

# Çocukların “Hayır” Deme Becerisi Nasıl Geliştirilir?



Aslında herkesin kendine güvenen bir birey olarak doğduğunu biliyor muydunuz? Bu soru üzerine biraz düşünüldüğünde bu tezi destekleyici argümanlar bulmak mümkün. Belki kendi çocukluğumuzu hatırlamak zor; ancak çevremizde var olan çocukları gözlemlediğimiz zaman bu durumun farkına varabiliriz. Örneğin; çocukların yemek yeme tarzlarına baktığımızda net bir şekilde görebiliyoruz ki çocuk yemek istemiyorsa bunu belli eder. Ortamdan uzaklaşır, elleriyle kaşığı iter, ağlar ya da başını sağa sola savurur. “Hayır” kelimesini dile getirmeseler de davranışları ile bunu ortaya koyarlar. Bir başka örnek ise; eğer çocuk öpülmek ya da kucakta durmak istemiyorsa ağlar ya da kendini yere atmaya çalışır. Çocuk bunu yaparak sözlü olarak ya da beden diliyle karşısındaki kişiye hayır demektedir.

Peki, ne oluyor da çocuklar hayır deme becerilerini kaybediyorlar? Tecrübe ettikleri deneyimler ve çevrelerindeki kişilerin etkisiyle her durumda hayır demenin doğru olmadığını öğreniyorlar. Bu tarz deneyimler arttıkça çocuklar kişilik yapılarına göre bu durumu farklı benimseyebiliyorlar. Hangi durumlarda hayır demesi gerektiğini bilemeyen çocuklar yaşadıkları kafa karışıklığı ile her duruma evet demeye başlayabiliyorlar. Bu noktada ailelere ve

çocukların çevresinde var olan yetişkinlere çok fazla sorumluluk düşüyor. Çocukları yaşadıkları kafa karışıklığından ve yanlış öğrenmelerden kurtarmak, kendi fikrini ve kararını savunabilen ve gerekli durumlarda hayır deme becerisi gösteren bireyler olarak yetiştirebilmek adına üzerinde durulması ve yapılması gereken birkaç nokta bulunmaktadır.

“Hayır diyebilmek” öğrenilen ve öğretilebilen bir sosyal beceridir. Çocuklar gibi çoğu zaman yetişkinler de ilişki yürütme sürecinde zorlanabilmektedirler. Oldukça zor olan bu durum, genellikle bireylerin kendi iç dünyalarında sıkıntı yaşamalarına yol açmaktadır. Yetişkinler için dahi zorlayıcı olan bir durum karşısında çocukların yaşadıklarını ve hissettiklerini göz ardı etmemek gerek.



Çocukların hayır demeyi öğrenmesi, kendilerinin de düşünceleri ve duyguları olabileceği fikrinin kişiliklerine olumlu yansımalarının yanında, onların tehlikeli durumlar karşısında güvende kalmalarını da sağlamaktadır. Küçük yaşlardan itibaren fikri sorulan, cevaplarına önem verilen ve bazı durumlarda kararlarının sonuçlarını yaşayan çocuklar, güçlü bir kişilik sahibi olarak yetişmektedirler. Bu noktada, ebeveynlere düşen en temel görev model olmaktır.

Hayır demek ile ilgili çocuklarda ve bazı yetişkinlerde görülen yanlış inançların sonlandırılması, yapılması gerekenlerin başında geliyor. Hayır demenin kaba ve bencilce olduğu düşüncesi, karşıdaki kişiyi incitecek inancı, hayır derse bir daha kimsenin onu istemeyeceği fikri yanlış inançların temelini oluşturuyor. Bazı kişiler başkalarının

düşüncelerinin kendi düşüncelerinden daha önemli ve değerli olduğu inancındadırlar. Tüm bunlar kişileri ve çocukları hayır demekten alıkoymaktadır.

Yapılması gereken, yanlış inançları daha sağlıklı düşüncelerle değiştirmektir. Sağlıklı düşüncelerin başında "Diğer insanların sorma, benim de reddetme hakkım var." inancı yer alır. Unutulmamalıdır ki; hayır denildiğinde reddedilen ortaya atılan düşüncedir, karşıdaki kişi değil. Sunulan tekliflerde her zaman iki seçenek vardır: Evet ya da hayır. Tercih etmek de kişinin kararı ve hakkıdır. Çocukların benimsemesi gereken en temel düşünce de budur.

Çocuklara yeni şeyler öğretmenin en etkili yolu model olmaktır. Bu yüzden ebeveynler ve eğitimciler çocuklara davranışları ile örnek olmalıdırlar. Her teklife evet demeyerek kişilerin hayır deme haklarının olduğu çocuklara gösterilmelidir. Çocuklar kendilerine hayır denmesi durumunu yaşadıkça içselleştirecekler ve gerekli durumlarda budavranışı sergilemeye başlayacaklardır.

Model olmak kadar önemli olan bir diğer konu ise tutarlı olmaktır. İlk başta hayır denilen durum bir süre sonra evet oluyorsa, çocuklar daima şanslarını denemeye çalışacaktır. Aynı zamanda aileye ya da karşılarındaki kişiye karşı ısrarcı tavrını sürdürecektir; çünkü daha önce benzer durumla istediğine ulaşmıştır. Bu yüzden, çocuklara verilen mesajlarda net ve kararlı olmak çok önemlidir.

Çocukların sunduğu tekliflere alternatif çözümler bulmak bir başka hayır deme yolu olmakla birlikte çocukların kendilerini değerli hissetmelerini sağlar. Bu sayede, çocuklar istemedikleri durumlarla karşılaştıklarında orta yolu gösteren alternatifler sunarak kendilerini koruma fırsatı bulurlar.

Düşüncelerine önem verildiğini hisseden çocuklar kendi kararlarını verme ve savunma konusunda güçlü temeller üzerinde büyürler. Kendi hakları ve düşünceleri olduğunu bilen çocuklar kendilerine güvenen birer yetişkin olurlar. Bu yüzden, ev ortamında verilen kararlarda çocukların fikirlerini almak, onlara ailenin bir parçası oldukları mesajını iletterek düşüncelerine önem verildiğini hissettirir.

Çocuklar sert bir şekilde hayır dediklerinde aldıkları olumsuz tepkiler karşısında hayır demekten korkmaya başlayabilirler. Karşıdaki kişiyi incitebilecek kırıcı kelimeler kullanmadan hayır denilerek sağlıklı bir iletişim kurulabilir. Bireyler, karşıdaki kişiyi suçlamadan ya da yargılamadan kendi duygularından bahsettikleri zaman kırıcı olmayan bir dil kullanarak hayır diyebilirler. Bu yüzden, ben dilini kullanmayı öğrenen çocuklar, hayır derken karşıdaki kişiyi kırmadan kendilerini daha rahat bir şekilde ifade ederler. Ben dili kullanmaları yönünde çocuklara örnek olunmalı ve onlar bu konuda yönlendirilmelidir. Örneğin, "Şu an teklif ettiğin şeyi yapmak istediğini biliyorum, ama ben bununla ilgili şöyle bir şey hissediyorum." şeklinde cümleler kurarak çocuklara kendilerini ifade etme biçimleri öğretilmelidir.

Sözel olarak hayır derken beden dilinin de aynı şeyi söylüyor olması konusunda da çocuklar yönlendirilmelidir. Hayır denirken tersi yönde yapılan jest ve mimikler karşı tarafa karışık mesajlar iletir ve söylenenin etkisini azaltır. Bu yüzden çocukların bu konudaki farkındalığı artırılmalıdır.

Sonuç olarak, yerinde ve zamanında hayır demeyi öğrenen çocukların kendilerine olan güveni artacak; aynı zamanda kendilerinin ve başkalarının fikirlerine saygı duymayı öğreneceklerdir. Ayrıca, karşılaşılabilecekleri tehlikelere karşı kendilerini korumayı öğreneceklerdir. Bunları yapabilmeleri için de onları büyüten ebeveynlere ve eğitimcilere yukarıda bahsedilen özellikleri sergileyerek model olma ve çocukları bu doğrultuda yönlendirme konusunda büyük görevler düşmektedir.