

**Değerli Anne Babalar,**

Bebeğinizin ilk aylarında ağlama şeklinden ve zamanından, onun neye gereksinimi olduğunu anlayabilme ustalığına sahip siz anne-babalar için çocukları yürümeye, konuşmaya başladığında tablo biraz daha karmaşıklaşabiliyor. Çünkü küçük bebekleriniz artık ayrı birer birey olduklarını size hissettirmeye başlıyorlar. Bu ayki bültenimizde 3-4 yaş çocuklarının bağımlılıktan bağımsızlığa geçiş serüvenini ele aldık. Faydalı olması dileğiyle.

Eyüboğlu Eğitim Kurumları  
Anaokulları Rehberlik Birimi

**BAĞIMLILIKTAN BAĞIMSIZLIĞA**

Çocuklar fiziksel olarak temel gereksinimlerinin karşılanması için bir başkasına bağımlı olarak doğarlar. Beslenmesi, bakımı, temizliği için bir başkasının varlığına duyduğu gereksinim ,gelişimsel bir zorunluluktur. Ancak çocuklar bağımlı doğsalar da bağımlı olmaya istekli değildirler.

**İLK ADIMLAR**

Aslında bağımlılıktan bağımsızlığa geçiş çocuğun ilk yıllarında ,ilk adımlarıyla başlar. Ayağa kalkmış olması, onun için bu yeni pozisyonda dünyaya farklı bir bakış açısı anlamına gelmektedir. Bu, heyecan dolu olmakla birlikte aynı zamanda ürkütücüdür. Çünkü yeni dünyayı keşfetmek için **anneden ayrılması** gerekmektedir; ancak bir yandan da annenin sevgisine gereksinim duyduğu anda, annenin yanında olmayı arzulamaktadır. Bu yüzdendir ki, çocuk ağır ağır adımlarını basarak anneden uzaklaşırken bir anda dönüp koşarak annesinin güvenli kollarına bırakır kendini.



Kendi bedenini kontrol edebilmesiyle birlikte, giderek zorlaşan işlerin üstesinden gelmeye ve büyük bir çocuk olduğunu kanıtlamaya çalışır. Artık çocuğunuz küçük, ama kendisine yeten birisi olduğunu düşünmektedir. Ve kendisine her zaman öyleymiş gibi davranılmasını ister, ancak elbette hala bir bebekmiş gibi davranılmasını istediği zamanlar da olacaktır. Aslında hala henüz yapamadığı pek çok şey vardır. Çocuğunuzun fiziksel yetenekleri zaman zaman bazı istediklerini yapmaya henüz yeterli olmayabilir ya da çocuğunuzun kararsız ve çekingen davrandığı durumlar da olabilir. Geri atılan

adımlar onun, büyürken yaşadığı kararsızlığı yansıtır olabilir. Çocuğun, kendi başına beslenebilme fırsatına, oyun oynamaya, **koruyucu elden kurtulmaya ve kendi hatalarını yapmaya** ihtiyacı vardır. Çocuk, yetişkinler, onun gelişim ve bağımsızlık isteğinden, ne

kadar hoşlanır ve zevk alırlarsa, o oranda, daha iyi gelişir. Gelişim sürecinde yetişkin tarafından seve seve ve zevk alınarak kazanılan özgürlük, çocuk için ebeveyninden olumsuz davranışlar yolu ile zorla elde ettiği özgürlükten daha değerlidir. Bu nedenle okul öncesi dönemdeki çocukların, davranışlarını geliştirebilmeleri için desteklenmeye ve çevrelerine zarar vermemek koşulu ile özgür olmaya ihtiyaçları vardır. Bu, çocuğun mevcut yeterliliklerini geliştirebilmesi, yetersizliklerinin farkına varması kısaca kendini tanıması ve sınırlarını öğrenmesi açısından çok önemlidir.

### "BEN YAPACAĞIM!!!"

Küçük bir çocuk için bağımsızlığa ulaşmanın en kısa yolu saldırganlık ve meydan okumadan geçer, bu yüzden çocuğunuza giyinmesini söylediğinizde kaçabilir. O, bu tip davranışlarıyla kendi kararlarını kendisinin verebildiğini ve **ayrı bir birey** olduğunu anlatmaya çalışmaktadır.



Gerçek olgunluğun, yargılama ve kendine hakim olma gibi yönleri bu yaşta henüz yeterince oluşmamıştır. Bu yüzden düşüncesizce, caddeye fırlayan bir topun arkasından kaçmak ya da bir saat sonra değil "şimdi" parka gitmek istiyorum diye tutturmak gibi olaylara sık sık rastlayabilirsiniz. Anne-babaların bu gelişim sürecinde ona sunabileceği en değerli şey, yaşanacak ilk yıllar boyunca hem arka planda kalıp onun bağımsızlığını kazanmasına izin vermek, hem de ona ihtiyacı olduğunda yanında olduğunuzu hissettirmektir. Onlar bu yaşlarda ,yürüyüşe çıktığınızda hep önünüzde koşarlar. Pijamasını giymesine yardım etmek istediğinizde "kendim yapacağım!" diye diretirler. Çünkü yeni yeteneklerini ve ne kadar mükemmel olduklarını göstermek isterler. Yıllar boyu birisinin yardımına ihtiyaç duyduktan sonra ilk defa pantolonunuzu kendi başınıza giyebilmenin, dişlerinizi fırçalamanın veya bir tabak yemeği tişörtünüze dökmeden yiyebilmenin vereceği heyecanı düşünün. Bu fiziksel güce henüz kavuşmuş çocuğunuz, elbette ki kendi üzerindeki kontrolünden kolay kolay vazgeçmeyecektir. Tüm bu davranışlarında asıl amacı yeni kazandığı bağımsızlığını ortaya koymaktır. Burada ailelere düşen onları **değiştirmek değil yönlendirmektir.**

### ONA FIRSAT VERİN



Çocuğumuzun artık kendini besleyecek becerileri olduğu halde onu beslemeye devam ettiğimizde, ters olsa bile ayakkabılarını kendisi giymeye heveslendiğinde düzelterek biz giydirdiğimizde yemekten sonra ellerini yıkayabildiği halde sabunlu bezlerle ellerini sildiğimizde, iki bacağını bir paçasına sokarken ufak yardımlarla fırsat vermek yerine tamamen biz giydirdiğimizde, lokantada "Küçük bey, siz ne yersiniz?" sorusuna "O ızgara köfte yer!" dediğimizde kafadan bacaklı adam çizdiğinde, "Öyle adam mı çizilir!" diyerek 30 yaş becerimizle bir adam çizip etkili bir model olduğumuzu

sandığımızda vb. çocuğumuzun büyümesinin ve sağlıklı gelişmesinin en somut ifadelerini görmezlikten geliyoruz demektir. Çocukların işini kolaylaştırmak için yaptığımız iyi niyetli, koruyucu, davranışlarımızın zaman zaman çocukların yaşam becerilerini geliştirmelerine ve güçlenmelerine ciddi olarak engel olabileceğini hiç unutmamak gerekir. Bu gibi durumlarda onu doğru yönlendirin, ama birşeyi onun yerine yapmayın. Çocuklar zaman zaman hayal kırıklıklarına uğradıklarında hem kendilerine hem size



kızabilirler. Kendine kızar; çünkü bedenini tam anlamıyla kontrol edememektedir, size kızar çünkü artık onun için herşeyi yapmıyorsunuzdur.İşte bu gibi durumlarda onun hayalkırıklarına tahammül ederek onun da tahammül sınırlarını arttırmasına katkıda bulunmuş olursunuz. Çoğu zaman sakınmaya, ya da yaşadığında örtbas etmeye çalıştığımız bu hayal kırıklığı çocuğunuz için planlanmış hiçbir eğitim-öğretim programının sağlayamayacağı kadar doğal bir gelişme ve öğrenme fırsatıdır.

### BAĞLI MI BAĞIMLI MI ?

Anne babalar bağımlı olmakla bağlı olmak arasındaki farkı bilmelidirler. Bağımlı olmak onsuz olamamak iken bağlı olmak onsuz da yaşayabilmek, ama onun yanında olmasından çok mutlu olmaktır. Yakınlık ve dayanak olmaksızın çocuk kendini derinlerde yatan ilk güven duygusuyla, terk edilmiş, yalnız bırakılmış ve özsaygı duygusunun oluşmasına asıl katkısı olan ilişkilerden ve bağlı olduğu kişilerden koparılmış **hisseder**. Bu dönemde ailenin tutumlarına bağlı olarak çocuğun kişiliğine yansıtacak güvensizlikler ve korkular ortaya çıkabilir. Üstelik bu korkuları yaratan, her zaman çocuğu reddeden bir yetiştirme tarzı değıldir. Bazen çocuğun bağımsızlığını dikkate almayan ve yeni yetişmekte olan çocuğun yerine karar verme eğilimi gösteren anne babaların "ben sadece senin iyiliğini düşünüyorum" tarzındaki tutumları da güvensizlik ve korkular yaratabilir. Oysa gerçek anlamda bağımsız olabilmesi için Rousseau'nun da dediği gibi insanın kendisini tanıması, yapmak istedikleri ile yapabilecekleri arasında bir denge kurabilmesi gerekmektedir.



### SINIRLAR VE BAĞIMSIZLIĞIN DENGESİ

Çocuk, anne babasının kendisini ve başkasını tehlikeye sokacak davranışlarına engel olacağına da emin olmalıdır. Çocuğunuzun tehlikede olduğu durumlarda sizin yetişkin olarak sorumluluğu üstlenip ne yapılacağını belirlemeniz, kararı vermeniz önemlidir. Bunun dışında bazen istediklerini gerçekleştirmesine izin vermekle şımarık bir çocuk yetiştirmiş olmazsınız. Aslında ona hayatı ile ilgili seçme şansı tanıyarak nasıl karar verebileceğini öğrenmesine yardımcı olursunuz. Ve ona bağımsızlığını ortaya koyacak, yeni becerilerini kullanacak ve yepyeni "kanatlarını" denemesine fırsat tanımak herkesin hayatını da kolaylaştırır. **Bu dönemde sınırlamalar ancak genellik olduğu zaman kabul edilebilir bir durumdur.** Yetişkinin gereksiz ve kaygılı sınırlamaları, çocuğun girişimde bulunma isteğini kırabileceği gibi, her türlü sınırlamaya karşıkoyma eğilimini tetikleyebilir.

Aşırı korumacı tavır, nasıl bağımsızlığı ve kendi kendine birşeyler yapabilme yetisini kısıtlıyorsa aşırı müsamahakar tutum da zıt kutubu temsil eder.

### KENDİ KARARSIZLIĞINIZLA BAŞA ÇIKMAK

Çocuğunuzun büyümesini izlerken çok farklı duygular hissetmeniz doğaldır. Bazen zamanı dondurup sonsuza kadar okul öncesi dönemde kalmasını isteyeceksiniz. Bazen de bir an önce büyümesini, böylece eskiden olduğu gibi kendinizi özgür hissedebilmeyi isteyeceksiniz. Bu iki duygu arasında kararsız kalmak gayet normaldir ve aslında çocuğunuz için dengeli bir bağımsızlık kurmanızı ve onu korumanın yollarını geliştirmenizi sağlar. Ayrıca özerkliğe doğru emin adımlarla yürüyen çocuğunuz için endişelenmek yerine bunun gayet normal olduğunu kabullenmenize yardımcı olur. Aynı zamanda çocuğunuzun



bu dönemde dünyayı kendi anlayışı ile tanımalarının önemini anlamalısınız. Onun ilerleme kaydetmesi için sabırsızlanmamalısınız.

### **BEN OLMAK NASIL BİR ŞEY**

"Yapabildiğim şeylere inanamıyorum! Merdiven inip çıkmam yıllarımı alıyordu ve tişörtümü giyebilmek benim için çok zordu. Artık pek çok şey yapabiliyorum ve bu çok hoşuma gidiyor, özellikle de senin gurur duyduğunu gördüğüm zaman. Aslında bütün bunları yapabilmenin en iyi tarafı da bunu sana göstermek. Hızla kaçarken ağaca tırmanırken veya resim çizerken, beni seyretmene bayılıyorum. Gülümsediğin ve iyi bir iş çıkardığımı söylediğin zaman kendimi çok mutlu hissediyorum. Bazen eskisi gibi bana dikkat etmediğin için sana kızıyorum. Hep düştüğüm, kötü şeyler yaptığım ve duvarlara resimler çizdiğim zamanlar, sen hep benim yanımdaydın. Artık büyük bir insan olduğum için beni yalnız bırakıyorsun. Telefonla konuşuyorsun ya da yemek yapıyorsun. Eğer kendi kendime oyun oynuyorsam veya eğleniyorsam pek umrumda değil. Ama bazen korkuyorum ve kendimi yalnız hissediyorum. İşte o zaman benim yanımda olmanı ve benimle ilgilenmeni istiyorum. Eğer hemen yanıma gelmezsen bu beni çok üzebilir. Telefonla konuşmak istediğini biliyorum, ama benim de senin ilgine ihtiyacım var! Büyük çocuklar gibi anaokuluna gitmeyi seviyorum. Arkadaşlarımla oynuyorum, gün boyu çok eğleniyoruz. Ama seni özlüyorum. Günün sonunda kendimi epey yorgun hissediyorum. Koşturmayı çok seviyorum, ama ne zaman duracağımı bilmek zor. Yorulduğum zaman senin yardımına ihtiyacım oluyor. Her gece aynı şeyleri yaptığımız zaman çok seviyorum; banyo yapıyoruz, dişlerimizi fırçalıyoruz, pijamalarımızı giyiyoruz ve kitap okuyoruz. Bunlar uykumu getiriyor ve hala uyumadan önce senin kucağına yatmayı seviyorum. Kendimi güvende hissediyorum ve sakinleşiyorum. Mızımız olabiliyorum bazen ve hatta sana, "sudan nefret ediyorum" gibi kötü şeyler söyleyebilirim. Ama sen benim için hala en önemli kişinin ve yeni arkadaşlarımı sevsem bile seninle zaman geçirmek en sevdiğim şey!!!!"



### **KAYNAKLAR**

- Ginny Graves & Parents "Üç Dört Yaşındaki Çocuğunuz Büyürken" 2000  
Jan -Uwe Rogge "Çocukların Korkuları Vardır" , Rota ,2001  
Margeret S.Mahler "İnsan Yavrusunun Psikolojik Doğumu " ,Metis  
İlkim Öz "Çocuğın Gelişim Dönemleri" , Kök ,1997  
Ankara Üniversitesi "Çocuk Gelişimi " , Yapa ,2001  
Doç. Dr Belma Tuğrul "Sevgi Mönüsü " ,Yapa ,2003  
Prof. Dr Ayla Oktay " Yaşamın Sihirli Yılları :Okul Öncesi Dönem", Epsilon ,2004