

ÇOCUKLAR İÇİN GELİŞİM ODAKLI DÜŞÜNCE YAPISI AKTİVİTELERİ

Öğrenmeyi İçselleştirmek ve Zorlukların
Üstesinden Gelmek için 55 Alıştırma



ESTHER PIA CORDOVA

Çeviren: Merve Özgünlü

**ÇOCUKLAR İÇİN
GELİŞİM ODAKLI
DÜŞÜNCE YAPISI
AKTİVİTELERİ**

Translated from the English language edition of Growth Mindset Activities for Kids, originally published by Callisto Media Inc. This edition arranged through Kayi Literary Agency. First published in English by Rockridge Press, an imprint of Callisto Media, Inc. Copyright © 2020. Turkish translation Copyright © 2022 by Sola Koç. Eğ. Dan. Hiz. A.Ş. All rights reserved.

Tüm hakları saklıdır. İngilizce orijinali Callisto Media Inc. tarafından “Growth Mindset Activities for Kids” adıyla yayımlanmıştır. Bu eser Kayı Telif Hakları Ajansı aracılığıyla alınmıştır. Bu eserin çeviri sorumluluğu Sola Koç. Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.’ye aittir. Bu kitabın hiçbir bölümü yazılı izin alınmadan kopyalanamaz ya da çoğaltılamaz.

SOLA UNITAS YAYINLARI - SOLA KIDZ

Fetih Mah. Tahralı Sok. Kavakyeli İş Merkezi
No: 7/E İç Kapı No:16 Ataşehir/İSTANBUL
Telefon: 0212 939 76 52 - E-posta: solaunitas@solaunitas.com
www.facebook.com/solayayinlari
www.twitter.com/solaunitas
www.instagram.com/solaunitasyayinlari
www.instagram.com/solakidz
<https://kitap.solaunitas.com>

ISBN: 9786258064988
Yayıncı Sertifika No: 45798
1. Baskı: İstanbul 2022
İmtiyaz Sahibi: Umut Kısa
Genel Yayın Yönetmeni: Buket Konur
Çeviren: Merve Özgünlü
Editör: Mustafa Şahinkaya
Redaksiyon: Esin Baran
Son Okuma: Betül Yılmaz, Gülnur Gözübek
Mizanpaj: Özlem Yıldız
Kapak Uygulama: Özlem Yıldız
Orijinal Adı: Growth Mindset Activities for Kids

BASILDIĞI YER

Kaplan Ofset
Davutpaşa Caddesi, Güven İş Merkezi C Blok No: 279-280 İstanbul
Sertifika No: 44367

© Bu kitabın tüm yayın hakları Sola Koç. Eğ. Dan. Hiz. A.Ş.’ye aittir. Yazılı izin alınmadan kısmen veya tamamen hiçbir yolla kopya edilemez, çoğaltılamaz ve dağıtılamaz.

ÇOCUKLAR İÇİN GELİŞİM ODAKLI DÜŞÜNCE YAPISI AKTİVİTELERİ

Esther Pia Cordova

İllüstrasyonlar: Ellen Korbonski

Öğrenmeyi İçselleştirmek ve Zorlukların
Üstesinden Gelmek için 55 Alıştırma

sola
kidz

Her daim yapabileceđine inanan Brad'e...

İçindekiler

Yetişkinlere Mektup X

Çocuklara Mektup XII

BİRİNCİ BÖLÜM: BUNU YAPABİLİRİM! 1

Aktivite 1: Benim Düşünce Yapım Hangisi? 4

Aktivite 2: Düşüncelerimi Suluyorum 7

Aktivite 3: Olumlu veya Olumsuz İç Ses 9

Aktivite 4: İç Ses ile Röportaj 11

Aktivite 5: İç Sesleri Paylaşmak 14

Aktivite 6: Düşünce Yapısını Belirle 16

Aktivite 7: Düşüncelerimi Sınıflandırıyorum 17

İKİNCİ BÖLÜM: BENİM BEYNİM MUHTEŞEM! 21

Aktivite 8: Beyin Turu 23

Aktivite 9: 86 Milyar Neye Benziyor? 25

Aktivite 10: Beynim için Neler Yararlıdır? 27

Aktivite 11: Hepimiz Birbirimize Bağlıyız! 29

Aktivite 12: Beynim Hayallerimi Gerçeğe Dönüştürebilir 31

Aktivite 13: Beynimi Boyuyorum 32

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: HATA YAPABİLİRİM! 35

Aktivite 14: Kontrol Edebilir miyim? 37

Aktivite 15: Limonata Yap 39

Aktivite 16: Hatasız Bir Dünya 40

Aktivite 17: Haydi Hatalarımızı Paylaşalım! 42

Aktivite 18: Yapıcı Geri Bildirim, Yıkıcı Geri Bildirim 44

Aktivite 19: Benim Mutlu Hatalarımla Dolu Gelişim Odaklı

Düşünce Yapısı Kavanozum 46

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: HATALARIM BENİ MÜKEMMEL YAPAR! 49

- Aktivite 20:** Kazadan Mutlu Kazaya 51
- Aktivite 21:** Başarısızlıklarımızla Gelişebiliriz 53
- Aktivite 22:** Rol Yap! 55
- Aktivite 23:** Gelişimimi Boyuyorum 58
- Aktivite 24:** Başarısızlıklarım Benim Başarımdır 61
- Aktivite 25:** “Korkularımla Yüzleşiyorum” Zihin Haritam 62

BEŞİNCİ BÖLÜM: DENEMEYE DEVAM EDEBİLİRİM! 65

- Aktivite 26:** Evet, Bana Yardım Edebilirsin! 67
- Aktivite 27:** Yardım İstemekten Zarar Gelmez 68
- Aktivite 28:** “Pratik Yapmak Beni Mükemmel Yapar” Zihin Haritam 70
- Aktivite 29:** Öğrenmek için İlk Teşebbüs 71
- Aktivite 30:** Her Zaman Daha İyisini Hedefleyin 72
- Aktivite 31:** Başarılı İnsanlar da İlk Denemelerinde Başarısız Oldu 74

ALTINCI BÖLÜM: YARATICI OLABİLİRİM! 77

- Aktivite 32:** Köprü Görevi 79
- Aktivite 33:** Onlar Ne Yaparlardı? 81
- Aktivite 34:** Doğaçılama Yap ve Görevi Tamamla 83
- Aktivite 35:** “Kitapların Şerefine” Kitap Ayracı 84
- Aktivite 36:** Bloklardan Teknenin Gücü 89
- Aktivite 37:** Çılgın Olmak İyidir 91

YEDİNCİ BÖLÜM: YENİ ŞEYLER DENEYEBİLİRİM! 95

- Aktivite 38:** Mükemmel Kusurlu 97
- Aktivite 39:** Geri Bildirim Almak 98
- Aktivite 40:** Kendimi Güçlendirebilirim 99
- Aktivite 41:** Engelleri Aş 100
- Aktivite 42:** Bölümlerdeki Zorluklar 102
- Aktivite 43:** Geri Bildirim için Teşekkürler! 103

SEKİZİNCİ BÖLÜM: BÜYÜK HAYALLER KURABİLİRİM! 107

Aktivite 44: Hedeflerle Doluyum 109

Aktivite 45: Zekiyim ve Zekice Hedeflerim Var 111

Aktivite 46: Hedef Test Sürüşü 114

Aktivite 47: Dileklerinizi Hedeflere Dönüştürün 116

Aktivite 48: Planları Paylaşmak 118

Aktivite 49: Hatırlatıcı Bir Simgesi 119

DOKUZUNCU BÖLÜM: DEVAM EDEBİLİRİM! 121

Aktivite 50: Düşünce Yapılarını Eşleştirme 123

Aktivite 51: Tüm Öğrendiklerim 125

Aktivite 52: Kendime Verdiğim Sözler 126

Aktivite 53: İlerlememden Gurur Duyuyorum 128

Aktivite 54: Bunu Hatırlıyorum! 129

Aktivite 55: Şimdi Hangi Düşünce Yapısındayım? 131

Çocuklar için Kaynaklar 134

Yetişkinler için Kaynaklar 136

Kaynakça 138

Cevap Anahtarı 140

Yetişkinlere Mektup

Çocuklarınızın geleceğine yatırım yaptığınız ve onlara gelişim odaklı bir düşünce yapısı armağan ettiğiniz için size minnettarım. Henüz daha küçükken gelişim odaklı düşünce yapısını güçlendirmek, çocuklarınızın yaşamlarına paha biçilmez bir katkı sağlar. Beynimizin bizi sınırlamasına izin vermezsek çok şey başarabiliriz. Bu kitap, çocuğunuzun gelişim odaklı düşünce yapısı geliştirmesine ve sürdürmesine destek olurken bunu engelleyebilecek sabit düşünce yapısındaki düşüncelerinden kurtulmasına yardımcı olacaktır.

Çocuğunuzun düşüncelerinin “Bunu yapamıyorum.”dan “Bunu henüz yapamıyorum.”a dönüştüğünü hayal edin. Bu küçük bir değişiklik olsa da etkisi çok büyüktür. 2007 yılında yapılan bir çalışmada, özellikle zorluklar ve aksaklıklar karşısında gelişim odaklı bir düşünce yapısında olan çocukların, sabit düşünce yapısındaki çocuklardan daha başarılı olduğu görülmüştür. Bu basit kavram, çocukların korkularının üstesinden gelmelerine ve hayatta ellerinden geldiğince çok şey öğrenmelerine yardımcı olur.

Bu kitaptaki etkinliklerin ve hikâyelerin yardımıyla, çocuklarınızın gelişim odaklı düşünce yapısında olmayı öğrenecek ve alıştırmaya yapma imkânı bulacaktır. Bu sayede, çocuklarımız için hepimizin ortak isteği olan, öğrenme ve gelişim kapasitelerini güçlendirmeye yardımcı olacaktır.

Yeni bir düşünce yapısının, çocuğunuz ve aileniz üzerindeki etkisi karşısında çok şaşıracaksınız. Gelişim odaklı düşünce yapısındaki çocuklar, başarıya sıkı çalışma ve öğrenme ile ulaşabileceğini bilir. Zekâ ve yetenek doğuştan değil, eğitilebilen ve pratik edilebilen becerilerdir. Gelişim odaklı bir düşünce yapısı ile çocuklar ‘zeki görünmek’ yerine öğrenmeye odak-

lanırlar, çabalamayı başarının anahtarı olarak görürler ve deneyimledikleri zorluklar onları daha da geliştirir. Çocuklara gelişim odaklı düşünce yapısının ne olduğunu ve nasıl benimseyebileceğimizi öğretmenin ve göstermenin yanı sıra, kendi gelişim odaklı düşünce yapımız ile onlara rehberlik etmemiz çok önemlidir. Çocuğunuz gelişim odaklı düşünce yapısı üzerinde çalışırken gelişim odaklı düşünce yapısı gelişimine yardımcı olmak için ev ortamınızda aşağıdaki örnek uygulamalardan yararlanabilirsiniz:

- Düşüncelerinizi bilinçli bir şekilde kendi kendinize seslendirin ve her zaman öğrenmeye istekli olarak çocuğunuza rol model olun.
- Çocuklarınıza beyinlerinin daha da güçlenebileceğini söylemeye devam edin.
- Çocuklarınıza, hataların öğrenmek ve gelişmek için bir fırsat olduğunu gösterin.
- Sonuca odaklanmak yerine gösterilen çabaya odaklanın.
- Çocuklara, bir şeyi şimdi yapamıyorlarsa, bunun ileride yapamayacakları anlamına gelmediğini öğretin.
- Çocuklarınıza açıklayıcı övgülerde bulunun.

Çocuklar, en çok sevdikleri insanları, yani sizleri taklit ederek öğrenirler! Çocuğunuza, gelişim odaklı bir düşünce yapısı için verdiğiniz mücadeleyi ve çabayı anlatın. Her zaman pozitif olamayız ve sabit düşüncelerimizi bir kenara bırakamayız. Bu çok normal ve gelişim odaklı bir düşünce yapısını benimseme sürecinin bir parçası. Çocuğunuzun gelişim odaklı düşünce yapısını desteklemek ömür boyu sürececek bir süreçtir. Bu kitap, olaylara farklı bir bakış açısıyla yaklaşmalarına yardımcı olarak çocuğunuza hayallerini gerçekleştirmesi için harika yöntemler sunacaktır.

Çocuklara Mektup

Merhaba Çocuklar!

Bu kitabı okurken sizinle çok eğleneceğiz. Her bölüm, gelişim odaklı düşünce yapısını öğrenmenize ve geliştirmenize yardımcı olacak heyecan verici aktivitelere başlamadan önce kısa bir hikâye ile başlar.

Sabit düşünce yapısındaki çocuklar, değiştirilemez olan bir dizi yetenek ve zekâ ile doğduklarına inanırlar ancak gelişim odaklı düşünce yapısındaki çocuklar, becerilerini ve yeteneklerini her zaman eğitip geliştirebileceklerini bilirler. Sıkı bir çalışma ile beyninizi gerçekten geliştirebilirsiniz!

Gelişim odaklı düşünce yapısındaki çocuklar:

- Sıkı çalışarak,
- Yaratıcı düşünme üzerine alıştırmalar yaparak,
- Farklı şeyleri deneyerek,
- Hatalardan ve hata yapmaktan korkmayarak,
- İhtiyaç duyduklarında yardım isteyerek birçok şeyi öğrenebileceklerini ve başarabileceklerini bilirler.

Eğlenceli aktiviteler aracılığıyla, bu becerilerin her birini adım adım deneyimleyeceğiz. Bu aktivitelerle hem eğlenecek hem de hedeflerinizi gerçekleştirmeye yardımcı olacak önemli becerileri öğreneceksiniz. Şunu unutmayın ki, önemli olan en iyisi olmak değil; elinden gelenin en iyisini yapmaktır!

Sizinle bu yolculuğa çıkacağımız için heyecanlıyım. O zaman haydi eğlence başlasın!

Yazar Hakkında



Esther Pia Cordova, dünyadaki tüm insanların düşünce yapısını değiştirmek istiyor. Aslında bu değişikliği yapmak yeterince basit. Esther düşünce cümlelerine sadece 'henüz' kelimesini eklemek istiyor.

Çocuklar "Bunu yapamam." dediğinde, Esther onların bu cümlesine 'henüz' kelimesini ekler. Esther bu basit kelimenin, çocukların ve yetişkinlerin korkularının üstesinden gelmesine

ve hayatta olabildiğince çok şey öğrenmek için çabalamasına yardımcı olacağına inanıyor. Tek kelime bile önemli bir fark yaratır.

Kendisi, *Gelişim Odaklı Düşünce Yapısı* (Growth Mindset) resimli kitap serisinin yazarıdır. Seri şunları içermektedir: *I Can't Do That* (Henüz Yapamıyorum), *Yet* (Henüz), *A World without Failures* (Başarısızlıkların Olmadığı Bir Dünya), *Little Bears Can Do Big Things* (Küçük Ayılar Büyük Şeyler Yapabilir) ve *Your Thoughts Matter* (Düşünceleriniz Önemlidir). Bu kitaplar, çocukların gelişim odaklı düşünce yapısını eğlenceli ve ilgi çekici bir şekilde benimsemelerine yardımcı olmayı amaçlamaktadır.

Çocuğunuzun düşünce yapısına yardımcı olmanın pratik yolları için powerofyet.com adresinden Esther'i takip edebilirsiniz.

ÇOCUKLAR NASIL YAŞAM BOYU ÖĞRENEN BİREYLER HÂLINE GELİRLER?

Gelişim odaklı düşünce yapısı, yeni şeyler öğrenmek için yeteneklerinizi geliştirmenize yardımcı olur. *Çocuklar için Gelişim Odaklı Düşünce Yapısı Aktiviteleri*, çocuğunuzun pratik ve tekrar yoluyla problem çözme becerilerini geliştirmesine yardımcı olabilecek 6-9 yaş arası eğlenceli ve ilgi çekici bir aktivite kitabıdır. Çocuklar bu kitapla birlikte “Yapabilirim!” tutumunu nasıl besleyeceklerini ve hataları, başarıya giden bir yol olarak nasıl kutlayacaklarını keşfedecekler.

Düzinelerce günlük örnek ve basit alıştırma içeren *Çocuklar için Gelişim Odaklı Düşünce Yapısı Aktiviteleri*, onlara biraz çaba ve teşvikle hemen her şeyin üstesinden gelebileceklerini öğretmenin harika bir yoludur. Bu kitap sayesinde büyük hayaller kurmak, doğru adımlar atmak ve zihni geliştirmek artık yalnızca ödüllendirici değil, aynı zamanda eğlenceli de... Haydi, başlayalım!

55 Kolay Aktivite: Kitapta yer alan pratik aktiviteler tek bir çocuk için olduğu kadar bütün bir sınıf için de oldukça faydalıdır.

Çocukların Gücü: Hedeflerine ulaşmak için gelişim odaklı düşünce yapısını kullanan çocuklarla ilgili gerçek hayat hikâyelerini keşfedin.

Sırlar Açığa Çıkıyor: Gelişim odaklı düşünce yapısının temelleri ve faydaları hakkında çocuk dostu açıklamalara erişin.