



NÖ Kinder & Jugend Anwaltschaft

YETİŞTİRMEK

ama doğru şekilde

Yazar:

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Beate Falbesoner
Hastane Psikoloğu, Sağlık Psikoloğu, Yönetici

Burgenland Çocuklar ve Gençler Avukatlığının broşürünün uyarlanması

Alman dilinden çeviri: Übersetzungen [HOISS]

Versiyon: 01 / 2025

Yayınlayan:

Alt Avusturya Çocuklar & Gençler Avukatlığı

Tor zum Landhaus
Merdiven A, 3. Kat
Wienerstraße 54
3109 St. Pölten
02742 / 90811
www.kija-noe.at
post.kija@noel.gv.at

www.noe.gv.at/datenschutz

Tasarım:

Studio Ideenladen, Krems; Resimler: Adobe Stock

Baskı:

Aşağı Avusturya Eyalet Hükümeti Ofisi, Bina ve Mülk Yönetimi Dairesi, Resmi Matbaa Bürosu

ÇOCUKLARIN HAKLARI VAR**kija ŞARKISI**

Nereden olursan ol – nasıl ve kim
olursan ol! – sen bir insansın ve insan kalacaksın
Kalbin ne kadar büyük – küçük
olursan olsun – kalbin tek başına atmıyor
hayatının güzel olması umuduna sahipten haklısın
umudunu kaybetmiyorsan haklısın
yaşamak, sıcaklığı hissetmek bir yuva istiyorsan haklısın,
büyük fırsata sahip olma hakkına sahiptin – çünkü şiddete karşı
korunma hakkına sahiptin, boş zamana ve oynamaya hakkın var,
ne istediğini söyleme hakkın var! Eşitlik, eşit fırsat hakkın var,
sılaya yuvaya hakkın var, sağlıklı olma hakkın var
Önemli olduğunu ve hayatın eşsiz olduğunu unutma çünkü
şiddete karşı korunma hakkına sahiptin, boş zamana ve oynamaya hakkın var,
ne istediğini söyleme hakkın var! Eşitlik, eşit fırsat hakkın var,
sılaya yuvaya hakkın var,
sağlıklı olma hakkın var

Telif hakkı:

Beste, aranjman ve prodüksiyon Christoph Rabl ve Christoph Scheidl
Sözler: Christoph Rabl

Bir Traumfänger Christoph Rabl prodüksiyonu
Pedagojik Çocuk Müzik Tiyatrosu ve Alt Avusturya Çocuklar & Gençler Avukatlığı



İÇİNDEKİLER

1. Çocuğu dünyaya getirmek değil, onu yetiştirmek zordur	6
2. Ebeveynler, çocuklara sınırlar koymakta neden sıkça zorlanırlar.....	7
2.1 Ebeveynler çocukların ahababı olamazlar.....	7
2.2 Ebeveynler, çocuklarının sevgisini ve kendilerine düşkünlüklerini neredeyse kaybedemezler.....	10
2.3 Çocuğunuza kısıtlamalar getirirseniz, sizin diğer ebeveynlerden daha kötü veya "Kötü niyetli" olduğunuz anlamına gelmez.....	12
2.4 Doğal sezgiler ebeveynlerin sigortasıdır.....	13
2.5 Kendi yetiştirilme deneyimleriniz, güncel yetiştirme durumunda faydasızdır!	15
2.6 "Ebeveyn ağları" size güven verir ve yetiştirme konusundaki çaresizlik hissini azaltır	17
2.7 Çocuğunuzun bir arzusunun kabul etmediğinizde, bu durum çocuğunuzda psikolojik sorunlara yol açmaz.....	18
3. Ebeveynler, saygınlıklarını ve inanılırlıklarını nasıl oluşturabilir ve koruyabilirler.....	19
3.1 Soru sormak ve rica etmek yerine, çocuğunuza açık mesajlarda bulunun!	19
3.2 Koyduğunuz sınırların sebeplerini paylaşın, ama anlayış içinde aman dilemeyin!	21
3.3 Kendinizi, verdiğiniz talimatlarda ve koyduğunuz kuralarda ciddiye alın!	22
3.4 Çocuğunuzdan beklemediğiniz şeyleri değil, beklediğiniz şeyleri açıkça söyleyin!	23
3.5 Uyulan bir anlaşmayı hemen ödüllendirin	24
3.6 Bir sınırı uyulmadığında uygun bir önlem alın.....	25
3.7 Çocuklarınızın anlayış göstermelerini bekleyerek vakit kaybetmeyin!	26
4. Konu hakkında başka söylenebilecekler	28
5. Kaynaklar.....	30

1. ÇOCUĞU DÜNYAYA GETİRMEK DEĞİL, ONU YETİŞTİRMEK ZORDUR

Eskiden beri söylenegelen bu cümledeki doğruluk payı, özellikle de çocuğun dünyaya gelmesiyle başlayan yetiştirme işi (ki her zaman zevkli değildir) ile gün yüzüne çıkar.

Ebeveyn olarak çocuğunuzu hayal kırıklığına uğratmanız ve moralini bozmanız gerektiğinde, taviz vermesini istediğinizde, bir isteğini yerine getirmediğinizde, ona bir şeyi yasakladığınızda ve aynı zamanda buna rağmen ona karşı saygı ve değer vererek davranmanız gerektiğinde yetiştirme büyük bir meydan okumaya dönüşür.

Bunlar, gündelik yetiştirme yaşamında kimin daha dayanıklı olduğunun önem taşıdığı sayısız anlardır – ve ebeveynler de çocuklarının bir şeyi yaptırmak istediklerinde veya bir talebi yerine getirmek istemediklerinde çok dayanıklı olduklarından emin olabilirler.

Çocuklar, toplumsal yaşamın kurallarına uymaktan ziyade öncelikle kendi ihtiyaçları doğrultusunda hareket ederler. Onları yetiştirenlerin görevi dolayısıyla çocukların başka insanların da ihtiyaçlarının olduğunu ve hatta kendilerinden farklı ihtiyaçlarının olduğunu öğrenmeleri için kurallar ve sınırlar koymaktır.



Sınır, ölçüleri belirlenmiş bir serbest alandır. Bu alan içerisinde çocuk koruma altındadır ve kendini şekillendirir. Çocuklar bu sınırları aştıkları için ebeveyn olarak onlardan bu sınırları aşmamalarını daima talep etmek ve yaşlarına uygun olarak değiştirmek gerekir.

Uyku vakti konusunda üç yaşındaki bir çocukla, on yaşındaki bir çocuk arasında değişik davranılması gerektiği gibi, iki yaşındaki bir çocuktan beklenen düzen ile sekiz yaşındakinden beklenen düzen farklı bir şekilde ele alınmalıdır.

Bu sınırlar elbette ebeveyn ile çocuk arasında saygı ve sevgi çerçevesinde konulmalıdır. Sınır koymak ve kurallara uymalarını istemek; yetişkinlerin gelişi güzel bir güç gösterisine dönüşmemelidir ve zıvanadan çıkmalarını ve müdahalelerini “çocuklar ve gençler başka türlü anlamaz” diyerek haklı çıkarmamalıdır.

2. EBEVEYNLER, ÇOCUKLARA SINIRLAR KOYMAKTA NEDEN SIKÇA ZORLANIRLAR

Sınırları belirlemek ve koyulan sınırların aşılmasını sağlamak ebeveynler için oldukça güçtür. Çünkü:

- Çocuğa sınırlar koyan bir ebeveyn, çocuğun yakın bir arkadaşı gibi olamaz,
- Çocuğunuzun sevgisini ve güvenini kaybetme düşüncesi,
- Diğer ebeveynlere göre daha tutucu veya daha kötü olmayı istememek,
- Ebeveyn olarak çocuğunuzla yaşadığınız geçimsizlikleri atlatabileceğinizden emin olamamanız,
- Kendi çocukluğunuzdaki sahip olmadığınız özgürlüğü, çocuğunuza vermek istememeniz,
- Kendinizi çocuğun yetiştirilmesinde yalnız hissetmeniz,
- Çocuğunuzun isteklerini reddetmek istememeniz.

2.1 Ebeveynler çocukların ahababı olamazlar

Bu, ebeveynlerin çocuklarıyla birlikte keyifli vakit geçiremeyecekleri veya serbestçe sohbet edemeyecekleri, kızlarının hoşlandığı yeni biri hakkında veya oğullarının son çıkan bilgisayar oyunu hakkında anlatacaklarını dinlemeyecekleri, çocuklarıyla oynayarak boğuşmayacakları veya sinemada birlikte kıkırdamayacakları anlamına gelmez.

Ancak ahabaplık, yetiştirmenin başladığı yerde biter ve ahabaplar (en azından ebeveynlerin yetiştirmeleri gerektiği gibi olmasa da) birbirini yetiştirmezler. Bir ahabap ev ödevlerini kontrol etmez, dışarı çıkma zamanını belirlemez, odanın toplanmasını istemez, çocuğun kendisini iyi hissetmeyeceğini bildiği için üçüncü dondurmayı yasaklamaz, uyku saatlerini belirlemez, sınavlara çalışabilmesi için arkadaşlarını evlerine göndermez.

Bir şey istemek ya da yasaklamak, bir ebeveyn için zorunluluktur ve kendini bununla özdeşleştirebilmek çok önemlidir.

Anne veya baba olarak aşağıdakiler konusunda pozitif bir tutuma sahip olmanız gerekir:

- Doğru anlaşılabilir otorite.
- Yetiştirme görevine sahip olma gerçeği.
- Saygı talep etmenin doğal olması.
- Kendi görüşünüze sahip olma ve onun arkasında durma gerekliliği.
- Ebeveynler ile çocuk arasında bir hiyerarşi farkının bulunması gerçeği (Ebeveynlerin, kuralları koyma bağlamında hiyerarşide üstte bulunmaları).
- Anne veya baba olarak üstün olma gerçeği.

Otorite terimi haksız yere bir ihtimal olumsuz bir çağrışımında bulunabilir. Zira otorite bir ilişki kalitesidir. Bir kişinin itibarını, saygısını ve etkili şekilde olumlu etkilemesini tarif eder. Bu etkileme de başka kişilerin korunmaları için kullanılır. Ebeveynler, daha büyük deneyimlerinden ve sorumluluklarından dolayı çocuğa karşı bu etkilemede bulunma hakkına sahiptir.

Ahbab sendromundaki tehlike, ebeveynlerin çocuklara karşı sergiledikleri davranışlarında iki aşırı tutuma sahip olmalarıdır – ya tamamen serbestlik (bu, çocukların ve gençlerin gittikçe daha fazla özgürlük talep etmelerine ve kurallar gittikçe daha az uymalarına neden olur) veya bağırsımlar ve güç suistimali (çünkü ahbab olan ebeveynler dahi çocuğa sınırsız bir özgürlük tanıyamazlar).

Sizi sevindirebilenler:

- Eğer çocuğunuz, sizi muhafazakâr bir eski kafalı olarak tanımlıyorsa,
- Eğer çocuğunuz, “eski moda” giysiniz hakkında kafasını küçümseyerek sallıyorsa.
- En sevdiğiniz müziği dinlediğinizde, çocuğunuz kulaklarını kapatıyor ve korkunç bir müzik zevkiniz olduğunu söylüyorsa,
- 13 yaşındaki çocuğunuza saat 23.00'e kadar dışarıda bulunmasına izin vermediğiniz için size kendisinin mutlu olmasını istemediğiniz şekilde sitem ediyorsa.
- Çocuğunuzun bilgisayar karşısında yemek yemesine esneklik göstermeyip, yemek saatlerinde sofrada olmasını istiyorsanız ve çocuğunuz bundan şikayetçi oluyorsa,

- Çocuğunuzun en iyi arkadaşının okulu ekmesini iyi bulmuyorsanız ve çocuğunuz bundan dolayı sizi aşırı bir ahlakçı olarak tanımlıyorsa.
- Eve geç geldiğinden dolayı çocuğunuza bir sonraki Cumartesi günü dışarıya çıkmasına izin vermediğiniz için sizin dünyadan bihaber olduğunuzu düşünüyor.
- ve daha fazlası ...

Veliler böylelikle yetişkin, ebeveyn ve otorite rollerini kabul eder ve böylece “Ahbablıktan” uzaklaşıp çocuklarına sürtüşme vasıtasıyla yönelme imkânını sunarlar.

2.2 Ebeveynler, çocuklarının sevgisini ve kendilerine düşkünlüklerini neredeyse kaybedemezler

Ebeveynler, açık şekilde ancak değer göstererek koydukları sınırlardan dolayı çocuklarının sevgisini ve düşkünlüklerini kaybetmezler. Günümüzün çocukları öfkeli, hayal kırıklığına uğramış ve sözlü olarak agresiftir. Ancak bu, gerçek bir reddetme ile karıştırılmamalıdır. Çocuklar, konulan sınırlardan dolayı ebeveynlerinden nefret etmezler, onlar ifade şekillerinde henüz çok fevri ve düşüncesizdir (bu, bazı anne veya baba için de geçerlidir).

Konulan bir sınıra anında verilen tepki, buna rağmen ebeveynler için sıkça zor katlanılır bir hal alır.

"Senden nefret ediyorum!",
"Arkadaşlarımın anne babası sizden çok daha iyi!",
"Senden alabileceğim hiçbir şey olamaz!",
"Benim nasıl olduğumla zaten ilgilenmiyorsun!",
"Başkaları tarafından takdir edilmiyorsam, bunun suçlusu sensin!",
"Seninle bir daha asla konuşmayacağım!",
"Senin yüzünden hiçbir şeyden zevk alamıyorum!", vs.
gibi cümleler, çocuğun ebeveynlere karşı pek de dostça yaklaştığını göstermez.

Buradaki zorluk, bu cümlelerin gerçekte siz anne veya babaya karşı değil de çocuğun anlık öfkesini ifade ederek söylendiğini bilerek o an ile baş edebilmektir. Bu anda çocuğunuzun bire bir söylediklerini değil, kendisini ciddiye almaya devam etmeniz gerekir.



"Seni artık sevmiyorum - anlarında" düşünebilecekleriniz:

- Çocuğumun şu an söyledikleri benimle ilgili değil, sadece hayal kırıklığının dışı vurmasıdır.
- Böyle bir durumda tartışmaların oluşmasından kaçınmalıyım, çünkü herhangi bir getirisi olmayacaktır.
- Sürekli kendimi savunmamalıyım ve düşündüklerimi sürekli açıklama ihtiyacı duymamalıyım.
- Böyle bir durumda çocuğumdan anlayış bekleyemeyeceğimi bilmeliyim.
- Yetişkin olan benim. Sakin olmak zorunda olan benim, çocuğum değil.
- Bağırpıp çağırmak sadece durumu kötüleştirir.
- Sakin bir zamanda bu konu üzerinde tekrar konuşulabilir.

2.3 Çocuğunuza kısıtlamalar getirmeniz, sizin diğer ebeveynlerden daha kötü veya “Kötü niyetli” olduğunuz anlamına gelmez

Ebeveyn piyasasındaki rekabet oldukça büyüktür. Her ebeveynin kendilerine göre bakış açıları, daha değişik hoşgörü şekilleri, farklı uygulama ve kendi eğitime şekilleri vardır. Ve tabii olarak unutulmaması gereken, çocuğunuzun arkadaşlarına yaptığı ziyaretlerde karşılaştığı aileler, çocuğunuz misafir olduğu için daha özenli davranmaya dikkat ederler. Onlar sonuçta çocuğunuzu yetiştirme görevine sahip değildir.

Çocuğunuza gereğinden fazla cömert davranabilirler, ona kısa bir sürede olabildiğince ilgi gösterebilirler. “Ev sahibi ebeveynler” için daha nazik olmak bir sanat değildir. Siz de bazı çocuklar ve gençler için “Ev sahibi ebeveynlersiniz” ve siz de onlar için daha nazik olanlarsınız. Bu da durumu eşitler.

Ne yapmalı?

- Diğer ebeveynlerin ne kadar iyi oldukları konusunu hayretle karşılayın.
- Görüşünüzden sapmayın.
- Çocuğunuza onunla ilgilendiğinizi ve bu sınırları koyarken onun iyiliğini düşündüğünüzü gösterin.
- Çocuğunuz, arkadaşının ebeveynlerini övdüğünde karşılık vermeyin ve onların çocuğa karşı ilgisiz olduklarını veya kötü bir yetiştirme tarzına sahip olduklarını iddia etmeyin.
- Diğer ebeveynlerin koydukları sınırlardaki esneklikler sizi yanıltmasın, siz doğru öngördüğünüz şekilde koyduğunuz sınırlara sadık kalın.

2.4 Doğal sezgiler ebeveynlerin sigortasıdır.

Bilgi çağında yaşıyoruz ve bu zamanda yetiştirme üzerine yeterince kitap, internet makaleleri, seminerler ve çalıştaylar mevcuttur. Biz çocuklarımızı yetiştirirken kendi ayakları üzerinde durmalarını sağlamalı, güçlü bir kişiliğe kavuşmalarına ve kendilerini doğru bir şekilde ifade edebilmelerine yardımcı olmalı ve Hayır demeyi öğretebilmeliyiz. Bu durumlarda dahi yanlış anlaşılabilir.

Belirtilen, sınırların konulduğu bir yetiştirme tarzına zıt değildir. Çünkü çocuğun bağımsızlığı ve Hayır diyebilmesi, çocuğun korunması gerekli olduğu ve çocuğun bunu henüz küçük yaşından ve düşük deneyiminden dolayı fark edemediği ve doğru şekilde değerlendiremediği noktada biter.

İki yaşındaki çocuğun, priz deliklerine olan merakı, çocukların o yaştaki merakından kaynaklanır, ama ölümcül tehlike yaratabilecek bir meraktır. Böyle bir durumda ebeveynlerin çocuğun prizlere olan merakını derhal bastırmaları gerekir.

Akşam 21.00 da film izleyen çocuğunuzu yatmaya göndermek, çocuğun o anki keyfine aykırı olabilir, ama çocuğun sonraki gün yorgun olmaması için de önemlidir. Ebeveynler zaten çocuklarının hallerinden ne zaman yorgun olduklarını, numara yapsalar bile tahmin edebilirler.

13 yaşındaki bir çocuğun saat 22.00’de evde olmak zorunda olması, çocuğunuzun gece hayatına olan ilgisi, yeni tecrübeler ve yaşlılarıyla daha fazla vakit geçirmesine engelmiş gibi algılanabilir. Ama bu sınırlama yaşına uygun olmayan durumlarla karşılaşmasını engeller. Çünkü bu zorluklar için çocuğun daha fazla olgunlaşması gerekmektedir (örn. bir erkeğin göğse dokunma teşebbüsüne karşı kendini müdafaa edebilmek, kavgalarla doğru şekilde baş edebilmek, uyuşturucu maddeleri reddetme cesaretini gösterebilmek, illa da “içki içmeye katılmaya” mecbur kalmamak vs.) Ebeveynler, gece hayatının 13 yaşındaki bir çocuk için çok sayıda tehlikeyi barındırdığını hissederler.

Çocuğun veya gencin bu üç örnekte özgürlüğün kısıtlanması, sıkıcı ve hayal kırıklığı olarak yaşadığı, çocuğun korunmasını sağlamak için ebeveynler açısından gereklidir. Ebeveynler bu durumda çocuklarından gerçek bir anlayışı bekleyemezler. Ebeveynler buna dayanmalıdır!

Yetiştirme konusunda bilgi edinmek ve diğer ebeveynler ile görüşmek, aile arası sohbetler için elbette önemli ve ilgi çeken bir tartışma temelidir (özellikle de sınır koyma konusunda).

Ancak tüm bilgilere rağmen, doğal ebeveyn sezgilerinizi ve çocuk için nelerin iyi olduğu konusunda iyi bir kılavuz olan içgüdüünüzü dinlemeniz önemlidir.

Ne yapabilirsiniz?

- Yetiştirme durumunda içinizden gelen sese kulak verin!
- “İçgüdüünüzü” partneriniz veya arkadaşlarla tartışın!
- Ebeveyn sezgilerinizi yetiştirme kitaplarından, konuşmalardan, diğer ebeveynlerle yaptığınız görüşmelerden öğrendikleriniz ile kıyaslayın!
- “İçgüdüünüz” size çok gevşek olarak koyduğunuz bir sınırdaki huzursuzluk veriyorsa ona güvenin.

2.5 Kendi yetiştirilme deneyimleriniz, güncel yetiştirme durumunda faydasızdır!

Çocukluğunuzda ailenizin size koyduğu sınırlar ve kuralları, kendi çocuğunuza koyduğunuz sınır ve kurallarla karıştırmayın! “Eski sorunlara” dayanan bir yetiştirme, çocuğunuzun gerçek ihtiyacını karşılamaz.

14 yaşındayken saat 20.00’de evde olmanız gerektiği için kendi ebeveynlerinizin yetiştirme tarzına başkaldırma amacıyla kendi çocuğunuza sabah saat 02.00’ye kadar dışarıda bulunmasına izin vermeniz gerekli değildir.

Sadece ebeveynlerinizin sözünü şartsız kuralsız dinlemek zorunda kaldığınız için çocuğunuzla “ortaklaşa bir ahabplığa” sahip olmanız gerekli değildir.

Sadece zamanında sınırsız özgürlüğe sahip olduğunuz ve böylece hangi tehlikelerle karşı karşıya kaldığınızı bildiğiniz için çocuğunuzun tamamiyle özgürlüğe sahip olmadan büyümesini sağlamanız gerekli değildir.

Hangi nedenlerle sınırları koyduğunuzu daima sorgulamanız gerekir.

“Ben yaşayamadım, çocuğum yaşasın” veya “Bu zaten hep böyleydi” veya “Çevrem benim ne kadar iyi bir anne, ne kadar iyi bir baba olduğumu görsün”, “Diğer ebeveynler de o kadar sert değil” – tüm bu nedenler, bireysel sınır koyma durumundan uzaklaşır.

Kendinizi daha iyi nasıl tanıyabilirsiniz?

- Ebeveynlerinizin yetiştirme tarzını ve onun size etkisini derinden inceleyin!
- Kendi yetiştirilme durumunuzun ortaya koyduklarını ve onların bir ihtimal kendi çocuklarınızın yetiştirilmelerinde nasıl iz bırakıp bırakmadığını gözden geçirin (Örn: “Çocukken hiçbir şey yapmama izin verilmezdi, çocuğum daha özgür yetişmeli.” Bu durumda konu çocuğunuzun ihtiyacı değildir, sizin zamanında yaşadıklarınız kısıtlamaları telafi etme isteğinizdir).
- Eğer ebeveynlerinizle “açık kalmış bir hesabınız” varsa, bunu uygun bir dille ve saygıyla yapmanız gerekir – ama elbette ebeveynlerinizle, çocuğunuzla değil.



2.6 “Ebeveyn ağları” size güven verir ve yetiştirme konusundaki çaresizlik hissini azaltır

Her yeni gün sizin için yeni bir karar alma ve dayanıklılık gündür – ne zaman kalkılacağı, arkadaşına gidip gidemeyeceği, ev ödevinin ne zaman yapılacağı, bilgisayarın açılıp açılmayacağı, kardeşler arasındaki tartışmaya ne zaman müdahale edileceği, tartışmada nezaket şekillerinin korunacağı, arkadaşında konaklayabileceği, yemek masasında televizyon izleyebileceği veya televizyon karşısında yiyebileceği, saat kaçta evde olunacağı.

Farklı yetiştirme evrelerinde ebeveynlerin yorgun ve bitkin hale geldikleri, artık dayanamayacağım, bayılacağım veya bunu artık yapmak istemiyorum hissini yaşadığı, sakinliği dört gözle aradığınız, verdiğiniz kararın doğru olup olmadığı endişesini yaşamamız ve artık pes ettiğiniz çok normaldir.

Diğer ebeveynlerle aranızdaki düzenli ve yoğun iletişim, size rahatlık sağlayacaktır.

- Çocuğunuzun arkadaşlarının ebeveynleriyle telefon numaralarınızı karşılıklı olarak paylaşın!
- Birbirinizi tanımanız için diğer ebeveynleri misafirliğe davet edin veya siz onları ziyaret edin!
- Çocuklar hakkındaki belirli kuralları hakkında tartışmaktan çekinmeyin!
- Çocuğunuzun, arkadaşlarına izin verilenler konusunda bildirdiklerinin gerçekte doğru olup olmadığını öğrenin.
- Çocuğunuzla birlikte onun arkadaşlarının ebeveynlerini ziyaret ettiğinizde çocuğunuzun “uslu” durup durmadığı konusunda hep gergin olmayın. Çocuğunuz, diğer çocuğın elinden bir şeyi aldığı, kavga ettiği, sesini yükselttiği için kendinizi huzursuz hissettiğinizde bunu açıkça dile getirin. Diğer yetişkinlerin de sınırlar koyabileceklerine güvenin ve onların da (sizin için uygun görünüyorsa) çocuğunuzun ikaz edebileceklerini kabul ettiğinizi belirtin.

2.7 Çocuğunuzun bir arzusunu kabul etmediğinizde, bu durum çocuğunuzda psikolojik sorunlara yol açmaz.

Çocuklar, moral bozukluğu toleransı oluşturma imkânına sahip olmalıdır. Bu, hayattaki başarısızlıklara ve hayal kırıklıklarına rağmen umutlu kalmak ve uygunsuz ve abartılı saldırganlığa veya depresif bir ruh haline kapılmamak için bir şarttır. Henüz küçük yaşta moral bozukluğu hayatın bir parçasıdır – yerine getirilmeyen renkli top arzusu, en iyi arkadaşın başka bir arkadaşına yönelmesi, çalışılan derse rağmen İngilizcede alınan zayıf not, heyecanla beklenen çıraklık yerinin başkasına verilmesi, hoşlandığınız kişinin başka birisini sevmesinin yol açtığı moral bozukluğu vs.

Küçüklükten itibaren bazı isteklerin gerçekleşmesi ve bazılarının gerçekleşmemesi durumlarıyla karşıya kalınır. Bu tür hayal kırıklıklarına karşı ebeveyn olarak çocukları iyi hazırlamalı ve her isteğin ve arzunun yerine getirilemeyeceğini göstermelidir. Çocuklar ancak bu şekilde gerçeği doğru şekilde değerlendirebilir, ihtiyaçlarını ertelemeyi öğrenebilir ve her şeye kadir kurgusunu oluşturamazlar.

Ebeveyn olarak moral bozukluğu toleransını oluşturmaya nasıl katkıda bulunabilirsiniz?

- Koyduğunuz sınırlarda taviz vermeyin!
- Çocuğunuzun tüketim davranışına sınırlama getirin!
- Çocuğunuzun bir isteği varsa, ona kendi başına para biriktirme alışkanlığı kazanmasına yardımcı olun!
- Yerine getirilmemiş bir anlaşma karşısında koyduğunuz sınırı “bir daha kesinlikle böyle bir şey olmayacak” veya “bir dahaki sefere sözünü dinleyeceğim” veya “bana bir şans daha ver” gibi cümlelerden dolayı değiştirmeyin. İstisnalar kaideyi bozmaz, aksine kural olma yoluna giderler.
- Çocuğun tavırlı bakışına, gözyaşlarına veya kırıci kelimelerine karşı dik durun!

3. EBEVEYNLER, SAYGINLIKLARINI VE İNANILIRLIKLARINI NASIL OLUŞTURABİLİR VE KORUYABİLİRLER

3.1 Soru sormak ve rica etmek yerine, çocuğunuza açık mesajlarda bulunun!

Ebeveyn olarak, çocuğunuzdan belirli davranışlarda bulunmasını istiyorsanız, bunu çocuğunuza açık ve net olarak söylemeniz gerekir!

Eğer çocuğunuzun görevini yerine getirdikten sonra oyun oynamasını istiyorsanız, bunu ona açık bir şekilde ifade edin! Eğer en sevdiği televizyon programından sonra televizyonu kapatmasını istiyorsanız bunu kafa karıştırmadan kesin bir şekilde ifade edin!

Açık mesajlara örnekler:

- “Önce ev ödevini bitirmen önemli. Sonrasında oynayabilirsin!”
- “En sevdiğin programı izledikten sonra televizyonu kapatmalısın ve bu konuda kesinlikle tartışma istiyorum!”
- “Saat 20.00’de evde olmanı istiyorum ve sana güvenebilmem çok önemli!”



Belirsizlikler, aşağıdaki ifadelerden oluşur:

• “Oyun oynamaya gitmeden önce ev ödevlerini yapman gerekmiyor muydu?” Ebeveyn olarak böyle bir soru sordüğümüzde alacağımız muhtemel cevaplar şöyledir. “Hayır, ev ödevlerimi akşam yapacağım, şimdi arkadaşşıma gideceğim.” Eğer soruyu gerçekten soru olarak soruyorsak “hayır cevabı” bizi kızdırmamalı.

“Bir saat televizyon izlemek, sence yeterli değil mi?” Kendi keyfine göre yaşayan bir çocuğa bu şekilde bir soru sorulursa, cevabı da bu şekilde olacağı sadece hayaldir. “Sevgili anne ve babacığım, o kadar haklısınız ki, televizyon izleme oranını azaltacağım.”

• “Senden çok rica ediyorum lütfen uslu bir çocuk gibi saat 20.00’de evde ol!” Tabii çocuğun vereceği cevap da yaklaşık böyle olacaktır: “Bakarız, ne zaman geleceğimi tam olarak bilmiyorum.”

Ebeveynlerin isteklerini soru şeklinde iletmeleri veya koyduğu sınırların uygulanmasını rica etmeleri manasızdır. Çocuk ve gençler sadece tam olarak açık ve net olarak ortaya konulan mesajları anlayabilir. Ama bu mesajları verirken, çocuğunuza karşı saygı ve sevgi çerçevesinde yapmayı unutmamak gerekir.



3.2 Koyduğunuz sınırların sebeplerini paylaşın, ama anlayış içinde aman dilemeyin!

Çocukların ve gençlerin belli durumlarda yetişkinlerden farklı hedefleri ve ayrıca farklı ihtiyaçları vardır. Algılamaları dolayısıyla farklıdır. Çocuğa kendi görüşünüzü beğendirmek neredeyse mümkün değildir.

Çocuk, üzerinde “Pamuk Prenses’in” bir resmi olduğu için yedinci topu istiyorsa ve altı topun yeterli olduğunu düşünüyorsanız, çocuk bunu anlayamaz çünkü “Pamuk Prenses’li” bir topu hâlâ eksik olur.

Çocuk, üzerinde “Pamuk Prenses’in” bir resmi olduğu için yedinci topu istiyorsa ve altı topun yeterli olduğunu düşünüyorsanız, çocuk bunu anlayamaz çünkü “Pamuk Prenses’li” bir topu hâlâ eksik olur.

14 yaşındaki oğlunuz, Gençlik Kanunu uyarınca buna izni olduğu ve gerçek eğlencenin ancak gece yarısından sonra başladığı için size saat 1.00’e kadar dışarıda kalmak istediğini belirtebilir.

NÖ Gençlik Kanununda, gezme saatleri konusunda son kararı ebeveynlerin verdiğiine ilişkin bir ekin bulunduğunu ve ebeveyn olarak gece hayatının kızınız / oğlunuz için zararlı olduğunu düşünmenizi neredeyse anlamak istemez. Bu, onun bir genç olarak sahip olduğu “dışarıya çıkma dürtüsüne” aykırı olduğunu düşünür.

3.3 Kendinizi, verdiğiniz talimatlarda ve koyduğunuz kuralarda ciddiye alın!

Koyulan kurallar ve talimatlar bazen ebeveynler tarafından yarım gönüllü olarak uygulanmaktadır.

Örneğin: Çamaşırları asmaya giderken, çocuğunuzun odasından geçtiğinizde onun internet başında hâlâ oyun oynadığını görüyorsunuz ve ona yürümeye devam ederek hemen kapatmasını söylüyorsunuz. Siz de tahmin edersiniz ki, böyle bir durumda çocuğunuz o oyunu kapatmayacaktır.

İhtimaldir ki, çocuk oyuna daldığı için o anda sizi dinlememiştir veya çocuk sizin yarım gönüllü bir şekilde bunu söylediğinizi hissetmiş ve ciddi olarak söylemediğinizi düşünmüş olabilir. Veya bilgisayarı kapatmayı geciktirerek sizin söylediklerinizi ciddi olarak tekrar söylemenizi de beklemiş olabilir.

Dolayısıyla çocuğunuzla göz teması kurmanız ve söylediklerinizi yapmasını beklemeniz de önemlidir.

Dikkatinizi çektiğinden emin olmak için çocuğun yüzüne bakmanız, göz hizasında bulunmanız, ona icabında dokunmanız ve emin bir ses tonu ile konuşmanız önemlidir. “Geçerken” konulan sınırlar ve verilen talimatlar, baştan başarısızlığa uğrar ve sonuçta sinirlerinize dokunur.

3.4 Çocuğunuzdan beklemediğiniz şeyleri değil, beklediğiniz şeyleri açıkça söyleyin!

Ebeveynler genel olarak çocuğa ne yapılması gerektiğini söylemekten ziyade, ne yapılmaması gerektiğini söylerler. Buna ilişkin birkaç örnek:

Eğer çocuklarınızın kavga etmemesini sağlamak istiyorsanız; “Kavga etmeyin ve gürültüyü kesin!” demek yerine “İkiniz ayrı-ayrılı ve bu sorunu nasıl çözebileceğinizi düşünün!” demek daha faydalı olacaktır.

Eğer çocuğunuzun yemeğini sessiz ve düzenli bir şekilde yemesini istiyorsanız; “Oyalanmadan yemeğini bitir ve etrafını kirlletme!” demek yerine “Sakin bir şekilde otur ve yemeğini ellerinle değil kaşıkla!” demek gerekir.

Eğer çocuğunuzun akşam tam saatinde evde olmasını istiyorsanız; “Yine eve geç gelip beni hayal kırıklığına uğratma!” demek yerine “Saat 20.00’de evde olmanı bekliyorum ve sana güveniyorum!” demek daha iyidir.

Çocuğunuz, ilkinde kendinden bekleneni tamamıyla anlar. Çocuk, olumlu şekilde ifade edilen davranış talimatlarını, olumsuz ifade edilenlerden daha iyi anlayabilir, daha iyi aklında tutabilir ve onlara daha iyi uyabilir.

ÇOCUKLARIN AÇIKLIĞA İHTİYAÇLARI VARDIR

3.5 Uyulan bir anlaşmayı hemen ödüllendirin

Doğrudan verilen bir ödül, arzu edilen davranışı güçlendirir. Çocuğunuz, üzerinde anlaşmaya varılan saatte eve geldiğinde, anında iyi niyetli bir tepki vermek ve bu tür güvenilirlikte çocuğunuzun dışarı çıkma arzularına kulak vereceğinizi belirtmek önemlidir.

Çocuğunuz, çalışma masasını topladığında, takdirinizi doğrudan örn. "Bunu harika yaptın" diyerek göstermelisiniz. Ebeveyn olarak "Çocuklar için yaptıklarımın dolayı beni kim takdir edecek? Belli şeyleri yapmak doğaldır." diye düşünebilirsiniz.

Bu doğru olabilir ve takdir edilmek ebeveynler de iyi gelir. Ancak çocuklar açısından doğrudan, ciddi ve gerçek bir takdirin arzu edilen davranışı güçlendirdiği, sağlamlaştırdığı, koruduğu ve dolayısıyla yetiştirme görevini büyük oranda kolaylaştırdığı da bir gerçektir.

Ödül olarak para hediye etmenizi tavsiye etmeyiz. Ortak aktiviteler, okşamalar, sevgi dolu, takdir edici sözler, en sevdiği yemeği pişirmek çok daha mantıklı ve çocuklar için uygundur.



3.6 Bir sınıra uyulmadığında uygun bir önlem alın

Uyulmayan bir kuralın veya anlaşmanın neticesi, mutlaka vesileye uygun olmalıdır.

Çocuğunuz uyku saatine dikkat etmiyorsa, buna karşılık olarak kayak kursuna gitmesine izin vermemektense, ertesi gün yarım saat daha erken yatağa gitmesini sağlayabilirsiniz.

Eğer arkadaşında sizin izin verdiğiniz zamandan fazla kalmışsa, buna karşılık olarak bir hafta boyunca arkadaşına gitmesine izin vermemek yerine, sonraki gün hiçbir yere çıkmasına izin vermemek daha uygun.

Eğer çocuğunuz akşam yemeğini yemiyorsa, bir sonraki gün hiçbir şey yemesine izin vermemeniz mantıksız olur. Ancak o akşam daha sonra yiyecek başka bir şeyin olmayacağını ve şekerlemelere de izin verilmeyeceğini belirtmek uygun olur.

Özellikle işe yaramayanlar da tamamıyla gerçek dışı olan tehditlerdir, örn: "Bunu yapmazsan giderim ve bir daha asla dönmem", veya "... o zaman ben de artık senin için hiçbir şey yapmayacağım", vs.

Uygun olmayan neticeler, çocukta ya büyük oranda haksızlığa uğradığı hissini doğurur, ki bu da doğrudur ve agresif olmasına neden olup devamında yapıcı ve çözüme odaklı bir hareket şekline engel olur ya da çocuk korkar ve bir ihtimal korkusundan dolayı gelecekte kurallara uyar ancak kontrol organının ortadan kalkmasıyla veya azalan kontrol imkânında aşırıya kaçan ve kurlsuz bir davranış sergilemeye başlar. Bu, ergenlik çağında meydana gelebilir zira ebeveynlerin kontrol imkânları bu dönemde azalır.

3.7 Çocuklarınızın anlayış göstermelerini bekleyerek vakit kaybetmeyin!

Tabii ki, koyulan kural, düzen ve sınırlamanın sebepleri açıklanmalıdır. Ebeveynlerin, üstünlüklerinden dolayı kuralları keyiflerine göre koymaları ve yetiştirme görevlerinin ağırlıklı olarak ruh hallerine ve keyiflerine bağlı olması doğru değildir. Kısa, mantıklı ve özlü açıklamalarla bu kuralların sebeplerini açıklamak yeterli olacaktır.

Eğer çocuğunuzun bu kuralları kabul etmesini ve anlayışla karşılamaya çalışmasını istiyorsanız hataya düşüyorsunuzdur. Çünkü ebeveyn olarak bu kurallar hakkında yapacağınız tartışmalar, konuya olan hâkimiyetinizi zayıflatacaktır.

Yatma zamanının gelip gelmediğini tartıştığınız süre çocuk henüz uyumaz. Çocuğunuzun arkadaşına yatıya gidip gidemeyeceğini tartıştığınız süre olumsuz bir karar vermemiş olursunuz vs.

Dolayısıyla aşağıdaki prensip geçerlidir:

Gerekçelendirmek önemlidir.
Anlayış, esas itibariyle beklenemez!

Çocukla tartışmak da önemlidir ancak açık talimatlar vermek istediğiniz durumlarda bu geçerli değildir.



4. KONU HAKKINDA BAŞKA SÖYLENİLECEKLER ...

Çocuğunuza kızgınsanız (ki bu ara sıra olur), her türlü aralıksız konuşmanızı durdurun, bu durumdan uzaklaşın, derin nefes alıp vererek tekrar sakinleşin ve konuyu ancak tamamıyla sakinleştikten sonra tekrar ele alın.

100'ün üstünde bir nabızda sadece duygusallıktan sorumlu olan beynin merkezini açık kaldığını ve onun da "Akıl merkezini" bastırıldığını bilin. Neticesi hakaretler, iddialar, tek taraflı vaazlar, genelleştirmeler, aşırı derecede abartmalar ve anlamsız tehditlerdir. Böyle bir durumda çözüme odaklı bir sohbetin gerçekleşmesi %100 mümkün değildir.

Çocuğunuzun kişiliği yerine olayı eleştirin. Hiçbir insanın kişi olarak aşağılanmaya ihtiyacı yoktur (bu, çocuklar ve yorucu gençler için de geçerlidir).

Eşinizle birlikte sınırlama konusunda hemfikir olmaya çalışın veya sınırlama konusunda sizin sorumlu olacağınız alanları ve eşinizin sorumlu olacağı alanları belirleyin. Bu durumda elbette eşinize karışmayın.

Kendinize daima öz yeterliğinizi yaşama şansını tanıyın. Şu anda çocuğun davranışını etkileyemediğiniz gibi görünse de ebeveyn olarak kendi davranışınızı her zaman etkileyebilirsiniz. Çocuğunuzla örneğin çekişmeli bir tartışma durumunu yaşıyorsanız ve sonunda henüz bir çözüm bulamıyorsanız ancak bu esnada sakinliğinizi koruduysanız, o zaman kendinize takdir edici şekilde "Sakin kalmayı başardım" diyebilirsiniz. Bu, ebeveynin öz değerini güçlendirir ve onu çocuğun davranışına bağlamaz.

Ebeveyn olarak ayrıca vücut duruşunuza, mimiklerinize ve jestlerinize de dikkat edin. Çocuğunuz size bir dahaki sefere evde kesinlikle vaktinde olacağı sözünü veriyorsa küçümseyerek kaşınızı gözünüzü oynatmayın veya aşağılayıcı bir şekilde sınırlamayın. Ebeveyn olarak karşınızdakine saygı ve takdir çerçevesinde davranarak örnek olmalısınız. Ancak böylece çocuğunuzdan da bunu bekleyebilirsiniz.

Ebeveyn olarak bir tartışma sonrası uzlaşmayı önermek de sizin görevinizdir. Uzlaşma, yatıştırma jestleri ile karıştırılmamalıdır. Uzlaşma, bu konuda taviz vermeyeceğiniz ancak çocuğunuzla olan ilişkinizin sizin için önemli olduğunu vurgulamanız anlamına gelir. Yatıştırma jestleri sonuçta pes etme anlamına gelir. Örneğin kavgayı denkleştirmek için para vermek, bir sonraki konulan sınırdaki oldukça esnek davranmak vs.

Çocukların ve gençlerin, geçerliliklerini kontrol edebilmeleri için sınırları aşmaları gerektiğini bilmek önemlidir. Sınırları aşmak, öğrenenin hakkıdır. Aşımı fark edip düzeltmek de öğretmenin yükümlülüğüdür.

Çok yorgun, bitkin ve moralinizin bozuk olduğu bir günde sınırları koymayı ve kurallara uyumu talep etmeyi en aza indirmeniz gerekir. Böyle bir günde, konulan kurallara uyumu kati bir şekilde talep etmek için çoğunlukla yeterli gücünüz olmaz. Bunun neticesi de sıkça şu cümledir: "Aman, ne yaparsan yap!"

Bu konuda söylenecek saha çok şey var ancak sınır koyma konusunda okunabilecek çok şey de var (bakınız kaynaklar dizimi Sayfa 29).

5. KAYNAKLAR

Dreikurs, R., Soltz, V. (2008)
Kinder fordern uns heraus
Klett – Cotta Verlag

Gaschke, S. (2003)
Die Erziehungskatastrophe
Kinder brauchen starke Eltern
München: Heyne Verlag

Jesper, J., Krüger, K. (2008)
Nein aus Liebe. Klare Eltern – Starke Kinder
Kösel Verlag

Matthew, McK., Rometsch, M. (2002)
Wenn Eltern die Wut packt:
Alltägliche Stresssituationen
mit Kindern bewältigen
Deutscher Taschenbuch Verlag

Nitsch, C., Schelling, C. (2004)
Kindern Grenzen setzen – wann und wie?
Mit Liebe konsequent sein
Goldmann Verlag

Rogge, J. U. (2008)
Das neue
Kinder brauchen Grenzen
Rowohlt Verlag

Rogge, J. U. (2008)
Eltern setzen Grenzen
Rowohlt Verlag

Zeltner, E. (1996)
Mut zur Erziehung
Bern: Zytglogge Verlag

ALT AVUSTURYA ÇOCUKLAR & GENÇLER AVUKATLIĞI (NÖ kija)

Alt Avusturya eyaletinin talimat almayan ve bağımsız bir organıdır. NÖ kija, çocuklar ve gençler için bir ombudsmanlık noktasıdır. NÖ kija'nın yasal görevleri, diğerlerin yanı sıra aşağıdaki gibidir:

- Çocuklara, gençlere ve yetişkinlere genel, çocuk hukukuna ilişkin sorularda danışmanlık hizmeti, bilgilendirme ve yardım
- Çocuklar ve gençler için özellikle önem taşıyan bilgi etkinlikleri ve projeler düzenlemek
- Çocuklar ve gençler için daha iyi yaşam koşullarını oluşturmak için teşvikler
- Kanun bilirkışiliği

Soruların mı var...?
... senin için buradayız:

NÖ kija

anonim – güvenilir – ücretsiz!

Daha fazla bilgi / erişim için:

post.kija@noel.gv.at

www.kija-noe.at

02742/90811



NÖ Kinder & Jugend Anwaltschaft



NÖ Kinder & Jugend Anwaltschaft

Alt Avusturya Çocuklar & Gençler Avukatlığı

Tor zum Landhaus

Merdiven A, 3. Kat

Wienerstraße 54

3109 St. Pölten

02742 / 90811

www.kija-noe.at

www.noegv.at/datenschutz

