



Çocuklarda

SORUMLULUK BİLİNCİ

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi





Nedir Sorumluluk?

Başkalarının haklarına saygılı olmak ve kendi davranışlarının sonuçlarını üstlenmek şeklinde tanımlanabilir.





Sorumluluk doğuştan getirilen değil, öğrenilen bir kavramdır.

Sorumluluk duygusu, bebeklik ve çocukluk döneminden itibaren kazandırılmalıdır. Bu duygunun kazandırılmasında aile içi iletişim, çocuğa olan tavır, uygulanan disiplin anlayışının (kararlılık ve tutarlılık) rolü büyüktür.



01

Sorumluluk Sahibi Bireyler

- Kendi kaynaklarını kullanan,
- Kendine güvenen,
- Kendi kararlarını kendisi veren,
- Davranışlarının sonuçlarını üstlenen,
- Bağımsız hareket eden,
- Başkalarının haklarını çiğnemedi, kendi ihtiyaçlarını karşılayabilen,
- Öz eleştiri yapabilen,
- İş birliğine yatkın,
- Zamanı etkin kullanabilen kişilerdir.
- Mutlu, uyumlu ve başarılıdırlar.

02

Sorumluluk Sahibi Olmayan Bireyler

- Üzerine düşen görevlerin farkında olmadığı gibi, yerine getirmekte istemez.
- Kendi işlerinin başkalarının tarafından yapılmasını bekler.
- Başkalarına yük olurlar ve başkalarını suçlarlar.
- Kendi duygu ve düşüncelerinin arkasında durmazlar.
- Başkalarının haklarına, duygu ve düşüncelerine saygı göstermezler.
- Kendi görevlerini yerine getirmediği gibi başkalarına olan görevlerini de yerine getirmezler.
- Uyumsuz, tembel ve bencil olurlar.



SORUMLULUK KAZANDIRMAYA YÖNELİK HER SÜRECİN TEMEL VE DEĞİŞMEZ ÖĞELERİ

1.Bilgilendirme

2.Takip Etme

3.Geri Bildirimde Bulunma

4.Hatırlatma

5.Tekrar





SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

**Gerçekçi Beklentiler
oluşturun.**

**Bazı davranışları yaşı gereği
doğal ve geçicidir. Unutmayın.**

**Çocuğa davranışla ilgili
beklentinizi tam olarak öğretin.**



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

İyi davranışını kullanma olanağı
veren uygun ortamlar hazırlayın.

Çocuğa kuralların düzenlenmesi ve
uygulanmasında aktif rol ve
sorumluluk verin. “Sabahleyin
zamanında kalkabilmen için odana
saat koyuyorum.” Kuralları
benimsemesi ve uyması daha kolay
olur.



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Kontrolün anne-babada olması, çocuğun yaptığı her şeyin kontrol edilmesi anlamına gelmemektedir. Hayata hazırlayacak becerileri edinmesine fırsat verilmelidir.

Aile üyeleri çocukla ilgili amaç ve beklentilerde uyuşmalıdır. Tutarlı kurallar; güven, düzen ve kontrol sağlar.





SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Çocuğunuzu değil, davranışını eleştirin. “Kardeşine vurman uygun bir davranış değil.” Kişiliğine saygı gösterin, etiketlendirmeyin.

Suçluluk duygusuna kapılmadan hata yapabilme olanağını kendisine tanıyın. *Önemli olan* yanılığdan kurtulmak ve yanlışı düzeltmektir.

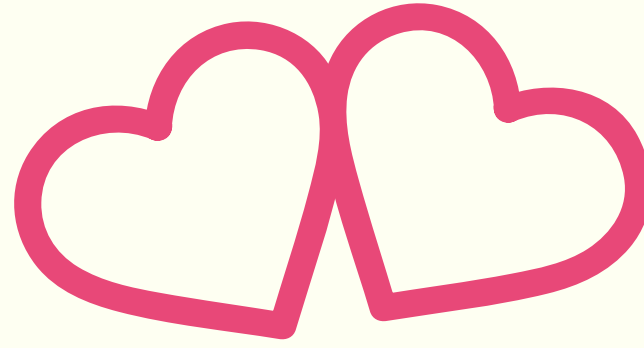


SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Çocuğunuzun uygun davranışları için yüreklendirici mesajlar kullanın. Övülen, yüreklendirilen davranış tekrarlanır.

Verdiğiniz görevi başaramamış bile olsa,
Çabasına, davranışlarına ilişkin olumlu ifadeler kullanın.





OLUMLU MESAJLAR

- Odanı ne kadar güzel düzenlemişsin.
- Yardımların çok işe yarıyor.
- Bugün alışverişte tutturmadığın için ne kadar keyifliyim, teşekkürler.
- İstedüğün notu alamamış olabilirsin ama çok gayretliydin ve bu benim için çok daha önemli.
- Bunu tek başına yapabileceğini biliyordum.





CESARET KIRICI MESAJLAR

- Bana karşı saygılı olmanı beklemiyorum zaten.
- Hep sorun yaratıyorsun.
- Hele bir daha dene de ne olacağını gör.
- Bir kez olsun beni dinlesen.
- Yapabileceğin en iyi şey bu mu?
- Doğru seçim yapabildiğini bir görebilsem.



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Sınırlandırılmış seçenekler sunun.
“Bakkala şimdi mi gidersin maçıtan
dönüşte mi?” “Ispanak mı yersin,
kabak mı?”

*Öz-disiplin kazandırır, doğru
kararlar alma yeteneğini geliştirir



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Çocuğunuz için iyi bir dinleyici olmaya çalışın.
Öğütlerden, yönlendirmelerden, gereksiz sorulardan, teşhiste bulunmaktan, teselli etmekten, konuyu değiştirmekten kaçının.



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Çocuğunuzun olumlu-olumsuz bütün duygularını kabul edin ve anladığınızı ifade edin. Özgüven kazanmasına yardımcı olur.



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

Çocuğunuz olumsuz bir davranış gösteriyorsa, bu davranışın altında yatan nedenleri anlamaya ve önlem almaya çalışın.

*** Çocuğunuz anlaşıldığını ve önemsendiğini hisseder, sorumluluk alır.**



SORUMLULUK KAZANDIRMADA AİLENİN ROLÜ

**Çocuğunuza iyi örnek olun.
Çocuklar bizim uyguladığımız
yöntemleri kullanırlar.**

**Genel kural:
Daima çocuğun gelişimsel düzeyi
göz önüne alınarak sorumluluklar
verilmesidir**



9-11

Yaşlara Göre Verilebilecek Bazı Sorumluluklar

12-17

- Kendi yatak çarşaflarını değiştirmek
- Yardım almadan bulaşık makinesini yerleştirmek ve boşaltmak,
- Kendi başına listelenmiş malzemeleri bakkal, çarşıdan almak,
- Kendi randevularını (dişçi, antrenman gibi) takip etmek,
- Doğum günü ya da özel günleri planlamak,
- Basit yaralanmalarla başa çıkmak,
- Kimse söylemeden belirli görevleri yerine getirmek vb.

- Yardım gerektiren işlerde kendi isteği ile yardım önerisinde bulunmak
- Eve dönüş saatlerine uymak.
- 15 yaşına kadar evde kısa süreli tek başına kalmak
- 15 yaş sonrası fazla saat tek başına kalmak vb.



UZAKTAN EĞİTİM SÜRECİNDE EBEVEYN OLARAK NELER YAPABİLİRİZ?

**Süreci öğretmen ve
okulla iletişim halinde
yönetmek.**

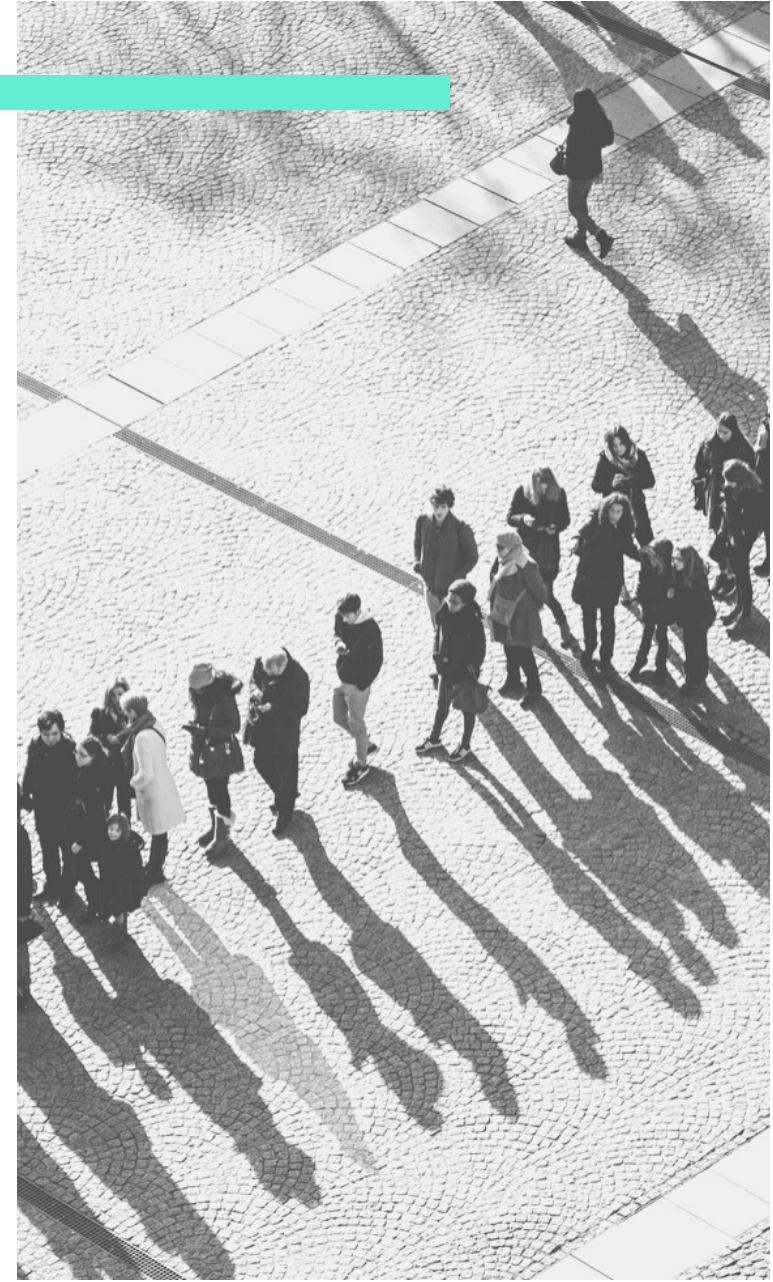
Derse başlama, sürdürme, ödev konusunda inisiyatif tamamen çocuğa bırakıldığında;

derse katılım, sürdürme, odaklanma konusunda daha fazla sorun yaşadıklarından (uzaktan ve daha pasif oldukları bir eğitim modeli, dikkatleri daha kolay dağılıyor ve daha zor motive oluyorlar) ebeveynler çocuğun eğitiminin takipçisi olmalıdırlar.

**Bu süreçte okul
zamanında
olduđu gibi
çocuklar erken
kalkmıyor!**



**Çocukların mümkün
olduğunca uykusunu
iyi alması, okula
gider gibi derslere
hazır olması, çalışma
için uygun bir
ortamın sağlanması,
gerekli altyapının
oluşturulması
gerekliyor.**



**Çocukların dersine
katılımını
sağlamak, bunu
denetlemek daha
çok aileye
düşüyor.**





Aile içi sohbetler ve iç disiplini geliştirmeye yardım etmek.

Küçük sınıflarda uzaktan eğitim sürecine katılımda yaşanan en temel sorunlardan biri öğrencinin öz disiplin ve motivasyonunun sağlayamamasıdır.



Dersin başlaması ve sonrasında ödev ve serbest zamanda neler yapılacağı planlanmalı, bu planlama aşamasına çocuk aktif katılmalıdır.

**Yine ebeveynler çocukları
ile birlikte zaman geçirme
konusunda **birlikte**
program yapmalı, onların
kendi başına zaman
geçirebilecekleri
faaliyetler konusunda yol
gösterici ve model
olmalıdırlar.**

Pandemi sürecinde uzaktan eğitim haricinde de çocuğun internet başında çok zaman geçirmesi (sorunlu internet kullanımı, oyun bağımlılığı vb.):

- **Çocuğun dikkatini bozar.**
- **Uzun süre aynı şeye odaklanmayı olumsuz etkiler.**
- **Hatırlama güçlüklerine neden olur.**
- **Akademik performansı olumsuz etkiler.**
- Ebeveynler kararlı ve tutarlı olarak **internet kullanımını sınırlamalılar.**

Normal büyüme için okul çocuklarının *en az 10 saat uykuya* ihtiyaçları olduğunu hatırlatan uzmanlar;



“Yatağa gidiş saati gece 10-11’i geçmemeli ve bundan en az 2 saat önce ekran ile ilişki kesilmelidir.”
diyorlar.

Çünkü

Ekranın **mavi ışığı** ve stres dolu bilgisayar oyunları;

- gece düşük seviyelere inmesi gereken kortizol hormonunun yüksek,
- gece yükselmesi gereken büyüme hormonunun düşük

kalmasına neden olabilir. Bu hormon düzensizlikleri de obezite ve büyüme geriliğine yol açabilir.

**Bilgisayar-video oyunları,
tablet, telefon gibi gün
içinde eğlenceye yönelik
ekran kullanımının**

**“hafta içi günlerde 1,
tatil günlerinde 2 saati”
aşmaması gerekir.**

Yarınlarımız olan biricik çocuklarımızın içinde bulunduğumuz zor süreçte en iyi şekilde eğitimlerini tamamlamalarının yolu;

siz velilerimizin çaba ve takibinden ve öğretmenler olarak bizlerle işbirliği içinde olmanızdan geçiyor.

Birbirimize destek olduğumuz sürece her şey daha güzel, daha iyi olabilir.

Dinlediğiniz için teşekkürler...