

Araştırma: Başarılı Çocukların Ebeveynlerinin Yaptığı 9 Şey



Üstün başarılı insanların özellikleri ve onları diğer insanlardan ayıran farklılıkları üzerine çok sayıda kitap ve makale yazıldı. Ama eğer bir ebeveynseniz, sizin için en zorlayıcı soru, "Çocuğumun hayatta başarılı olmasını sağlamak için ne yapmalıyım?" olacaktır. İşte bilim insanlarının bu konuda söyledikleri:

1.İstedikleri her şey olabileceklerini söylemeyin.

C+R adlı bir pazar araştırma şirketinin [400 ergen üzerinde yaptığı bir araştırmaya](#) göre, Amerikalı çocuklar gelecekte ihtiyaç duyulacak mesleklerle ilgilenmiyorlar. Bunun yerine, Amerika'daki meslek dallarının **yüzde birine** karşılık gelen müzisyenlik, sporculuk, video oyunu tasarımcılığı gibi meslekleri tercih ediyorlar. Oysa önümüzdeki on yıl içerisinde sağlık ya da inşaat sektöründeki mesleklerin (Amerika'da) çok değerli meslekler olacağını

biliyoruz. Neden onları gelecekte, ciddi bir istihdam sorunu yaşanacak yüksek maaşlı mesleklere yönlendirmeyelim?

2.Akşam yemeklerini ailece aynı sofrada yiyin

Harvard Üniversitesi'ne bağlı kar amacı gütmeyen bir kuruluşun yaptığı [araştırma](#), **haftada en az 5 kez** ailesi ile birlikte sofraya oturan çocuklarda, madde bağımlılığına yakın olma, genç yaşta hamile kalma, obezite ve depresyon eğilimlerinin daha az gözlemlendiğini ileri sürüyor. Ayrıca araştırmaya göre bu çocukların not ortalamaları daha iyi, kelime dağarcıkları ve özgüvenleri daha yüksek düzeylerde oluyor.



3.Ekransız zamanları zorunlu kılın.

Pek çok araştırma, çok fazla tablet ve telefona maruz kalan çocukların beyinlerinde kalıcı değişiklikler olduğunu gösteriyor. **Ekran kullanımı, özellikle dikkat, odaklanma, kelime dağarcığı, sosyal beceriler gibi bazı becerilerin gelişimini engelliyor.** Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) 18 aydan küçük çocuklara, görüntülü arama dışında hiç ekran gösterilmemesini öneriyor. **İki ile beş yaş arasındaki çocuklar için ise günde bir saati aşmayacak** ekran kullanımı öneriliyor. Daha büyük yaşta çocuklar için ise tablet ve telefon kullanımının, yeterli bir uykunun, sosyalleşmenin ve hareketin yerini almadığına emin olmak gerekiyor. AAP'ye göre ebeveynler **yemek masasını, yatak odasını ve arabayı** medyadan uzak yerler haline getirmeliler.

4.Çalışın

Çalışmayan anne olmanın kesinlikle ailevi yararları vardır. Fakat [Harvard Business School araştırmacıları](#), çalışan annelerin kızlarının, yüksek kazançlı

işlerde çalışma ve üst düzey pozisyonlarda istihdam edilme olasılıklarının, anneleri çalışmayan kız çocuklarına göre daha yüksek olduğunu buldular.

5.Onları çalıştırın

Stanford Üniversitesi eski dekanı ve Bir Yetişkin Yaratmak kitabının yazarı Julie Lythcott-Haims, 2015 yılındaki yayınlanan TED konuşmasında, Harvard Grant araştırmasına değinerek, iş hayatında profesyonel başarı elde eden pek çok katılımcının **çocukluk döneminde ev işlerine yardımcı olduğunu** söyledi.

6.Hazrı erteleyin

1972 yılına ait ünlü "Marşmelov Deneyi"nde, bir çocuğun önüne marşmelov konur ve çocuğa, araştırmacının odada olmadığı süre içerisinde marşmelovu yemezse ikincisinin verileceği sözü verilir. 40 yıl boyunca süre gelen araştırmalarda, marşmelovun cazibesine karşı koyabilen çocukların, sınavlardan yüksek notlar aldıkları, sosyal becerilerinin daha gelişkin olduğu ve madde bağımlılığı oranının düşük olduğu sonucuna ulaşıldı. Bu çocukların, ayrıca, daha az obezite sorunu yaşadığı ve stresle başa çıkma oranlarının da daha yüksek olduğu saptandı. Çocuklarınızın bu becerilere sahip olarak yetişmesini desteklemek için, bazen yapmayı reddetseler bile, her gün yerine getirilmesi gereken alışkanlıkları olması konusunda onları yüreklendirin.

Başarılı insanların alışkanlıkları üzerine araştırmalar yapan yazar ve konuşmacı James Clear, her alandaki en başarılı kişilerin – sporcu, müzisyen, sanatçı, CEO gibi – başarılı olma nedenlerinin alanlarında akranlarından **çok daha istikarlı olmalarından** kaynaklandığını söylüyor. "Herkes günlük hayatın keşmekeşi ile uğraşır ve motive olmak ile ertelemek arasında mücadele verirken, bu kişiler her gün işini yapar ve kendilerini günden güne daha fazla geliştirirler."

7.Onlara kitap okuyun

New York Üniversitesi Tıp Fakültesi'nin yaptığı bir [araştırma](#), ebeveynleri tarafından kitap okuyarak yetiştirilen bebeklerin okuryazarlık oranlarının

yüksek, dil becerilerinin gelişkin olduğunu ve erken yaşlarda kitap sevgisi kazanan çocukların, ilerleyen yaşlarda keyif için kitap okuyan ve bundan büyük fayda gören insanlara dönüştüklerini gösteriyor.

Dr. Alice Sullivan, İngiltere’de yaşayan 17.000 kişinin farklı özellikleri üzerine yürütülen British Cohort araştırmasını kaynak gösteren yazısında şöyle diyor: “Aynı sosyokültürel ve ekonomik yapıdan gelen 5 ila 10 yaşları arasındaki çocukların yeteneklerini karşılaştıran testler yaptık. **10 yaşına kadar haftada en az bir kitap okuyan çocukların** 16 yaşına geldiklerinde, haftada birden daha az kitap okuyan çocuklara oranla daha yüksek başarı gösterdiklerini tespit ettik. Bir başka deyişle, keyif alarak okumak, kişinin entellektüel gelişimi, kelime dağarcığı, heceleme ve matematiksel zekası ile yakından ilgili.”

8.Seyahat etmeleri konusunda teşvik edin

Öğrencilerin ülkelerarası seyahat etmesinin faydalarını, 1432 öğretmen ile görüşerek ortaya koyan bir araştırmaya göre seyahat etmenin çocuklar üzerinde sayısız faydası bulunuyor:

Daha fazla seyahat etme arzusu (%76)

Farklı kültürlerle ve etnik kökenlere hoşgörülü olmada artış (%74)

Öğrenme, merak ve keşfetme arzusunda artış (%73)

Farklı damak tatlarını deneyimleme arzusunda artış (%70)

Bağımsızlık, özgüven ve özsaygının artması (%69)

Daha fazla entellektüel merak (%69)

Hoşgörü ve saygının artması (%69)

Kolay uyum sağlayabilme ve duyarlılıkta artış (%66)

Kendini daha iyi ifade edebilme (%51)

Girişken ve sosyal olma (% 66)

Üniversite kabullerinde daha fazla tercih edilir olma (%42)

9.Kaybetmelerine izin verin

Sağduyuya aykırı gibi görünse de bu, bir ebeveynin yapabileceği en iyi şeydir. "Gerçek Dünyada Ebeveyn Olmak: Kurallar Değişti" kitabının yazarı, nöropsikoloji alanında uzman klinik psikolog Dr. Stephanie O'Leary, çeşitli düzeylerde başarısız olmanın ve kaybetmenin çocuklar için iyi olduğunu savunuyor. Kaybetme deneyimini yaşamak çocuklara, günlük yaşamlarında ihtiyaç duyacakları başa çıkma becerisini kazandırır. Aynı zamanda çocuklara, akranlarıyla iyi ilişkiler kurmak için gereken gerçek bir yaşam deneyimi sağlar.

Mücadale etmek aynı zamanda çok çalışma ve sürekli çaba gösterme becerilerinin yerleşmesini sağlar ve bu özelliklerin yıldızlı çıkartma, kırmızı kurdele, yüksek notlar olmaksızın değerli olduğunu kanıtlar. Yenilgi yaşayan çocuklar, zaman içinde esneklik kazanır ve toparlanabilme becerilerini geliştirirler. **Zor görevleri denemek için daha istekli olurlar çünkü yenilmekten korkmazlar.** Dr. Stephanie O'Leary, çocuğunuzu kaybetmekten kurtarmanın ona güvenmediğiniz mesajını verdiğini söylüyor: "Çocuğunuzun bocaladığını görme isteğiniz ona, başarabileceğine inandığınız mesajını verir. Ayrıca dışardan gelebilecek herhangi bir sorunun üstesinden gelme konusundaki inancınızı çocuğunuza aktarmanızı sağlar."

KAYNAK:www.rehberlikservisim.com