



OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME İLKOKUL VELİ BÜLTENİ SERİSİ

Çocuklar davranış örüntülerini ilk olarak aileden alırlar. Bir çocuk duygularını nasıl ifade edeceğini doğduğu andan itibaren görüp maruz kaldığı yönleriyle çevresindeki diğer insanlardan alır. Şefkat gören çocuk şefkat göstermeyi öğrenir, bazı hataları affedilen çocuk affedebilmeyi öğrenir. Bunlar zihne yerleşip sonrasında otomatikleşen duygu-düşünce-davranış üçlüsünü kalıplaştırır.

Olumlu davranışlar küçük adımlarla oluşur, öğrenme ailede başlar. Bu nedenle ailede farkındalık oluşturmak ve çocukta geliştirilmek istenen davranışlar için kısa tanımlamalar ve ailece yapılabilecek etkinlikler bültende sunulmuştur. Etkinliklerden bir kısmı olduğu gibi alınmış, bir kısmı kültüre uyarlanmış, bir kısmı da özgün olarak üretilmiştir.

İÇERİK HAZIRLAYANLAR:

Psikolojik Danışman Gözde SÜMEN
Psikolojik Danışman Halide GÜLAÇTI
Psikolojik Danışman Medeni YAPRAK
Psikolojik Danışman Mehtap DOĞANPINAR

EYLÜL 2021-KAHRAMANMARAŞ



AİLECE

Kahramanmaraş İl Millî Eğitim Müdürlüğü Olumlu Davranış Geliştirme İlkokul Veli Bülteni



BU SAYIDA

BU AY ÖĞRENİLECEK KONULAR

ÖZGÜVEN
ÖZ-MOTİVASYON
BECERİKLİLİK

ÖZ-MOTİVASYON

Öz-motivasyon kişinin moralini yüksek tutan dürtüdür. Bu, hepimizin içinde bulunan, yeni hedefler koymamıza neden olan - yani bizi daha yükseklerle çıkaran - bir ümit çekirdeğidir. Kişi pes etmek istese de, devam etme nedenidir. Şartlar ne kadar olumsuz olursa olsun, bir şeyin yapılabileceğine dair inançtır. Bir kişi motive olduğunda kimse o kişinin elinden bu gücü alamaz ve motivasyon kişinin kalbinden geliyorsa, bu karşı konulmaz bir güç olur.

BECERİKLİLİK

Bir çocuk için hayat her gün karşısına çıkan küçük fırtınaları nasıl dindireceğini öğrenmekle ilgilidir. Becerikli olmak, karşısına çıkan zorluklara karşı koymak, bu zorlukları anlamaya çalışmak ve mevcut becerilerle bu zorlukların üstesinden gelmektir. Becerikli olmak, bir çocuğa karşısına çıkan fırtınaları dindirmeyi öğretecektir. Yeni çözümler üretmede kendisine güvenmesini sağlayacak ve içinde bulunduğu dünya ile nasıl etkileşim içerisinde olacağını gösterecektir.

EBEVEYNLER İÇİN HATIRLATMALAR

Bu bülten, şerisi kim olduğunu bilen, hissettiklerini söyleyebilen ve kendine inanan çocuklar yetiştirmeniz ümidiyle sizler için hazırlandı.

ÇOCUKLARDA ÖLÜMLÜ DAVRANIŞ GELİŞTİRME

ÖZGÜVEN

Bir çocuğun özsaygısı çok erken oluşmaya başlar ve gün be gün gelişmeye devam eder. Özsaygı, eksikliklerimizi görerek kim olduğumuzu bilmekten ve bu eksikliklere rağmen kendimizi sevmeyi seçmekten gelir. Bir çocuğun özgüveni, başarılı bir etkileşim, bir işin iyi bir şekilde yapılması, bir hedefe ulaşılması deneyimleri ve sevdiği kişilerden gelen olumlu sözlerle gelişir. Özsaygı için büyük başarılar gerekli değildir. Bir çocuğun özsaygısı, günlük yaşantısını sürdürebildiğine inanmasını sağlayan günlük küçük başarılarla bağlıdır.



AİLECE ETKİNLİKLER

ETKİNLİK-1

ÇOCUĞUMDAN ÖÇRENİYORUM

Ailenizdeki çocuklar iyi yaptıkları bir uğraş seçsinler ve aile büyüklerine öğretsinler: sevdiği bir şarkıyı size öğretmesi, farklı bir yemek tarifi, bir resim çalışması, oyun hamurlarıyla bir figür oluşturmak ya da şiir yazmak gibi şeyler. Bu, çocukta yeterlilik duygusunu pekiştirecek ve başka alanlar için kendine olan güvenine katkı sağlayacaktır. Siz yetişkinler, bir an durup düşünün... çocuklarınızın size bir şey öğretip sizi yönlendirmesine hazır mısınız?

ETKİNLİK-2

EV İŞLERİ ÇİZELGESİ HAZIRLAYIN

Her gün çocuklarınıza o gün yapacakları ev işini söylemek yerine bir çizelge hazırlayın. Çizelgenin bir köşesinde haftanın günleri, bir köşesinde de yapacakları ve işleri yazmalıdır. Her bir günün karşısına hangi işi kimin yapacağını gösteren kişinin isminin baş harfi yazılabilir. Bu, işlerin eşit şekilde dağıtıldığını görmek için iyi bir yoldur; bazı işlerin her gün yapılması gerekmez hafta boyunca belirli günler yapılabilir. Bu yöntem aynı zamanda çocuğun çizelgeye bakıp işini yapıp yapmadığını kontrol etme sorumluluğu da verir. Günün sonunda bütün işlerin yapıldığından emin olmak için, işini bitiren kişinin çizelge üzerine işaret atması sistemini de getirebilirsiniz.

ETKİNLİK-3

AİLE AYNAMIZ

Özsaygı bireyin yaşamı boyunca gelişen ve sosyal çevrenin de pekiştireçlerle katkıda bulunduğu bir şeydir. Bireyin kendisine inanması, kendisindeki güzel özellikleri fark edebilmesi, gizil güçlerini ortaya çıkarabilmesi ve kendi seçimlerine güven duymasındır. Ailelelerinin davranış ve düşünceleri çocuklarda çok önemli olduğu için özsaygının gelişmeye başladığı ilk yer ailedir. Aile üyelerinin güzel özelliklerinden ve olumlu davranışlarından eğlenceli bir şekilde bahsetmeye zaman ayırın. Ailedeki herkes boş bir sayfaya elinin şeklini çizsin. Sırayla bir kişiyi alın ve o kişiden bahsedin. Ne yapar? Onun nesini seversiniz? Ne tip özelliklere sahiptir? Hangi davranışlarını beğenirsiniz? Tüm bunları el çizimi üzerine yazın. Ailedeki herkes için aynı şeyi yapın ve çizimleri herkesin görebileceği bir yere asın. Daha sonra aklınıza başka özellikler gelirse çizimler üzerine ekleyebilirsiniz.



KAYNAKÇA

Ellison, S. & Barnett B., "**Özgüvenli Çocuklar Yetiştirmenin 365 Yolu**" Pozitif Yayınları, 2014