



## DOĞA DOSTU ÇOCUK YETİŞTİRMEK

Günümüzün mekanikleşmiş dünyasında, “doğa” kavramı denince akla gelen ilk görüntü çoğunlukla kentlerden uzak, yeşil ve mavi renklerin hakim olduğu bir manzara olur. İçinde bulunduğumuz şartlarda bu alanlara erişimimiz oldukça kısıtlı olmakla birlikte doğal ortamlar, her fırsatta kaçmak istediğimiz alanlardır. Ancak teknolojinin hayatımızdaki alanının gittikçe artması ve tüketim toplumlarına dönüşmemizle birlikte doğanın önemi nesilden nesile göz ardı edilmektedir.

Çocuklar; zihinsel, duygusal ve bedensel gelişimleri için doğaya ihtiyaç duyarlar. Öğrenmelerini gerçekleştirirken doğadan ilham alabilirler. Doğruyu öğrenmenin en iyi yolu yanlış yapmaktan geçer. Doğada büyüyen bir çocuk ise yanlış yapma özgürlüğünü bulur. Doğadaki deneyimler, bilişsel esnekliği geliştirir ve hata yapma toleransını artırır. Çocuk, ağaca tırmanmak isterken düşer. Nasıl tırmanması gerektiğini onlarca deneme sonrası öğrenir. Mevsim değişimleri bile öğretici niteliktedir. Çocuk, hangi hava koşulunda hangi kıyafetleri giymesi gerektiğini öğrenir. Kötü hava yoktur, yanlış kıyafetler vardır. Doğru kıyafetler deneyimle elde edilir. En iyi öğrenme olan yaparak yaşayarak öğrenme, doğanın mucizeleri ile mümkün olur.

- Doğa, strese karşı bir dayanıklılık kaynağıdır. Yapılan araştırmalar, doğanın çocuklar üzerindeki stresi azalttığını göstermektedir. Çocuk, doğa sayesinde olumsuzluklarla başa çıkabilmeyi öğrenerek stresin karşı konulmaz bir durum olmadığını görür.
- Yeşile daha yakın yaşayan çocuklarda daha az endişe görülmektedir. Doğa, biz ne yapıyorsak ona odaklanmamız gerektiğini gösterir. An ile organik bir bağ kurmamıza yardımcı olur.
- Araştırmalar, çocukların doğa içinde daha yaratıcı olduğunu göstermektedir. Her gün doğaya maruz kalan çocukların problem çözme ve odaklanma yeteneklerinin daha gelişmiş olduğu belirtilmektedir.
- Çocukların daha fazla dışarıda zaman geçirmesi, daha fazla fiziksel aktivite anlamına gelir. Doğa, çocukları keşfe çıkarırken bir ihtiyaç olan hareket, rutin haline dönüşür. Kapalı spor salonları yerine parklarda zaman geçirerek bunu sağlayabilirsiniz.
- Doğa dünya için bir sorumluluk alma fırsatıdır. Eğer çocuklar erken yaşlarda doğa ile ilişki kurmaya başlarsa, doğaya besledikleri saygıyı ve sevgiyi asla kaybetmiyorlar.



## DOĞA DOSTU ÇOCUK NASIL YETİŞTİRİLİR?

1- Doğayla derin bir bağ oluşturmanın yolu sadece milli parklar/ormanlar gibi alanlara düzenli olarak geziler düzenlemekten geçmez. Bu tip geziler etkilidir ancak çocuk, doğayı günlük hayatının içine de almalıdır. Özellikle eve yakın olan doğal ortamları keşfedip deneyim elde etmek de oldukça önemlidir. Örneğin; okuldan eve gidiş yolundaki ağaçları inceleyebilir, evinizde veya sitenizde uygun bir alana kuş yuvaları yapabilir ve onları takip edebilirsiniz.

2- Çocuklar sizin değer verdiğiniz şeylere değer verme eğilimindedirler. Bu yüzden her gün etrafınızdaki insan olmayan dünyanın biraz daha farkında olabilmek için birkaç dakika ayırarak bizzat kendiniz de doğayı fark etmeye başlayın. Çocuğunuzla keşiflerinizi paylaşın, birlikte doğa ile ilgili yayınları takip edin.

3- Çocukların doğayla olan etkileşimlerine yakından dikkat edin ve onların liderliğinde ilerleyin. Deneyimleri ve soruları çocukların özel ilgi alanlarına göre ayarlamak, tabiata tutkuyla bağlanmasına giden en iyi yoldur.

4- Çocuklarla doğa hakkındaki konuşmalarınıza, her şeyin diğer her şeyle birbirine örülü olduğu ana fikriyle başlayın. Sonra bu içgörüyle düzenli olarak merak alevini besleyecek fırsatlar kollayın. Bizlerin doğanın bir parçası olduğumuzu, doğanın da bizim bir parçamız olduğunu sıklıkla vurgulayın.

5- Doğa gezilerinde zaman zaman çocuğunuzla paylaşımlarda bulunurken zaman zaman da onları uzaktan gözlemleyerek kendilerinin oynamasına ve keşfetmesine izin verin. Oyunu en önemli ifade araçlarından biri olarak kullanan çocuklar, doğada eşsiz deneyimler elde ederken iç dünyalarını da dışa vurabilir. Açık hava oyunları, yaratıcılık ve hayal gücünün bolca kullanılmasını sağlar, duyuşal farkındalık ve iş birliğini geliştirir.

### Kaynakça:

- <https://bambugep.org/doga/>
- <http://www.oncecocuklar.com/cocuklarin-dogaya-ihityaclari-var.phtml>
- <https://www.yesilist.com/cocuk-gelisiminin-vazgecilmeyeni-doga/>
- Sampson, S.D. (2015). Doğa dostu çocuk nasıl yetiştirilir?. (Çev. Duygu Argın). Alfa Yayıncılık

Özel Tanı Koleji Rehberlik Servisi