

minik minik

EĞİTİM VE REHBERLİK DERGİSİ / SAYI:2

MART 2016

**YATAĞAN ZÜBEYDE
HANIM ANAOKULU**

OKUL MÜDÜRÜ

RUKİYE CAN

YAYINA HAZIRLAYAN

MUSTAFA ŞAHAN /
PSİKOLOJİK
DANIŞMAN VE
REHBER ÖĞRETMEN

-Para ile satılmaz-

**"ÇOCUK VE EKİRAN"
(SAYFA 2)**

**"MART AYINDA
DOĞANLAR"(SAYFA 3)**

**"ÇOCUK VE MAKYAJ"
(SAYFA 4)**

Sevgili Anne ve Babalar;

"minik minik" in ikinci sayısıyla karşınızdayız. Umarız bir önceki sayımızı beğenmişsinizdir.

Çocuklarınızı biyolojik ve psikolojik olarak sağlıklı ve doğru yetiştirmek adına bilgi sahibi olmak, çocuklarınıza ve eşlerinize karşı olan hatalı tutumlarınızı pozitif manada değiştirmek istiyorsanız, ayda 15-20 dakikanızı ayırarak dergimizi okuyabilirsiniz.

Her türlü görüş ve önerilerinize açık olduğumuzu belirtir ve iyi okumalar dileriz...

İDEAL EVLİLİK / Mustafa ŞAHAN

Evlilik, iki karşıt cinsin bir araya gelmesi değildir sadece. Bizim kültürümüzde evlilik, bir ömür boyu sürecek, hatta öldükten sonra da devam edecek bir birlikteliğin başlangıcıdır.



Evliliğin temelinde; sevi, saygı, hoşgörü, merhamet, fedakârlık, güven, sorumluluk... gibi çok önemli değerler vardır. Aile içi şiddetin ve boşanma olaylarının ciddi manada arttığı günümüzde, bu değerler üzerine inşa edilen ve bu değerler ekseninde devam ettirilen evlilik, "ideal bir evliliktir". Aynı zamanda ideal evlilik; neslin biyolojik, psikolojik ve sosyolojik açıdan sağlıklı bir şekilde devamı, ailenin tatlı bir meyvesi olan çocukların en güzel şekilde yetiştirilmesi ve yine her açıdan mutlu ve huzurlu bir toplumun inşası bakımından da oldukça önemlidir. Bundan dolayıdır ki; eşler arasında sağlıklı bir iletişimin kurularak mutlu ve huzurlu bir yuvanın tesisi, yukarıda zikredilen değerleri aile hayatının her alanına yaymakla mümkündür.

Bahsi geçen değerlerden yoksun bir evlilik; eşlerin her ikisine, varsa çocuklara ve hatta eşlerin ailelerine de zulümdür. Bu değerlerden mahrum evliliklerde kavga gürültü eksik olmaz, eşler bedensel ve ruhsal açıdan yıpranır ve en önemlisi de olup bitenlere hiç bir anlam veremeyen çocuklar psikolojik olarak ciddi manada zarar görür.

İnsanoğlunun hata yapması kadar doğal bir şey yoktur. Ama hataları düzeltmek için de hiçbir zaman geç değildir. Şimdi, şu andan itibaren evliliğimizi daha da güzelleştirmek, ailemizi çok daha sıcak bir yuva haline getirmek, eşimizin huzuru ancak bizde bulabileceği bir eş olmak, maddi-manevi her açıdan ideal bir çocuk yetiştirmek ve mutlu bir toplum inşa etmek için yukarıdaki değerlere sahip olmaya gayret edelim.

İdeal bir evlilik, ideal bir nesil ve ideal bir toplum meydana getirmek bizim elimizde. Sorumluluğumuz büyük ve hele bir de anne-baba isek daha da büyük. Bu sorumluluğun altından kalkabilmek için okumalı, araştırmalı, uygulamalı ve ihtiyaç duyduğumuz anda da yardım almalıyız.



Çocukların maruz kaldıklarını ekran çeşidi gün geçtikçe artırıyor. Bir nesil öncesinin çocukları sadece televizyonu biliyordu. Sonrasında **bilgisayar** her evin bir parçası haline geldi. Son bir kaç yılda ise hayatımızdaki ekranların sayısı **tablet** ve **telefonlar** ile oldukça arttı. Şüphesiz evimizdeki bu ekran artışının birçok etkisi var. Ekranlar

hayatımıza konfor ve keyif kattılar ama hayatımızdan birçok şeyi de alıp götürdüler. Bu zararın en büyük etkisi ise çocuklar üzerinde oldu.

Eskinin sokakları artık yok. Çocuklar gün boyu evdeler. Evdeki çocukları oyalamanın en kolay yolu ise onları ekran başına oturtmak. Bu sayede çocuklar ses çıkarmadan, etrafı dağıtmadan durabiliyorlar. Yani ekran çocukları susturmak için önemli bir araç. Bir nevi, bakıcı ya da yatıştırıcı gibi. Yemek yerken ekranı açıp çocuğu doyurmak mümkün. Bir ekran görüntüsü ile ağlayan çocuğu susturmak mümkün. Arabada giderken çocukla konuşup onunla sohbet etmek yerine ekranı verip onu kendimizden uzak tutmak kolay. Ekran sayesinde ortalık daha az dağılıyor, evde daha az ses çıkıyor, çocuk daha az konuşuyor. Kısacası ekran bizler için bir kaçış yolu. **Gelin görün ki çoğu zaman susturmak, sesini kesmek, oyalamak için ekran başına oturttuğumuz çocuklar ekrandan oldukça zarar görüyor.**

***Öncelikle ekran, çocukların serbest oyun hakkını elinden alarak onlara zarar verir.** Çocuklar oyun aşkı ile doğarlar. Oyun oynamak onlar için yemek ve içmek kadar doğal ve gereklidir. Çünkü çocuk dünyayı oyunla keşfeder ve tanır. Üstelik oyunun iyileştirici ve geliştirici etkisi de vardır. Çocuk, oynadığı her oyunda duygusal, sosyal ve bilişsel becerilerini geliştirir. İp atlayan çocuk fiziksel bedenini geliştirirken, oyunda sıra bekleyen çocuk sabrı öğrenir. Ayrıca çocuk serbest oyun esnasında arzularını, çatışmalarını, kaygılarını oyuna yansıtır ve rahatlar. Ekran maruz kalan çocuklar ise çok oynayamadıkları için oyunun geliştirici ve iyileştirici etkisinden mahrum kalırlar.

***Ekran, aynı zamanda çocuğun hareket imkânını da elinden alır.** Eskinin ekmek arası peynir ile sabahtan akşama kadar koşturan çocuklarının yerinde, günümüzde oldukça kalorili beslenen ancak yeteri kadar hareket edemeyen çocuklar var. Hareketsizliğin en büyük nedenlerinden biri ise ekranlar. Ekranlar, çocukları buldukları yere sabitliyor ve hareketi durduruyor. Bu da çocuklara zarar veriyor.



***Ekran varlığı ile çocukların hayal gücünü de elinden alır.** Çocuklar ekran ile muhatap oldukça hayal dünyaları küçülür. Ekranla çok muhatap olan çocuk, zamanla ekransız oyun kuramaz, boş vakit geçiremez olur. Bir süre sonrada ekransız yapamaz hale gelir. Hâlbuki hayal gücü, çocukların en büyük gücüdür. Ekran karşısında hayal edemeyen ve ona sunulanı alan çocuk bir süre sonra bu yetisini kaybeder. Hayali oyunlar kurgulayarak kendini oyalamak artık çocuk için mümkün olmaz. Bir yolculukta, herhangi bir köşede beklerken hayalini kullanmak yerine telefon ve tablet ister.

***Ekran çocukların sosyalleşme imkânını da elinden alır.** Ekran aşırı muhatap olan çocuklar sosyal ipuçlarını yakalayamazlar. Dil becerileri kısır olur. İletişim yöntemlerinden habersiz olurlar. Gün boyu onlara tepki vermeyen, iletişime geçmeyen düz ekrana baktıkça çocuklar asosyallığe doğru kayar.

***Ekran sadece varlığı ile bile çocuklara zarar verir.** Çünkü onların elinden onlara iyi gelen birçok etkinliği almış olur.

***Ekran aynı zamanda sunduğu içerik ile de çocuklara çok zarar verir.** Birçok dizi ve sanal oyunda şiddet ana unsur olarak bulunur. Ekranlardaki şiddet, çocukların şiddeti bir çözüm yolu olarak görmesine, model almasına neden olur. Ekran, şiddeti normalleştirir ve sıradan gösterir. Ekranda şiddeti çokça gören çocuklar şiddete duyarsız hale gelir ve şiddet görene yardım etmekten uzak kalır.

***Ekranda sunulan aşk, moda, sevgili, cinsellik ve alışveriş gibi kavramlar çocukların dünyasını olumsuz etkiler.** Çok küçük yaşta yetişkin kavramları ile büyüyen çocukların dengesi bozulur. Bunun sonucunda zihnen yetişkin ama bedenen ve duygusal olarak küçük çocuklar ortaya çıkar. Yetişkin gündemi ve kavramları ile büyüyen çocuk çocukluğu tam yaşamadan büyümüş demektir. Yaşanmamış çocukluk, gelecekteki büyük acıların habercisidir.

***Kimi film, çizgi film ve animasyonda sunulan bilinçaltı telkinler, subliminal(bilinçaltı) mesajlar da çocukların saf zihinlerine zararlı tohumları eker.** Sahneler arasına ustaca yerleştirilen

bilinçaltı görüntüler, konuşmalar arasına serpiştirilen cümleler, seslerin arasına yerleştirilen gizli seslerle insan zihni yönlendirilebilir. Ekran bu yönü ile de çocuklar için bir risk oluşturur.

Kısacası ekran, içeriğinden bağımsız olarak varlığı ile çocukların oyun, hareket, hayal gücü ve sosyalliklerini elinden alarak onlara zarar verir. Yani çocuklar ekranda faydalı program izleseler bile aşırı derecede ekran başında kaldıklarında ekran başındayken oyun oynayamadıkları, hareket edemedikleri, hayal kuramadıkları ve sosyal iletişimde bulunamadıkları için zarar görürler. Bunun yanında ekranda sunulan yalan, şiddet, intikam, aşk, cinsellik ve moda gibi içerikler çocukların ruh dünyasını olumsuz olarak etkiler. Bilinçaltı mesajlarla çocukların zihinleri yönlendirmeye açık hale gelir.

Psikolojik açıdan sağlıklı çocuklar yetiştirebilmek için çocuklarımızın ekran ile olan ilişkisini kararlı bir şekilde düzenlemeye ihtiyacımız var. Ekranı ve zararlarını küçümsemek birçok çocuğun psikolojik yara almasına neden olabilir. Çocuklarımızın ekrana değil insana ve yüz yüze kurulan insan ilişkilerine ihtiyacı vardır. Sanal oyunlar ise hiç bir zaman gerçek oyunun yerini tutamaz.



Çocuklar Ekran Başında Ne Kadar Kalmalıdır?

Burada belirtilen ekran sürelerine tablet, telefon, bilgisayar ve televizyon dâhildir.

0-3 yaş: Olabildiğince ekrandan uzak tutulmalıdır. Ekran başında vakit geçirmemelidir.

3-6 yaş: Günlük toplam süre 20-30 dakikayı geçmemelidir.

6-9 yaş: Günlük toplam süre 40-50 dakikayı geçmemelidir.

9-12 yaş: Günlük toplam süre 60-70 dakikayı geçmemelidir.

12 yaş üzeri: Günlük toplam süre 120 dakikayı geçmemelidir.

Çocuklar Ne Zaman, Ne Kadar Sanal Oyun Oynamalıdır?

6 yaş öncesi çocukların sanal oyunlarla tanışması doğru değildir. Sanal oyunla tanışma dönemi 7 yaştır. Okul çağı çocukları, hafta içi okulun olduğu dönemde sanal oyunlardan uzak tutulmalıdır. Sanal oyunlara sadece hafta sonu ve tatil dönemlerinde müsaade etmek ve genel olarak 2 saat ile sınırlamak daha doğrudur. Çocukların sanal oyunlarla ilişkisini sınırlı tutmak amacı ile anne-babanın telefonlarında oyun yüklü olmaması en güzeldir.

Çocuklar İnternetle Ne Zaman Tanışmalıdır?

Çocukların internetle tanışma yaşı genel olarak ilkokul çağıdır. 7 yaşından itibaren çocuklara internet kullanımı öğretilir. Çocukların interneti kullanmaya başlaması ile birlikte internete aile şifresi mutlaka konulmalıdır. Çünkü internette pornografik içeriğe ulaşmak günümüzde çok kolaydır. Çocuk internette arama yapabildiği yaşa gelindiğinde interneti aile şifresi ile korumak gerekir.

Çocuklara Ne Zaman Telefon Alınmalıdır?

Ciddi güvenlik, haberleşme sorunun olduğu durumlar hariç çocukların cep telefonuna sahip olma yaşı genelde lise dönemidir. Bu dönem öncesinde çocuğun telefona haberleşme amacı ile ihtiyacı yoktur. Çocuğun çok ısrarcı olduğu durumlarda çocuğa, MP3 ve MP4 çalar, ipod gibi telafi edici gereçler alınabilir. Çocuklara alınacak telefonların yüksek özellikli telefonlar olmaması önemlidir. Çocuğa telefon alınırken, telefon parasının bir kısmını çocuğun biriktirmesini beklemek doğru olacaktır.



Çocuklar Ne Zaman Sosyal Medya Hesabı Açmalıdır?

Facebook ve Twitter gibi sosyal medya siteleri, hesap açılması için gereken yaş sınırını 13 olarak belirlemiştir. Fakat **16 yaşından önce sosyal medya hesabı açmak uygun değildir.** Sosyal medya, kişisel bilgilerin paylaşıldığı mecralardır. Bu mecrada çocuklara yönelik art niyetleri olan kişiler oldukça fazladır. İçerdiği riskler nedeni ile sosyal medya hesapları açarken acele etmemek gerekir. Sosyal medya hesabı olan çocuklara kişisel bilgilerin nasıl gizleneceğini de öğretmek gerekmektedir.

Kaynak: <http://pedagogidernegi.com/2015/03/26/cocuk-ve-ekran/>

MART'TA DOĞANLAR...

AHSEN DUMAN

ILGIN SU AYKİT

ZELİHA ECE TERZİ

AHMET ALP ÇULHA

GÜLSÜM EFA ÇINAR

YAREN ŞENER

ASYA ÖZAY

SİMAY İNCİK

ECE MUCAN

MUHARREM KAAN TOPAL

Doğum Gününüz Kutlu Olsun Çocuklar. 😊

ÇOCUK VE MAKYAJ

Günümüzde ebeveynlerin çocuğunun ısrarı üzerine makyaj yapmasına, oje sürmesine izin verdiklerini ve çocuk makyaj malzemelerini aldıklarını görüyoruz. Çocukların anne-babasından görerek, medyadan etkilenecek, beğendikleri kişiler/karakterler gibi olmak, büyümeye heveslendikleri için makyaj yapmak ve gerçek makyaj malzemeleri istedikleri görülebilir.

Çocukların **3-11 yaşlarında** çevreden aldıkları referans **ile kimliklerini şekillendirirler**. Anne-babalarını **rol model** olarak gördüklerinden, onların yaptıklarını taklit ederek öğrenirler. Bu davranışlarda annenin topuklu ayakkabı giymesi, makyaj yapması; babanın ise tıraş olması, parfüm sürmesi gibi örnekler de vardır.

Çocukların bu davranışının **pekiştirilmemesi** büyük önem taşır. Bu gibi durumlarda çocuğa **"Seni olduğun gibi seviyorum."** telkinin verilmesi kendine güvenini sağlamlaştırır. Her çocuk annesi gibi makyaj yapmayı, baba gibi saçını jölelemeyi deneyebilir, bunun doğal karşılanması ve cezalandırıcı bir tutumda olunmaması önemlidir. Ancak **yaşına uygun olmayan** davranışlarında olumlu övgülerle veya olumsuz tepkiler ile pekiştirilmemesi önemlidir.

Ayrıca çocuğun **yaşından büyük davranışlarda** bulunması ileri yaşlarda sıkıntılar, sorgulamalar yaşamasına neden olabilir. Çocuğun yaşına uygun bir yaşam sürdürmesini sağlamak ebeveynlerin zaman zaman sınırlar koymasını gerektirir.

Çocuk makyaj yapmak, tıraş olmak istediğinde; çocuğa uygun oyuncak makyaj takımı/tıraş takımı verilmesi daha uygundur. Çocuğa şu şekilde de bir açıklama yapılabilir: **"(kendi makyaj malzemelerinizi göstererek) Bunlar büyükler için yani benim için. Bak bunlarda senin (oyuncak makyaj malzemelerini göstererek) sende bunları kullanabilirsin."**

Çocukların makyaj malzemeleri ile makyaj yapmaları yerine, **sağlığına uygun yüz boyaları ile yüz boyaması** (kelebek, kedi, yıldız vb.) yapılması gelişimlerine daha uygundur.

<http://cocuklaringelisimi.com/2013/02/13/cocukmakyaj/>

YORUM SİZİN



BU AY ZİYARET ETMENİZİ TAVSİYE ETTİĞİMİZ SİTE:

Emniyet Genel Müdürlüğünün Çocuk Sitesi:

<https://www.egm.gov.tr/cocuklar>

BU AY OKUMANIZI TAVSİYE ETTİĞİMİZ KİTAP:

