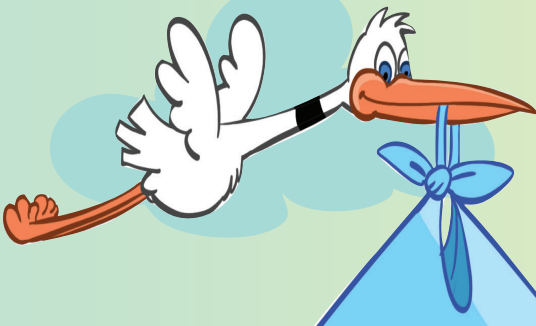




ANNEME BABAMA NOTLAR I

Sevgi Mesajları Servisi

Ortaokul grubu veliler için



ürün adı

Anneme Babama Notlar

ürün kodu

OG00-OO.01RH04

yazar

M. Hakan ALŞAN

resimleme

Gökhan KALAFAT

dizgi-mizanpaj

eksendizgi

grafik tasarım

grafikeksen

editör

İsmail BURHAN

baskı

Aykut Basım Yayın Matbaacılık San. ve Tic. Ltd. Şti. Firuzköy Mah.
Mezarlık Üstü Cad. No. 24 / 26 A Blok Avcılar / İstanbul 0212 428 52 74 - 428 54 26

iletişim

0 212 275 00 35 www.eksenyayinlari.com - info@eksenyayinlari.com
Gülbahar Mahallesi Cemal Sururi Sokak Halim Meriç İş Merkezi No: 15 / E
Mecidiyeköy Şişli - İSTANBUL

Copyright ©

Fikir ve sanat eserleri kanununa göre her hakkı EKSEN Yayıncılık Özel Eğitim ve
Tic. A. Ş.'ye aittir. Eksen Yayıncılık'ın yazılı izni olmaksızın, kitabın herhangi bir şekilde
kısmen veya tamamen çoğaltılması, basım ve yayımı yasaktır.

*Bu kitapçığın içeriği çerçevesindeki her türlü iletişim için
mehmethakanalsan@gmail.com*

Sevgili anne - babalar,

Hani her zaman söylenegelen bir söz vardır: “Eğitim ailede başlar.” diye... Doğrusu bu söz yalın olduğu kadar, pedagojik açıdan üzerinde çok ciddi düşünülmesi gereken bir sözdür de!

Bu sözden yola çıkarak denilebilir ki, çocuk aileyi yansıtır ve bu anlamda aile içindeki bireylerin kişilik yapısı çocuğun kişiliğini de şekillendirir. Dolayısıyla çocukların yaşadığı tüm durumları, aile içi ilişkilerinin örüntüsünde aramak gerekmektedir.

O hâlde “Aile çocuğa nasıl eğitim vermelidir ve çocukta nasıl sağlıklı bir kişilik oluşturmaktadır?” sorusuyla karşı karşıyayız demektir.

Bu konudaki yol haritası, çocuklarımızı sadece bilgi performansları ve notları ile değerlendirmekle sınırlandırılmamalıdır. Bunun ötesinde, çocuklarımıza sosyallik, ötekini anlama, tolerans, affedicilik, dostluk, dürüstlük ve bilgelik kavramlarıyla örülü olan insan ve doğa sevgisini de verebilmeliyiz.

Hayatta her şey akademik başarı değildir. Önemli olan çocuğun, içinde bulunduğu sosyal dokunun tüm polenlerini ve özlerini alarak tüm bu milli ve manevi mabalar-dan beslenmesi ve sonunda kendi balını yapabilecek bir niteliğe sahip olabilmesidir.

Bu kitapçığımızda, bir çocuğun özyapısını bozmadan nasıl nitelikli bir şekilde yetiştirilebileceğine ve bu yetiştirme konusunda da -genel olarak- ebeveynlerin düştükleri hatalara değinmek istiyoruz.

8 saat okul ortamında, 16 saat ailesiyle beraber olan öğrenci için ailenin, özellikle anne - babaların ne gibi sorumlulukları vardır acaba?

Anne - babalar olarak çocuklarımızın beklentilerine cevap verebiliyor muyuz?

Çocuklardan istenenlere karşılık, acaba onlar anne - babalardan neler bekliyorlar?

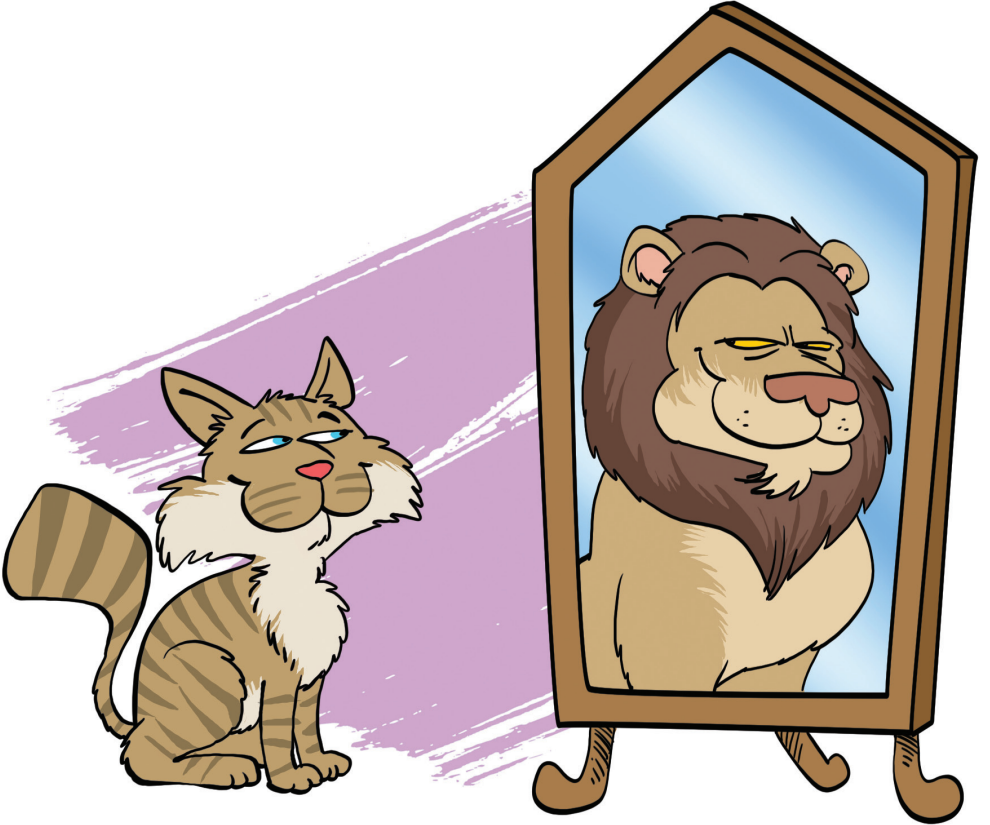
İşte bu soruların ve cevapların izini sürerek mütevazı katkılarda bulunmak istiyoruz.

Sevgi ve saygılarımızla.

Sevgili anneciğim,
Sevgili babacığım,

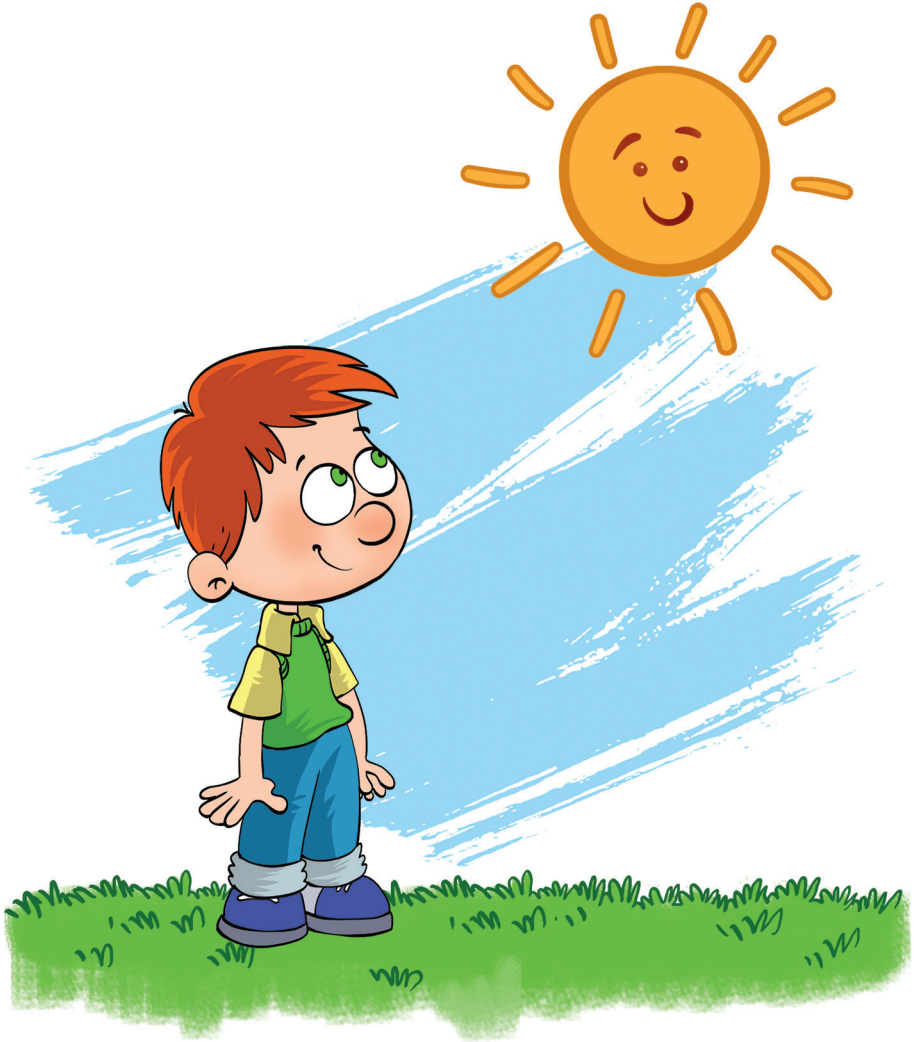
Her şeyden önce öz saygıya ihtiyacım var. Öz saygı, benim kendimle gurur duymam ve kendimi değerli hissetmemdir. Bu nedenle, ne olur bana değer verin...

Yüksek öz saygıya sahip olmak; hem sevgi dolu hem de yetenekli olmamı sağlayacaktır. Buna inanın... Siz benim için çok değerlisiniz... Ama ne olur bana sevginizi hissettirin...



Annelerin en güzeline,
Babaların en özeline,

Mesajlarınız "Seni seviyorum. Odanın kirli-dağınık olmasına rağmen, kardeşinin senden daha derli toplu olmasına rağmen seni seviyorum, derslerinin ve notlarının çok iyi olmamasına rağmen, bazen yaptıklarından hoşlanmama rağmen seni yürekten seviyorum." yönünde olsun. Sizin sevginiz benim güneşim gibidir. Sevginizi gösterebilerseniz, ben de o zaman çiçek açabilir ve kendi hayatıma kök salabilirim.



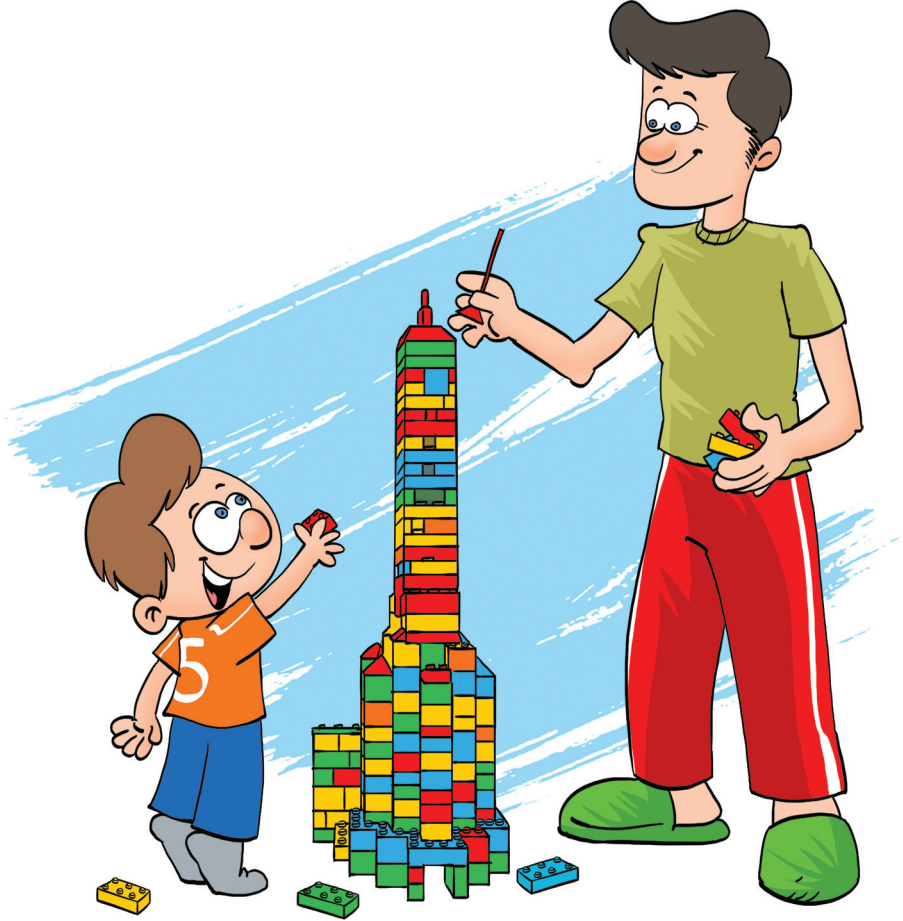
Meleğime, anneme..
Kahramanıma, babama...

Bana hiç bir şarta bağlı olmaksızın sevgi gösterin... Beni eksikliklerimle kabullenin... Onları düzeltmem için bana fırsat verin ve bana yardımcı olun. Beni yargılamayın ve damgalamayın... Beni başkalarının çocuklarıyla karşılaştırmayın! Eğer bunu yaparsanız, ben de sevgi aramak için sizi başka çocukların aileleriyle karşılaştırayım. Bu da bizi mutsuz bir aile yapar...



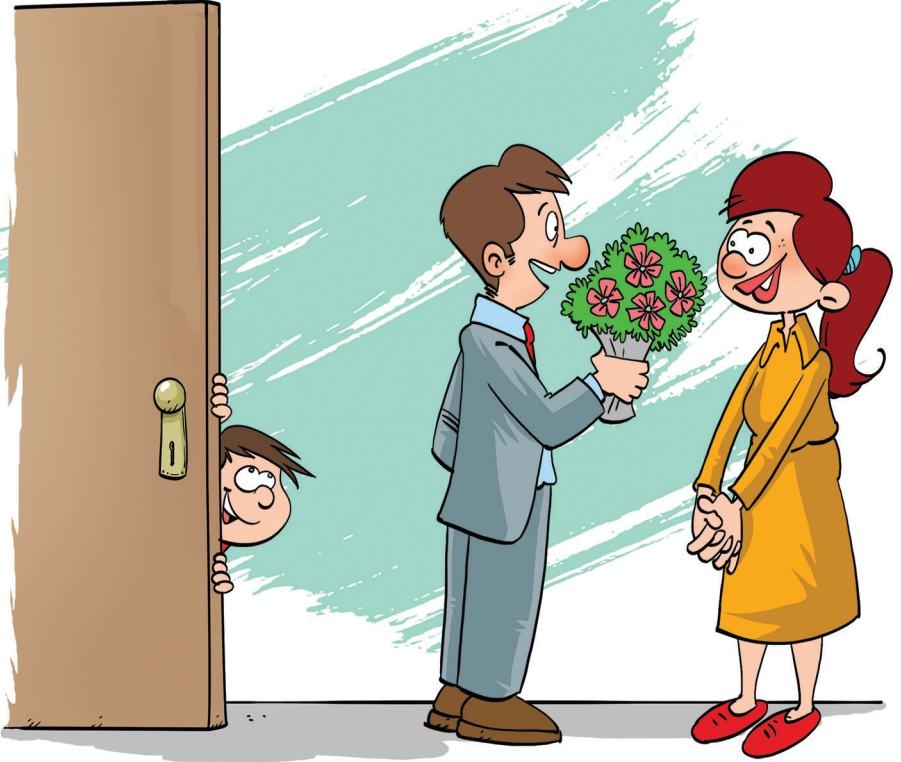
Bir tanecik anneciğim,
Bir tanecik babacığim,

Doğru yaptığım şeyleri ve elde ettiğim küçük başarıları dahi takdir edin. Bunu yaparak bana hatalarımı gösterin. Yani, bana rehberlik yapın... Yapabildiklerimi takdir ederek, yapamadıklarımı veya yapabileceklerimi tavsiye edin ve de destekleyin... Birlikte bir şeyler yapmak için bana arkadaşlık ve yardım teklif edin. Bu, beni dünyanın en mutlu çocuğu yapacaktır.



Canım anneciğim,
Canım babacığim,

Benden özür dilerseniz, ben de bunu sizden öğrenir ve hata yaptığımda ben de sizden özür dileyebilirim. Bana kızarsanız ve beni yaralarsanız, o yükün altında ezilirim ve bir gün ergenlik çağına geldiğimde ben de sizin gibi davranmaya başlarım. Bana sevgi ve saygıyı öğretin ki, hayata başarılı bir şekilde tutunabileyim ve sevgi dolu bir insan olabileyim.



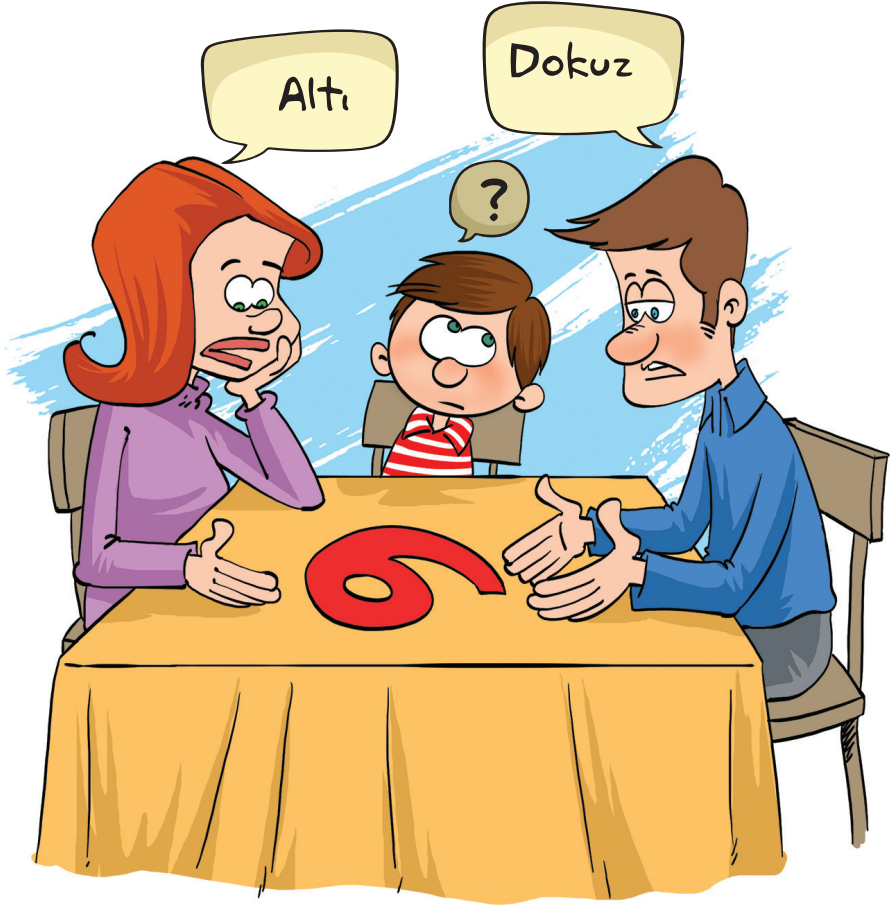
Tatlı anneciğim benim,
Tatlı babacığim benim,

Sinirlerinize hakim olun! Bana, "Sen kötü bir çocuksun!" ya da "Sen aptalsın!" yerine, "Sen böyle yaptığında, ben kendimi mutsuz hissediyorum ve üzüldüyüm" deyin. Eğer sizi çok kızdırırsam; kızgınlığınızı bana ve kalbime değil de, davranışıma yöneltin. Dünyamı ve kişiliğimi asla eleştirmeyin! Davranışımı eleştirin. Davranışımın uygunsuzluğunu dile getirin. Ama bunu da duygularınızı ifade ederek ve empati kurarak yapmaya çalışın. O zaman ben de daha dikkatli davranırım.



Güzeller güzeli anneciğim,
Canımın canı babacığim,

Bana karşı açık ve net olun. Benimle konuşurken göz teması kurun. Saydam bir şekilde ve şeffaflıkla iletişime geçin. Bugün 'doğru' dediğinize, yarın 'yanlış' demeyin. 'Öyle de olur, böyle de olur', demeyin. Bana asla yalan konuşmayın. Hatalarınızı gizlemek veya ötelemek için yaşanılanları abartmayın veya çarpıtmayın. Zaman zaman sizin de hata yaptığınızı görmek ve yeniden kendinize şans vererek probleminizi çözmeye veya hatanızı düzeltmeye çalıştığınızı görmek, bana hem özgüven hem de ilham verebilecektir.



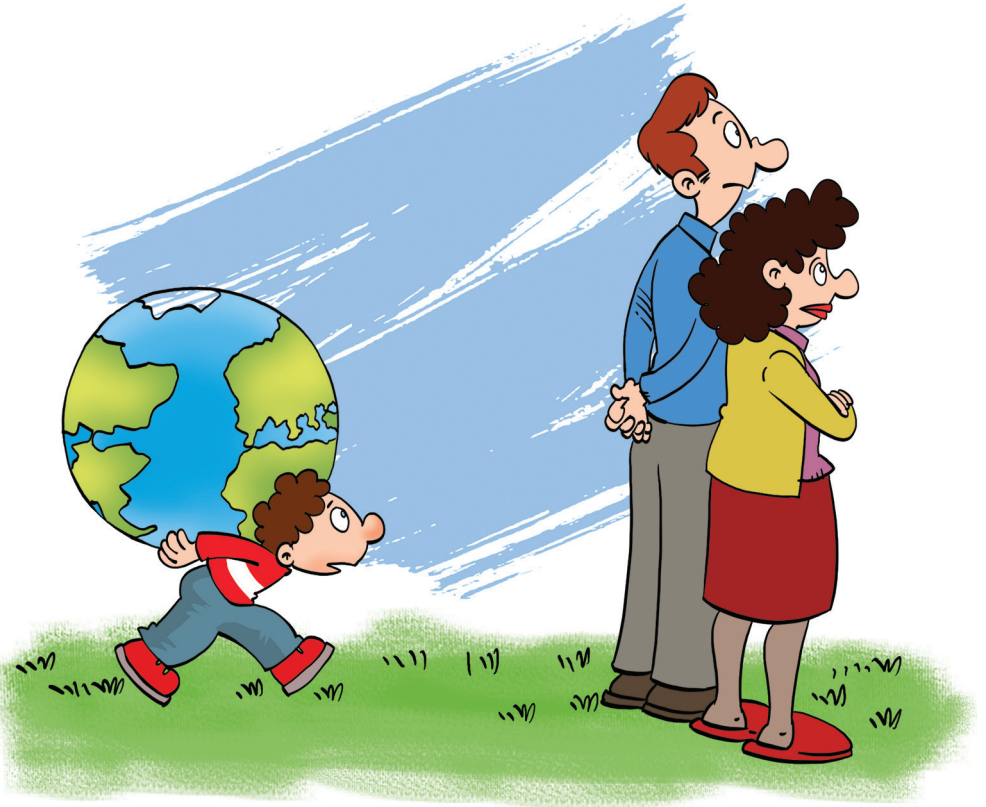
Sevgili anneciğim,
Sevgili babacığim,

Dinlemeyi öğrenin. Yemek yerken kendinizle ilgili veya benimle ilgili problemlerinizi uluorta yemek masasında konuşmayın. Beni akraba ziyaretlerinde akranlarıma veya diğer aile büyüklerime şikâyet etmeyin. Size bir şey söylemek istediğimde bana kulak verin. Beni bir iş yaparken, yemek yaparken, televizyon izlerken, ütü yaparken dinlemeyin. Beni, bana kulak vererek ve yüzünüzü bana dönerek, bana zaman ayırarak, o kadife ses tonunuzla beni sohbete davet ederek, açık uçlu sorular sorarak dinleyin. Kendimi size tam anlamıyla anlatarak rahatlamama yardımcı olun!



Tatlı anneciğim benim,
Tatlı babacığim benim,

Sürekli aynı şeyleri tekrar etsem de, aynı notları alsam da, aynı performansları sergilesem de, aynı hatalarımı tekrar etsem de ne olur ön yargıyla beni değerlendirmeyin. Anlayın ne olur! Bazen ilginizi çekmek için, bazen yardıma ihtiyacım var demek için, bazen de takdir edilmek ve onaylanmak için böyle davranıyorumdur. Küçük şeyler deyip geçmeyin. Benim dünyam o kadar büyük ki! Hem sizin düşünceleriniz benim için o kadar önemli ki! Başardıklarım, her gün yapılan sıradan bir şeyler olsa bile, onların değerini ve kıymetini bilin. Sizin için ezberlediğim şarkıyı benden severek dinleyin. Sizin için yaptığım ve boyadığım bir resmi fırlatıp bir köşeye atmayın!



Bir tanecik anneciğim,
Bir tanecik babacığim,

Sizinle ortak zaman geçirmeme özen gösterin Ortak mekânları kullanarak birlikte boş zaman etkinlikleri gerçekleştirmeme yardımcı olun. Eğer bana hayatınızda yeteri kadar yer ve değer vermezseniz, bu duygusal boşluk ve değersizlik duygusu birtar kim olumsuz alışkanlıklar veya kötü arkadaşlar edinmeme neden olabilir.

Bırakın; kokumla, evdeki tıkırtımla, peltek konuşmalarım, tatlı sesimle, masum uykularım ve ufacık bedenimle hayatınızı güzelleştireyim...



Güzeller güzeli anneciğim,
Canımın canı babacığim,

Benim farkımda olun! Size yorucu ve saçma gelse de hiç de-
ğilse haftada bir defa oyuncaklarımla birlikte benimle oynayın.
Benimle yürüyüşe çıkın. Beni parka götürün. Beni çeşitli faali-
yetlere yönlendirin. Gelişimime yatırım yapın. İlk fırsatta kendi-
nizi düşünerek yalnız kalmaya ve dinlenmeye çalışarak, beni de
kendi yalnızlığıma terk etmeyin. Her gün 1 saatinizi ve haftada
yarım gününüzü bana ayırın. Ben büyüdükçe bu zaman azalacak
ve yaşımla ilerledikçe size daha az yük olacağım. Söz veriyorum.
Ama ben 10 yaşına gelene kadar ne olur kollarımdan tutun, beni
bırakmayın ve benimle daha çok vakit geçirin.



**ANNEME
BABAMA
NOTLAR
II**

Meleğime, Anneme... Kahramanıma, Babama...

Ne olur her şeyimi kontrol etmeyin. Özel eşyalarımı karıştırmayın. Değer verdiğim oyuncaklarımı alıp bir tarafa atmayın. Kitaplarımı ve defterlerimi karıştırarak kendinizce değerlendirmeler yapmayın. Eşyalarımı bana sormadan atmayın. Kendi eşyalarım ile veya özelimle ilgili olarak sizinle birlikte karar vermeme fırsat tanıyın. Bana veya odama bir eşya alıyorsanız benim beğenilerimi de dikkate alın. Benimle ilgili her konuda benim de fikrimi alın.



Sevgili Anneciğim, Sevgili Babacığım,

Her şeyin fiyatını bilen ama değerini bilmeyen bir çocuk olma neden olmayın. Pahalı oyuncakları veya kıyafetleri bana sunarak beni başınızdan savmayın. Beni marka bağımlısı yapmayın. İç dünyası fakir, bu nedenle de dış dünyası ve görünümü zengin ve abartılı olan bir çocuk olmama çanak tutmayın! Marka giyinerek kendimi özel hissetmektense, sizin çocuğunuz olduğum için kendimi özel hissetmeyi tercih ederim.



Bi tanecik Anneciğim, Bi tanecik Babacığım,

Yeteneklerimi kabul edin. Yeteneklerimi geliştirmemi destekleyin. Yeteneklerimle, benim de sizlere bir şeyler öğretebileceğimi, sizden farklı olarak özgün tasarımlar ve ürünler ortaya koyabileceğimi fark ederek kendimi keşfetmeme yardımcı olun. Bana inanmanız, benim de kendime olan inancımı perçinleyecektir. Ne kadar küçük olursa olsun her başarıyı kabul edin ve bana daha başarılı olabileceğim yeni fırsatlar sunun. Unutmayın; beni en çok mutlu edecek şey, size başarılı olduğum bir şeyi öğretebilmek veya sergileyebilmek olacaktır. Ara sıra evimizde benim de sahne almama fırsat verin.



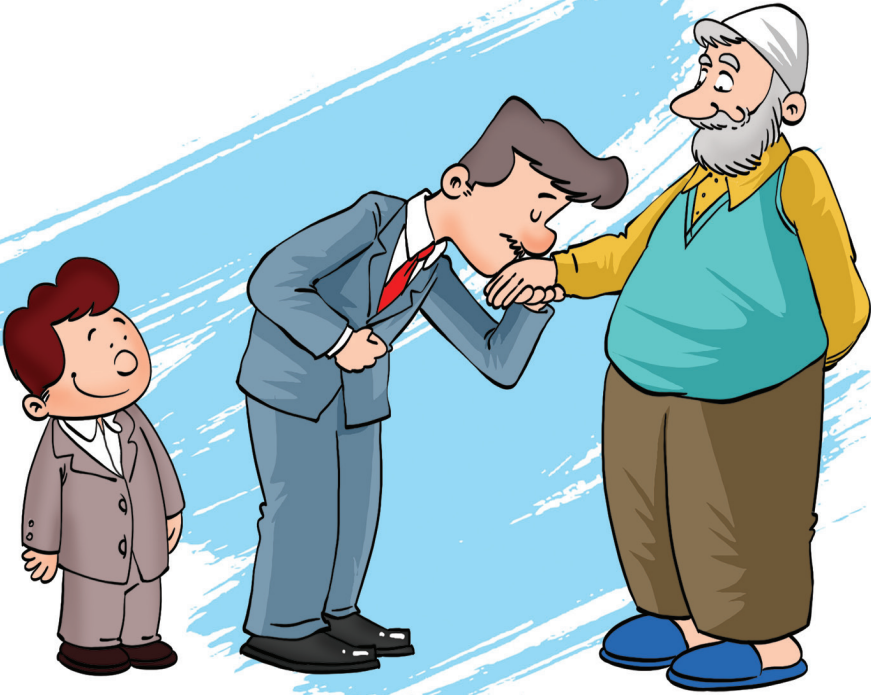
Tatlı Anneciğim benim, Tatlı Babacağım benim,

Bazı sorumluluklarınızı yerine getirirken benden de yardım isteyin. Sizinle birlikte bir şeyler yapmak ve sizinle işbirliği içinde olmak beni inanılmaz derecede mutlu edecektir. Bana teşekkürü de unutmayın. Çünkü bu jestiniz, bana bu ailenin ve evin bir üyesi olduğumu hissettirecek, artık büyüdüğüme ve size destek olmaya başladığıma tanıklık etmeme yardımcı olacaktır.



Canım Anneciğim, Canım Babacığım,

Bana milli ve manevi değerlerimizi öğretin. Anlatarak değil, yaşayarak. İyi niyet, duâ, dilek ve temennilerinizi ben yanınızda olmasam da kalbinizin derinliklerinden hissederek içinizden bana gönderin. Bana vatan ve insan sevgisini, bayrak sevgisini, bağımsızlık aşkını, büyüklere saygıyı, küçüklere sevgiyi, tüm canlılara hattâ eşyalarımıza iyi davranmayı, günahı - sevabı, çalışkanlığı, sözünde durmayı, dürüstlüğü ve bunun gibi onlarca değeri ve erdemi yaşayarak öğretin.



Meleğime, Anneme... Kahramanıma, Babama...

Evimizde abartılı mobilyalar yerine bir kütüphane olsun istiyorum. Her ay 2-3 kitap alarak okumayı ve ben büyüdükçe kütüphanemin de büyümesini arzu ediyorum. Her ay evimize bir çocuk dergisi, gelmesini istiyorum. Sizin de o dergileri okumanızı veya yüksek sesle size dergiden bir yazı okurken beni içtenlikle dinlemenizi istiyorum. Sonra okuduklarımızla ilgili sohbet etmek istiyorum. Birlikte bu yeni öğrendiklerimizi hayatımıza nasıl eklemleyebiliriz diye sizinle bu konularda kafa yormak istiyorum.



Sevgili Anneciğim, Sevgili Babacığım,

Benimle iletişime geçerken, boy hizamda ve göz seviyemde konuşarak iletişime geçin. Buna dikkat etmezseniz, bu davranışınız kendimizi küçük hissetmemize neden olacaktır. Bu durum, ayrıca aramızda büyük bir mesafe ve aşılmaz sınırlar olduğuna inanmamıza da yol açabilecektir. Bu nedenle hangi konuda olursa olsun bizimle konuşurken, yanımıza çömelerek ya da oturarak ya da bizi kendi seviyenize taşıyarak ve en önemlisi de bizimle göz teması kurarak konuşmanızı bekliyoruz. Böyle yaparsanız daha çok yakınlaşmış oluruz.



Bir tanecik Anneciğim, Bir tanecik Babacığım,

Bana gerçekleri sevgiyle yumuşatarak hazmedebileceğim şekilde, bazen de hikayeleştirerek sunun. Söz aldığımda sözümü kesmeyin. Beni yürekten dinleyin. Eğer ağlayarak anlatıyorsam, engellemeyin. Ağlaya ağlaya anlatsam da bu beni rahatlatılabilecektir. Biraz sabırlı olun. En önemlisi de mutsuz olduğumda bana dokunun. Beni koklayın. Göğsünüze basın. Sizinle biraz uzanıp yatmama, hatta uyumama izin verin. Sizin kucağınızda olmak beni sakinleştirecek ve tekrar kendimi toparlamama yardımcı olacaktır. İşte o zaman tam bir doğru zamanlama olacaktır. Ancak bunlardan sonra benimle mutsuz olduğum konularda, saçlarımı okşayarak konuşabilir ve o mucizevî sevginizle şifâci olabilirsiniz.



Tatlı Anneciğim benim, Tatlı Babacığım benim,

Bana kendi çocukluğunuzdan, hatalarınızdan, zaman zaman yaşadığınız başarısızlıklarınızdan, size yapılan soğuk şakalardan, kendi yaptığınız şakalardan, dostlarınızdan, öğretmenlerinizden, çocukken bakımını yaptığınız hayvanlardan, çocukken oynadığınız oyunlardan, çocukken geçirdiğiniz hastalıklardan ve nasıl iyileştiğinizden, çocukken en sevdiğiniz oyuncaklarınızdan ve düştüğünüz komik durumlardan söz edin. Benimle sohbet edin. Bu paylaşımlarınız, sizinle özdeşim kurmama yardımcı olacak ve kendi hayatımda çeşitli sorunlarla karşılaştıkça sizin gibi mücadele ederek başarılı olmamı ve dolayısıyla öncelikle sizi örnek almamı sağlayacaktır.



Güzeller güzeli Anneciğim, Canımın canı Babacığım,

Daha önce de yazmıştım. Ama önemli olduğu için tekrar yazmak istiyorum: Bana duyduğunuz sevginizi sadece sözel olarak değil fiziksel olarak da ifade edin. Sizler tarafından kucaklanma ve okşanma, kendime duyduğum güvenin gelişmesine yardımcı olacaktır. Ayrıca biz çocuklar, sözel olan davranışlara karşı da çok duyarlıyızdır. Bu nedenle bize her fırsatta "seni seviyorum" demekten çekinmeyin. Ama doğrusu sözel olamayan sevgi davranışları ise öncelikli tercihimizdir. Bu nedenle sık sık bizi koklayın, kucaklayın, sırtımızı ve başımızı okşayın. Gözlerimizin içine bakarak bir öpücük kondurun. İşte bu, bizi dünyanın en mutlu çocuğu yapacaktır.



Meleğime, Anneme... Kahramanıma, Babama...

Beslenmeme dikkat edin. Ne kadar çok istesem de 'Cola' veya gazlı içeceklerden, boyalı şekerlerden, hormonlu ve GDO'lu gıdalardan beni uzak tutun. Yeşil gıdalarla beslenmemi sağlayın. Kemik gelişimim için gerekli gıdaları almamı özellikle de haftada bir defa balık yememi teşvik edin. Bunun dışında sadece vücudumun değil, rûhumun da beslenmesi için bana rehberlik yapın. Müzikle ilgilenmemi sağlayın. Benim için televizyonu kapatıp hayatı açın. Bana köklerimizle gurur duyacağım ailemin hatıralarını, gelenek ve göreneklerini anlatın. Yöremizin folklor oyunlarını oynayabilmem için beni çeşitli faaliyetlere yönlendirin.



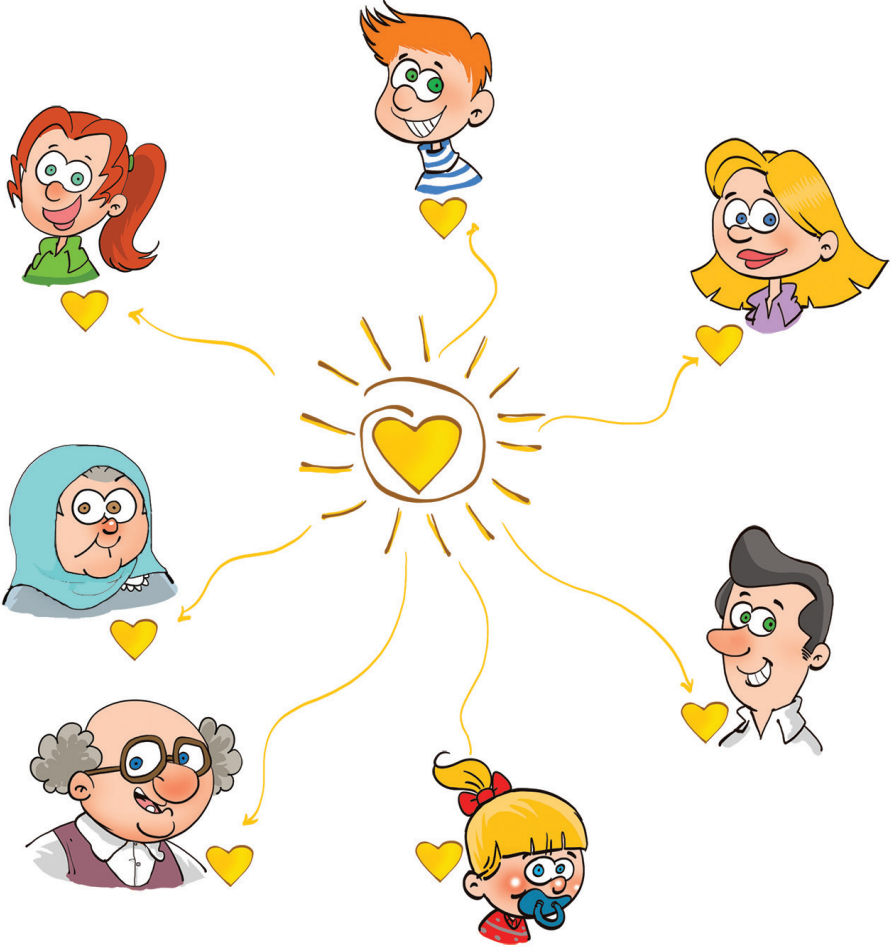
**ANNELER ve
BABALAR İÇİN
NOTLAR
III**

BU KİTABI OKUYARAK KENDİMİZDEN BAŞLAMAK

İyi bir çocuk yetiştirmek için anne-babanın "çocuk eğitimi" konusunda gerekli bilgileri edinmeleri mutlaka şarttır. Çünkü insan yetiştirmek, yanlış adımları kabul etmez. Nasıl ki basit bir makinenin kullanılabilmesi için o makine konusunda mühendislik fakülteleri açılıyor, kitaplar yazılıyor, araştırmalar yapılıyorsa; binlerce makineden daha kompleks bir psikolojik ve biyolojik yapıya sahip bir insanı yetiştirmek için de, o işin eğitimi almak gerek ya da nitelikli bir farkındalık kazanmak gerekmektedir.

Sonuç:

Çocuğun yanımızda bedenen normal gelişimini sürdürmesi ve büyüyor olması, onu iyi yetiştiriyoruz anlamına gelmez!...



ÇOCUK, YAŞADIĞI ORTAMDAN İZLER TAŞIR

Çocukların olumlu ya da olumsuz yetişmeleri, içinde bulundukları ve geliştikleri ortamın durumuna bağlıdır. Bir anne-baba için iyi çocuk yetiştirmenin ilk basamağı, çocukların her davranışından, çevreden ve okuldan önce kendilerinin birinci dereceden sorumlu oldukları bilincine varmaları gereklidir. Çocuk ev ortamında "konuşmayı" kendi kendine, birisinin ona özellikle konuşmasını öğretmesine gerek kalmadan öğrendiği gibi; her türlü tavır, davranış ve düşünceyi de ev ortamında tabii olarak öğrenir. Çünkü öğrenme, çocuğun doğumuyla birlikte başlamaktadır.

Çocuklarının yaramazlıklarından, huysuzluklarından, itaatsizliklerinden, televizyonun karşısına geğip faydalı-faydasız her programı seyretmelerinden, ders çalışmalarından yakının büyükler, her şeyden önce ev ortamını ciddi bir şekilde mercek altına almalıdırlar. Eğer ev ortamı böyle problemlere sebebiyet verecek durumda ise, önce bunlar düzeltilmelidir.

İnsanlar yeni bir şeyi öğrenirken genellikle kendilerine yeni bir model seçerek onu taklit ederler ve bu tip öğrenme çocuklarca belki de en önemli öğrenme biçimidir. Çocuklar karşılarında daima öğütler veren insanlar değil, o öğütleri yaşayan modeller görmek isterler. Çocuğa "kitap oku" tavsiyesinden ziyade, evimizde kitap okuyarak bunu aşılamamanın daha etkili olduğunu unutmamak gerekir.

Evet, kısaca, "Normal aklî ve ruhî melekelere sahip bir çocuğun yetiştirilmesindeki tüm sorumluluk, çevreden ve okuldan önce anne-babaya aittir." dersek herhalde abartmış olmayız. Çünkü bütün psikologlar insanın karakterinin 7 yaşına kadar büyük ölçüde biçimlendiğini ifade ederler. İşin asıl tuhaf yanı, büyüklerin bütün bu sonuçlardan sadece ve sadece çocuğu sorumlu tutup, her zaman çocuklarını suçlamaları da, maalesef sorunun çözümünü büsbütün zorlaştırmaktadır.

Sonuç:

Öz eleřtiri yapmadan, eleştirmek; bize hem zaman, hem enerji, hem de çocuėumuzu kaybettirir.



SÜREKLİ NASİHAT YANLIŞTIR!

Çocuğunuza olur olmaz her yerde, "Bizim zamanımızda nerde böyle güzel kitaplar, dergiler; bir çantamız dahi yoktu, eşyalarımızı bir torbaya doldurulur öyle okula giderdik; düzgün bir ayakkabımız, ceketimiz bile yoktu." gibi eskiden yaşadığımız olumsuz şartları anlatıp kendilerine sağladığınız imkanları onların başına kakmayın. Bu söylenenler yaşanmış gerçekler olsa da genelde çocukları eleştirmek, azarlamak için söylendiğinden, çocuğun bir kulağından girer, diğerinden çıkar.

Belki bu ifadeler, çocukla iyi bir iletişimde bulunulan ânlarda söylenirse eğitici olur. Ayrıca 10-13 yaşındaki çocuğunuzdan 30 yaşındaki bir insanın düşünce ve şuurunu beklemek beyhudedir. Halbuki çocuklarda mantık değil, daha ziyade his ve duygular hakimdir. Siz kendi kendinize "ben onlara bu kadar imkan sağlıyorum, bu kadar zorluklara katlanıyorum, ama çocuklarımın hiç umurunda değil!" diye düşünerek, asla çocuklarınızı nankörlükle suçlamayın.

Sonuç:

Unutmayın, samimiyet ve içtenlik kadar, zaman da çok iyi bir öğretmendir.



ÇOCUĞU SAYGIN KILMAK

Günümüzde yaşanan çetin hayat şartlarından ötürü aileler günlük hayatlarında fazlasıyla gerilim yaşıyorlar. Bu nedenle, büyükler çocuklara karşı davranışlarında pedagojinin ortaya koyduğu esaslara göre değil de, kendi iç dünyalarına veya o ânki ruh hâllerine göre davranmaları; çocukları maalesef ikilemlere ve çıkmazlara sokmaktadır.

Ebeveynler, bir gün çocuğun bütün isteklerine müsamahayla bakıp, öbür gün en ufak bir kıpırdamasına bile tahammül edemeyerek tutarsız davranışlar sergileyebilmektedirler. Buna karşılık çocuğunuz size çok sert tepki göstermiyorsa, şimdilik masum dünyasında anne-babanın her zaman doğru söyleyen ve iyi davranan insanlar olduğuna inanmalarındandır.

İyi de, şimdilik tepkilerini içine gömen çocuk, ergenlik dönemi başladığında, düşünce ufku genişledikçe, bir zaman sonra böyle tutarsız davranışlara artık tahammül edemeyecek ve bir gün isyan bayrağını çekecektir. Bu dönemlerde, yıllardır depoladığı tepkiler birden patlak verince, siz de: "Bu sessiz, sakın, laf dinleyen çocuk durup dururken nasıl oldu da böyle değişti!" diyerek şaşırıp kalacaksınız.

Ergenliğe kadar çocuğumuzun haklarına saygı gösterip meselelerinizi bir arkadaş gibi oturup konuştuğunuz oranda, ergenlik döneminde de o, size karşı saygıda kusur etmeyecektir. Aksi takdirde, bu dönemde çocuğun size itaat etmekten başka çaresi olmadığı için onu küçümser, hep kendi bildiğiniz gibi yaparsanız, bir gün size karşı gelmeye başlayacaktır. Bu noktaya gelindikten sonra, tekrar ilişkiyi toparlamak ebeveyn için oldukça zordur. Çünkü büyükler çocuğa karşı tavır koydukça, o da artık büyükleri dinlemeyecek ve kendi bildiğini okuyacaktır.

Çocuk; bir zaman sonra, anne-babasına olan saygısını da yitirirse, yalnızca korkusu yüzünden anne-babasının sözünü dinleyecek ve maalesef bu da kısa sürecektir.

Nedense büyükler çocuklarıyla oturup meselelerini konuşarak, tartışarak çözüme kavuşturma yoluna gitmeyip, çocuklarına karşı genellikle sert ve anlamsız bir otorite kurmak isterler ve çocuklarının kendilerinden korkmalarını arzu ederler. Fakat unutulmamalıdır ki, çocuk korkutularak tehditle eğitilemez; tersine, sevgi, anlayış ve yumuşaklıkla eğitilebilir.

Sonuç:

Anne ve babalar olarak daima tutarlı, destekleyici, samimi ve saygılı olmayız.

BAŞKALARININ YANINDA ÇOCUĞUNUZU ELEŞTİRMİYİN!

Çocukların başkalarının yanında azarlama, tenkit etme hatasını çoğu anne-baba maalesef yapmaktadır. Özellikle bunu çocuklarının öğretmenlerinin yanında yapmaları ise daha mahzurludur.

Bunun gibi yaklaşımlarla çocuk ya yüzsüz ya utanmaz olur, ya durumu kabullenir ve eylemsizliği (tembelliği) kanıksar; ya da utangaç ve de pısırık birisi olur. Daha da kötüsü, çocuk bu tür hatalarını öğretmeni öğrendi diye, öğretmenin yanında ve sınıfında eziklik hisseder ve sonuç olarak hem öğretmenine hem de o derse karşı önyargı geliştirerek, bir daha o dersi çalışmak istemez!

Sizlere çocuğunuzun yanlışlarına hiçbir tepki göstermeyin demiyoruz. Fakat çocuğun bir hatasını başkalarının yanında hedef göstererek çocuğunuzun damgalamayın! Bu durumda çocuğun size olan güveni derinden sarsılır. Artık bundan sonra sizden bilmeniz gereken sorunlarını gizlemeye başlar, size kendisini kapatır ve asıl büyük tehlike de bundan sonra başlar.

Sonuç:

Anne ve babalar olarak kaş yapayım derken, göz çıkarmayın!
Özenli ve tedbirli davranın!



ÇOCUĞUNUZU GERÇEKTEN DİNLİYOR MUSUNUZ?

Anne babalar genellikle çocuklarını dinlediklerini düşünürler, oysa çocuk konuşurken sürekli ikaz, hatırlatma, önerilerde bulunma ve fikir yürütme gibi müdahalelerde bulunarak, çocuklarını aslında dinlemezler. Problemi olan veya kendisiyle ilgili bir şey anlatmaya çalışan bir kimseye yapılan sürekli uyarılar, ikazlar, damgalamalar ve yargılayıcı müdahaleler; konuşan kişinin susmasına, çığlığının duyulmadığını düşünmesine ve bu nedenle küsmesine ve de içine kapanmasına neden olur.

Çocuklar ve gençlerle yapılan mülakatlar, gençlerin çoğu zaman; ailelerinin neden kızdığını pek anlayamadıklarını ortaya koymuştur. "Benim annem her şeye kızar zaten, babam da hep aksidir, dolayısıyla ne yapsam tepki gösterirler!" gibi yorumlara sık sık rastlamaktayız.

Bir kayayı azar azar delen su damlaları gibi, her gün tekrarlanan bu yıkıcı ve kıyıcı ifadeler gençlerin ve çocukların kimlik duygusunu da zedeler. "Geri zekalı, aptal, tembel, düşüncesiz!" gibi ifadeler çocuğun iç dünyasını alt üst eder. Onuru kırılan genç, bunlara tepki göstermeye çalışınca da, "asi" veya "terbiyesiz" olarak damgalanır ve bir anda kendini ev ortamında bitmez tartışmaların içerisinde bulur.

Aile, işgüzarca daha fazla baskı ve ceza yöntemleri uygulamaya başladıkça da gençte (çocukta) başkaldırma, isyan duyguları iyice gelişir ve çocuğun antisosyal özellikleri giderek perçinleşir. Neticede kaybeden her zaman yine anne ve baba olur. Çünkü çocukların değişik sıkıntılara düşmelerinden öncelikle üzülecek ve ızdırap duyacak olan yine onlardır.

Son tahlilde, çocuğun sevinç, üzüntü ve endişelerini çekinmeden anlatabileceği en güvenilir liman, çocuğun anne-babasıdır. Bu durumlarda ebeveyn çocuğunu her zaman sabırla dinlemeli ve ona arkadaşlık ve rehberlik yapmalıdır. Eğer çocuk her istediğini rahatlıkla ve içtenlikle evdeki büyüklerine anlatamazsa, ya bunları dış dünyada risk grubunda olan başka insanlara anlatıp kendisini istismara maruz bırakabilecektir. Veyahut başkalarının yönlendirmesiyle muhtemel yanlış düşünce ve fikirlere kapılıp var olan problem durumunu çok daha karmaşık hâle getirebilecektir.

Sonuç:

Anlamak ve dinlemek bağışlamaktır. Sadece kulaklarınızla değil, gözlerinizle ve tüm kalbinizle çocuklarınızı dinleyin!

SEVGİ NASIL İLETİLMELİ?

Çocuklar duygusal varlıklardır ve doğal olarak duygularıyla iletişim kurarlar. Bu anlamda denilebilir ki, çocuklara sevgi genel olarak dört yolla iletilebilir:

- a) Gözle iletişim
- b) Bedensel iletişim
- c) Odaklaştırılmış ilgi
- d) Disiplin

Maalesef günümüzde anne-babalar bunlardan özellikle ve sıklıkla disiplini uygulamaktadırlar. Fakat ne acıdır ki; bunu da çoğu zaman yanlış uygulanmaktadırlar. Nitekim, çok iyi disiplin görmüş ama sevilmediğini hisseden pek çok çocuk vardır. Anne-babalar, genelde 'disiplinle cezayı nedense aynı şey zannederler. Kendilerine disiplin-ve-ceza sarmalında sınırlı ve sığ sevgi gösterilmiş olan çocuklar aşırı sessiz, biraz asık suratlı ve çoğunlukla da içine kapanık olurlar. Sevgiyle büyütülen çocuklarda görülen tabilik, içtenlik, merak ve çocuksu taşkınlık maalesef onlarda yoktur. Dahası, aşırı disipline edilen çocuklarda ergenlik dönemine girerken genellikle davranış problemleri ortaya çıkmaktadır. Bunun sebebi de; bu çocuklarla, anne ve babaları arasında derinleşmiş bir güven erozyonunun olması ve aralarındaki sevgi bağının da yerini, korku ve anksiyetenin sarmış olmasıdır.

Sonuç:

İnsan, insanın kurdu değil; yurdudur! Sevelim, sevillelim... Saf sevgi, bizi biz yapan, bizi insan eden onurumuzdur. Onurlu çocuklar yetiştirmek istiyorsanız, öncelikle (sevginizle) çocuklarınızı onurlandırın!



GÖZLE İLETİŞİM VE DOKUNMA

Size çok garip gelecektir ama yapılan incelemeler anne ve babanın çocuklarına ancak giyinme, banyo yaptıırma, soyunma, arabaya binme gibi durumlarda yardım ederken dokunduklarını ortaya çıkarmıştır. Durup dururken, sadece içinden geldiği için çocuğuna dokunan pek az anne baba görürsünüz.

Burada kastettiğimiz yalnızca çocuğu kucaklamak ve öpmek değildir. Herhangi bir bedensel temastan söz ediyoruz. Bir çocuğun omzuna dokunmak, sırtını sıvazlamak saçlarını okşamak, gibi çok basit ama, çocuğu duygusal yönden besleyen bu davranışların çok önemli olduğunu vurgulamak istiyoruz.

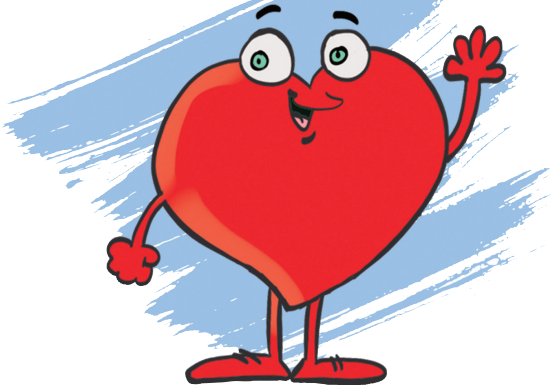
Maalesef anne-babalar çocuklarına adeta birer mekanik yürüyen bebek gözüyle bakmaktadırlar ve çocuklarının duygusal güvenliğini ve başarılarını sağlamak için kaçırdıkları fırsatların farkında bile değildirler.

Göz iletişimi (göz teması) ve bedensel iletişim çocuklarımızla aramızdaki günlük hayatımızın doğal bir yönü olmalı, samimi ve içten olmalı, gösterişli ve abartılı olmamalıdır. Unutmamak gerekir ki, göz iletişimi ve bedensel iletişim kurulan çocukların doğal olarak başkalarıyla iletişim kurmaları daha kolay olacak, dolayısıyla da çevresinde sevilen, saygın çocuklar olacaklardır.

Bu kazanımlar, çocuğunuza verebileceğiniz en değerli iki armağandır. Bazı anne babalar erkek çocuklara böyle davranılmayacağını, öyle olursa kendilerini kız gibi hissedebileceklerini, ana kuzusu çocuklar hâline geleceğini düşünebilirler. Bu kesinlikle doğru değildir, aksine bunun tam tersi doğrudur. Erkek bir çocuğa gözle iletişim ve bedensel iletişim ihtiyacı özellikle de babası tarafından karşılandığı oranda çocuk babasıyla özdeşleşecek ve o oranda bu üst kimliği benimseyecektir. Bu konuda kız çocukları için de hem anneye hem de babaya çok önemli görevler düşmektedir. Mutlu ve bedeniyle barışık bir kız çocuğu yetiştirmek için göz teması ve dokunarak sevginizi göstermeniz son derece önemlidir.

Sonuç:

Sevgi, duygu olduğu kadar eylemdir de! Bu nedenle sevginizi çocuklarınızla göz göze gelerek ve onlara dokunarak göstermeyi aslâ ihmal etmeyin!



ODAKLAŞTIRILMIŞ İLĞİ

Odaklaştırılmış ilgi, bir çocuğa tüm dikkatimizi eksiksiz sevil-diğini hissettirecek şekilde yönelterek sadece ona has bir ilgi göstermemizdir. Mesela hiçbir sebep yokken onu alıp bir pasta-neye götürmek, beraber geziye çıkmak, ruhunu okşayıcı iltifatlar etmek vs...

Genelde anne-babalar bu tarz şeyler için bazı ön şartlar ko-şarlar. Oğlum şu dersten şu notu alırsan, sana bisiklet alacağım, uslu durursan seni falan yere gezmeye götüreceğim gibi şartlar öne sürerler. Böylece çocuk bu şartları yapınca ödülleri kendi bileğinin hakkıyla kazandığını düşünür ve dolayısıyla da bu şekil-de çocuğa odaklaştırılmış ilgi gösterilmiş olmaz.

Çünkü çocuk o ödülleri almak için bir bedel ödemiştir ve kaza-nımları karşılıksız bir sevginin eseri değildir. Anne-babalar, bu bağlamda kısa vadede geçici bir hedefe ulaşmak uğruna "çocu-ğun, kendisinin şartlı olarak sevildiğini" düşünmesine yol açacak bu tür hatalara düşmemeye dikkat etmelidirler.

Kısaca çocuk; anne ve babasının dikkatini, onayını ve saygısını hak edecek kadar değerli olduğunu hissetmelidir. Anne-babalar da bu duyguyu çocuklarına şartsız bir şekilde hissettirmenin yollarını bulmalıdırlar.

Aslında "odaklaştırılmış ilgi" çok basittir, fakat zaman ve emek gerektirir. Bazı durumlarda anne ve babanın, yapmayı istedik-leri bir şeyden vazgeçmelerini veya planlarını değiştirmelerini gerektirebilir. Fakat kazanımları itibariyle 'Odaklaştırılmış İlgi' bir çocuğun kendi gözündeki saygınlığını artırır ve çocuğun başkalarıyla ilişki kurma ve onları sevme yeteneğini de önemli ölçüde etkiler. Fakat ne çare ki, çoğu anne-baba ve öğretmen, değil bu yapılandırmayı gerçekleştirmek, bu ilginin ehemmiyetini bile idrak edememişlerdir. Örneğin, okullarda en çok sevilen öğ-retmenler, öğrencilerine odaklaştırılmış ilgi gösteren öğretmen-lerdir. Yani, çocuğa ihtiyacı olan zamanı ve ilgiyi değil de, daha az zaman alan hediye ve ödül vermek veya temel ihtiyaçlarını karşılamak ve bu ilgiyi de 'Odaklaştırılmış İlgi' zannetmek büyük yanıldır.

"Odaklaştırılmış İlgi", sevgidir, emektir, birlikteliktir, ortak zamanı ve mekânı yoğunluklu kullanmaktır. Bu ilgi ise, çocuk bakıcısının, hizmetçinin, arkadaşların veya akrabaların görevi değil, anne-ba-baların yükümlülüğüdür.

Örneğin Amerikalı ünlü bir psikolog şöyle diyor: "Para güç, makam-mevkî gibi şeylerde mutluluk arayan pek çok kimseyle konuştum. Ama onlar da hayatı tanıyıp gerçek değerleri keş-

fettikçe yanlış yönde yatırım yaptıklarının üzümlere farkına vardılar. Hayatlarının en güzel yıllarını para kazanarak geçiren çok sayıda zengin gördüm. Tüm servetlerine ve güçlerine karşın hayatlarının sonlarına doğru kendilerine ilgi ve şefkat gösterecek birer evlat yetiştiremediklerinden psikolojik yardıma ihtiyaç duyuyorlardı. Her biri asi bir çocuk, ya da boşanma nedeniyle kaybedilmiş bir eş yüzünden hayatını ziyan olmuş sayıyordu. Bu hayatta gerçekten değerli tek varlığın kendileriyle ilgilenen birinin varlığı olduğunu en sonunda anlamışlardı. Fakat iş işten geçtikten sonra..."

Öte yandan, ailelerinden odaklaştırılmış ilgi görmemiş çocuklar, görmüş çocuklardan daha az olgun görünürler. Bu mutsuz çocuklar, genellikle kendi içine kapanıktır ve yaşlılarıyla ilişkilerinde güçlüklerle karşılaşır. Herhangi bir anlaşmazlık durumunda da kusurlu-abartılı tepki gösterirler. Öğretmene veya etrafındaki başka yetişkinlere gereğinden fazla bağımlıdırlar. Çocuklara odaklaştırılmış bir ilgi göstermek bu nedenle çok önemlidir. Dolayısıyla bu ilgiye kavuşan çocukların ergenlik çağının dengelessnessleri başladığında, bu dönemi daha az zararlı kapatırlar. Aksi takdirde, bu ilgiyi almadan ergenlik dönemine girildiğinde; o eski uysal, hürmetkâr, annesinin babasının sözünden çıkmayan çocuk; küstah, her şeyden alınan, hiçbir şeyi beğenmeyen, zor kontrol edilebilir, bencil, duyarsız, acımasız ve otoriteye direnen bir çocuk hâline gelebilir.

Sonra da pozisyonlar değişir, bu sefer anne ve baba çocuğun ilgisini kendisine çekmek için uğraşır, çabalar, hatta odaklaştırılmış ilgi de gösterir; fakat, artık çocuklarına kolay kolay ulaşamazlar ve yaranamazlar. Çünkü 11-12 yaşlarından sonra dış dünyayı tanıdıkça, kendisine yeni ilgi alanları ve yeni bir çevre edinen çocuk, yavaş yavaş yüzünü dışarıya (dış dünyaya) çevirir. Dünyada tek örnek alınacak insanların, anne-babası olmadığını, hatta onların çoğu konularda eksik olduklarını, gittikçe artan bir dozda düşünmeye başlar. Ayrıca çocuk dış dünyayı tanıdıkça, artık anne babasının kendisine tepki vermesini de dikkate almamaya başlar. Zira dışarıda, kendisine değer veren, kendisini anlayan, yeni bir ortam bulmuştur artık.

Süreç bu kadar çıkmaza girmeden, bir çocuğa odaklaştırılmış ilgi göstermenin en iyi yolu, onunla birlikte geçirilmek üzere, ona zaman ayırmaktır. Bir çocukla, başka ilgilere arınmış olarak, yalnız başına geçirilecek zaman bulmak, çocuk yetiştirmenin en güçlü yönlerinden biridir. Bilinçli ve proaktif anne ve babaları diğerlerinden ayıran başlıca özellik de budur.

NASIL BİR DİSİPLİN?

Sonuç:

'İlgi' ve 'bilgi' bir araya geldiğinde ve bu alışımla 'sevgi' ile harmanlandığında ortaya 'bilgelik' çıkar. Bilge çocuklar yetiştirmek için önce kendimizi yetiştirmeliyiz.

Yumuşak fakat kararlı olmak gerekir. Çocuklar gün geçtikçe bedensel, ruhî ve psikolojik yönden geliştikleri hâlde anne-babalar yine de onları her zaman çocuk sayarlar.

Gençlik çağına gelmiş bir gence çocukmuş gibi davranılırsa, ergenler buna tabîi olarak reaksiyon gösterirler. Anne-babaların bu durumda yapacağı ilk şey, çocukların bu zor zamanlarında kendilerine eskisi gibi muamele etmeyi bırakmak, onların kök salmakta olan şahsiyetini tanımak, onlara aşama aşama yetişkin bir insan gibi davranmaya başlamaktır.

Zira, baskı ve sert muamele durumu iyileştirmez, büsbütün zorlaştırır. Tersine, onları daha asi yapar ve büyüklerden uzaklaştırır. Sert davranışlar geçici olarak çocuğa yön verir gibi gözükse de, bizim haberimiz olmadan onları bizden uzaklaştırıp, çocuklarımızı bilmediğimiz-tanımadığımız kimselerin kucağına itekleyebilir.

Çünkü, her türlü düşünce ve değişik hayat tarzının yaşandığı toplumumuzda, çocuğumuza maalesef kötü niyetli insanlar daha rahat el atabilir ve onları bizden kopartarak hem bize hem de çocuklarımıza zarar verebilirler.

Bu bakımdan, tekrar etmekte fayda görüyoruz ki: tehdit, disiplini zayıflatır. Çocuğa, özellikle yerine getiremeyeceğiniz tehditler savurmak, sizi zor durumda bırakabileceği gibi otoritenizi de sarsar. Bu bakımdan, örneğin, çocuğunuzun yapmasını istediğiniz bir işi yapmıyorsa öğretmenin yardım isteyebilirsiniz.

Çünkü öğrenciler üzerinde anne-babanın tesiriyle öğretmenin tesiri pekâlâ farklıdır. Aynı şekilde başka özdeşim kurduğu ve kabullendiği güvenli bir otorite ya da profesyonel figürlerinden de (Amca, Hala, Dayı, Rehber Öğretmen, Kuzen, Aile Dostu, Sınıf Öğretmeni vb.) yardım alabilirsiniz.

Sonuç:

'Disiplin' her işin başı değildir. Her işin başı sevgi ve saygıdır. Disiplin, sadece sevgi ve saygıyı perçinlediği ve koruduğu ölçüde değerlidir. Özünde sevgi ve saygı olmayan bir 'disiplin', tek kelimeyle zulümdür.

ÇOCUĞUN PİŞMAN OLDUĞU DURUMLARDA CEZA VERMEK ZARARLIDIR.

Olumsuz davranışlar asla hoş görülmemelidir. Fakat çocuk bir kabahati yüzünden gerçekten pişmanlık duyuyorsa ceza (ve özellikle dayak) çok zararlı olacaktır.

Çünkü; birincisi bir çocuk eğer kabahatine üzülüyorsa, vicdanı duyarlı demektir ve sizin istediğiniz de bu değil midir? Çocuğunuz, bu kabahatinden dolayı bir şey öğrenmiştir. Unutmamak gerekir ki, duyarlı bir vicdan, kabahatlerin tekrarlanmasına karşın en büyük engeldir.

Bu durumda çocuklarımıza ceza verirken acele etmemek gerekir. Onlar bu aşamada dahi bir güvene ihtiyaç duyarlar.

Kısacası yaptığına pişman olan ve üzülen çocuğu azarlamak ya da dövmek, ondaki pişmanlığı yok edecek ve çocukla aranızda gereksiz ikincil tartışmalara ve duygusal kopmalara yol açacaktır ve onu sizden daha da uzaklaştıracaktır.

Halbuki, çocukların bağışlanmış olduklarını bildikleri halde, suçluluğu yine de hissetmeleri ve o bilişi bir sorumluluğa dönüştürmeleri çok daha önemli ve değerli değil midir?

Ceza, istenen sonucu verecekse ve başka bir zarara yol açmayacaksa tatbik edilebilir. Ancak, ceza çocuğa güvensizlik vermişse ya da onu eskisinden daha asi yapmışsa faydası yerine zararı olmuş demektir. Bu nedenle çocuğunuza bir şeyi yasakladığınızda bunun sebebini açık ve net olarak açıklamalısınız.

Cezalandırılanın şahsiyete ya da kişiliğe değil, davranışa ya da tutuma yönelik olduğu açıkça söylenmelidir. Böylece çocuk kendisine önem verildiğini görünce kişiliğine olan güveni artacak, aksi taktirde ise kendini silik bir şahsiyet olarak kabul edecektir.

Anne-babalar böyle bir şey yapmadan önce hedeflediklerinin, çocuğun yaşına, kavrama gücüne ve uygulama yeteneğine uygun olup olmadığından da emin olmalıdırlar. Bu bağlamda çocuklar, hem sevgimizi hem de kesin kararlığımızı bir arada görmelidir.

Sonuç:

Bir çocuğa bağışlanılmış olma duygusunu öğreterek, onu sayısız problemlerden koruyabilir ve ona bu fırsat eğitimi ile bağışlamanın önemini ve erdemini de öğretmiş olursunuz.



