

PROBLEM ÇÖZME BECERİSİ



Bazı çocuklar ise **problem ile karşılaştıklarında** ne tür çözümler üretebilecekleri bilmediklerinden **dürtüsel** olarak akıllarına ilk geleni yapar. Örneğin arkadaşı elinden oynadığı oyuncakçı aldığında hemen **arkadaşına vurmak**. Çocuğunuza **problem çözme becerisini** öğreterek, çözüm için kullanabileceği seçeneklerinin olduğunu fark ettirmiş olursunuz.



Bireylerin problem çözme yeteneklerinin gelişmesini sağlayan beceri ve alışkanlıkların kazanılmasında, ailenin önemli bir faktör olduğu belirtilmektedir. Yapılan araştırmalar, **aşırı koruyucu, baskıcı ve disiplinli ebeveyn tutumlarının çocuklarda problem çözme becerilerinin gelişmesini engellediğini, demokratik ebeveyn tutumlarının ise çocuklarda problem çözme becerilerini geliştirdiğini** göstermiştir.



Çocukların kendi **sorunlarını çözebilme yetilerinin** olması çok önemlidir. Çocuğunuza **problem çözme**yi erken yaşlardan başlayarak öğretebilir ona yol gösterebilirsiniz. Böylece çocuğunuz ilerleyen yaşlarda **kaygı** yaratan durumlar ile daha rahat başa çıkabilir ve daha sağlıklı kararlar alabilir .

Çocuğunuz günlük yaşamında zorluk düzeyi değişken olan bir çok **sorun** ile karşılaşabilir. Çocuklar **problem çözme yetileri** güçlü olduğunda kendilerine güvenleri de aynı şekilde daha güçlü olur.

Problem çözme becerisi daha zayıf olan çocuklar zor gözükten durumlardan kaçınabilir, **sorunu çözmek** yerine durumdan uzaklaşmayı/hiç dahil olmamayı seçebilir. Problemi çözemeyeceğini düşünene çocukta **kaygı düzeyi** artabileceği gibi **somatik belirtiler**(baş ağrısı, mide ağrısı vs) daha sık görülebilir.

Çözümde görev almayanlar problemin bir parçasıdır.

Problem Çözme Çarkı

Problem çözme becerisini desteklerken öncelikle çocuğunuz ile sorunun tanımını yapıyor olmanız gerekir. Bazen sorunu ifade etmek bile çocukları rahatlatır. Sorun tanımını belirledikten sonra hemen harekete geçmeden çocuğunuzla olası **çözümler** üzerinde konuşun. Beyin fırtınası yaparak olabilecek bir çok alternatif oluşturun. Her alternatifin olası sonuçlarını, olumlu-olumsuz yönlerini de tartışabilirsiniz. Çocuğunuzun seçmeyi düşündüğü çözümün olası sonuçlarını da düşünmeyi öğrenmesi önemli bir beceridir.

Çocuğunuz ile uygulanabilecek çözümleri seçin ve en önce uygulanabilecek iyi olanı seçin. Çocuğunuza ilk çözümü uygulandığında istediği sonucu elde edemezse diğerini deneyebileceğini hatırlatın. Çocuğunuzun sorunu çözmesi ve çözene kadar motivasyonunu koruması için onu cesaretlendirin.

Çocuğunuz bir sorun ile karşılaştığında, çocuğunuzun sorununu onun için çözmeyin. Bunun yerine çocuğunuzla bu konu hakkında konuşun. Çocuğunuzun duygularını isimlendirebilir, durumu daha net- sade bir şekilde toparlayabilirsiniz. Çocuğunuza sorunu çözmek için fırsat tanımak da önemlidir. Tabii ki güvenliği tehdit edici bir durumda ebeveyni olarak hemen dahil olmanız uygundur.



Çocuğunuz **problem çözme becerilerini** rol-modelleri izleyerek de geliştirebilir. Örneğin çocuğunuz okula gitmek istemediğinde ceza uygulamak yerine onunla konuşarak bir çözüm bulmaya çalışın. Çocuğunuzun durumu düzeltmek üzere bir çok iyi fikri olabilir veya birlikte iyi bir çözüm üretebilirsiniz. Çocuklar alınan kararlara dahil olduklarında uygulamada daha başarılı olurlar.

Çocuğunuza seçtiği çözümlerin doğal sonuçları karşılaşmasına fırsat tanıyın. Bu sonuçlar her zaman olumlu sonuçlar olmayabilir ancak olumsuz sonuçlar öğrenme için iyi fırsatlar olabilir. Bu noktada yine çocuğunuzun güvenliğini ön planda tutmayı unutmayın.

Yaşadığı sosyal problemlere çözümler bulması konusunda ebeveynleri tarafından cesaretlendirilen çocuklar çözüm bulmaya daha istekli olur. Bilgisini, becerisini kullanacak fırsat bulmuş olur. Bu konuda onlara yapabileceğimiz en büyük yardım sorunlarını çözme yönünde bakış açılarını geliştirmelerini desteklemektir.

ASLA AMA ASLA ÇOCUK ADINA SORUNU SİZ ÇÖZMEYİN.

Böylece çocuk, aldığı kararların sonuçlarını yaşayıp bir sonraki için farklı çözümler bulacaktır. Böyle durumlarda sonuçlar üzerinde konuşup

“Daha iyi sonuç almak için neler yapabilir?” ya da

“Bir sonraki sefere nasıl farklı davranabilirsin?” gibi sorular sorulabilir. Farklı alternatifler veya farklı bakış açıları geliştirmeleri için düşünmeleri sağlanabilir.

Çocuğunuza çeşitli kitaplar okuyun ve kitapta olan karakterlerle ilgili sorular sorun. Örneğin kitaptaki karakter bir sorunla karşılaşmıştır, siz de çocuğunuza **“Eğer, sen onun yerinde olsaydın ne yapardın?”** diye sorabilirsiniz. Böylece çocuğunuza farklı sorunlar hakkında düşünme fırsatı vermiş olursunuz.

**UNUTMAYIN,
SORUN ÇÖZEBİLEN ÇOCUK
MUTLU ÇOCUKTUR**