

ÇOCUKLARA ZAMAN YÖNETİMİ BECERİSİ KAZANDIRMA

Zaman yönetimi daha çok iş hayatında yetişkinler için üzerinde durulan bir konu olmasına rağmen, çocuklara erken yaşlarda kazandırılan planlama ve organizasyon becerilerinin katkısı büyük olmaktadır.

Bu nedenle çocuklarımıza zamanın tükenilen bir kaynak olduğunu kavratmak ve bu çok kısıtlı ve kıymetli kaynağı bilinçli biçimde tüketme alışkanlığı kazandırmak önemsenmelidir

Yoğun bir hayatta çocuklar okul, ev ve sosyal alanlarındaki sorumluluklarını ve aktiviteleri dengelemekte güçlük yaşarlar. Çocuklara sadece zamanı planlamayı değil, zamanı da daha etkili kullanmayı öğretebildiğimizde onlara hayat boyu fayda sağlayacak bir beceri kazandırmış oluruz. Bu beceriyi kazanmak her çocuk için kolay olmayabilir ancak sabırlı ve tutarlı olunursa her çocuk bu beceriyi içselleştirebilir.

Peki, biz yetişkinler bile bazen zamanı etkin kullanabilmede zorlanırken çocuklarımızın zamanlarını planlamalarına nasıl yardımcı olabiliriz?

- İlk ve en büyük adımı da sizin zamanınızı etkin bir şekilde yönettiğinizi çocuğumuzun gözlemlemesidir.
- İyi bir örnek olun. Zamanlama konusunda ve zamanınızı etkili kullanma konusunda çocuğunuza iyi bir rol model olun. Çocuğunuzu zamanında okuluna götürün, okuldan alın. Söz verdiğiniz saatlere sadık kalmaya çalışın. İşe giderken geç kaldım telaşını, yetiştiremediğiniz bir projeye ilgili olan kaygınızı çocuğunuzun önünde yaşamamaya özen gösterin.
- Çocuklara zaman yönetimiyle ilgili alışkanlık ve davranış kazandırırken, emir ve gereklilik kiplerinden uzak bir dille, nasihatten uzak tarzla istek ve beklentilerin nedeni açıkça ortaya konmalı, seçilecek durumlarda hangi sonuç ve olasılıklarla karşılaşacağı kısa, net, anlaşılır biçimde aktarılmalıdır.
- Çocuklarınızın kendilerine ait bir zamanı nasıl ve kimlerle geçireceklerine karar verme özgürlüğü tanıyın. Çocuğunuza kendi istediği gibi yönetebileceği zaman dilimleri sağlayın. Örneğin, sizinle, arkadaşlarıyla veya kendi başına hayal ettiği gibi zaman geçirebilmesi için ona fırsat verin.
- Çocuğunuza öncelik belirlemeyi öğretin. Yapması gereken ve yapmak istediklerini ayırt etmeyi onunla çalışın. Her şeyi bir anda düzgün bir şekilde yapamayacağını, öncelik sıralaması yapmasının önemini belirtin.
- Zaman tanıyın. Çocuğunuza yapılması gerekeni o anda söylemeyin. Bir 5-10 dakika önce bir hatırlatmada bulunun. Örneğin akşam yemeğine 10 dakika sonra oturuyoruz. Bu sayede çocuğunuz o anda yaptığını tamamlayabilir, zamanını yönetebilmeyi öğrenir.
- Çocuğunuz zaman yönetimini iyi yapmadığında sonuçlarını çocuğunuzun yaşamasına fırsat verin. Çocuğunuza ödev zamanını etkin kullanmadığında yapmak istediği etkinliklere daha az zamanı kaldığını anlatın.

Mustafa ŞAHİN
Psikolojik Danışman
Tandoğan Şehit Celalettin İbiş İlkokulu