



# PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

İyi ifade edilmiş bir sorun, yarı yarıya çözülmüş demektir.  
Aleksis Carrel

Değerli Anne ve Babalar,

Problem çözme, öğrenmenin temelini teşkil eder. Çocuklar problem çözme davranışları ile düşüncelerini bir konuda yoğunlaştırmayı, alternatif çözümler üretmeyi, neden sonuç ilişkilerini kavramayı ve sonuçları tahmin etmeyi öğrenirler. Tüm bu gelişmeler çocukların ruh sağlığını da olumlu yönde etkileyerek, yaratıcı ve üretken bireylerin yetişmesine olanak sağlar.

Özellikle okul öncesi yıllardan başlayan temel eğitim çağı, problem çözme becerisi kazandırmayla ilgili eğitimin verilebileceği en verimli yıllardır. Problemi kavrama ve çözme stratejileri kolaylıkla ve doğal olarak bu yaşlardaki çocuklara kazandırabilmektedir.

Bu nedenle bu ayki bültenimizi problem çözme becerileri konumuza ayırdık.

Sizlere ve öğrencilerimize yararlı olması dileğiyle...

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi



Çocukların problem çözme yeteneğiyle donanımlı bir şekilde dünyaya geldiği düşünülür. Ancak problem çözme becerisi, diğer beceriler gibi öğrenilebilir bir beceridir. Bu nedenle çocuklar karşılaştıkları engelleri aşmada, problem çözme süreci ile ilgili yeni bilgilere ve deneyimlere ihtiyaç duyarlar. Çocukların problem çözümedeki yetersizlerinin giderilmesi için, eksik olan temel kavramların tanıtılması, başarılı birer problem çözücü olmalarına olanak sağlar.

Çocuğu kendinizin, amaçlarınızın, beklentilerinizin bir uzantısı değil, sizden ayrı kişiliği olan ve bu kişiliğini geliştirmek çabasında olan bir insan olarak kabul edin. Çocuğunuz dış dünyaya katıldığında sizin dışınızda etkiler olması nedeniyle birçok farklı problem yaşayacaktır. Anne ve baba olarak ne kadar mükemmel olursanız olun, onu yaşama ne kadar hazırlarsanız hazırlayın; çocuklarınız mutlaka problemler, ikilemler ve engellerle karşılaşacaktır. Bu durum, yaşamın kaçınılmaz bir parçasıdır. Çocuklarının bunlarla mücadele edişini izlemek pek çok ebeveyn için oldukça zordur.

Kimi zaman anne ve babalar, yaşadıkları sıkıntı ve hayal kırıklıklarından çocuklarını korumak için, önemli hayat tecrübelerini kullanmayı ister. Doğal olarak, çocuklarını hatadan ve yanlış seçimler yapmaktan korumayı isterler. Oysa çocuklarına yol gösterme ve onları koruma isteğiyle ve güdüsüyle yanlış mesajlar verirler.

Problem çözme, söz konusu problemin açık ve sakin bir şekilde konuşulmasıyla başlar. Problemin kısımları, sınırların gergin olmadığı bir vakitte tartışılmalıdır. Suçlamaya gidilmeden, problemi değerlendirici ifadeler kullanılmalıdır.

## Problem Çözme Aşamaları

Problemi tanıma  
Üretme  
Kuluçka  
Değerlendirme

Tanıma aşamasında, ortaya çıkan problemi oluşturan durumu ve engelleri tanımaya çalışırız. Üretme aşamasında değişik çözüm seçenekleri aramaya başlarız. Son aşama olarak değerlendirme aşamasına geçeriz.

Uygulamalardan hiçbiri çözüm getirmiyorsa, o zaman, bir tür kuluçka devresine girer, problemi bir yana bırakır, başka şeylerle uğraşırız ve daha sonra probleme yeniden geri döneriz. Yeniden değerlendirme yapar ve problem çözüme ulaşıncaya kadar, bu aşamalardan tekrar tekrar geçeriz. Aşamalar her zaman bu sıralamada gelmeyebilir, bazen atlamalar olur ve belirli bir sırayı izlemeyebilir.

## Problem Çözme Yaklaşımını Kullanmanın Çocuklara Sağladığı Yararlar:

- Çocuklara kendi problemlerini seçmede fırsat ve seçenek verildiği zaman mümkün olan çözümleri ve yanıtları bulmak için güdülenmiş olurlar.
- Çocuklar problemi çözmeye başlarken belirsizliklerle işe başlarlar. Karar verme, tahmin ve inceleme yöntemlerini düşünürler. Bu belirsizlikler merakın artması, araştırma, başkalarını kontrol etme gibi durumları ortaya çıkarır.
- Çocuklar problemi rahat bir şekilde çözmek için zamana ihtiyaç duyarlar. Bu çocuğa; başarı için fırsatları denemesi, yeniden denemesi ve bilinçli olarak tekrarlaması için imkân verir.
- Çocuğun etkin katılımını sağlar.
- Algılama ve akılda tutma daha uzun süreli olur.
- Çocuklara ileride karşılaşacakları sorunlara uygulayacakları çözümlerin modellerini elde etmelerini sağlar.
- Çocukların sorumluluklarını geliştirir.



# PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

- Çocuklar farklı kaynak ve materyallerden de yararlanırlar.
- Çocuklar sonuçlara ulaşmak için nasıl bağımsız düşünceleri gerektiğini öğrenirler.
- Çocuklar başarısız oldukları durumlarda hatalarından da öğrenme olanağına sahip olurlar.
- Yaşamakta olduğumuz iletişim çağında, çocuklar alternatif çözümler ürettikçe, olağan olmayan (her zaman uyguladıklarının dışında) çözümlere de yatkınlık kazanırlar.

## Çocukların karşılaştığı problemleri eğer anne ve baba çözmeye çalışırsa:

- Çocukların problemlere yeni çözümler bulmasını sağlayacak yaratıcılıkları bastırılır.
- Olumsuz duyguların bastırılması gibi duygusal olarak sağlıksız bir alışkanlık edinirler.
- Sonunda bir kriz ortaya çıkana kadar problem çözmeyi erteleyerek hem çocuğun, hem de anne ve babanın sorunu çözülemeyecek bir duruma gelir.
- Çocuklar problemle karşılaştıklarında korku duyar ve şüpheli davranırlar.
- Problemleri anne-baba çözdüğünde çocuğun güven duygusunu kazanması zor olur.

## PROBLEM ÇÖZMEDE POZİTİF YAKLAŞIMLAR

Birçok anne-baba, modern aile kültüründe çok fazla önemsendiği için, “dertsiz geçen bir çocukluk iyi geçmiş bir çocukluktur.” inancını bilinçdışında besliyor. Bu nedenle çocuklarını günlük stresten korumaya çalışıyor, çocuklarının yanında hiç tartışmıyor ve onları sürekli mutlu etmek için pahalı oyuncaklar, hediyeler alıyor.

Elbette hiçbir anne-baba, çocuklarının, özellikle ilk yaşlarının kontrol edemeyecekleri sorunlarla geçmesini istemez, çünkü hepimiz güven duygusunun ruh sağlığı için ne denli önemli olduğunu biliriz. Fakat tümüyle sorunsuz geçen bir çocukluk, sorunlu ve adil olmayan bir dünyaya çocukları psikolojik olarak hazırlamaz.

*Önemli olan, çocukların ruh sağlığına zarar veren sorunların varlığı değil, sorunların üstesinden nasıl gelindiğidir.*

## Öyleyse çocuklarımızın karşılaştığı sorunlarla başa çıkabilmeleri için onlara yapıcı olarak nasıl yardım edebilirsiniz?

Örneğin problem çözme konusunda “iyi bir model” olarak. Ancak anne-baba, çocuğunun sorununu çözmek için hemen ortaya atıldığında çocuk, kendisi için hiçbir şey yapamaz hale gelebilir. O halde aşağıdaki önerilere bir göz atmakta yarar var.

**1. Pozitif tutumu sürdürme:** Çocuğunuzun problemlerini kendisinin çözmesi konusunda “aşırı korumacı” davranıyorsanız kendinize aşağıdaki cümleleri tekrar edin.

“Çocuklar, sorunlarını çözerek psikolojik olarak güçlenirler.”

“Çocuklar, problem çözme yoluyla çok değerli yaşam becerileri edinirler.”

“Pozitif ve yapıcı şekilde ele alınırsa, çocuklar her duygusal travmayı atlatabilirler.”

**2.Yeterince Müdahale:** “Bizler çocuklarımıza çözmeleri gereken problemler vermek yerine unutmamaları gereken yanıtlar veririz.” Roger Lewin

Bu nedenle çocuğunuza yardım etmeden önce nasıl başa çıktığımız konusunda anılarımızı bir yana bırakarak aşağıdaki soruları kendinize sorabilirsiniz.

“Bu sorun, tamamıyla onun sorunu mu yoksa benim ya da bir başkasının sorunu çözmeye üstlenmesi gereken sorumluluklar var mı?”

“Bu sorunu çözmesi için çocuğumun becerisi ve deneyimi yeterli mi?”

“Bu sorunla başa çıkabilmesinde başarı şansı nedir?”

**3.Destek Olma:** Her ne kadar arka plana çekilmeye ve çocuğunuzun kendi sorununa kendi çözümlerini getirmesi gerektiğine karar verilse de anne-babanın ona destek olmak gibi çok önemli bir rolü de vardır. Onu teşvik edebilir, ağlaması için omzunuzun hazır tutabilir ya da onu kutlamak veya başarısını paylaşmak için bir kenarda beklediğinizi söyleyebilirsiniz.

**4. Problem Çözme Stratejileri Öğretme:** Aşağıdaki stratejiyi önce birlikte çözmeniz gereken bir sorunda kullanın ve daha sonra kendisinin tek başına kullanmasını sağlayın. Bu stratejide beş aşama vardır.

**Konuş:** Çocukların çoğu ya sorunlarını başkalarına hissettirmez ya da farklı biçimlerde dışa vurur. Bu nedenle; atılacak ilk adım kendilerini üzen ya da endişelendiren konuyu çok güvendikleri birisiyle konuşabilmelerini sağlamaktır.

**Düşün:** Çocuğunuza herhangi bir eyleme geçmeden önce sorunu tüm ayrıntılarıyla düşünmesi ve yeni fikirler üretmesi konusunda ona önerilerde bulunabilirsiniz.

**Harekete Geç:** Bu aşamada çocuğunuzun uygulamaya yönelik bir eylem planı yapmasına yardım edebilirsiniz.

**Denetle:** Kendi kendini denetlemesi için onu teşvik edebilir ve ona bu konuda önerilerde bulunabilirsiniz. Ayrıca kontrol konusunda başkasının yardımını istiyorsa eylem planının bir parçası olarak bu kişiyle sürekli iletişim içinde olmasını sağlayabilirsiniz.

**Ödüllendirme:** Sorununu çözmek, çocuk için yeterince büyük bir ödül olsa bile, çocuğunuzun (sorunu çözemesi dahi) gösterdiği “çaba” için de ödüllendirebilirsiniz.

## SORUN ÇÖZEBİLME BECERİSİ KAZANDIRABİLMEK İÇİN ANNE-BABALARA ÖNERİLER

- Çocuğunuzun bir sorun anında mutlaka dinleyin ve onun ihtiyaçlarını, isteklerini anlamaya çalışın.
- Çocuğunuzun düşüncelerini özetleyerek doğru anlayıp anlamadığınızı ona gösterin.
- Çocuklarınız bir sorunla karşılaşınca ya çözüm girişiminde bulunur ya şikâyetle bulunur ya da problemi yok sayar, üstünde durmaktan kaçınırlar. Çocuklarınızı cesaretlendirerek onların sorunlarını kendilerinin çözmelerine fırsat verebilmelisiniz.
- Onun size getirdiği sorunlara, hemen çözümler üretmeyin. Bunu yaptığımızda çocuğunuzun istemeden size bağımlı, sorunlarını çözmekte güçlük çeken, özgüven problemleri yaşayan bir çocuk haline getirebilirsiniz. Bu durumdaki bir çocuk kaç yaşında olursa olsun karşısına çıkan sorunları sizin çözmenizi bekleyecektir. Sorularla yönlendirerek onun çözmeye yardımcı olun.

Ona doğrudan çözümleri söylemek yerine, onlara açık uçlu sorular sorarak çocuğun düşünmesini sağlamalısınız. “Ne oldu?”, “Sorun nedir?”, “..... olmadan (örneğin o sana vurmadan) önce ne olmuştu?”, “..... olunca (örneğin, o sana vurunca) ne hissettin?”, “Sen ..... yapınca (örneğin onu annesine şikâyet edince) Ne oldu?”, “Sen ..... yapınca (şikâyet edince) o ne hissetmiş olabilir?”, “Sen ..... yaptıktan sonra (şikâyet ettikten sonra) sonuç ne oldu?”, “.....yapmaktan (şikâyet etmekten) daha başka ne yapabilirdin?”, “.....yapmak (onu başkasına şikâyet etmek) sence iyi bir fikir mi?” (Uygun bir fikir olduğunu düşünüyorsanız, “Öyleyse bunu deneyebilirsin.” diyebilirsiniz), “Burası ..... yapmak için (onu şikâyet etmek için) sence uygun bir yer mi / uygun bir zaman mı?”, “Bunun için daha uygun bir zaman düşünür müsün?” vb. sorularla çözüm yolu bulabilmesi için cesaretlendirebilir ve konu hakkında düşünmesi için teşvik edebilirsiniz. Bu tür konuşmalarla çocuk kendi davranışının nedenleri, davranışlarının başkaları üzerindeki etkileri, davranışlarının olası sonuçları üzerinde düşünmeye yönlendirilmiş olur.

*“Asla ama asla sorunu siz çözmeyin.”*

- Çocuğunuzun duygu ve ihtiyaçları hakkında karşılıklı konuşun.
- Çocuğunuzla beraber beyin fırtınası yaparak çözümler bulmaya çalışın ve aklınıza gelen tüm fikirleri çocuğunuzla birlikte bir kâğıda yazın, birlikte listenizi gözden geçirin ve en uygun çözümü bulun.



# PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

- Çocuğunuza küçük sorumluluklar verin, böylece onun kendine olan güvenini arttırmış olursunuz. Kendine güveni olan bir çocuk sorunlarla baş ederken daha rahat olacaktır.
- Çocuğunuza kendi fikirlerini sorun, fikirlerini öğrendikten sonra neden böyle düşündüğünü anlamaya çalışın. Fikirlerini özgürce belirtebilen bir çocuk, sorun çözerken kendi kararlarının önemini anlayabilecek ve kendi kararları ile sorunu çözmeye çalışacaktır.

*“Onlara balık vermek yerine, balık tutmayı öğretmek daha gerçekçidir.”*

- Aile toplantıları yoluyla ve kendi hayatınızda gerçek sorunları nasıl çözdüğünüzü çocuklarınıza göstererek evinizde bir sorun çözme ortamı yaratın. Bu süreçte, çocuklarımız isterlerse bir sorunu tartışma fırsatına sahip olabilirler.
- 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.

*“Unutmayın ki sorun çözebilen çocuk mutlu çocuktur.”*

Zübeyir ÇAY  
Psikolojik Danışman

e-mail:  
z.cay@outlook.com





# PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ

## Yararlanılan Kaynaklar

- Bluestein, J.(200), Ana - Babaların Yapması ve Yapmaması Gerekenler, HYB Yayınları, Ankara
- Döğüşgen, Mehmet M.(2011), Yeniden Başlayalım mı?, Ekinoks Yayıncılık, İstanbul.
- Lindenfield, G.(2004), Kendine Güvenen Çocuk Yetiştirme, HYB Yayıncılık, Ankara.
- Döğüşgen, Mehmet M.(2011), Çocuk ve Ergen Gelişiminde Pozitif Terbiye, Ekinoks Yayıncılık, İstanbul.
- Arslan, Arzu. 6 Yaş Grubu Çocuklarda Genel Problem Çözme Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi, Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, 2012.
- Döğüşgen, Mehmet M.(2010), Çocuklarda Eğitim ve Disiplin, Ekinoks Yayıncılık, İstanbul.
- Bozkulak, Pınar Burcu. Okul Yöneticilerinin Problem Çözme Becerileri Ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi,2010.

