

Değerli anne ve babalar,

Bir bireyin kişiliği birçok parçanın bir araya gelmesiyle oluşan bir puzzle'dır. Bütünün kusursuz görünmesi için, parçaların eksiksiz olması gerekir. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi olarak, bu ay bağımsızlığına doğru yol alan çocuğunuzun kişiliğinden seçtiğimiz parçalara değindik.

Sizlere yararlı olması dileklerimizle...

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi

Ben Olmaya Çalışırken...

"Ben henüz bir bebekken, siz ve ben birdik. Benliğim sizin benliğinizin bir uzantısıydı. Siz nereye gitseniz, ne yapsanız ben de onu yapardım. Daha yürüyemiyordum bile, tek başıma hareket edemezdim. Ya da konuşamıyordum ki; neyi ne zaman istediğimi bilemez, size hayır diyemezdim. Ama yıllar geçtikçe ben de farklılaşmaya başladım, yürüyerek uzaklaşmaya, konuşarak karşı gelmeye başladım. Ve en sevdiğim kelime ne oldu biliyor musunuz? Tabii ki "Hayır". Evet, artık en sevdiğim kelime hayır..."

Çocuğunuz her yaşıyla bir adım daha ilerlerken kişiliğine bir tuğla daha koyar. Bu dönemde çocuğunuzun oluşmakta olan ve her geçen gün gelişen kişiliğini tanımak, anlamak ve ona bu doğrultuda yaklaşabilmek çok önemlidir. Biliyorsunuz çocuklar tam da okul öncesi yaşlarda, belki de en zorlu dönemlerine girerler. Çünkü, öncesinde anne babasına bağımlı olan çocuk, yürümeyle başlayan ve okul hayatı ile devam eden bir bağımsızlaşma sürecinin içerisinde artık. Birçok şeyi tek başına yapabildiğini fark edip mutlu olurken, bir taraftan da hala devam eden yetersizliklerini görüp hayal kırıklığına uğrar, öfkelenir. Bağımlılık ile bağımsızlık arasında gidip gelen çocuk, sürekli itiraz ederek anne babasının zıttı düşüncelerini ortaya koyarak farklı bir ben olduğunu hem kendisine hem de anne babasına ispat etmeye çalışır. Bu süreçte mümkün olduğunca ona fırsat vermek, toleranslı davranmak ve onunla inatlaşmamak faydalı olacaktır.

Kişiliğin birçok parçanın bir araya gelmesiyle oluştuğunu söylemiştik. Çocuğunuz "ben " olma çabası verirken, değişen ve gelişen bazı kişilik parçalarını inceleyelim;

Özgüvenim

Özgüven, insanın kendisiyle barışık olması, kendini olduğu gibi kabul etmesi; yani olumlu benlik algısıdır. Her insanın bir gerçek egosu; bir de olmayı istediği, arzu edilen egosu vardır. Bu iki egoyu da bilen ve bunları birbirinden ayırabilen bir kişinin benlik saygısı olduğunu söyleyebiliriz.

Özgüven bir insanın mutlu ve başarılı bir hayat geçirmesi için ihtiyaç duyduğu en önemli kişilik öğesidir. Özgüveni yetersiz kişiler kendilerine güvenmedikleri için sorumluluk almaktan çekinirler, yapmaları gereken işlerden bir biçimde kaçmaya çalışırlar, kaçamazlarsa da içinde buldukları durumu büyük bir gerilim haline getirirler. Anlaşılacağı gibi, özgüven sadece çocukların değil, bütün insanların ihtiyaç duyduğu bir duygudur; ancak kişiliğin önemli bir bölümü gibi özgüvenin de tohumları çocukluktan itibaren atılmaktadır.

Çocuğun doğumdan itibaren anne babası ile kurduğu ilişki, daha sonra diğer bireylere nesnelere ve tüm yaşama karşı alacağı tavır, benimseyeceği tutum ve davranışların temelini oluşturur. Özellikle okul öncesi dönemde çocuğun yaşamındaki en etkili sosyalleştirme kurumunun da aile olduğunu ve çocuğun bu dönem içinde ağırlıklı olarak

anne babayı taklit ederek ya da model olarak öğrendiğini düşünürsek; anne babanın çocuğun duygusal, bilişsel ve sosyal gelişimdeki ya da kişilik gelişimindeki önemi tekrar gözümüzde canlanır. Başka bir deyişle anne babanın çocuğun küçük yaşından itibaren özgüven ya da temel güven duygusunun gelişimindeki etkisi çok büyüktür.

Birçok anne baba bunun farkında olarak özgüven gelişimi konusunda son derece hassas davranırlar. Ancak unutulmaması gereken, amaç şişkin bir ego değil, sağlam bir özgüven geliştirmek olmalıdır. Bunun için, gerçeküstü başarıları değil, çocuğun gerçekten yapabilecekleri konusunda onu desteklemek yeterli olacaktır. Aksi durumlarda çocuğun aldığı aşırı övgü ve sağlanan yapay güç özgüven geliştirmek yerine, egosunu balon gibi şişirir; dolayısıyla yaşayacağı ufak bir başarısızlık, onu çok daha büyük hayal kırıklığına uğratar.

Mutlu ve sevgi dolu bir aile ortamı, güvenilir anne baba modeli ve onların kendi içerisinde tutarlı olması sağlıklı özgüven gelişimi için en önemli ihtiyaçlardır. Unutulmamalıdır ki, ancak temel ihtiyaçları anne babası tarafından karşılanan çocuk, özgüvenli büyüyelebilecektir.

Anne Babaya Mektup

Anneciğim ve babacığim,

Benim geleceğe güvenle bakan, kendi kendine yetebilen, özgüvenli bir yetişkin olmamı istediğinizi biliyorum. Ama bunu tek başıma başaramam. Birçok şeyde olduğu gibi bu konuda da sizin desteğinize ihtiyacım var. Küçük başarılar yakalayabilmem için bana fırsat verin. Siz olmadan da bir şeyleri başarabildiğimi görmeliyim, ufak olsun önemli değil, yeter ki sadece benim başarılarım olsun. Bazen risk almam gerekebilir, bırakın risk alayım. Beni sürekli korursanız bunu yapamam. Destek olun ama benim için yapmayın her şeyi lütfen. Evet belki hata yapacağım, ama bırakın yapayım. Zorlanırım bazen ama, bırakın zorlanayım ki mücadele etmeyi öğreneyim.

Anneciğim, beni başka çocuklarla karşılaştırmanı istemiyorum, beni kendi içimde, kendi yapabildiklerimle değerlendir. Sonra üzüliyorum, hevesim kırılıyor. Babacığim olumsuzluklarımı vurgulamasan hep mesela, gürültü yapma deme, alçak sesle konuş de. O zaman hem olumsuz eleştirilerin azalır, hem de olumlu davranışa yönlendirmiş olursun beni. Yaratıcıyım, geniş bir hayal gücüne sahibim. Destek olun, yüreklendirin beni, fikirlerime saygı duyun. Merak etmeyin beni ne kadar çok sevdiğinizi biliyorum, siz bana o sıcak, sevgi dolu yuvayı sağlayın, ben özgüvenli biri olurum.

Kıskançlığım

Kıskançlık, aşırı boyutlarda olmadığı sürece normal bir duygudur. Çocuğunuzun kıskançlık duygusunun sınırlarını bilebilmeniz için öncelikle onun gelişim dönemlerini iyi bilmeniz gerekir. Örneğin; çocuk iki yaşına doğru aşırı "ben"ci olur. Her şey kendisindedir. Bu dünyanın merkezi kendisidir. Hiçbir şeyini paylaşmak istemez. Sizi bile! Anneyi babasından, babasını annesinden kıskanır. Oyuncaklarını kimseyle paylaşmaz, odasını paylaşmaz, yemeklerini paylaşmaz. Arkadaşlarını kıskanır, oyuncakları kıskanır ama en çok kardeşini kıskanır. Herhalde ailelerin de en zorlandığı kısım, yaşanan kardeş kıskançlığıdır.

Her şeyden önce bilinmesi gereken, kardeş kıskançlığı içgüdüselidir ve oldukça doğal bir duygudur. Eve yeni bir bebeğin katılmasıyla, hayatta en sevdiği anne babasının sevgi ve ilgisini paylaşmak durumunda kalır bir anda çocuk. Ailenin gözdesi iken ikinci olmak ve her şeyini paylaşmak zorunluluğu hiç de kolay değildir çocuk için. Anne baba, kardeş dünyaya gelmeden önce büyük çocuğu hazırlamalıdır. Doğum sonrasında da kardeşin bakımı ile ilgili

işlere, çocuğun dahil edilmesi ile dışlanmadığını hissedecek böylece kardeşi kabulü hızlanacaktır.

Çocuğun kıskançlığına bu açıdan bakabilmek, öncelikle onu anlayıp kıskançlık duygusunu kabul etmek gerekir. Önemli olan, çocuğun kardeşi hakkındaki duygularını ifade edebilmesine fırsat verilmesidir. Anne-Baba, çocuğun kardeşi hakkındaki olumsuz duygularını reddetmek yerine, bunları tanıyıp kabul etmeli, bu duyguların yıkıcı ve kırıcı olmayan bir şekilde açığa çıkmasını sağlamalıdır. İşte bu nedenle, çocuk açısından dramatik oyun ve resim faaliyetinin önemi büyüktür. Oyunda çocuk, gerçek hayatta yapamadıklarını gerçekleştirme olanağı bulur. Sözgelimi kardeşi rolündeki bebeği boğar veya geri gelmemek üzere seyahate gönderir. Yaptığı bir aile resminde kardeşini bir başka dağın eteğinde resmedebilir. Bütün bunlar gerçek dünyada yapılamayanların fantezilerle ifade edilebilmesi, duyguların bu yolla açıklanabilmesidir. Böylece çocuk kendi içerisindeki baskılardan kurtulmuş olacaktır.

Anne baba tutumları kardeş kıskançlığının "kalıcı" olmasında önemli rol oynar. Farkında olmadan söylenen sözler ya da yapılan hareketler, ileride yetişkin olduklarında iki ya da üç kardeş arasındaki dayanışmayı destekleyecek ya da rekabeti körükleyecektir. Buna özen göstermek ve duyarlı olmak, her anne babanın görevi olmalıdır.

Anne Babaya Mektup

Anne, baba aslında kardeşimi çok seviyorum ama elimde değil, onu çok kıskanıyorum. Nasıl söylesem, önceden sadece ben vardım. Tüm ailem sanki benim etrafımda pervaneydi, ama o gelince değişti. Her ne kadar benimle yine aynı şekilde ilgilenmeye çalışsanız da evde biri daha var sizi paylaşmak zorunda olduğum. Bu benim için hiç de kolay değil anlayın, hem de tam da bu yaşlarımda. Beni anlamaya çalışın, bana sürekli kıskançlığın kötü olduğunu anlatmayın, yaşıyorum işte bu duyguyu. Kızmak da kötü bir şey dersiniz ama siz de ara ara kızmıyor musunuz bana? Reddetmek yerine bu duygumu anladığınızı ve kabul ettiğinizi gösterseniz. Benimle konuşsanız bol bol. Duygularımı düşüncelerimi dinleseniz. Dile getiremem sözcüklerle belki ama, oyunlarla resimlerle çok iyi anlatabilirim mesela. Kardeşimle kavga ederim belki. Lütfen taraf olmayın, hangi tarafı seçerseniz diğer taraf üzülür. Kıskanıyorum diye bazen aşırı tepkiler verebilirim, eğer bu yüzden beni sürekli cezalandırırsanız, kardeşime karşı öfkem, düşmanlığım artar.

Beni hala sevdiğinizi gösterin. Ama en önemlisi ne biliyor musunuz, kardeşimi önce siz kabul edin. Unutmayın ben sizden görüp öğrenirim. Siz bana kardeşimin "kötü pis" olduğunu söylerseniz, ben onu nasıl sevebilirim ki, siz bile kötü derken. Siz onu sevmezseniz ben hiç sevemem unutmayın.

Yaratıcılığım

İnsanoğlunu bugünlere getiren tek yeteneği "yaratıcılığıdır." Eğer ruhumuzdaki ve zihnimizdeki yaratıcılık kıvılcımlarını bir araya getirmeyiz ve gerçek hayata geçiremezsek, yaşamda kalıcı bir şey bırakamayız. Bu yeteneğimiz ise hepimizde doğuştan vardır. Ortaya çıkarılıp desteklendiği zaman elde edilen sonuçlar sevindirici olur. Çocuk bu yeteneğini her fırsatta ortaya koymaya hazırdır, hayal güçleri sayesinde evren onlar için çok büyük, hatta sınırsızdır.

Elbette bazı çocuklar diğerlerine göre daha yaratıcıdır. Yapılan araştırmalar çok fazla oynanacağı olan çocukların yaratıcılıklarını yeterince kullanamadıklarını bize gösteriyor. Çocuk eğer gereğinden fazla oynanacağına sahipse zihnindeki ve hayallerindeki dünyaya ulaşabilmek için hiçbir çaba harcamaz. Farz edin ki şu anda istediğiniz her şeye sahipsiniz. Bu durumda yapacağınız iki şey vardır; birincisi, doyumsuzluk hissederek sahip olduklarınızın daha

fazlasını arzulamak, ikincisi ise sahip olduklarınızın karşısında rahatlığa kapılıp tembelleşmek. Oysa öyle bir şey olmalı ki; hem sizi ulaşmak istediklerinize motive etsin, hem de kendinizden bir şeyler katarak, yenilikler yaratabilin ve takdir edilin. Bu sizin özgüveninizi geliştirir. Size gereğinden çok fazla şey verildiğinde, yaratıcılığınız ölür. Çocuk için de durum aynıdır. Kendi kendine giden arabalar, konuşan robotlar vb. Teknoloji çağının olanakları insana rahat ve konforlu bir yaşam olanağı sunarken kimi yönlerden çocukların yaratıcılıklarını köreltme tehlikesi taşımaktadır. Örneğin; masalları düşünün. Kırmızı Başlıklı Kız, Pamuk Prenses ve Yedi Cüceler hayalinizde tüm yaratıcılığınızı kullanarak, renklerle biçimlerle yüz ifadeleri ile onları zihninizde oluşturursunuz. Ancak şimdi çocukların böylesine zevkli bir uğraşları yok. Çünkü artık televizyonda hangi kanalı açsanız, çeşitli çizgi filmlerle karşılaşılıyor. Yani artık çocukların yerine düşünen hayal kuran bir grup yetişkin var. Yaratıcılıkları pek de desteklenmiyor. Halbuki yaratıcılığı desteklenen çocuklar, yaşamlarında mutlu olmanın yollarını keşfetmiş yetişkinler olurlar. Her şeyden önce yaratıcı insan kendi sorunlarına çeşitli alternatif çözümler üretir. Yani yaratıcılık çocuğun ya da yetişkinin yaşamında sorun çözme aşamasında önemli rol oynar ve kişiye kolaylık sağlar. Çocuğa olayları değişik açılardan görebilme esnekliği kazandırır ve bu esneklik ona yaşamı boyunca yardımcı olur. İşte bu sebepten dolayı, çocukların doğuştan getirdikleri yaratıcılıkları desteklemek gerekir. Ancak maalesef anne babalar farkında olmadan bazı tutumları ile onların yaratıcılıklarını köreltirler. Örneğin; zaman zaman onların oyunlarına müdahale ederiz. Girdikleri ya da bizi soktukları karakterleri gerçek sanır, düzenleme getiririz. Yaptığı faaliyetleri sürekli eleştirip, "doğrusu budur" deriz. Onları sürekli belli kalıplara sokmaya çalışırız ve o kalıplarda yaratıcılığın gelişemeyeceğini unutturuz hep.

Çocuğunuz "ben olmaya çalışırken", puzzle'ın hangi parçaları yerlerine oturur, buna değinmeye çalıştık. Çocuklarımızı tanımak üzere çıktığımız bu yolda, her adımda vurguladığımız bir söz oldu; sağlıklı kişilik gelişimi için "**ona fırsat vermek gerekliliği**". Çünkü çocuklar engellerle değil, köprülerle gelişir. Eğer onları engellerseniz, hiçbir zaman birey olma özgürlüğüne kavuşamazlar. Çocuğunuzun bu yolculuğunda, ona iyiyi kötüyü gösteren, gerektiğinde uyarıcı ve destekleyen bir anne baba olmak göreviniz olmalıdır. Ve unutmayın ki bu süreçte size en büyük desteği çocuğunuza olan "**sevginiz**" verecektir.

Kaynakça

1.İlkin ÖZ , Çocuk Ve Kişilik

2.Parents Dergisi ve Ginny GRAVES, Üç Dört Yaşındaki Çocuğunuz Büyürken

3.Haluk YAVUZER, Çocuğu Tanımak ve Anlamak