

# EBEVEYİNLİK ANNE BABA OLABİLMEK

Anlatacağım şeyler sizin evde olduğu gibi bizim evde de oluyor. Bir baba, eğitimci, danışman, uzman olarak benzer ilişkileri ben de yaşadım ve hala yaşıyorum.Hocam kitaplardaki gibi olmuyor. Bende biliyorum kitaplardaki gibi olmadığını bazen Allah'ım sabır ver dediğim zamanlar oldu. Sanmayın ki bizim çocuklar muazzam. Tabi ki bizlerde sıkıntılar yaşadık. Çocuk yetiştirmek öyle bir günlük bir anlık bir şey değil. Önemli olan uzun vadede doğru yatırımları yapmak. Ben 52 yaşında 2 çocuk yetiştirmiş çok sayıda çocuk / genç /anne babayla karşılaşmış/danışma süreçlerini yürütmüş biriyim. Gördüğüm şu ;

- İyi ekip olmayı
- İyi takım olmayı becerebilirsek, çocuklarımızla uzun vadede keyifli bir yere gitmek mümkün
- Biz onların çobanlığını yapmaya kalkarsak bir gün bizi sallayacaklar uzun vadede onların hayatında kalma şansımız yok.

## Asıl soru BUGÜN NASIL BİR ÇOCUK İSTİYORSUNUZ?

Ebeveynlerden gelen cevapları paylaşayım sizinle

- ☺ Kendine yeten, saygılı, disiplinli
- ☺ Özgüvenli(bu özgüven nasıl şey her yerde karşımıza çıkıyor.)
- ☺ Başarılı (evet aranan kelime) Aslında tahminin dinleyen anne babaların en çok ulaşmak istediği bu tür arayışlara girmesine neden olan şey bu olsa gerek
- ☺ Banyoyu keyifle yapanından versek olur mu?

## **Desem ki programdan sonra paket yapıp evinize gönderecekler nasıl bir çocuk olsun?**

- ☺ Sağlıklı olsun , gerçekçi olsun
- ☺ Her şeyi anlatsın yalan söylemesin burada bir sorum var. Bir insan neden yalan söyler?

Korktuğu için(o cebimizde kalsın) baskıdan söyler.

- ☺ Beni sevsin yeter.

## **Bu istediklerinizi verdik. 20 yıl sonra çocuk şunu diyor?**

Sizden bahsedildiğinde Anne-baba şeytan görsün yüzünüzü. İster misiniz? Tabii ki HAYIR

Biraz önce anlattığım cevaplar arasında vardı. "Beni sevsin yeter"

olur/olmaz bir tek derdim var inşallah yaşlanacak kadar uzun yaşarım. Benden bahsettiklerinde annelerinden bahsedildiğinde; iyi insanlar gidelim yanlarına oturalım. Ellerinden geleni yaptılar, bunu yaparken de mutluydular, keyifliyidiler desinler.

Sorarız sormayız ama bunu yapmak bizi görevimiz. Bunun bilimi var. Bunun nasıl yapılıp yapılmayacağı belli ama bir tane hikâye var.

## **BU BİZİM KURDUĞUMUZ İLŞKIYLE İLGİLİ BİR ŞEY**

Çocuklarımızla ilgili bugün kurduğumuz ilişki uzun vadede gideceğimiz yerle ilgili demek.

Sorular çocuklardan önce doğarlar ve onlardan daha hızlı büyürler.

Doğmadan önce: “Bu dünyaya çocuk getirilir mi?”

Doğduktan sonra, “ İyi bir anne/baba olabilecek miyim?”

Büyüyünce: “Ben nerede yanlış yaptım?”

Anne babalık istifa edilemeyen bir görev; iyi yapmak yetmiyor, her gün daha iyi yapmak gerekiyor!

- Ne doğarsan aşına o gelir kaşığına.
- Armut dibine düşermiş
- Çocuk düşse kalka büyür.
- Çocuktan al haberi.
- Çocuk ile yoğurt yiyen elbette ağzına yüzüne bulaştırır.
- Çok çocuk anayı şaşkın, babayı düşkün eder.
- Keçi nereye çıkarsa oğlağı da oraya çıkar.
- Bütün dünyada bir tek güzel çocuk vardır. Bütün anneler de ona sahiptir.

Sizler de çocukları sınav olarak görüyor musunuz? Dünyada. Düşünsenize sınav gibi bakarsak, nasıl koşulsuz severiz? Kendilerini de seviliyor gibi hissetmezler.

Hiç haberleri yokken ailemize katılmalarını biz istedik, kendimiz davet ettik. Şimdi sınav mı diyeceğiz?

Çevresel etkenler var , bizi dolduruşa getiren kesimler var, geçmiş travmalarımız var... Sizi bunaltan bunlar, ve fark edip, onları bir bir onarmamız lazım. Çocuklar bunlardan habersiz masum, sıfır kilometre geliyorlar dünyaya. Çünkü çocukları biz istediğimiz için dünyaya getirdik.

Hiçbir çocuk imtihan değildir.

Şefkat ve sevgi odaklı, tarafsız bakınca sabrınızı çocuğunuzun zorlamadığını fark edeceksiniz. Onların tek istediği bir çiçek gibi sevgi ile beslenmek. Sizler aslında bir bahçivansınız mis kokulu güller yetiştiren ya da orayı çorak hale getiren sizlersiniz. ( Bazen unutuyoruz doldurmak istediğimiz bardağı itfaiye hortumuyla doldurmaya çalışıyoruz. Bastıkça geri atıyor)

**Bir çocuk için annesi ve babası dünyayı temsil eder.** Çocuk, annesi ve babası nasıl davranıyorsa, dünyadaki herkesin de aynı şekilde davranacağını düşünür.

Yani çocuğun dünyaya ve kendisine ilişkin algısı, anne-babasının ona olan davranışlarına göre şekillenir.

Anne-babanın çocuğa olan davranışlarıyla çocuğun benlik algısını ve benlik saygısı oluşmaya başlıyor. Çocuk “ben değerliyim” ya da “ben değersizim” hissederek bu algıyı oluşturur.

Ya “ben çok değersizim” veya “ben o kadar değerliyim ki başka hiçbir şey ya da hiç kimse bundan daha değerli olamaz” gibi algılar...

### **Ebeveynler çocuklarına verdikleri değerleri nasıl ifade ederler?**

Maddi ya da manevi değer karşılığı nedir? Çocuklarımıza değer verdiğimiz onlara hediyeler alıp, onları gezdirerek veya her istediklerini yaparak mı ifade ederiz? Yoksa onlara dokunarak, öperek koklayarak mı? Ya da onunla zaman geçirerek mi? Tabii ki hepsinden var. Ama belirleyici olan bunun aralığı. Klinik olarak kan tahlili örneğinde olduğu gibi. Ona verdiğimiz değeri sözcüklerimizle mi yoksa davranışlarımızla mı gösteririz.

Ona verdiğimiz değeri vücut dilimizle nasıl ifade ederiz?

Ona verdiğimiz değer karşılığı ödül ve cezalar mıdır yoksa?

Peki o bizim ona verdiğimiz değeri nasıl anlar ve yorumlar. Biz gerçekte vermek istediğimiz mesajı ona doğru iletebilir miyiz? Bu soruların her biri ayrı ayrı o kadar önemli ki...

Bütün bunlar ve çocuğumuzla bu şekilde kurduğumuz ilişkiler aslında bizim ebeveyn olma stilimizi yansıtıyor. Ebeveynlik becerilerinin bir kısmı genetik olmakla birlikte bir kısmı da toplumsal değerler, ihtiyaçlar ve ebeveynlerin kişilik özellikleri ile şekillenir. Ebeveynlerin inanç sistemi de ebeveynlik davranışlarını şekillendirerek çocuğun davranışsal ve duygusal gelişimini etkilemekte, bunun yanı sıra çocuğun inanç sistemini de oluşturmaktadır.

Kitaplarda yazan veya uzmanlardan duyduğum tüm önerileri uyguluyorum ama maalesef Bizimkine ne yapsam işlemiyor.” Her çocuk bir değil ki! “Çünkü çocuğunuz o kitapta yazan çocuk değil. Siz de oradaki ebeveyn değilsiniz...

Dolayısıyla her çocuk için genel geçer doğru kabul edilen öneriler, sizin ailenizde etkili olmayabilir” Neyse ki, çocuğunuz dünyadaki ilk çocuk değil ve son çocuk da olmayacak. Bilim dünyası hızla kritik sorunlara uygulanabilir çözümler üretiyor. Mutlu bir çocukluk herkesin hakkı ve isteği. Büyük soru şu? Peki, ama nasıl? “Çocuğuma mutlu bir çocukluk yaşatabilecek miyim?” “Çocuğuma mutlu, başarılı ve güvenli bir gelecek inşa edebilecek miyim?”

Mutlu çocuklar üzerine odaklanmak çok önemli, çünkü çocuklar hızla mutsuzlaşıyor. Araştırmalara göre, çocukların üçte biri mutsuz. İradeleri, istekleri ve dikkatleri görülmedik derecede kırılabilir, zayıf ve dağınık. Güzel haber şu ki, mutlu çocuk olmak öğrenilebiliyor.

### **Gelişim odaklı aileler, çocukla nasıl ilişki kurar? Anne babalık stiliniz nasıl? Bağlı olan ama bağımlı olmayan çocuk nasıl yetişir?**

Hem mutlu hem başarılı olmanın yolu nedir? Düşünen ve sorgulayan çocuklar yetiştiren ailelerin ortak yönleri nedir? Geç ortaya çıkan yetenekleri nasıl keşfetmeli? Beyni besleyen etkinlikler nelerdir?

Beyin bağı kurmak, çocuğun iç dünyasına demir atmaktır. Bir çocuğun karnını doyurmanın ötesine geçip, beyninin nasıl besleneceğini öğrenmemiz gerekiyor. Çocuğu birey yerine koymak o kadar önemli ki! Ben biricğim ve değerliyim. Yaşıma uygun sorumluluklarla ailem beni sürekli geliştiriyor. Duygusunu hissetmeli.

- “Ne için eğitim veriyorsunuz?” sorusuna çok az öğretmen,
- “Nasıl bir çocuk yetiştirmek istiyorsunuz?” sorusuna çok az aile, bilinçli yanıt verebiliyor.
- Çocuk yetiştirme felsefesi açık olmayınca, aileler bir çok hata yapıyor.

Nedir bu hatalar?

AŞIRI KORUYUCULUK

AŞIRI HOŞGÖRÜ

SINIR KOYAMAMAK

YÜKSEK BEKLENTİ

KIYASLAMAK

İYİ DİNLEYİCİ OLAMAMAK

FAZLA AÇIKLAMA YAPMAK

Sabırla sonuna kadar okuyabildiyseniz ne mutlu. Hem sizin için hem de benim için, bir sonraki yazımda bu hataları anlatmaya, farkındalık sağlamaya, uygulanabilir çözümler önermeye gayret edeceğim. Saygılarımla.

Levent Sandalcı

İtri Güzel Sanatlar Lisesi

Rehberlik/Psikolojik Danışma Servisi