



**«Etkili Yetiřkinler Olarak
Erken ocukluk Dönemini
Tanıyor muyuz?»**





TEMEL İHTİYAÇLARIN GİDERİLMESİ

DUYARLI

0-2 YAŞ

GÜVEN DUYGUSU

TUTARLI



Güvensiz kişilik özelliğindeki çocuk

- Strese karşı daha dayanıksız,
- Ruhsal yönden risk altında
- Sosyal ilişkilerinde fazla sorun yaşayan

Oysa güven duygusu ile büyüyen çocuk, iyimser ve mutlu bir çocuk olacaktır.

NEGATİVİZİM

Otoritenin istek ve beklentilerine karşı direnmek.



Varılmaya çalışmak



Yapılması gereken en iyi Őey
inatlaŐmamaktır.

İnatlaŐmak
davranıŐının
yoĖunlaŐmasına ve
hatta kiŐiliĖin temel
özelliĖi haline
gelmesine neden
olabilir.



TUVALET EĞİTİMİ



- **Anne kuralcı ve titiz ise çocuk inatçı, cimri, sinirli bir kişilik özelliği geliştirir.**
- **Anne katı ve baskıcı ise çocuk eziyet etmeyi seven ve dağınık kimlik özelliği geliştirir..**
- **Anne teşvik edici ise çocuk olumlu kişilik özellikleri geliştirir ve üretken- yaratıcı bir birey olur.**

3-6 Yaş

Bu dönem **özdeşim**
krizinin
yaşandığı ve **özerkliğin**
geliştiği
son derece önemli bir
dönemdir.



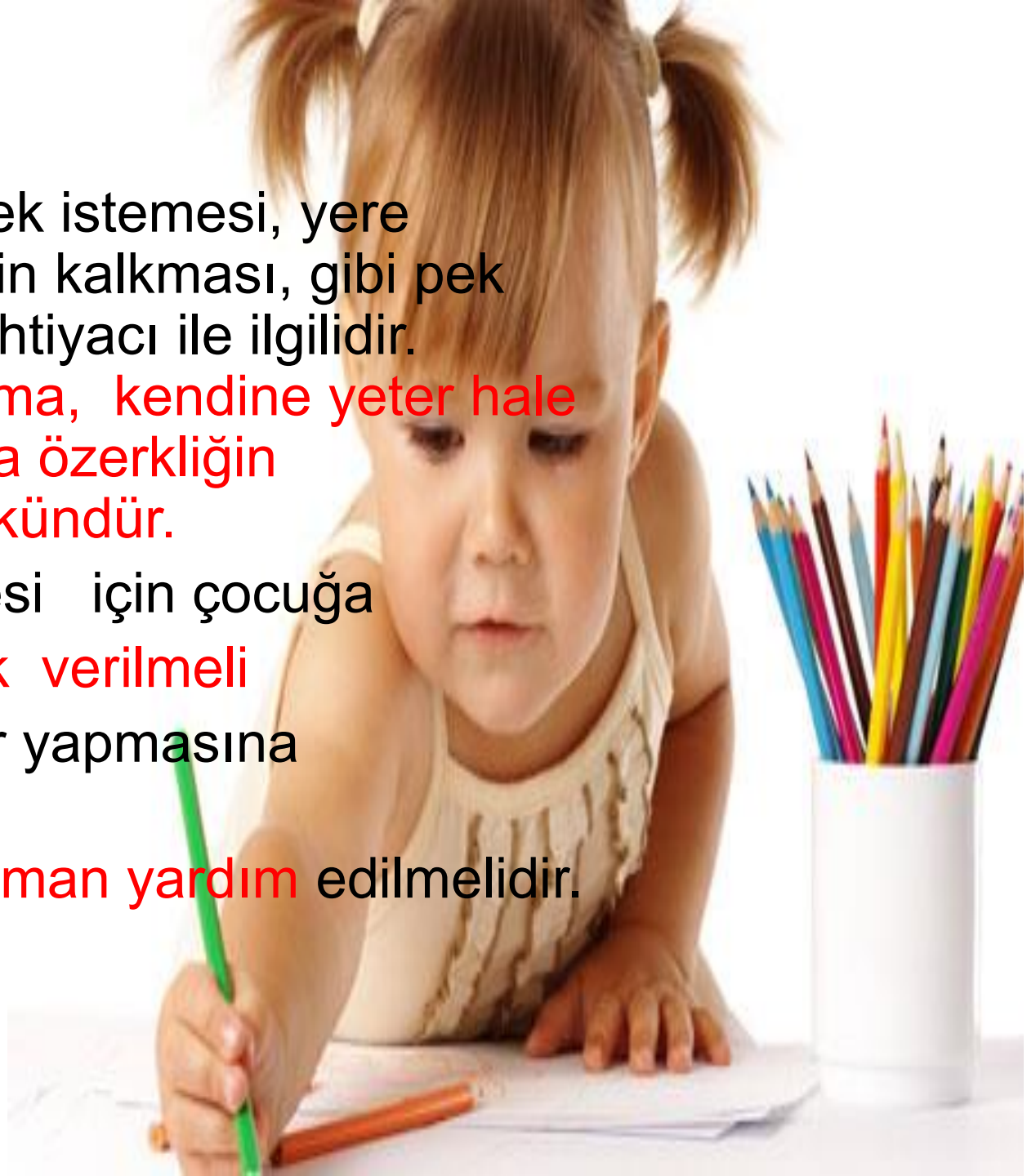
ÖZERKLİK

Kendi yemeğini yemek istemesi, yere düştüğünde kendisinin kalkması, gibi pek çok yaşantı özerklik ihtiyacı ile ilgilidir.

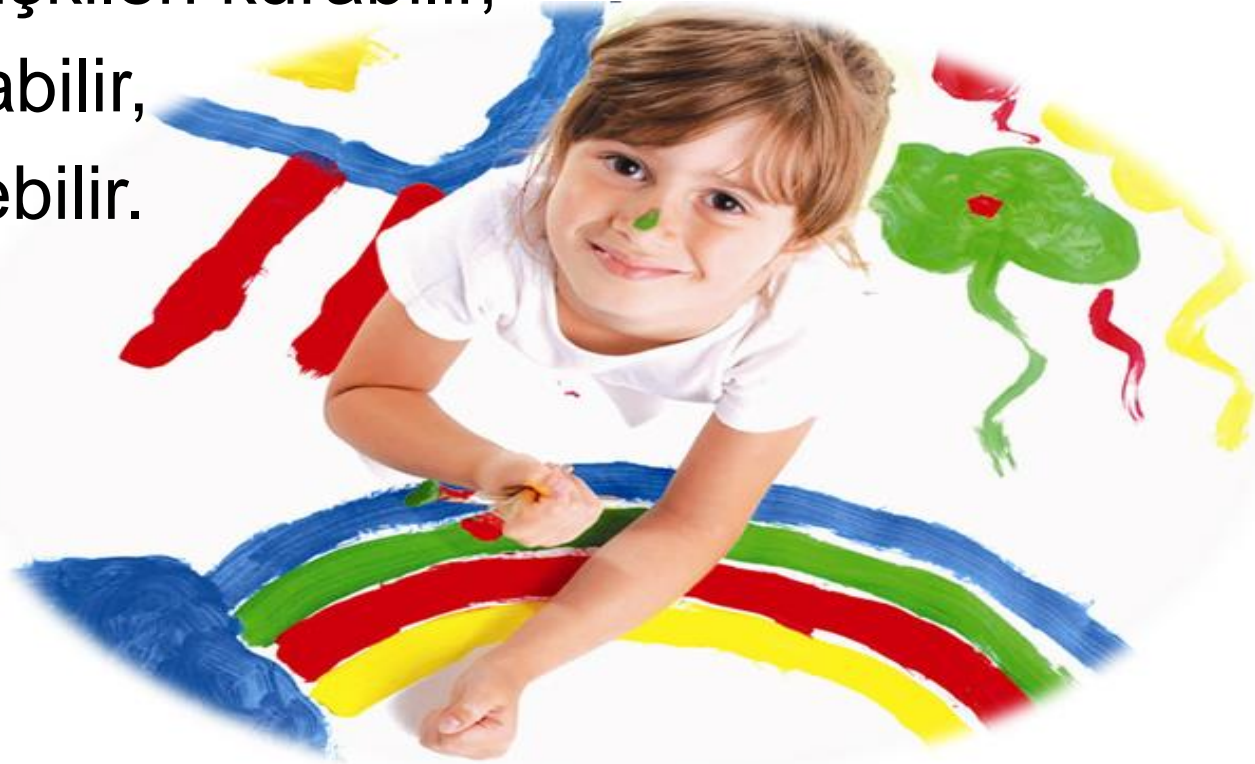
Bağımsız bir birey olma, kendine yeter hale gelme küçük yaşlarda özerkliğin kazanılması ile mümkündür.

özerkliğin pekişmesi için çocuğa

- * sık sık sorumluluk verilmeli
- * bireysel etkinlikler yapmasına fırsat verilmeli
- * yardım istediği zaman yardım edilmelidir.



- Anne-babanın müdahaleci ve koruyucu tutumları çocuğun özerklik geliştirmesine fırsat vermez. Çocuk yaşayarak ve deneyimleyerek öğrenebildiği sürece;
- baş etme mekanizmaları iřler ,
- sebep sonuç ilişkileri kurabilir,
- sorumluluk alabilir,
- strateji geliřtirebilir.



Bütün bunların olamadığı durumlarda ise **güvensiz, sorumluluk alamayan, bağımlı bireyler yetişir**

Bağımlı birey, kendi varoluşunu başka kişi ya da kişilere bağlar. O kişi hayatında olmadığında huzursuzluk, güvensizlik, korku ve çaresizlik hisseder. Bireysel sorumluluklarını üstlenemez ve hep başkalarının yardımına ihtiyaç duyar.



6-12 yaş

İlkokul ağı ya da ergenliğe hazırlık dönemi okul aktiviteleri, hobiler, spor ve aynı cinsle arkadaşlıklar temel ilgi alanlarını oluşturur.



ÜRETMEK ve BAŞARMAK , TAKTİR ve KABUL GÖRMEK

bu dönemde,
çocuk bir
şeyler **üretmek**
ve başarılı
olma isteği ve
çabası
içindedir.

Taktir ve kabul
gördüğü sürece
teşvik olacaktır.



Aksi halde, yaptıklarının
değersiz olduğuna
inanacak ve **aşağılık
duygusuna** kapılacaktır..

Yetersizlik ve aşağılık duygusu
geliştiren çocuk, çevresiyle
sağlıklı ilişkiler kuramayacak
ve **uyum güçlüğü** çekecektir.



6-12 yaş çocuğunda **ahlak gelişim** de başlamıştır.

Bu dönemde çocuklara kuralların gerekçeleri anlatılmalıdır. Bu durum küçük düşmemek ve kabul görmek için de önemlidir. Ayrıca ahlak gelişimine en üst düzeyde katkı sağlayacaktır.

12-18 yaş

Ergenlik olarak tanımlanan bu dönemde çocuk **kimlik arayışı** içindedir. Hızlı bir fizyolojik değişimle baş etmeye çalışırken bir yandan da gelecekteki eğitimi,kariyeri hakkında yeni kararlar verme durumundadır.

Ergenin üstünde arkadaş gruplarının büyük bir etkisi vardır. Ergen bu dönemde kimlik kazanma sorununu başarıyla çözerse kendine güvenen,kendinden emin bir kişi olarak yaşamını sürdürür.



Ergenin sağlıklı bir kimlik kazanmasında çevresinde **model alabileceği yetişkinlerin bulunması** önem taşır.

Genç gerçek hayatta doğru ve iyi modellerle karşılaşmazsa medyanın ve fantezi dünyasının **gerçek olmayan çoğu zamanda iyi olmayan modellerini örnek almaya çalışacaktır.**



Nelere dikkat etmeli...

- Ergenlik çağındaki genç **kayıtsız-şartsız kabul** edilmeli ve başka gençlerle kıyaslanmamalıdır. Bu kendisine olan saygısını yitirmesine ve değersizlik duygusu yaşamasına neden olur.
- **Cesaretlendirmek, sorumluluk yüklemek** yoluyla, ergenin kendi kendine var olabileceğine dair güven verilmelidir.
- Ergenlik süreci gençte öfke, şiddet, üzüntü gibi duygusal krizler yaratabilir. Ebeveynler bu yüzden **tahammüllü olmalılar** ve gence **destek vermelidirler**. Böylece kendini güvende hissedebilecektir.





Gençlerin çağrısı şu şekilde algılanmalıdır:
“Bana yardım et, ama yardım ettiğini bana hissettirme!!

Çocuğun Aile Özellikleri nelerdir. Neden önemlidir?



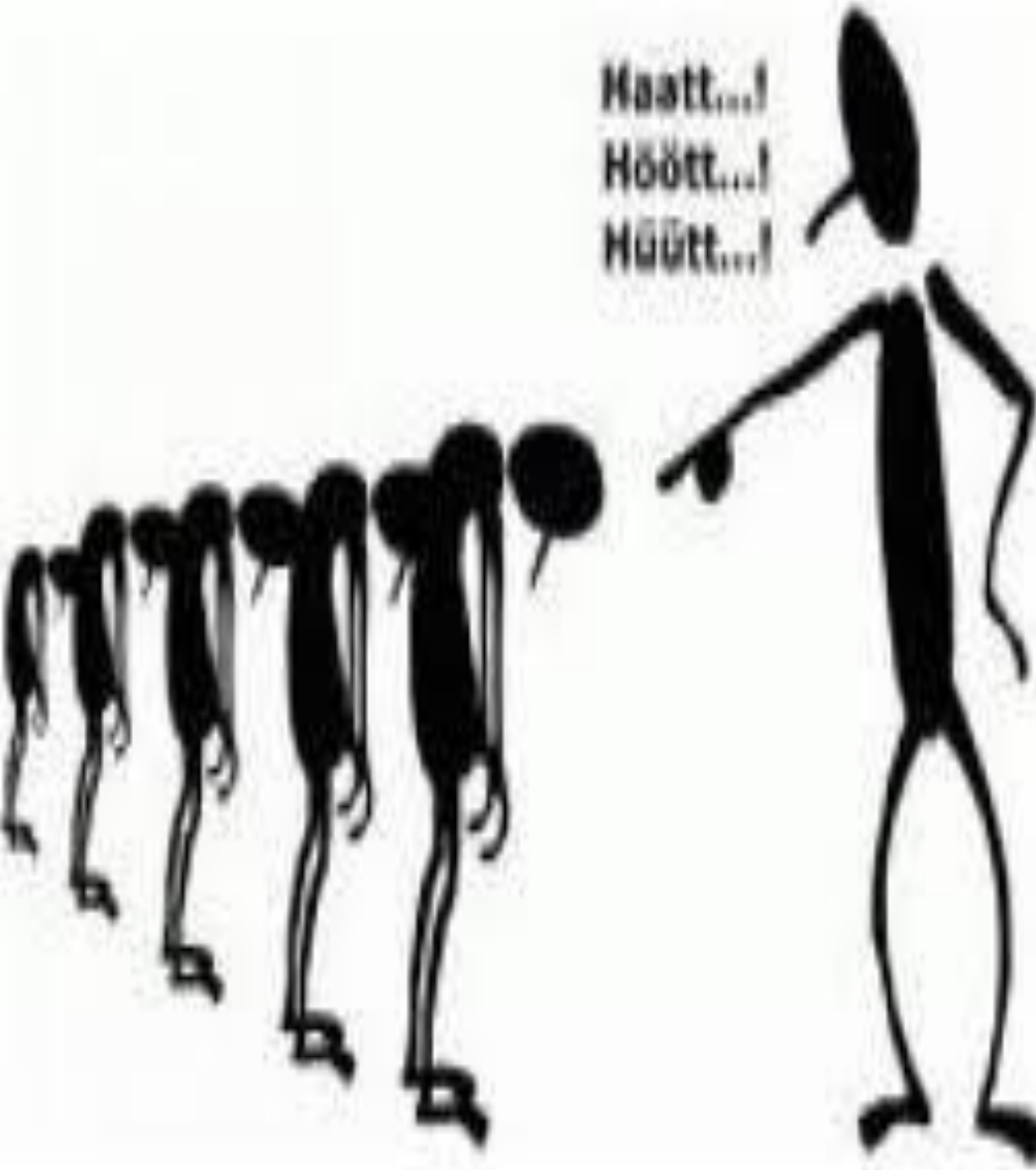
Aşırı Koruyucu Aileler

yani onları öğrenmekten alıkoyan aileler...

Böyle bir aile atmosferinde çocuk;

- Sorumluluk alamayan,
 - Başka birinin yardımı olmadan başaramayan,
 - Problem durumlarla karşılaştığında çözüm üretemeyen, baş edemeyen,
 - Kendine güveni olmayan
- kısacası **BAĞIMLI** bir birey olarak büyüyecektir.





Baskıcı-Otoriter Aileler

Anne babaların güç odaklı bir denetim kurdukları ve çocuğun boyun eğmesini öngören bir aile

atmosferinde çocuk;

Sevilmediğini düşünen, kaygı düzeyi yüksek, mutsuz, huzursuz, özgüveni olmayan , aşağılık duygusu gelişmiş, bir birey olarak

büyür. Çoğu zaman akranlarına da benzer tutumları sergiler.

Çocukların çok güçlü taklitçiler olduğunu unutmamalıyız.



Aşırı Serbest Aileler

Bütün çocukların kurallara ve sınırlara ihtiyaçları vardır. Böylesi kuralsızlık ve sınırsızlıklar içinde büyüyen çocuk ;

Kural tanımayan, şımarık, doyumsuz, bencil ve saygısız bir birey olarak büyür.



İlgisiz Aileler

Çocuğa kendisini değersiz hissettirecek daha etkili bir yol yoktur. Böyle bir aile atmosferinde çocuk;

Sosyal fobisi yüksek ilişki kuramayan, içine kapanık ya da saldırgan, konuşma bozuklukları olan, özgüveni olmayan, mutsuz bir birey olarak büyüyecektir

En kötüsü de zamanla **şuça yönelebilecek olması** ihtimalidir...



Tutarsız-Dengesiz Aileler

En kötü karar bile kararsızlıktan iyidir. Böylesine tutarsız, kararsız bir atmosferde çocuk;

risklere hep birkaç adım daha yakın olacaktır. Çünkü kendisi için neyin doğru veya yanlış olduğunu ayırt edemeyecek kadar özgüvensiz ve kararsızdır.

Mükemmelliyetçi Aileler

Ne yaparsa yapsın beğenilmeyeceğini bilmek çok büyük bir **güvensizlik** ve **değersizlik** hissi verir.

Böyle bir ortamda çocuk; **Aşırı titiz ya da tam tersi dağınık, kendine güveni olmayan, obsesif, sürekli şikayet eden, kaygı düzeyi yüksek bir çocuk** olarak büyüyecektir.



Reddeden ve Sürekli eleştiren Aileler

Şevkat ve sevgiden yoksun, reddedilen çocukların ileride **ciddi profesyonel yardım almaları kaçınılmazdır**

Böyle bir ortamda çocuk, **anti sosyal, saldırgan, isyankar** olarak büyüyecek ve öğrendiği sevgisiz ve şevkatsiz tutumları o da akranlarına uygulayacaktır.

Suçta eğilimli olması ise sürecin kaçınılmaz bir sonucu olabilecektir.





Sorumlu ve Destekleyici Aileler

Demokratik aile atmosferidir. Böylesi bir ortamda çocuk;

- Sorumluk alması konusunda cesaretlendirilecek ve aldığı sorumlulukların sonuçlarıyla yüzleşmesine fırsatlar verileceği için bağımsız bir birey olmayı öğrenecek.
- Hoşgörü ve destek görecektir, karar verme sürecine dahil edilecektir
- Ailesi ona güvendiği için o da kendisine ve diğerlerine güvenebilmeyi öğrenecektir.
- Poblemlerini çözmesine fırsat verildiği için baş etme mekanizmaları güçlenecek iyi bir sorun çözücü olabilecek

- Açıklık ,dürüstlük ve şeffaflık gibi soyut değerlerle erken yaşlarda tanışmış olacaktır.
- Ailesi onu olduğu gibi kabul ettiği için oda diğerlerini olduğu gibi kabul etmeyi öğrenecek ve sosyal farkındalığı yüksek bir birey olacaktır.



- Fikirlerine duygu ve düşüncelerine değer verilerek saygı gösterilerek büyüdüğü için oda başkalarının düşünce ve duygularına değer verecek ve demokrasi kelimesinin anlamını çok daha erken yaşlarda fark edecektir.

Hem kendime hem diğerklerine güveniyorum ve değer veriyorum...

Bağımsız kendine yetebilen güçlü bir bireyim. karşılaştığım problemlerle mücadele edebilirim. Yardıma ihtiyacım olduğunda bunu dile getirebilirim.

Kendimi de diğerklerini de olduğu gibi kabul ediyorum ve seviyorum

Herkes karşı saygılı ve duyarlı biriyim.



**PEKİ ÇOCUKLA EBEVEYN
ARASINDAKİ İLİŞKİYİ NASIL
GELİŞTİRECEĞİZ?**

**Temelde tüm ebeveynler iyi niyetlidirler ancak
ÇOĞU ZAMAN DÜŞÜNDÜKLERİ İLE
DAVRNİŞLARI FARKLI OLABİLER**

DÜŞÜNDÜĞÜ	DAVRANIŞI
“Çocuğum sorumluluk sahibi, kendi kendine yetebilen bir çocuk olsun”	“Bu konuda yaptırımlar uygulamak ya da onun yerine yapmak”
“Çocuğum başkalarına karşı düşünceli ve saygılı olsun”	“Azarlayarak, aşağılayarak , ayıplayarak, küçük düşürerek ona değer vermediğini göstermek
“Çocuğum beni sevmeli”	“Her seferinde meşgulüm diyerek çocuğuna vakit ayıramamak, ya da onunla etkili-nitelikli zaman geçirmemek”
“Çocuğum bağımsız ve yürekli olsun”	“Beceremeyeceği gerekçesiyle yapabileceği işleri üstlenmek, eleştirmek, alay etmek, yapmasına izin vermemek”

PEKİ NE YAPMAMALI ?

BU DAVRANIŞ VE TUTUMLARDAN	KESİNLİKLE VAZGEÇELİM
OLUMSUZ BEKLENTİLER	Ebeveyn mesajı: “Kesinlikle yapamaz, Başarabileceğini sanmıyorum, “ Çocuğun algısı: “ Galiba haklılar başaramıyacağım. İşe yaramaz değersiz biriyim”
YÜKSEK BEKLENTİLER	Ebeveyn mesajı “Yaptığının daha iyisini yap” “Daha iyisini yapabiliirdin” Çocuğun algısı: “Ne yaparsam yapayım beğenmeyecekler. En iyisi vazgeçmek”
KARŞILAŞTIRMAK-KIYASLAMAK	Ebeveyn mesajı: “Kardeşin/arkadaşın senden daha başarılı” Çocuğun algısı: “Kardeşimden/arkadaşımdan nefret ediyorum.”
TUTARSIZLIK-ÇİFTE STANDART	Ebeveyn mesajı: “Dediğimi yap ama yaptığımı yapma” : Çocuğun algısı: “Dürüst değilim onlara güvenmiyorum. Ben de onlara dürüst davranmayacağım”



Gerçek iletişim Anlamalı konuşmak ve Etkili Dinlemek döngüsü içinde gizlenmiş bir hazinedir.



Aynı dili konuşanlar değil, aynı duyguları paylaşanlar anlaşabilir.

Mevlânâ

İYİ BİR DİNLEYİCİ OLMAK;

Aynı fikirde olmasak da Reddetmeden duygu ve düşünceleri dürüstçe paylaşmaktır.

Çok konuşmak, konferans vermek,yorum yapmak, eleştirmek, yargılamak, alay etmek ciddi iletişim engelleridir.

Çocuk: “Onlar benimle oynamadılar....”

Ebeveyn:????????????????????????????????
????

İÇ DİSİPLİN Mİ DİŞ DİSİPLİN Mİ

“Evde ve okulda disiplin sağlamanın en etkisiz yolu çocukları disiplin altına almaya çalışmaktır.”

Geleneksel Anlamda Disiplin

Denetim altına almak



Güç kullanmayı gerektirir



Çocuk direnç gösterir
(baş kaldırır, yalan söyler,
karşı koyar)

Oysa Gerçekte disiplin **anlatarak ve uygulayarak eğitmektir.**



Tüm ebeveynler ve eğitimciler **kendi kendini kontrol edebilen, yönetebilen yani iç denetimi olan çocuklar** yetiştirmektedir.



Çocuk her ikisi de kullanıldıkça zamanla sistematik olarak duyarsızlaşacak ve her seferinde daha fazlasına yönelecektir.

Hem ödül hem de ceza için.

CEZA merkezli disiplin utandırır, korkutur, küçük düşürür, acı verir. Onurunu kırabilir, ve kendini değersiz hissetmesine neden olabilir.

Hal böyleyken hiçbir çocuğu iyi niyetli olduğunuzu inandıramazsınız.

Disiplin kelimesiyle eş anlamlı kullanılan bir terim daha vardır ki o da *sınır koymaktır*.

Kurallar ve sınırlar çocuklarla birlikte belirlenmelidir. Ancak o zaman çocuk kendisini düzenin bir parçası olarak görür.

Çocukların iyi ya da kötü davranışları yoktur. Bu onların yaptığı davranışların bizim tarafımızdan yorumlanmasıdır. Amaçları yetişkini kızdırmak değildir, tüm davranışları gereksinimlerinin bir sonucudur.

Gereksinimler engellendiği zaman sorun yaşanır. Kimin gereksinimi engellenmişse sorun onun demektir.

Sorunu çözmek için önce sorunun kime ait olduğunu bulmak zorundayız.



Sizin (Yetişkinin) gereksiniminiz engelliyorsa **SORUN SİZİN**
Çocuğun gereksinimi engelleniyorsa **SORUN ÇOCUĞUNDUR.**
Sorun yaşayan konuşacak diğeri de **etkin dinleyecektir.**



Sorun Biz yetişkinlerde ve konuşma sırası bizdeyken...
Mutlak **Etkili Konuşma**
Suçlayıcı olmadan sadece duyguları ifade eden bir dil seçelim.
Kızgınlık iletişim çatışmalarına neden olan ciddi bir tuzaktır. Kızginken gerçek duygumuzu keşfedip onu ifade edelim.

SORUNLARI ÇÖZMEK İÇİN EN İYİ YOL ORTAK ÇÖZÜMDÜR



ORTAK ÇÖZÜM ÇOCUKTA ÖNEMLİ KAZANIMLAR OLUŞTURUR.



- Karar verme sürecine katıldığı için kendini önemli ve değerli hisseder.
- Aidiyet duygusu gelişir
- Kendine ve ait olduğu gruba güven duyar.
- İşbirliğine açık olur
- Sorumluluk alma ve yerine getirme becerisini kazanır.