**Çocuklar neden Ders Çalışmaz**

Günümüzde çocukların ders çalışmaması ve bu konuda direnç sergilemesi ailelerin kabusu durumuna gelmiştir.Çünkü sınavlar, özel dersler, dersanelere yatırılan paralar ve emeklere rağmen çocukların ders çalışmak istememesi aileler için ciddi bir çıkmaz ve stres kaynağı olmaktadır. **Oysa ders çalışmamak bir suç değil beynin tercihi**! Ders çalışmama gerçekten de birçok öğrencinin sorunu. Çocuklar her türlü imkana göre neden çalışmıyor?

“Çocukların ders çalışmamaları sanıldığı kadar basit bir sorun değil. Ders çalışmamanın çocuğa göre farklılaşan nedenleri olmakla birlikte bazı ortak nedenlerden söz edilebilir. Bu sorun sadece çocuklarımızın değil aslında öğrencilik sürecini geçirmiş tüm insanların ortak noktası. Aslına bakılırsa, ders çalışmak özünde kimsenin zevk alarak yaptığı bir şey değil. Çünkü, ders adı altında sunulan konuları bizler belirlemiyoruz, dışımızdan birileri tarafından belirleniyor. Doğal olarak da bu kimseye çok heyecanlı gelmiyor. Hatta diyebiliriz ki, bir çocuğun ders çalışmayı istemesi değil, istememesi daha doğaldır.”

Ders çalışmanın gerçek ödülünün çok uzun zaman sonra üniversite sınavı ya da iyi bir meslek sahibi olunduğunda alındığını söyleyen Oktay bu ödüllerin en büyük tehdidinin çocuğun burnunun ucunda duran, bilgisayar, TV, sinemaya gitme, arkadaşlarla sosyal bir ortamı paylaşma gibi etkinlikler olduğunu söylüyor: “Bir çocuğun ders çalışabilmesi için, şimdiki hazdan vazgeçip uzun vadeli sıkılmayı göze alması gerekiyor. İşte bu, çoğu zaman beynimizin tercihleri ile örtüşmeyen bir durum. Çünkü beynimiz en kısa sürede haz veren faaliyete yönelmeyi sever. Beynin, hazzı kontrol eden alın bölgesi en geç olgunlaşan (yirmili yaşlar) bölümüdür. Bu nedenle, **çocukların ders çalışmayı istememesi bir suç değil, beyinlerinin tercihidir.”**

**Çocuğunuza ders çalıştırırken şu yöntemi uygulayın**

Çocukların ders çalışmasını sağlamak çok iyi yönetilmesi gereken bir süreç. Yaşa göre farklı uygulamalar söz konusu olsa da genelde bu çocuklar üzerinde uygulanan ve başarı elde edilmiş bir modelden söz etmek mümkün. Bu yöntem henüz ders çalışma alışkanlığı oturmamış çocuklarda etkili oluyor...

**Psikolojik Direnci Kırma**

Bu aşamada, çocuğunuzla konuşarak günde en az ne kadar ders çalışabileceğini sorun. Diyelim ki yarım saat demiş olsun. Bu sürenin yarısı olan 15 dakikayı esas alın. Çocuğunuza da, “Sen yarım saat dedin ama ben senden yarım saat çalışmanı istemiyorum, sadece 15 dakika çalışmanı istiyorum” deyin.

“Çünkü, şu an sende öncelikle ders çalışma alışkanlığını kazandırmamız gerekiyor” gibi bir açıklama, uygulamanın başlangıç mantığını çocuğun fark etmesini sağlar. Rutin oluşturun İkinci aşamadaki temel hedef, çocuğunuzun belirlenen süreyi her gün çalışmasını sağlamak olmalı. Bunun için ona, “Belirlediğimiz süre ile ilgili bazı kurallarımız var. Bu kurallarımızdan birincisi, belirlediğimiz bu 15 dakikalık çalışma süresini her gün tekrarlayacağız. Tüm sürelerimizi biriktirip hafta sonu çalışmak yok” şeklinde bir açıklama yapın. Düzeni kurun Bu aşamada, çocuğunuzun çalışma ortamı ile ilgili düzenin oturtulması gerekiyor. Çocuğa, “İkinci kuralımız, televizyon karşısında, yatarak, uzanarak çalışmak yok. Belirlediğimiz süreyi, çalışma odamızda ve masamızda tamamlıyoruz. Çünkü, senin hep aynı ortamda çalışmanı sağlayarak çalışma alışkanlığını pekiştirmek istiyoruz” demelisiniz.
**Otokontrolü sağlayın**

Çocuğunuzun belirlenen sürenin altına düşmemesini sağlayın. Bu aşamada çocuğunuzla, “Senden, belirlediğimiz 15 dakikalık sürenin altına düşmemeni istiyorum. Bunun nedeni, senin ders çalışma alışkanlığını kazanabilmen için otokontrolünü güçlendirmeyi istememiz. Böylece, belirli bir öz disiplin kazanacak ve bu alışkanlığı iyice güçlendirmiş olacaksın” şeklinde konuşun. Masasına bir çalar saat koyarak kurmasını istemek ve süreyi çalar saatle kontrol altına almak mümkün.
**Motivasyonu artırın**

Beşinci son adımda, çocuğunuzun motivasyonunu geliştirici hamleyi yapmak son derece önemli. Çocuğunuza, belirlenen sürenin üstüne çıkmakta serbest olduğunu söyleyin. Bir başka ifadeyle, “Eğer istersen, 15 dakikadan daha fazla çalışabilirsin” anlamında bir mesajla, çocuğun çalışma isteğindeki yoğunlaşmaya bağlı olarak tercih yapması sağlayın. Özellikle bu aşamada, çocukların birçoğu, kendilerinin bile farkında olmadıkları şekilde belirledikleri sürenin üstüne çıkıyor. Böylece çocuklar, düşündükleri ve belirledikleri sürenin üstüne çıkmanın gururunu yaşıyor ve başarılı oldukları ya da başarılı olacakları inancını iyice güçleniyor. Bu hissediş, onlar açısından önemli bir kırılma aşaması. Unutulmamalı ki, her başarısızlık bir sonraki başarısızlığın, her başarı da bir sonraki başarının zeminini hazırlar.
"Ders çalışmada hırslı olmak değil, azimli olmak gerekiyor. Hırslı çocuklar, yapacakları işe değil, arkadaşlarına odaklanır. Sürekli rekabet halindedir ve arkadaşlarını geçmeye çalışırlar. Bu nedenle, çocuklarda hırsı beslememek gerekiyor. Ancak aşırı iç motivasyon ‘hırs’ olarak karşımıza çıkabiliyor. Hırs ise asla beslenmemesi gereken bir özellik. Çünkü aslolan hırs değil, azimdir. Azimli çocuklar, görev odaklı olup üzerlerine düşen görevi sonuna kadar yapar ve mutlu olurlar. Oysa hırslı çocuklar ilişki odaklıdır. Bir başka ifadeyle, üzerlerine düşen sorumlulukları yerine getirmekten çok arkadaşlarını geçmeye çalışırlar.”"

**Motivasyon tipine göre önlem almak gerekiyor!**

Ders çalışmayı engelleyen en önemli şeyin motivasyon tipidir, insanda bir iç bir de dış motivasyon diye tanımlanabilecek iki yapı bulunur. Bunların doğuştan gelen kişiliğin bir parçasıdır

**İç motivasyonu yüksek çocuklar**

1- Genelde amaçlarını bilmek isterler

2- Planlı çalışmayı severler

3- İstekli ve sabırlıdırlar

**Dış motivasyonu yüksek çocuklar**

1- Sürekli yönlendirilmeye ihtiyaç duyarlar

2- Sonuç odaklıdırlar ve kısa sürede işi tamamlamak isterler

3- Kısa sürede tamamlanmayan işlerden çok çabuk sıkılırlar ve enerjileri düşer

4- Başladıkları işleri çoğu zaman yarım bırakırlar ve sürekli mazeret üretirler

5- En belirgin özellikleri de ertelemedir. Sorumluluklarını sürekli erteler ve biriktirirler

Buna göre, çocuğu sürekli suçlayıp eleştirmek yerine motivasyon tipini anlamak ve ona uygun önlemler almak gerekiyor: “Dış motivasyon tipine sahip çocukların iç motivasyon kaynaklarını harekete geçirecek faaliyetler yaptırılmalı. Buradaki en kritik nokta da, çocukta, başarılı olduğu ve başarılı olacağı inancının hep üst düzeyde tutulması.”

**Dikkat**

Temel alışkanlıkların ve yeni davranışların kazandırılması için yaklaşık olarak 21 gün tekrar edilmesi gerekiyor. Bu nedenle, çocukların ders çalışma alışkanlığını kazandırmak amacıyla yapılacak bu uygulama 2-3 hafta kadar hiç değiştirilmeden aynen devam ettirilmeli. Böylece, çocuğun beyninde ders çalışma ile ilgili nörolojik aktiviteyi iyice belirginleştirmek ve kalıcılığı sağlamak mümkün olur. Bu süre sonunda, çocukla tekrar görüşerek, çalışma süresinin üzerine 5-10 dakika eklenmesini sağlayabilirsiniz. Süreç bu şekilde adım adım ve azar azar ileriye doğru götürülerek ideal süreye kadar devam ettirilmeli.

**Yrd. Doç. Dr. Ömer DOĞRU
Aile Danışmanı & İletişim Uzmanı**