

## ÇOCUKLARDA SORUMLULUK BİLİNCİ (AİLE BÜLTENİ)

Sorumluluk, bireyleri başarıyla götüren, özgüven gelişimini destekleyen, aynı zamanda baş etme mekanizmamızı pekiştiren bir beceridir. Her ebeveyn çocuklarının sorumluluk sahibi olmalarını ister.

Sorumluluk duygusunun temelleri çocukluk döneminde atılır. Hemen her yaştaki çocuğa gelişim dönemine uygun sorumluluklar verilebilir.

### Çocuklara Sorumluluk Kazandırma

Sorumluluk ve özgüvenin iç içe olduğundan bahsetmiştik. Sorumluluk bilincinin temelleri de birçok beceri gibi çocukluk döneminde atılır. Ebeveynler kendi çocukluklarını anımsadıklarında, birçok becerinin küçük yaşlarda öğrenildiğini fark ederler.

Çocuklarımıza sorumluluk bilincini kazandırmak için yapabileceklerimizden bahsedelim.

#### 1. Bilgilendirme

Davranış kazandırma, değişime destek olma ve gerekli bir beceriyi öğretmeye başlarken ilk yapılacak şey çocuğu bu konuda bilgilendirmektir. Açıklamalar çocuğun yaşına ve gelişim dönemine uygun yapılmalıdır. İstenen şeyin nedenlerini, beklentilerinizi, olmadığı takdirde neler olabileceğini açıklamak gerekir. Çocuk neyi neden yapacağını anlarsa ailesine yardım etmeyi ve sorumluluk bilincini daha kolay içselleştirirler.

**Örnek Diyalog:** Değişim beklentisi olan taraf ebeveynler olduğu için konuşmaya ilk olarak anne babanın başlaması daha uygundur.

*“Son günlerde evimizde bazı eksiklikler görüyoruz. Evimiz eskisine göre çok dağınık, senin odanın dışındaki alanlarda oyuncaklarının olması bizi kısıtlıyor ve rahatsız ediyor. Bu konuda senden beklentimiz, oyuncaklarıyla oynadıktan sonra onları yerine koymak. Bu konuda neler yapabileceğimizi birlikte konuşmak istiyoruz”*

**Not:** Çocuğu yargılamamak ve suçlu hissettirmemek önemlidir. “Bütün gün çalışıyorum, bir de eve gelip senin oyuncaklarını topluyor ve çok yoruluyorum” gibi ifadelerden kaçınılmalıdır.

#### 2. Takip

Gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra çocuğa zaman vermek gerekir. Alışkanlıkları düzenlemek ve sorumluluk bilinci kazanmak zaman alır.

Takip, çocuklara bu durumun gerekli ve önemli olduğu mesajını verir. Çocuğun zihnindeki “Annem/babam söyler ama sonrasında unuttur” tezini çürütür. Verilen sorumluluğun yerine getirip getirilmediğine, hangi zamanlarda davranışın yapılıp yapılmadığına dikkat etmek gerekir. Takip aynı zamanda tutarlılık açısından önemlidir. Bu aşamada çocuğunuza minik hatırlatmalar yapacak görsel materyaller kullanabilirsiniz.

Çocuk kendisine verilen görevi yerine getirdiğinde olumlu pekiştireçler kullanmak bu aşamada önemlidir. “Sen yardım edince işler çok daha çabuk bitiyor” gibi geribildirimler vermek davranışın devamlılığı için büyük önem taşır.

Takip aşamasında anne baba dedektif rolüne bürünüp çocuğu gölge gibi takip etmemelidir. Buradaki amaç neler olduğunu, davranıştaki farklılıkları iyi bir şekilde gözlemlemektir. Sürekli “Hadi” demenin hiçbir faydası yoktur. Çocuklar ebeveynlerinin kendilerine güvenmediklerini hissederler ve bu aşamada birçok çatışma çıkabilir.



### 3. Geribildirim

Çocuğu bir süre takip ettikten sonra süreç hakkında bilgi vermek gerekir. Çocukta sorumluluk bilinci gelişmeye başladıysa, verilen görevler için çaba harcıyorsa motive edilmelidir. Aksi durumda ise bu sıkıntıların nedenleri ve sonuçları hakkında çocukla konuşmak gerekir. Bu aşamada çocuğun herhangi bir nedenden ötürü gerçekleştiremediği bir davranış varsa bu durumu konuşmak için aile toplantısı düzenlemek iyi bir fikirdir. “... yaparken çok gayretlisin, seni tebrik ederim” , “... yapmakta iyi olduğunu görüyorum ancak daha fazla gayret göstermen başarını artıracaktır”, “Bazen zorlanabilirsin, yardıma ihtiyacın olduğunda her zaman destek olacağım”, “Bunu neden yapmadığınla ilgili konuşmak ister misin?”, “ Bu

duruma nasıl bir çözüm bulabiliriz?” gibi, çocuğun özgüvenini zedelemeyen, işbirliğine teşvik eden ifadeler kullanılmalıdır. Emretmek, talimat vermek kalıcı davranış değişikliğine neden olmaz. Çocuk söylediklerini o an yapsa bile başında siz olmadığınız zaman yapmayacaktır. Sorumluluk bilinci yalnızca çocuğun değil, tüm aile bireylerinin sorumluluğundadır. Bu nedenle çocuğunuza bu noktada da rol model olmanız gerekir.

#### 4. Hatırlatma

Gerekli açıklamalar yapıldığı, çocuk iyi gözlemlendiği ve uygun geribildirimler verildiği halde çocuk hala istenilen davranışı sergilemiyorsa hatırlatma süreci başlamalıdır. Bu süreç en baştan başlar. Yeniden bilgilendirme, takip ve geribildirimler davranış içselleştirilene kadar devam etmelidir. Bu dört adım yalnızca sorumluluk kazandırmada değil, her beceride kullanılabilir. Anne babanın tutumu her zaman şefkatli ve tutarlı olmalıdır.

#### Ne Yapmalıyız?

- Biz çocuklarımıza sorumluluk duygusu kazandırmaya çalışırken yere çöp atar veya tabağımızı kaldırmazsak bu adımların hiçbir faydası olmayacaktır. Çocuğunuza **ROL MODEL OLUN**. Çünkü ona sorumluluk kazandırmak isterken, sizin sorumluluklarınızı yerine getirmemeniz onu olumsuz etkileyecektir. Çocuklar oldukça dikkatli gözlemcidirler; anne babalarının söyledikleriyle değil, onların davranışlarını gözlemleyerek öğrenirler. Çocuğunun odasının dağınıklığından yakınan bir babaya çocuğun cevabı “Ama baba sen de giysilerini yatağın üstüne bırakıyorsun, hep annem kaldırıyor.” olmamalıdır.
- Çocuğunuzun her sorununu **ÇÖZMEYİN**.
- “Nasıl yapıyor” diyerek ona düşen sorumlulukları siz **YAPMAYIN**.
- 15 yaşına kadar hiçbir sorumluluk vermediğiniz çocuğunuzdan birden bire yatağını toplamasını **BEKLEMİYİN**.
- Her sorumluluğunu **ÜSTLENMEYİN**.
- Olumlu bir davranış sergilediğinde “Hayret!” gibi demoralize edici ifadeler **KULLANMAYIN**.
- “Bırakalım çocuk kalsın, çocukluğunu yaşasın, nasılsa ilerde her şeyini kendisi yapacak” diye **DÜŞÜNMEYİN**. Yaş aldıkça alışkanlık kazanmak zorlaşır.
- Kendi başına yemek yiyen, o gün giyeceği kıyafeti seçmek isteyen, ayakkabısını bağlayan çocuğa **YARDIM ETMEYİN**. Yemeği döke saça yiyorsa temizlik önlemleri alın, becerileri sizin kadar hızlı yapamaması normal, yorgunluk, zaman darlığı gibi bahanelerinizi varsa daha planlı hareket edin.
- Seçimlerinin sonucunu yaşamasına **İZİN VERİN**.
- Cinsiyete göre ayırım **YAPMAYIN**. Bütün çocuklar tabağını kaldırabilir ve kirli çamaşırlarını sepete atabilir.





## **Her şeyi denedim, yine de yapmıyor!**

Bütün aşamaları tutarlı olarak gerçekleştirdiğiniz halde, çocuğunuz sorumluluk almak istemiyorsa bu adımları izleyebilirsiniz.

### **1. Sorun Nerede?**

Sorunu tespit edin ve kendinize şu soruyu sorun: “Hangi davranışları nedeniyle sorun yaşıyorum-yaşıyoruz?” Beklenen davranışların listesini yapın. Bu listede en kolay yapılabilecek olanları seçin

### **2. Neden Bu Alışkanlıkları Kazandırmak İstiyorum?**

Sorun Karşısında Neler Hissediyorum?

Hangi davranış sizi rahatsız ediyor ve bununla ilgili ne hissediyorsunuz? Bunları tarif edin. Yazılı olarak ifade etmek daha sonra çocukla konuşmak için gerekli olacaktır.

### **3. Anlıyorum**

Çocuğunuzdan onun yapamayacağı bir şeyi kesinlikle beklemeyin. Ona en azından çabaladığını görmek istediğinizi söyleyin. Çocukla iletişim halinde olun ve sorunları beraber çözün.



Neden bunu yapmak istemediğini, nerelerde zorlandığını anlamaya çalışın. Onu anladığınızı ifade edin. Ancak beklentilerinizi mutlaka tekrarlayın. Bu aşamayı yazıya dökmek faydalı olacaktır.

#### 4. Anlaşma

Ebeveynler çocuğa bundan sonra ne yapması gerektiğini açıklar ve beklentilerini net olarak ifade eder ve bir sözleşme yapılır.

#### 5. Anlaşmanın takibi: Toplantılar

Anlaşma sağladığınız konular üzerine konuşmak için belirli aralıklarla toplantı yapmak gerekir. Bu aşamada gidişat gözden geçirilmeli ve dayanışma ortamı sağlanmalıdır. Herkes söz almalıdır. Bu sayede durumun ciddiyeti de hatırlatılmış olur. Olumsuz davranışlara değil, olumlu davranışlara odaklanılmalıdır.

Çocuğunuzla birlikte kuralların ve sorumlulukların yazılı olduğu bir karton hazırlayıp odasına asmak faydalı olacaktır. Özellikle küçük çocuklar sözlerle değil, davranışlarla ve somut ifadelerle istenilen davranışları algırlar. Görsel materyallerden faydalanmak etkiyi daha da artırır. Gerçekleştirdiği her davranışın yanına tik atarak motivasyonu daha da artırılabilir. Alıştıktan sonra görsel hatırlatmaları ortadan kaldırabilirsiniz ancak çocuğun bir rutininin olması ve bu rutinlerin yazılı olarak odasında bulunmasında hiçbir problem yoktur.

