**# Annelik Duygusu Baskın Bir Duygudur**

Ne zaman çocuk sahibi olmak gerektiği konusunda çiftler farklı düşünebilir.

Annelik duygusunun tadına varan kadınlar çocuklarıyla geçirdikleri zamanın çok değerli olduğunu ifade ederler ve bu yüzden bir an evvel çocuk sahibi olmayı, bu duyguyu tatmayı isterler.

Toplum arasında genel beklenti çiftin evlendikten birkaç yıl içinde çocuk sahibi olması şeklindedir.

Yakın çevre zaman zaman bu konuda evli çiftlere baskı yapmaktadırlar.

Eşler bazı nedenlerden dolayı çocuk sahibi olmayı ertelerler.

En başta ekonomik durum sebebiyle bu kararı alırlar.

Önce maddi durumlarını düzeltmeyi, ardından çocuk sahibi olmayı planlarlar.

Gerekçelerle çocuk sahibi olmayı erteleyen çiftlerin yaşı 35-40'a yalaşabilir ve bu kez de ne zaman çocuk sahibi olacakları konusunda panik yaşarlar.

Çocuk sahibi olan ebeveynlerin çocuklarına karşı nasıl yaklaşacakları da bir başka sorundur.

Buna karar vermek için öncelikle çocuğun içinde bulunduğu yaş grubu bilinmelidir.

Yaş gruplarına göre anne-baba tutumunun değişiklik göstermesi gerekir.

Dostluk, arkadaşlık, şefkat, sabır, dürüstlük, yalan söylememe, cömretlik gibi temel erdemlerin çocuğa sürekli olarak yumuşak bir ısrarla aşılanması gerekir.

0-6 yaş arası çocuklar yakın temasla öğrenirler.

Bu yaş grubundaki çocuklarla top oynanabilir, güreş yapılabilir ve bu sırada güzel duygular aşılanabilir.

Çocuğun beyninin sevgi ve şefkatle ilgili alanları geliştirilebilir.

7-15 yaş arasındaki çocuklarla arkadaş olmak gerekir.

Çocuğuyla doğru zamanda arkadaş olabilen ebeveynler, çocuğunun değerli olduğunu her zaman hissettirmelidir.

15 yaşından büyük çocukları ise anne-babalar birey olarak kabul etmeli, onlara fikirlerini sormalıdırlar.

Bu sayede aralarında sağlıklı bir iletşim kurulmasına fırsat tanımış olacaklardır.

Bazı anne-babaların "ben yapamadım, çocuğum yapsın" anlayışıyla hareket ettiği görülmektedir.

Bu anlayışla çocuklarına sınır koymadıklarına ve onların her istediklerini yerine getirdiklerine şahit oluruz.

Bu ebeveynler kendi çocukluk yaralarını onarmak için çocuklarını kullanırlar.

Zamanla çocuk; evin yönetimini ele geçirir, bir süre sonra benmerkezci olur, vermeyi öğrenemez ve doyumsuz olur.

Bu tehlikeden uzak durmak için çocuklara "dur-düşün-yap" mantığını öğretmek gerekir.

Çocuk ihtiyacı olmayan her şeyi istediğinde çocuğun arzularını kontrol etmeyi öğretecek şekilde yaklaşılmalıdır.

Böyle açıklamalar çocukta sorumluluk duygusunu da geliştirecektir.

**# Bir Bebek İçin Korktuğunda Sığınacağı En Güvenli Kucak Ana Kucağıdır**

Bebek annesiyle birlikteyken kendini güvende hisseder.

Anneyi kaybetmek bebek için en büyük korkudur.

Bebeğin anneye büyük ihtiyaç duyduğu dönem ilk üç yıldır.

Bazı anneler çocuklarını kendileri büyütmek isterler ve ilk üç yıl iş hayatından fedakarlık ederler.

Ama bazı anneler de bu üç yıl dolmadan iş hayatına geri dönmek zorunda kalabilirler.

Bu dönemde çocuğun bakımını üstlenecek kişinin dikkatle seçilmesi gerekir.

Eşler de hayatın paylaşılması gerektiğini bilmeli ve kadınlara yardımcı olmalıdır.

Çocuğun kişisel ve bedensel gelişimi açısından anne çok önemlidir.

Çocuğu hayata hazırlayan, zorluklarla nasıl baş edeceğini öğreten kişi annedir.

Ama bazı anneler işi abartır ve çocuklarının üzerine fala düşerler, bir dediklerini iki etmezler.

Gösterdikleri aşırı fedakarlık ise hiç beklemedikleri şekilde sonuçlanır.

Tutum hataları yapan anne elbette iyi niyetlidir ancak yine de bu tutumlar çocuğa zarar verebilir.

Her dediğini yapmak çocuğu hazıra alıştırır.

Çocuk hayatın gerçekleriyle yüzleşmekten kaçar.

Özgüveni, girişimciliği gelişmez.

Hâlbuki çocuğun hayatı öğrenmesi için bazı şeylerde tek başına bırakılması gerekir.

Anne, sevgisi gibi koruyuculuğunu da dengeli şekilde kullanmalıdır.

Çocuğuna sorumluluklar vermekten çekinmemelidir.

Annelerin çocuklarına bu kadar tolerans tanımasının ve fazla sevgi göstermesinin altında çeşitli sebepler yatar.

Örneğin anne, eşiyle mutlu değildir.

Bir diğer sebep de kaygı düzeyinin yüksek oluşudur.

Mükemmelliyetçi anneler kaygılıdır, kendilerini rahatlatamazlar çünkü her şeyin tam olmasını isterler.

Çocuk yetiştirme konusunda da kaygı duyarlar.

Çok iyi annelik yaptıkları halde kendilerini yetersiz hissederler.

Bu kez zamanla çocuk kaygılı olmaya başlar.

Böyle durumlarda annenin çocuğunu rahatlatıp kendinden uzaklaştırması gerekir.

Amaç mutlu çocuk yetiştirmek değil, çocuğu hayata hazırlamaktır.

Bu yüzden anneler mükemmelliyetçiliği, aşırı fedakârlığı bir kenara bırakıp çocuklarının kendi ayakları üzerinde durmasına, sorunlara kendi çözümlerini getirmelerine izin vermelidir.

**# Çocuklara Disiplin Verirken Mutlaka Tutarlı Olmak Gerekir**

Çocuk eğitimindeki en büyük sorunlardan biri ebeveynlerin aynı dili konuşmasıdır.

Çocuğun eğitimi konusunda ebeveynler öncelikle konuyu kendi aralarında konuşmalı, ortak bir yöntem belirlemeli ve uygulamalıdır.

Ebeveynlerin birbirlerine karşı tutumları da çocuğu etkiler.

Birbirinin eksiğini tamamlamak bu açıdan önemlidir.

Eşlerin üstünlük mücadelesi göstermesi, sürekli tartışıyor olmaları, uzun süre küsmeleri çocuğun mutluluğunu gölgeler ve başarısını olumsuz etkiler.

Eşler arasında tartışmalar, problemler çıkması doğaldır.

Çocuk bunlara şahit olabilir ama ardından anne-babasının konuyu uzatmadan çözüm üretebildiğini, başarabildiğini de görmelidir.

Eşlerin çocuğa bu konuda örnek olması çok önemlidir.

Çocuk bu sayede problemlerin anlayışla çözüme kavuşabileceğini anlayacak ve kendi hayatında da problemleri bu şekilde çözmeye çalışacak ve kendini daha iyi ifade edecektir.

Özgüven, bir çocuğun girişimci olması ve kendini ifade edebilmesi için gerekli olan önemli bir duygudur.

Özgüvenli çocuklar hedefe giden yolda motivasyonlarını yüksek tutarak büyük başarı gösterebilirler.

Buna karşın özgüven eksikliği yaşayan çocuklar birçok konuda isteksiz davranır ve yapamayacakları hissine kapılırlar, sosyal kaygı yaşarlar.

Sosyal ortamlara girdiklerinde paniklerler.

Bu durum da yeteneklerinin gelişmesini engeller.

Çocuklarda görülen sorunların bir çoğunda olduğu gibi özgüven eksikliğinde de anne-baba tutumunu gözden geçirmek gerekir.

Kendini beğenmişlik ile özgüven birbirinden farklı iki kavramdır.

Kültürümüzde kendini beğenmişlik sevilmez ve doğru bulunmaz.

Ancak ebeveynler farkında olmadan çocuklarının egolarını besleyebilir, kibirli davranmalarına ve onlarda narsistik eğilimlerin ortaya çıkmasına sebep olabilirler.

Çocuklarını severken doğrudan kişiliklerini överlerse çocuklarda abartılı bir güven oluşabilir, yapay bir kendini beğenmişlik gelişebilir ve çocuk buna göre davranmaya başlayabilir.

Her şeyin kendisine özel olarak sunulmasını bekler.

Başkasının hakına saygı göstermenin şart olmadığına inanır.

Büyüdüğünde de bu bakış açısını devam ettirir.

Özgüven sahibi birey ise narsitik eğilimi olanlardan farklı olarak, sahip olduğu olumlu ve olumsuz yönlerinin farkına varıp kendini olduğu gibi kabul eder, kendini diğer insanlardan ne üstün ne de eksik görür.

Kendisine bir hedef belirler ve bu hedefe ulaşmada ona engel teşkil edebilecek olumsuz yönlerini törpülemeye, zayıf yönlerini güçlendirmeye odaklanır.

Böyle bir denge kurmayı başarabilen bir kişi güven uyandırır ve herkes tarafından sevilir.

Kişi hayatında mutluluğu yakalar.

Çocuklarına iyi bir gelecek sağlamak, mutlu bir yaşam sunmak isteyen ebeveynler çocuklarının özgüvenini en baştan desteklemelidirler.

**# Korkutarak Değil Güven Duygusunu Geliştirerek Eğitim Verilmeli**

Bir çocuğun tuvaletini tutmasını sağlayan kasların gelişimi ortalama 1,5 - 2 yıl alır.

Bu yüzden bir buçuk yaşından önce çocuğa tuvalet eğitimi vermeye çalışmak hatalı bir davranıştır.

Tuvalet eğitimine geçmeden önce anneler çocuklarının anladığı dili bulmalı ve bu sayede doğru eğitimi vermelilerdir.

Ne yazık ki birçok anne bu dili göz ardı eder ve çocuklarını zorlayarak ve korkutarak eğitmeye çalışır.

Oysa bu durum çocuğun özgüvenini zedeler, kendisini yetersiz hissetmesine neden olur.

Tuvalet eğitiminde de korkutmaktan kaçınılmalı, çocuğun özgüvenini desteklemeye gayret edilmeli, ceza yöntemi yerine iyileştirme ve düzeltme yöntemi kullanılmalıdır.

Eğitimin meyvesi anında alınmaz, sabırlı olmak önemlidir.

Annelerin çocuklarına karşı sabır göstermeleri gerekir.

Alışma sürecinde çocuğun önce gündüz bezsiz kalmasını sağlamak, gündüz tuvaleti geldiğinde söylemesini istemek, ardından gece bezsiz yatırmak daha doğru bir yaklaşım olacaktır.

Çocuğun tek bir seferde tuvalet alışkanlığı edinmesini beklemek doğru değildir.

Elbette kazalar yaşanacaktır.

Anne sabır göstermeli, bunu çocukla bir savaş haline getirmekten kaçınmalı ve çocuğu doğal bir şekilde tuvalete alıştırmalıdır.

Çocuk ilerleme kaydedemediğinde anne için zor olsa da sinirlenmemeli, sevgiyle yaklaşmalıdır.

(Şimdi sevgili hocam, çocuğun eve sıçıp batırması sorun değil de temizlemesi sıkıntı.

Bu uğraşı de genelde evde olan kadınlar üstlendiği için sinirlenip ani tepki gösterebiliyorlar.

Gayet anlaşılabilir ve hak verilebilir bir durum, sakin karşılamak zor ama yapabilen anaya helal olsun.)

**# Kıskançlık Faktörünün Gelişimde Önemli Bir Etkisi Vardır**

İnsanoğlunun en çok yaşadığı, yaratılışıyla beraber getirdiği durumlardan biri de kıskançlıktır.

Kıskançlık, insanın sahip olduğu şeyleri paylaşamama duygusudur ve aslında çok doğal bir duygudur.

Kıskançlığın arka planında kaybetme ve kendini özel görme duyguları vardır.

Çocuklarda sıkça karşılaşılan ve ebeveynlerin çaresiz kaldığı kıskançlık türü kardeş kıskançlığıdır.

Kıskançlık durumunda anne-babanın liderliği çok önemlidir.

Eğer çocuklarına sağlıklı şekilde yol gösterip ve kardeşler arasındaki kıskançlığı iyi yönetirlerse çocuklar kardeş olarak yaşamayı başarabilirler.

Ancak iyi yönetilmezse çocuktaki kıskançlık duygusu iyice alevlenir ve çeşitli sorunlar ortaya çıkar.

Anne yeni doğum yaptığında büyük çocuk yeni gelen kardeşini istemez.

Ama anne, bebekle daha fazla ilgilenmek zorundadır.

Bu yüzden bazen büyük çocuğu unutur, duygusal olarak ihmal eder.

Çocuk ise sahip olduğu ilginin ve sevginin kardeşi tarafından alındığını düşünür.

Bu durumda ebeveynler çöncelikle çocuğa bu düşünceleri yüzünden kızmak yerine bebekle neden daha fazla ilgilendiklerini anlatmalıdırlar.

Çocuğu bebeğin bakımıyla ilgili işlere dâhil etmek de kıskançlığı yenmede bir çözüm olabilir.

Kardeş kıskançlığını körüklememek için anne-babanın çocuklarına sevgiyi eşit paylaştırmaları gerekir.

Çocuk için sevgiyi sözle ifade etmek yeterli olmaz, çocuk için sevginin ifade yolu ilgidir.

**# Çocuklarda Görülen Psikolojik Sorunların BüyükBir Kısmı Hatalı Anne-Baba Tutumundan Kaynaklanır**

Çocuklar yaşadıkları stres, sıkıntı ve problemler nedeniyle çeşitli psikolojik rahatsızlık belirtileri gösterebilir.

Kimisi tırnak yer, kimisi altını ıslatır, kimisi kekeme olur, kimisi içine kapanır.

Bir çocukta stres ve stresten kaynaklanan olumsuz belirtiler görüldüğünde çocuğun davranış dilini çözecek, doğru şekilde yorumlayacak birine ihtiyaç vardır.

Günümüzde geniş ailelerin yerini çekirdek ailelerin alması genç ebeveynlerin deneyimsizlikleriyle birleşince hatalı anne-baba tutumları ortaya çıkmıştır.

Bu nedenle çocuklarında bir problem gören ebeveynlerin öncelikle kendilerini sorgulamaları, özeleştiri yapmaları ve gelişime açık olmaları gerekir.

Bunu yapabilirlerse davranışlarını düzelterek çocuklarına istemeden verdikleri zararı telafi edebilirler.

**# Çocuğun Psikolojik İhtiyaçları Vardır**

Çocuğun beslenme ve barınma gibi temel ihtiyaçlarının yanı sıra psikolojik ihtiyaçları da vardır.

Psikolojik ihtiyaçları karşılanmayan çocuk duygusal olarak ihmal ediliyor demektir.

Çocuğa değer vermeme, onu küçümseme, önemsememe, aşağılama gibi davranışlar çocuğun psikolojik olarak yaralanmasına ve stresin ortaya çıkmasına neden olur.

Bir süre sonra çocuk sevilmediğini düşünerek depresyona girer.

Birçok aile bu durumun farkına varamaz.

Duygusal istismara uğrayan ve stres altında yaşayan çocuklarda konuşma bozukluğu, tikler, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu görülebilir.

Tikler stres sebebiyle çocukta gelişir.

Boğaz temizleme, göz kırpma, baş sallama gibi çeşitli şekillerde görülebilen tikler kaygısı yüksek kişilerde karşımıza çıkar.

Kekemelik de psikolojik kökenli konuşma bozukluklarındandır.

Kekemelik tedavisinde olumlu sonuç almak için anne-babanın ve çocuğun sabırlı davranması gerekir.

Kekemeliğin derecesine göre tedavi yöntemi belirlenir.

Hafif seyreden kekemelik birkaç seans içinde çözülebilir.

Orta dereceli kekemelikte terapi süreci altı aya yayılır.

Ağır seyreden durumlarda ise psikolojik destek ve ilaç desteği gerekebilir.

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ise çocuklarda en sık görülen psikiyatrik problemlerden biridir.

Biyolojik temeli olan bu rahatsızlığın görüldüğü çocuklarda karar verme, bekleme, zihinsel odaklanma problemleri görülür.

Çocuklar uğraşmaya başladıkları herhangi bir şeyi hemen bırakıp başka şeylerle ilgilenmeye başlarlar.

Bu çocuklar tipik belirtiler gösterirler ve kolayca fark edilirler.

Çok konuşurlar, başkalarının sözünü keserler, çok hareketlidirler, yerlerinde duramazlar, sürekli bir şeylerini kaybederler, uzun süre odaklanamazlar.

Bu bozukluğun kontrol altına alınması için mutlaka bir uzmana başvurulmalıdır.

İlaç tedavisi, terapiler ve davranış tedavilerine katılmak büyük oranda olumlu sonuçlar vermektedir.

Öğretmenler de alacakları küçük önlemlerle tedavi sürecine katkıda bulunabilirler.

Öğretmenlerin bu çocuklara karşı destekleyici olmaları, iyi davranışlarını ödüllendirmeleri, arkadaşlarıyla bütünleşmeleri için çaba göstermeleri gerekir.

**# Cinsellik Erişkinlerde Olduğu Gibi Çocuklarda da Önemli Bir Tabudur**

Modernizm ile birlikte aşırı uçların olduğu, cinsel eğitim adı altında rastgele cinselliğin teşvik edildiği bir anlayış da hızla yayılmaktadır.

Erişkinliğinde çeşitli sebeplerle psikolojik destek almak durumunda kalan hastalar incelendiğinde bu kişilerin büyük bir kısmının çocukluğunda cinsel travmalar geçirdiği görülmektedir.

Eğer cinsellik çocuk için hep tabu olarak kalmaya devame derse ileriki yıllarda başka sorunlar yaşanabilir.

Bunun önüne geçmek için çocuğun bulunduğu yaş dönemine göre cinsellik eğitimi verilmelidir.

Doğru bir cinsel eğitim vermek için çocuğa mahrem alanları öğretilmelidir.

Çocuğa cinsel organlarıyla ilgili "bunlar sadece senin dokunabileceğin alanlar. Başkasının dokunması doğru değil" şeklinde bilgilendirmeler yapılırsa çocuk bununla ilgili olumsuz bir hareket karşısında hayır demeyi öğrenir.

Çocukların en çok merak ettikleri konulardan biri de dünyaya nasıl geldikleridir.

Çocuk bunu sorduğu zaman "seni leylekler getirdi" demek yerine yaşına uygun şekilde açıklama yapmak gerekir.

"Bu soruyu sorman, merak etmen güzel bir şey. Ancak bu çok özel bir durum ve detaylarını öğrenmen için biraz daha büyümen gerekiyor.

Büyüdüğünde anlatacağım" şeklinde açıklama yapmak yerinde olacaktır.

Böylece çocuğa bu konu hakkında yalan söylenmemiş olur.

Konu ergenlik döneminde açıklandığında ise cinselliğin insan hayatında önemli bir yerinin olduğunu ve bunun özel ve önemli bir kişiyle yaşanması gerektiğini, bu kişinin de insanın hayat arkadaşı, eşi olması gerektiği anlatılmalıdır.

Cinsel eğitim verilirken bu konuda çocuğun merakını ve hayretini uyandırmamaya da özen gösterilmelidir.

Eğer merak uyandırılırsa çocuk o alana ilgi duymaya başlar.

Merak ettiği bu konuyu bir şekilde yalan yanlış bilgilerle öğrenebilir.

Ayrıca anne-babanın çocuğun sorularını cevapsız bırakması çocuğun soru sorma kapasitesini düşürür.

Çocuğu azarlamadan, terslemeden, içindeki merak duygusunu yok etmeden sorularına cevap vermek, o an cevap verilemiyorsa "bu konuyu araştırıp cevaplayayım" demek yerinde bir davranış olacaktır.

Yapıları gereği bazen anne-babalar çocuklarıyla bile cinsellik konusunda konuşamayabilirler.

Bu noktada kız çocukları için ablalar, teyzeler, halalar; erkek çocukları için ağabeyler, amcalar, dayılar devreye girebilir ve açığı doğru şekilde kapatabilirler.

**# Son Durak**

Anne baba olmak çok zor ve ciddi bir iştir.

Çocuk eğitiminde anne ve baba, yetiştirilme biçimi ve çevre çok önemlidir.

Modernleşen toplumda aileler küçülmüş ve anne-babalar çocuk büyütürken acemilikler ve problemler yaşamaya başlamıştır.

Önemli olan bu problemleri doğru şekilde aşabilmek ve benzer durumlarla karşılaşıldığında da aynı şekilde davranabilmektir.

Çocuk yetiştirmek sadece büyütmek değil ona aynı zamanda kendinizden de birçok şey katmaktır.

Çocuk büyürken bu yolculukta tek başına değil sizlerle birliktedir.

Onlara doğru iletişim yöntemlerini aktarmak, özgüven aşılamak, problemlerle karşılaştığında bunu olması gerektiği şekilde çözmesini göstermek, tutarlı davranmak ve en önemlisi her davranışınızla örnek olmak gerekmektedir.

Çünkü çocuğunuz sizin en değerli varlığınızdır.

**# Okurun Yorumu**

\*\*\*Çocuk yetiştirmek, bambaşka bir alan resmen.

Sadece çocuk değil, onunla birlikte ebeveynleri de büyüten bir olay.

Müthiş bir duygu, dünyanın en değerli mirası.

Cengizhan gibi konuşacak olursak; bir hareket bir karakteri, bir karakter bir insanı, bir insan bir aileyi, bir aile bir çocuğu, bir çocuk bir nesli etkiler.\*\*\*

\*\*\*Lütfen, kimse, hiçbir kimse; kendisini yetiştirmeden çocuk yetiştirmeye kalkmasın.\*\*\*