemlidir. Anne babanın bu tavrı özgüven gelişimi için en önemli unsurdur.

Özsaygı gelişiminde de anne baba tutumu belirleyicidir. Saygı, kabul ve takdir gördüğü bir aile ortamında yetişen çocuklar değerli olduklarını hissederek büyür.

Ayrıca anne babanın bir rolü de çocuğunu tanımak ve onun da kendisini tanımmasına, güçlü ve zayıf yanlarını görmesine rehberlik etmek, kendini nasıl geliştirebileceği konusunda ona yol açmaktır.

5. Bilme- Anlama ve Estetik

Akademisyen yazar Bahar Eriş “Anne Beynim Aç” kitabında çocukların karnını faydalı besinlerle doyurmak kadar, beynini ve kalbini de doyurmanın önemine vurgu yapıyordu. Kalbini nasıl doyuracağımızdan üçüncü basamakta kısaca bahsettim.

Beynini doyurmak için yapabileceğimiz biricik şey ise, çocuğu oyunlarla büyütmektir. Çünkü çocuklar en çok, oyunla ve beş duyunun birkaçına birden hitap eden etkinlik ve materyallerle öğrenir. Her çeşit oyunun çocuğun farklı gelişim alanlarına katkısı vardır. Bilimsel araştırmalar oyunun; sözelleştirme, kelime bilgisi, dili anlama, dikkat süresi, hayal gücü, konsantrasyon, dürtü kontrolü, merak, problem çözme stratejileri, iş birliği, okuryazarlık ve aritmetik, empati ve grup katılımı alanlarında ilerlemelere katkıda bulunduğunu söylemektedir.

Yapabileceğimiz bir diğer şey, kendini ve çevresini bilme ve anlama ihtiyacını gidermek için çocuğun farklı uyaranlarla karşılaşmasını sağlamaktır. İsviçreli psikolog Piaget'nin Bilişsel Gelişim Kuramındaki “*yaşantı zenginliği*” kavramı zekanın yaşantı zenginliği ile doğru orantılı olduğuna vurgu yapar. "Bu ne demek?" dersiniz şöyle bir örnek verebilirim: Çocuk ile ne kadar farklı ortamlarda nitelikli vakit geçirirsek; mesela, müze, sergi, ören yeri, milli park, tiyatro, orman, semt pazarı, spor müsabakaları, kütüphane vb., çocuğun zekası ve öğrenmesi bununla orantılı olacaktır. Çocuk ancak maruz kaldığı bir şeyi öğrenebilir; yaşamı boyunca göl ya da dağ görmezse, onların ne olduğunu tam olarak kavrayamaz, öyle değil mi?

Doğamızda olan estetik ihtiyacına yönelik de sanat dallarını hem izleyici hem icra eden olarak deneyimlemesine olanak tanıyabilir, estetik bakışı geliştiren ve yaratıcılığı destekleyen bir ortam sunabiliriz.

6. Kendini Gerçekleştirme

Her bireyin, doğuştan var olan potansiyelini ve kabiliyetlerini tam olarak meydana çıkarmaya ve sergilemeye ihtiyacı vardır. İlk beş basamaktaki ihtiyaçların yeterince karşılanması, insanın nihai hedefi olan kendini gerçekleştirmeye ulaşmasına ve mutlu bir yaşam sürmesine imkan sağlar.

Mutlu ve kendini gerçekleştiren nesiller toplumları ileri taşır. Nesilleri yaratacak olan da başta anne babalar, sonra eğitimciler ve bir çocuğun hayatına dokunan tüm herkeştir. Gücümüzün farkında mıyız?

Ezgi SÖYÜK

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

Yazıda Yararlanılan Kaynaklar:

Anne Beynim Aç, Bahar ERİŞ

Her Çocuk (Üstün) Yeteneklidir, Bahar ERİŞ

İstanbul Üniversitesi AUZEF Erken Çocukluk Eğitimine Giriş Ders Kitabı

İyi Aile Yoktur, Nihan KAYA

Mutlu Çocuk Mutsuz Çocuk, Eyüp Sabri Ercan ve Atilla TURGAY

Otuz Milyon Kelime, Dana SUSKIND

