

ÇOCUKLARDA DUYGUSAL ZEKÂ GELİŞİMİ

Küçük kız, önündeki şekerlemeye gözünü dikmiş oturmaktadır. Ona bu şekerlemeyi hemen şimdi yiyebileceği, ama beş dakika beklerse, iki şekerlemeye sahip olacağı söylenmişti. İki şekerleme bir şekerlemeden iyidir, bu yüzden seçim kolay gibi gözüküyordu. Yine de önünüzde lezzetli bir yiyecek duruyorsa, beş dakika çok uzun süreye dönüşebilir. Kız, fal taşı gibi açığözlerle şekerlemeye bakmaktadır. Şekerlemeyi görmemek için, birkaç saniye oturduğu yerde diğer yöne döndü, ama zaman geçmeden yeniden eski yönüne çevirir başını. Şekerlemeyi eline aldı ama sonra bıraktı. Sonra içini çekerek şekerlemeyi eline aldı, ağzını açtı...

DUYGUSAL ZEKÂ NEDİR?

Daniel Goleman'a göre Duygusal zeka;

- Kendi duygu ve yeteneklerini tanıma,
- Bu duygu ve yetenekleri kabul ederek yenilerine açık olma,
- Kendine ve işine ait hedeflere istekle ve başarıyla kilitlenme,
- Diğerlerinin duygu, gereksinim ve problemlerini anlama, onları önemseyerek iletişim kurma,
- Ekip çalışması için gereken iletişim, ikna etme, uzlaşma gibi, yeteneklerdir.

DUYGUSAL ZEKÂ (EQ) VE BİLİŞSEL ZEKÂ (IQ) ARASINDAKİ İLİŞKİ

EQ, benlik dediğimiz şeyin büyük bir kısmını içine alır. IQ ise konsantrasyon, madde organizasyonu, planlama, kelimeleri kullanma, anlama ve onları gerçeklere göre düzenleme ile ilgilidir. Kısacası IQ, kişinin bireysel bilgi bankasıdır. Kişinin hafızası, kelime hazinesi ve görsel beyin koordinasyonudur. Bu niteliklerden bazıları çeşitli konularda başarılı olmayı kolaylaştırır. Duygusal zekâ (EQ) ve akılcı zekâ (IQ) kavram olarak her ne kadar farklı olsalar da birbirini destekleyen ve biri diğerinin yardımcısı olan yeteneklerdir. Birlikte uyum içinde var olabilirler. IQ olmadan EQ'nun sizin için yapabileceklerini anlayamaz, becerilerini geliştiremezsiniz.

IQ İLE EQ ARASINDAKİ FARKLAR:

- IQ zihin odaklı sosyal ortamdaki yalıtılmış beyin odaklı işlemimizi tanımlamak için kullanılırken, EQ sosyal ilişkileriniz içindeki sizi ifade eder.
- IQ'yu bir problem karşısında alternatif çözüm yolları bulmanız olarak ifade edeceksek; EQ'yu bir problem karşısında duyguyu yönetebilme, yeni uyum kapıları bulabilme kabiliyetiniz olarak tanımlayabiliriz.
- IQ laboratuvar ise EQ hayattır.
- IQ daha çok kişinin zekâ katsayısını vermekte ve zekâ fonksiyonlarını değerlendirmektedir. EQ ise kişinin duygusal sentez, tespit ve fonksiyonlarını bize bildirmektedir.

Akademik başarı olarak IQ ve EQ arasında bir kıyaslama yapılacak olunursa:

- Yüksek IQ sizi fizik profesörü yaparken, yüksek EQ sizi fizik bölümü başkanı yapar.
- Yüksek IQ sizi mali finans uzmanı yaparken, yüksek EQ sizi şirketin finans bölümünün yöneticisi yapar.
- IQ sizi işe aldırır fakat sizi terfi ettiren EQ' dur.
- IQ sizi okuldan mezun ettirir, EQ ise hayattan.

DUYGUSAL ZEKÂNIN GELİŞİMİ

Duygusal zekânın gelişimi açısından birçok kavram üzerinde durulmaktadır. Duygusal zekânın gelişiminde en önemli etkenin ilki yaştır. Çünkü duygusal zekâ bebeklik döneminde oluşmaya başlamaktadır. İnsanlar bebeklik döneminden başlayıp farklı duyguları farklı yaşlarda öğrenmeye başlarlar. Örneğin, okul öncesi ve ilköğretimin ilk kademesinde çocukların yüz tanıma becerileri gelişmektedir. Duygusal zekânın gelişiminde cinsiyette önemlidir. Bu farklılığa ailelerin kız ve erkek çocuklarını farklı duygusal yaklaşımlarla yetiştirmeleri ve kız- erkek çocuklar arasındaki biyolojik farklılık neden olmaktadır.

Duygusal zekânın ilkokulu ailedir. Anne ve babanın davranışları çocuğun duygusal yaşantısında derin ve kalıcı etkiler yaratır. Çocukların duygularını önemseyen ve duygusal ihtiyaçlarına karşılık veren anne ve babalar onların duygusal zekâlarının gelişimine katkıda bulunurlar.

"Oyun" çok uzun zamandır çocukluğun en önemli faaliyeti olarak görülmüştür ve tek eğitimsel tecrübe olarak kabul edilmiştir. İyi seçilmiş oyun, duygusal zekâ eğitimi açısından da çocuğun gelişiminde önemli rol oynar. Çocuk oyunda çevresinde gözlemlediği anne, baba, çocuk, öğretmen gibi karakterlerin birbirleriyle olan iletişimde üstlendikleri birden fazla rolü ve kendi ailesinde gözlemlediği duygusal ilişkileri oynadığı oyuna yansıtabilmektedir.

Toplumu, kuralları, meslekleri, gelenek ve görenekleri, iyiyi ve kötüyü, doğruyu-yanlışı öğrenirken, duygusal ve sosyal olarak gelişirken, bu öğrendikleriyle kendi kişiliğini de şekillendirir. Oyunun kurallarına bağlı olarak çocuk, rakibine saygı duymayı, disiplinli olmayı öğrenir. Bu tür kurallar çocuğu sadece sınırlamamakta, aynı zamanda mesafeli özgürlüğü de sağlamaktadır. Bu da, çocuğa kendi karakterini gerçekleştirme imkanı vermektedir.

Çocukların oynadıkları oyunlar,

- 1.Duygularını belirlemesine,
- 2.Duygularını düzgün bir biçimde ifade etmesine,
- 3.Diğer insanların kendi duyguları hakkında neler söylemeye çalıştıklarını duymasına ve anlamasına yardımcı olur.

Bu üç yetenek çocuklarda duygusal zekâ gelişiminin temelini oluşturur. Evcilik, kuklacılık gibi spontan kurulan oyunlarda çocuk her hangi bir yüz veya rol seçer ve o rolü oynar. Çocuk duygusal tecrübesine göre oyunda keşif yapmak ve duygularını istediği gibi herhangi bir konu üzerine ifade etmekte serbesttir. Bu tip oyunlarda çocuklar duygularıyla deney yapabilir ve bu duygularını davranışsal olarak ifade edebilirler.

Hikayeli oyunlar, çocukların duyguları fark etme, tanıma ve deneyimlemeleri için fırsatlar vererek, çocuklara duygu ile alakalı yeni kelimeler öğretir ve hislerini düzgün bir şekilde ifade edebilmelerine fırsat verir. Bol bol kitap okuyup kitaptaki kahramanlarla ilgili sohbet etmek, hikâyedeki kahramanların ve kendisinin ne hissettiğini de konuşmak duyguları tanıma ve ifade etme becerisini geliştirecektir.

Gün içinde duygulardan konuşmak, serbest çağrışımlı oyunları oynarken duyguları işin içine katmak, çocukların kolayca, doğal ortam içinde kendi duygusal zekâlarını geliştirebilmelerini sağlar. Evcilik, arabacılık, doktorculuk, veterinerlik vb. oyunlar ve kuklaları konuşturarak oynanan oyunlar çocuklara kendilerini tanımaları için önemli ayna görevi gören oyunlardır.

Duygusal gelişimi desteklemek için çocukların duygu dağarcığını güçlendirmek gerekir. Bunun için anne babanın, çocuklarla her türlü günlük durumları konuşurken kendi duygularına ve karşısındakinin duygularına da yer vererek paylaşımlarda bulunmaları önemli. Böylelikle duyguların farkına varmaları ve tanımaları kolaylaşacaktır.

Bir çocuğun kendi ile ilgili olumlu şeyler düşünmesi için ailesinin ve öğretmenlerinin ona önem verdiğini, onu dinlediklerini ve onunla ilgilendiklerini bilmesi, çocukların ve gençlerin duygusal gelişimini desteklemenin en önemli yollarından biridir.

Terakki Vakfı Okulları

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi