

ÇOCUKLARDA KENDİNİ İFADE ETME

3-5 yaş dönemi, çocukların dil gelişiminin hızlandığı, duygusal farkındalığın belirginleştiği ve sosyal iletişim becerilerinin temelini atıldığı bir dönemdir. Bu yaş aralığında çocuklar, hem sözel hem de sözel olmayan yollarla kendilerini ifade etme kapasitesini hızla geliştirir. Araştırmalar, bu becerinin erken dönemde desteklenmesinin ilerleyen yıllarda öz düzenleme, problem çözme, akran ilişkileri ve öz saygı üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir.



Ev Ortamında Destek Önerileri

Bilimsel çalışmalar, çocukların kendini ifade becerilerinin en çok model alma ve duygu yansıtma yoluyla geliştiğini belirtmektedir. Bu nedenle evde şu uygulamalar destekleyici olacaktır:

- **Duygu Adlandırma:** "Şu an şaşırmış görünüyorsun." gibi yansıtıcı cümleler duygusal kelime dağarcığını artırır.
- **Açık Uçlu Sorular:** "Bunu yaparken ne düşündün?" gibi sorular bilişsel organizasyonu güçlendirir.

- **Sakin ve Bekleyen Ebeveyn Tepkisi:** Çocuğun kendini toparlaması ve ifade etmesi için zaman tanımak, öz düzenlemeyi destekler.
- **Günlük Rutinlerde Söz Hakkı:** Küçük seçimler (kıyafet, oyun, kitap) çocuğun karar verme ve kendini ifade etme deneyimini artırır.

Oyun Önerileri

Dramatik Oyun Kutusu

Amaç: Sembolik oyun yoluyla duygu ve düşünceleri aktarma
Nasıl Oynanır?

Kutuya çeşitli kostüm parçaları, kuklalar ve aksesuarlar konur. Çocuk bir sahne kurar, karakterlere ses verir ve küçük bir oyun canlandırır.

Seç Beni!" Cümle Tamamlama Oyunu

Amaç: Kendini tanıma ve ifade etme becerisi
Nasıl Oynanır?

Kâğıtlarda şu tür cümleler bulunur:

- "En çok ... oynarken mutlu olurum."
- "Bugün ... olduğu için şaşırdım."
- "Benim için zor olan şey..."
- Çocuk çektiği kartı tamamlar.

Gelişimsel Önemi

Kendini ifade etme becerisinin bu dönemde desteklenmesi:

- Duygu düzenleme kapasitesini güçlendirir,
- Akran ilişkilerinde çatışma çözme becerilerini artırır,
- İçsel motivasyon ve öz yeterlilik duygusunu destekler,
- Okul öncesinden ilkokula geçişte daha sağlıklı bir uyum sağlar.

Çocukların bütüncül gelişimine katkı sağlayan bu süreçte iş birliğiniz için teşekkür ederiz.

