

ÇOCUK VE OYUN



Çocuk denilince aklımıza ilk gelen kavramlardan biri "oyundur. Çünkü oyun çocukluk döneminin vazgeçilmezidir. Bebekler kendi ellerini keşfetmekle başlattığı oyun sürecini, ce-ee oyunu ile devam ettirirler. Hareketlendikçe, yürüdükçe çocuğun oyun dünyası da gelişir. İlk önce bebekler kendi başına oynar, sonrasında arkadaşlarla birlikte oynanan oyunlar gelir, sonra da kuralları oyunlar devreye girer. Bu süreç çocuklukta bitmez, yetişkinliğe ulaştığında insan yine oyun oynama ihtiyacı hisseder. Halk oyunları, spor oyunları, kahvehanelerde oynanan oyunlar ve sanal oyunlar yetişkinlerin oynadığı oyunlardır.

● **Oyun çocuk gelişiminde çok önemli bir yere sahiptir.**

Çocuğun sağlıklı bir gelişim göstermesinin en önemli yolu doya doya oynamasıdır. Oyun yolu ile çocuk bedenini hareket ettirir. Zıplar, koşar, tırmanır, taşları ve misketleri tutup atar. Bu sayede çocuk ince ve kaba motor gelişimini oyunla desteklemiş olur.

● **Oyun yolu ile çocuk arkadaşları ile sosyalleşir.**

Sıra beklemeyi, kurallara uymayı, başkasının hakkına saygı göstermeyi, grupta kendini ifade etmeyi, bir grubun üyesi olmayı çocuk oyun yolu ile öğrenir. Yeterince oyun oynamayan çocuk yeterince sosyalleşemez.

● **Oyunlar bir düşünme becerisi gerektirdiği için, oyun çocukların bilişsel gelişimini destekler**

Oyun içinde çocuk, kazanmak için planlama ve hesaplama yapar. Nasıl oynaması gerektiğini ve bir sonraki oyun adımlarını da düşünür. Gizli saklanma yerleri bulmak, taşı tam seksek karelerinin içine atmak için planlama yapmak, topu atarken hızını ve açısını

ayarlamak gibi farkında olmadığı bilişsel hesaplamalar yapar. Bu sayede zihin gelişimi sürekli aktif olur. Bu sebeple çocuklar okul öncesi dönemde oyunun içinde olduğu bilgiyi daha kolay öğrenir.

● **Oyun, çocukların duygusal gelişimini destekler.**

Oyun içinde çocuk kazanmayı, kaybetmeyi, üzülmeyi, heyecanlanmayı, hayal kırıklığını, yetersizliği, ve mutluluğu deneyimler. Başka çocukların duygularını nasıl yaşadığını gözlemler. Bu sayede hem duygularını keşfeder, hem başka insanların duygularını okumayı öğrenir, hem de kendi duygularını ifade etme becerisini oyun yolu ile kazanır.

● **Çocuk oyunda hayatın provasını yapar.**

Oyun içinde anne, baba, öğretmen gibi bir çok roller devreye girer. Bu sayede rollerinin nasıl bir deneyim olduğu ve sosyal çevredeki roller hakkında da hakkında da fikir sahibi olur. Aynı zamanda içinde bulunduğu olay örgülerini de oyun yolu ile yansıttığından çocuğun hayatı nasıl deneyimlediği hakkında bilgi sahibi olabiliriz.

● **Oyun çocuk için aynı zamanda iyileştiricidir.**

Çocuk oyun içinde öfkesini, üzüntüsünü, kaygısını oyun ve oyuncaklar yolu ile dile getirir. Oyun çocuğun dili olur, oyuncaklar ise kelimesi. Böylece yaşadığı bir zorluktan, onu korkutan bir nesneden oyun içinde onlara yer vererek baş eder. Yani oyun başlı başına çocukların ruhsal yaralarını iyileştirmede etkilidir. Bu nedenle oyun terapisi yaklaşımı çocuk terapileri arasında sıkça kullanılmaktadır. Biz yetişkinler konuşarak dertlerimizi dile getiririz, çocuklar ise oynayarak. Tüm bu faydalarına rağmen, maalesef günümüz çocukları yeteri kadar oynayamamaktadır. Şehirleşme ile birlikte çocukların oynayacağı alanlar daha çok kapalı mekanlara dönüşmüş durumdadır. Bu da çocuğun enerjisini dışarı aktaramamasına neden olmaktadır. Güvenlik sorunları nedeni ile de aileler çocuklarını daha kontrollü alanlarda oyun oynatmaktadır. Ebeveynlerin hijyen kaygıları nedeni ile sopalar, toprak, kibrit çöpü ve gazoz kapakları birer oyun aracı olmaktan çıkmış "pis" bir nesneye dönüşmüştür. Evler küçülmüş ve mobilyalar evde daha çok yer kaplar hale

gelmiştir. Şehirleşme ile birlikte çocuklar oyun alanları hızla kaybetmiş ve çocukların enerjilerini atabilecek alanları gittikçe daralmıştır. Bu sebeple çocukları mümkün olduğu kadar oyun oynayabilecekleri özgür ortamlar yaratılmalıdır.



Ailelere Öneriler

- ★ Çocuğunuzla her gün mutlaka oyun oynamaya zaman ayırın. Çocuğunuzla oynayacağınız oyunun süresinden çok ne kadar oyunda kalabildiğiniz önemlidir.
- ★ Çocuğunuzla oyun oynarken oyunun bölünmemesi için uygun ortam hazırlayın televizyon telefon gibi uyarıcıları kapatın.
- ★ Çocuğunuzla oyun oynarken sizi yönlendirmesine izin verin.
- ★ Unutmayın çocuklar ebeveynlerinle oyun oynarken aynı zamanda duygusal ihtiyaçlarını da karşılar. Bu anlamda oyunun sürekli bölünmesi ve müdahale edilmesi o anı çocuk açısından keyifli olmaktan çıkarır.
- ★ Çocuğunuza oyunlarda özgürlük verin. Eğer oyununda etkilendiği bir olumsuz olayı canlandırırorsa müdahale etmeyin. Örneğin çocuğunuz iki oyuncuğu kavga ettiriyorsa oyununu bölmeyin. Çocuklar oyunlarda sadece olumlu şeyleri yansıtmayabilirler. Bunu fırsata çevirip oyunu bittikten sonra olumlu sahneyi birlikte canlandırabilirsiniz.
- ★ Çocuklar ebeveynleri ile oyunlarının sonlanmasını istemeyebilir. Bu durumda ebeveynler için zorlayıcı olabilir. Çocuğumla oynuyorum ama sonu hep kötü bitiyor duygusuna kapılabilirsiniz. Bu yüzden oyunlarda da sınır koyma çok önemlidir. Çocuğunuz için belirlediğiniz oyun süresini önceden çocuğunuza söyleyin bunun için bir saat yada alarm kurabilirsiniz. Böylece çocuğunuza başlama ve sonlanma kavramını da vermiş olursunuz.

- ★ Çocuklar için oyuncaktan ziyade oyun oynayabilmek çok daha önemlidir. Oyuncak sadece bir araçtır. Çocuklar için oyuncak seçimi de oldukça önemlidir. Çocuğunuza oyuncak seçerken yaratıcılığını geliştiren oyuncaklar seçilmelidir. Tamircilik, evcilik, mutfak malzemeleri meslek içerikli oyuncaklar, hayvanlar vb.. kısaca çocuğunuzun bir rolü canlandırabileceği oyuncaklar gelişimine katkı sağlar.
- ★ Çocukların gelişiminde odaklanma, problem çözme becerisi, bekleme, kaybetmeye karşı tolerans geliştirebilmesi de önemlidir. Bu sebeple çocuklarla kuralları olan oyunlar oynamakta önemlidir. Genellikle evde oynanan kurallı oyunlarda çocuklar üzülmesin amacıyla kurallar çocuklara göre değiştirilmektedir. Ancak bu çocuğun sosyal yaşamda gruba dahil olduğunda hep kazanma isteği oluşturmaktadır. Bu sebeple evde oynanan kurallı oyunlarda net olunmalıdır. Yaş gelişimine uygun kutu oyunları da bu anlamda çocuğun gelişimine katkı sağlar.
- ★ Çocuklar bizlerle oyun oynamaya her zaman isteklidirler. Ancak oyun davetinin ebeveynlerinden gelmesi o oyunu daha keyifli hale getirir. Bu sebeple çocuğunuza benimle oynar mısın? teklifini çocuğunuzdan önce siz yapın. Böylece onunla olmaya gönüllü olduğunuzu ve değer verdiğinizi hissettirirsiniz.



Çocuklarımızın ruh sağlığını korumak istiyorsak, öncelikle onların oyun haklarını onlara iade etmemiz gerekmektedir. **Çocuğun elinden oyunu almak, onun çocukluğunu, gelişimini ve ruhsal büyümesini elinden almaktır.**

Uzm.Klinik Psikolog

Gülşah ERKAL



ÇOCUKLARIN YAŞ GELİŞİMİNE GÖRE OYUNLAR

YAŞ

DUYU/YARATICI OYUN

FİZİKSEL OYUN

ARAŞTIRMA OYUNU

SOSYAL OYUN

SEMBOLEK OYUN

0-1 ya

Tüm vücudunu ve tüm duyularını (Koklama, dokunma, tatma, duyma, görme) kullanır.

Tekrarları olan oyunları sever. Dokunsal oyunları sever.

Kendi ve annesinin vücudunu kullanır. "Bu nedir?"

"Ne yapabilirim?" sorularını araştırır.

Anne-Çocuğun sırayla yaptıkları oyunları sever. Sesleri kopyalar.

İlk sözlerini söyler.

1-2 ya

Yemekle ve kendisi ile oynar. Kelimeler ve seslerle ilgili oyunları sever. Tüm duyularını (Koklama, dokunma, tatma, duyma, görme) kullanır.

Büyük kasları ile ilgili oyunlar (Koşma, yürüme), Küçük kaslarla ilgili oyunlar (tutma çekme)

Fiziksel araştırmalar yapar. (Tutma/çekme, saklanma/arama, yukarıda/altında)

Saklambaç, güreşme, yuvarlanma, bireysel oyun ve yanında oynayanları izleme

Taklit oyunları, rol oynama ve durumları taklit etme oyunları oynamaya başlar.

3-4 ya

Kum, su, oyun hamuru, boyalar, kelimeler, hikâyeler ve müzikle ilgili oyunlar oynar.

Koşma, zıplama, dans etme, top oynama, çizme ve kesme ile ilgilenir.

Problem çözme, inatçı oyunları ve yapboz

Etkileşimli oyun ve paralel oyun (Yan yana iki çocuğun farklı oyunları oynaması), Kovalamacalar

İstediği karaktere bürünme oyunları biraz daha karmaşık olmaya başlar.

5-12 ya

Yaratıcı sanat çalışmalarını, müzik, kitaplar, hikâyeler ve evcil hayvanlar ilgisini çeker.

Kurallı oyunlar, jimnastik ve spor, dikiş ve inatçı etme ve yazma ilgisini çeker.

Bir şeyler yapma, teknik ve bilimsel konularla ilgili oyunları sever

Etkileşimli oyun, yarışmalar ve sosyal oyunlara katılım

Uzun süreli sosyodramatik oyunlar planlar ve oynar. (Av-avcı, düğün, ölümlü...

