



**OSMANGAZİ RAM PDR BÖLÜMÜ
EYLÜL 2017 BÜLTENİ**

BÜLTENİMİZDE BU AY

Tatil bitiyor ve çocuklar okula dönüyor, bazı çocuklar ise ilk defa okulla tanışacaklar. Çocuklar kadar anne babalar da heyecanlı. Okula güzel bir başlangıç için bültenimize göz atın.

**AİLE TUTUMLARI VE OKUL ÇAĞI
ÇOCUĞU**

YENİ BAŞLAYANLAR İÇİN OKUL VE AİLE

Emekle ve sevgiyle büyüttüğünüz çocuğunuz artık büyüdü ve okul çağına geldi. Sağlıklı psikolojik gelişimin en önemli basamaklarından biri “okul çağı” dır. Okula başlamak bir çocuk için kesinlikle hafife alınmaması gereken önemli bir süreçtir. Çünkü çocuklar okula başlamakla sevdiği, güvendiği, rahat olduğu, korunaklı ortamdan bir süreliğine de olsa ayrı kalmak, yeni görev ve sorumluluklar edinmek, çeşitli kurallara uymak, yalnızlıkla baş etmek, isteklerini ifade etmek, sevdiği şeyleri paylaşmak durumundadır. Ayrıca akranlarıyla bir arada olacak, bazı istek ve ihtiyaçlarını ertelemek zorunda kalacak, evdeki gibi ilgi odağı olmadığını fark edecektir.



Tahmin edildiği üzere bu durum çocuk üzerinde “**kaygı, stres, üzüntü**” gibi duygulara sebep olabilecektir. Peki, bu duygular her çocukta görülür mü? Ne kadar görülür? Ne şekilde görülür? İşte bu sorular pek çok faktöre bağlı olarak değişebilir.

- Çocuğun mizacı, kişisel ve gelişimsel özellikleri,
- Çocuğun yetiştirilme biçimi
- Çocuğun okula hazırlanması
- Anne babanın verdiği sözlü ve sözsüz mesajlar
- Kardeş faktörü
- Okul ortamı ve oryantasyonla ilgili okul tarafından yapılan planlamalar
- Öğretmenin yaklaşımı



Bu noktada ABD’ li psikanalist Erik Erikson’ un psikososyal kişilik gelişimi kuramının evrelerine değinmek yerinde olacaktır.



Erik Erikson' un Psikososyal Gelişim Aşamaları

1. Temel Güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş)
2. Özerkliğe karşı utanç ve kuşku (1-3 yaş)
3. Girişimciliğe karşı suçluluk (3-6 yaş)
- 4. Çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu (6-12 yaş)**
5. Kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası (12-20 yaş)
6. Yakınlığa karşı yabancılaşma ve yalıtılmışlık (genç yetişkinlik)
7. Üretkenliğe karşı verimsizlik, durgunluk (yetişkinlik)
8. Benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk (yaşlılık)

Yukarıda belirtilen aşamalardaki krizlerin çözümlenmesi, bireyin sağlıklı bir kişilik gelişimi için önem taşımaktadır. Her aşamada tamamlanması gereken “gelişimsel görevler” bulunmaktadır. Bu ay ki konumuz olan “**okula başlama, alışma, uyum sağlama**” ile paralel olarak çocuğun “çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu” aşamasında olduğunu dikkate almamız gerekmektedir. Bu aşamaların sağlıklı bir şekilde atlatılabilmesi anne baba tutumları, sosyal destek ve okulla yakından ilişkilidir. Bir bireyin kimliğinin oluştuğu bu zorlu süreçte her kriz döneminin bireyde hissettirdiği bir duygu vardır.

1. Aşama: “Bana ne verildiyse ben oyum “”
2. Aşama: “Ne yaparsam ben oyum
3. Aşama: “Hayal ettiğim şeyi olacak kişiyim”
- 4. Aşama: “Ne öğrenirsem ben oyum”**
5. Aşama:” Ben kimim?”
6. Aşama: “Biz sevebildiklerimizin tümüyüz”
7. Aşama: “Ben ürettiği şeyim”
8. Aşama: “Ben geride bırakabildiklerimim “ (Bu tablo gelişim ve öğrenme blog sayfasından alıntıdır)

Bu ay ki konumuz okula başlama, okula uyum aşamasında çocuğu olan ebeveynleri bilgilendirme olduğu için Erikson' un 8 evresinden 4. Evre olan “**Çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu**” aşamasını inceleyeceğiz.

Bilmemiz gerekenler:

1. Çocuğun sosyal ve duygusal dünyasında büyük bir değişimin olduğu bir dönemdir.
2. Anne babanın çocuk üzerindeki etkisi azalırken öğretmen ve akranlarının etkisi artar.
3. Evden ayrılmak, farklı bir ortama girmek, başarılı olma isteği vb nedenler çocukta kaygı yaratmaya başlar.
4. Çocuğa verilen sözlü ve sözsüz mesajlar çok etkilidir.
5. Her çocuk başarılı olmak, takdir edilmek, kabul görmek ve onaylanmak ister.
6. Çocuklar okulda oldukları sürede annelerini, babalarını kardeşlerini özleyebilirler.
7. Normalden daha hassas ve duygusal davranabilirler.
8. Bu dönem başarılı atlatılırsa çocuğun kendine olan güveni artacak, potansiyelini daha etkili biçimde ortaya koyabilecektir. Bunun sağlıklı gerçekleşebilmesi için anne babanın, öğretmenin ve çocuğun sosyal çevresinin etkisi büyüktür.
9. Bu dönemin başarısız olarak geçmesi ise özgüven problemlerine, davranış sorunlarına, okul reddine, uyum güçlüklerine, içe kapanma, yalnızlaşma, potansiyelini ortaya koyamama, davranışlarda gerilemeye neden olabilir.



ANNE BABA TUTUMLARI VE ÇOCUKLARA ETKİSİ

1- Otoriter Aileler (Baskıcı Tutum)

Bu aile tutumunu benimseyen aileler mutlak anne baba otoritesi olması gerektiğini düşünürler. Aile içinde çocuğa ilgi ve sevgi gösterilmez. Çocuğun hataları sert biçimde cezalandırılır. Kural ve sınırlar çok nettir, esnetilmez. Anne babanın her ikisinin veya yalnızca birinin çocuğa fiziksel şiddet uyguladığı görülmektedir. Ayrıca aile üyelerinin birbirlerine şiddet uyguladığı da sıklıkla görülür.

Baskıcı ailelerin genel dinamikleri ve çocuk üzerinde yarattığı sonuçlara bakacak olursak:

- Çocuğun, anne babanın her doğrusunu kayıtsız şartsız kabul etmesi beklenir.
- Baskıcı aileler çocuklarından yaşından fazla başarı ve olgunluk beklerler.
- Çocuklarının “çocuk” olmasına izin vermezler. Çocukluğunu yaşamalarına imkan tanımazlar.
- Çocuklara ve aile üyelerinin birbirlerine karşı “sevgi ve ilgi” göstermediği görülür.
- Aileler saygı kazanmanın tek yolunun baskı kurmak olduğunu düşülmektedir.
- Baskıcı aileler genellikle çocuklarının beslenme, barınma, eğitim vb. ihtiyaçlarını titizlikle karşılarlarken duygusal ihtiyaçlarını göz ardı ederler.
- Çocuklarıyla iletişimde genellikle aşağılayıcı, yargılayıcı, eleştirel bir dil tercih ederler.
- Çocuklarını “övmek” ve “takdir etmek” onlar için çok zordur. Çocuklarına sürekli yetersiz oldukları mesajını verirler.

Baskıcı tutumu benimsemiş ailede yetişen çocuklarda gözlenen karakter özellikleri ise şöyledir:

- Çocuklar özgüvensiz, kendini ifade edemeyen, haklarını savunamayan bireylere dönüşebilirler.
- Kendilerini ve sınırlarını korumakta güçlük çekerler.
- Sevildiğini hissetmeyen, yargılana ve sürekli eleştirilen bu çocuklarda içe kapanma, öfke, saldırganlık, uyum problemleri, tırnak yeme, alt ıslatma gibi davranış problemleri gözlenebilmektedir.
- Baskıcı tutumla yetiştirilen çocuklar başkaları tarafından suiistimal edilmeye, hırpalanmaya, kullanılmaya açık hale gelirler.
- Genellikle bu tutumu benimseyen ailelerde yetiştirilen çocuklar asıl sorunu ergenlik döneminde yaşayacaktır. Daha fazla başkaldırı, okuldan kaçma, madde kullanımı gibi istenmeyen sonuçlar doğabilir.

2- Aşırı Korumacı- Aşırı Esnek Aileler: (Çocuk Merkezli Tutum)

Bu yaklaşımı benimseyen ailelerde çocuk doğduğu andan itibaren ailenin merkezindedir. Anne baba ve aile büyükleri her zaman çocuğu mutlu etmek için uğraşır. Kural ve sınırlar net değildir çoğu zaman hiç yoktur. Çok küçük yaşlardan itibaren çocuğun her isteği yerine getirilmeye çalışılmış, kendinin yapması gereken işler bile aile büyükleri tarafından yapılmıştır.

Bu tutumun sonuçları olarak bu tarz ailelerde yetişen çocuklarda gözlenen davranışlar ise şunlardır.

- Kural ve sınır tanımayan kişilik yapısı
- İlişkilerde bağımsızlaşamama, bağımlı yapı
- Doyumsuzluk, sürekli mutsuzluk
- Kendi ihtiyaçlarını karşılayamama, sorumluluk alamama,
- Yaşından küçük davranışlar
- Yetişkinlerle iletişimde güçlük, ukalalık, saygısız tutumları benimseme
- Özgüven problemleri gözlenebilir.

3- İlgisiz Aileler (Umursamaz Tutum)

Özellikle eğitim düzeyi düşük ve çok kalabalık ailelerde görülen bir tutumdur. Bu aile ortamında çocuğa ilgi ve sevgi gösterilmediği gibi, kural ve sınır da konulmaz. Çocuk başıboş bırakılmış, olumlu ve olumsuz davranışları karşısında aileden geribildirim almamıştır. Anne baba tarafından ilgi ve destek görmeyen bu çocuklar sosyal çevrenin ve akranların kucağına itilmiş durumdadır. Madde kullanımı, aykırı gruplar ve diğer olumsuzluklar karşısında savunmasızdır. Bu nedenle risk altındadır.

İlgisiz ailelerde büyüyen çocuklarda gözlenen bazı davranışsal özellikler:

1. Nerede, ne zaman ve nasıl davranması gerektiğini kestirememe
2. Sorumluluk alamama
3. Saldırgan, hırçın ve öfkeli olma
4. Olumsuz davranışlar sergiledikten sonra pişmanlık duymama
5. Akranlarına ve çevreye zarar verme
6. Kontrolsüz ve dürtüsel davranışlar
7. Davranışının sonuçlarını kestirememe



4- Demokratik Aileler (Kontrollü ve İlgili Tutum)

Sağlıklı çocuk yetiştirebilmek için anahtar tutum olan “demokratik tutum ”da aile üyeleri birbirlerine olan sevgisini gösterebilen, sorumlulukları paylaşan birbirlerine saygı duyan bireylerdir. Anne babalar birbirlerini dinler ve ortak bir tutum sergilerler.

Bu tutumu benimseyen ailelerde;

- Anne ve baba çocuklarını iyi tanır, sınırlılıklarını, ilgilerini, isteklerini, yetersizliklerini, onları mutlu eden ve mutsuz eden şeyleri iyi bilirler
- Anne baba çocuk yetiştirme konusunda tutarlı davranırlar yani bir ebeveynin “hayır” dediği şeye diğer ebeveyn “evet” demez.
- Aile içinde kurallar ve sınırlar nettir. Kurallar konulurken çocuğa neden bu kuralın konulması gerektiği anlatılır. Gerekli koşullarda çocuğa açıklamak suretiyle kurallar esnetilebilir.
- Anne baba çocuğa ilgi ve sevgisini her yaş düzeyinde gösterebilir. (bebeklik, çocukluk, ergenlik)
- Destekleyici bir tutumu benimser.
- İletişimde aşığılama, eleştirme, yargılama yerine destekleme, rehberlik etme, fark ettirme, örnek olma yöntemleri tercih edilir.
- Çocuğun ilgi ve isteklerine saygı duyulur, onun da farklı bir birey olduğu, kendi ilgi istek ve ihtiyaçları olduğu, kişisel zevkleri ve değer yargıları olduğu göz ardı edilmez.
- Çocuk yetiştirmede şiddetin hiçbir türüne yer verilmez (fiziksel, duygusal)
- Olumsuz davranışın düzeltilebilmesi için;
 - ✓ Ceza olarak ayrıcalıkların iptali (çocuğun sevdiği şeyden mahrum bırakılması)
 - ✓ Olumsuz davranışın türü ve şiddetine göre tepki verilmesi
 - ✓ Çocuğun olumlu davranışlarına vurgu yapılması, pekiştirilmesi, takdir edilmesi,
 - ✓ Çocuğun fikrinin alınması, kurallara katılımında kendisine açıklama yapılması, çocuğun yaşına uygun görev ve sorumluluklar verilmesi

Anne babalık dünyanın en zor ve en önemli görevlerinden biridir. Duygusal boyutunu bir yana bıraktığımızda topluma yeni bireyler kazandırmak, uzun vadede sağlıklı nesiller yetiştirmek, ailelerin sağlıklı olmasına bağlıdır. Bu nedenle aile eğitimleri büyük önem taşımaktadır.

SON ÖNERİLER

1. Çocuğunuza arkadaş değil anne baba olun, onun anne ve babaya ihtiyacı var.
2. Çocuğunuzla her zaman iletişim halinde olun, üzüntülerini, kızgınlıklarını, sevincini paylaşın anlamaya çalışın.
3. Olumlu bir model olun, destekleyin.
4. Mutlaka kural ve sınırlar belirleyin, **sınırlar güvenlidir.**
5. Çocuğunuzun olumsuz davranışlarından çok olumlu olanlara odaklanın.
6. Çocuğunuzun arkadaşlarını ve onların ailelerini tanıyın.
7. Ailece yapılacak etkinlikler, onlar için ayıracağınız zaman ona alacağınız en pahalı hediyeden çok daha kıymetlidir.
8. Ebeveynler arasında tutarlılık bir çocuğunuza verebileceğiniz en etkili mesajdır.

Çocuk, genç ve yetişkin Psikiyatristi Prof. Dr. Yankı Yazgan' dan alıntı yaparak bitirelim:

Nasıl bir küçük çocuk?

Temel ihtiyaçları karşılanmış örneğin;

- **Sevilmiş**
- **Zaman ayrılmış**
- **Yetkinlikleri geliştirilmiş**
- **Eksiklikleri ve zayıflıkları desteksiz bırakılmamış**
- **Güvenilmiş ve güvenliği sağlanmış**

Hazırlayan:

Zeliha TOGAY
PDR Hizmetleri Bölümü
Psikolojik danışman