

ÇOCUKLARIMIZLA İLİŞKİLERİMİZ

Çocuklarımızın ilk öğrenme yaşantıları bilindiği gibi ailede gerçekleşir. Dolayısı ile çocuk-aile ilişkisinin çocuğun gelişiminde öncelikli bir önemi vardır.

Biz anne babaların, çocuklarımızla kurduğumuz ilişkiler, onların gelişimlerini (duygusal, sosyal, bilişsel gelişim alanlarında) olumlu ya da olumsuz yönde etkiler.

Çocuklarımız ile kuracağımız olumlu ilişkiler, onların özgüvenli, sorumluluksahibi, kendi kendine yeten, başarılı bireyler olmalarını sağlar. Anne- baba çocuk ilişkisini geliştirmek için;

- ▶ Çocuklarımızı anlamaya ve dinlemeye çalışalım.
 - ▶ Çocuklarımıza sevgimizi belli edelim.
 - ▶ Çocuklarımızı başka çocuklarla kıyaslamayalım.
 - ▶ Çocuklarımıza yönelik davranışlarımızda tutarlı olalım.
 - ▶ Çocuklarımızla onların mutlu olacağı, kendilerini ifade edebilecekleri, gelişimlerine katkısunabileceğimiz zamanlar ayıralım.
 - ▶ Çocuklarımızla işbirliğine gidelim.
 - ▶ Çocuklarımızın duygularını ifade etmelerine olanak sağlayalım.
- Çocuklarımızın fizyolojik (yeme, içme, nefes alma vb.) güvenlik (barınma, korunma vb.) ait olma ve sevgi (sosyal ihtiyaçlar, arkadaşlık, aile) değer ihtiyaçları (saygı, güven, başarı vb.) kendini gerçekleştirme (problem çözme becerileri, özgür olma vb.) gibi ihtiyaçları vardır.

Çocuklarımızın ihtiyaçlarının farkında olarak, içinde buldukları gelişim dönemi doğrultusunda ihtiyaçlarını karşılamak, olumlu ebeveyn davranışları sergilemek, onların hayatta birçok alanda başarılı olmalarını sağlar.

- ▶ Çocuğumuzun kendisine ait hakları, kişilik özellikleri, davranışları olduğunu unutmamalıyım.
 - ▶ Her çocuk farklı özelliklere sahiptir. Onları birbiri ile kıyaslamamalıyım.
 - ▶ Çocuklarımızın yaşamına ortak olarak onlarla iyi ilişkiler kuralım.
 - ▶ İlgi duydukları alanlarda destekleyelim, becerilerini geliştirmelerine fırsatlar sunalım.

ANNE BABA TUTUMLARI

Çocuklarımıza yönelik tutumlarımızı 4 temel başlıkta toplayabiliriz;

1.Baskıcı ve Otoriter Tutum: Anne-babaların çocuk üzerinde güç kullanılması, isteklerini çocuklarına zorla yaptırmasıdır. Güven duymamak, en bilinen konularda bile akıl vermek, bağırarak, tehdit etmek, uzun süre küsmek, ceza vermek, maddi ödüller aracılığıyla iş yaptırmak baskıcı ve otoriter tutum yöntemleridir. İsteklerimizi yaptıramadığımızda, çocuğumuzla güç savaşına girerek otoriter davranmış oluruz. Böyle bir yaklaşıma yöneldiğimizde tutumumuzu gözden geçirmeliyiz. Çocuğumuzun kişiliğine saygı duymalı, atacağımız olumlu adımlarla eleştirilerimizi daha yapıcı hale getirmeliyiz.

2. Aşırı Koruyucu Tutum: Çocuğun gereğinden fazla korunması, sürekli kontrol edilmesidir. Çocuk gerçekte kendi gereksinimlerini karşılayabilecek olmasına rağmen bütün ihtiyaçlarının anne-babası tarafından karşılanmasıdır. Aşırı koruyucu tavırlar çocuğa "güçsüz olduğu" mesajını verir. Çocuklarımızı koruduğumuz kadar gerektiğinde onların gelişmeleri, büyümeleri, ilerlemeleri için fırsatlarsunmalıyız.

3.İlgisiz ve Kayıtsız Tutum: Çocuğa ihtiyacı olan konularda destek vermeyen, ihmal eden aile tutumudur. Aile çocuğa kural koymaz, sınırları belirtmez. Çocuğuna zaman ayıramadığını söyleyerek ilgisiz ve vurdumduymaz davranır.

4.Demokratik Tutum: Kurallar aile içinde, aile bireylerinin fikirleri alınarak oluşturulur, gerekçeleri belirtilir ve tutarlı bir şekilde hayata geçirilir. Sonuçta çocuklarımız kendine güvenen, kendisi ile barışık, işbirliğine yatkın, haklarını koruyabilen, sorumluluk sahibi, sosyal becerileri güçlü, yaşamdan keyif alan,mutlu bireyler olarak yetişirler.

Anne-babalar olarak, çocuklarımızın ihtiyaçlarını göz önüne alan, duygu ve düşüncelerine önem veren demokratik anne-baba tutumuna sahip olmak isteriz. Ancak her davranışımızda tek bir tutuma uygun davranamayabiliriz.

Bazen çocuğumuz için kaygılanarak aşırı koruyucu, bazen de çocuğumuzun ihtiyaçlarını tam olarak anlayamayıp ilgisiz bir tutum sergileyebiliriz.



ÇOCUKLARIMIZI TANIYALIM

Çocuklarımızın doğumdan itibaren bireysel özelliklerini bilir ve takip ederiz. Büyüme / gelişme sürecinde, eğitim hayatında, sosyalleşmesinde, vb. farklı yaşam alanlarında da iyi tanıyarak, gerektiğinde yönlendirmeler yapmalıyız.

Çocuğumuzun sosyal paylaşım ağlarını kullanımı, onun günlük yaşam etkinliklerini yerine getirmesine engel oluyorsa, çocuğumuzla bu durumun olumsuzlukları hakkında konuşalım, eğer çözüme ulaşamıyorsa bir uzmandan destek almalıyız. Çocuklarımızı tanıdığımız ölçüde onlara destek olabiliriz

OKUL HAYATI : Çocuğumuzun dersine giren öğretmenleri ile akademik başarısını ve gelişimini belli aralıklarla değerlendirelim. Başarısını bir önceki durumu ile kıyaslayalım.

SOSYAL PAYLAŞIM AĞLARI : Hangi sosyal paylaşım ağlarını kullandığını, kimlerle nasıl bir iletişim içinde olduğunu, zamanını ne kadarını sosyal paylaşım ağlarında geçirdiğini, bunun hayatına etkilerini değerlendirelim.

SOSYAL ETKİNLİKLER : Katılmak istedikleri ve katıldıkları sosyal etkinlikleri değerlendirelim. Bu değerlendirmeler çocuklarımızın ilgileri, yetenekleri, becerileri, vb. hakkında bize ipuçları sağlar nerelere gittiklerini bilelim. Arkadaşlarının ailelerini tanıyalım, mümkünse birlikte vakit geçirelim

ARKADAŞ İLİŞKİLERİ : Kimlerle arkadaş olduklarını, onlarla neler yaptıklarını, nerelere gittiklerini bilelim. Arkadaşlarının ailelerini tanıyalım, mümkünse birlikte vakit geçirelim.

ANNE BABALARIN BEKLENTİLERİ

Biz anne ve babalar, çocuklarımıza daha iyi eğitim koşulları sunabilmek için birçok fedakârlıkta bulunuyor ve çaba harcıyoruz. Fedakârlıklarımız arttıkça da çocuklarımızdan beklentilerimiz artıyor bununla birlikte de çocuklarımızın sorumlulukları katlanıyor.

Beklenti düzeyimizi; düşük, gerçekçi ve yüksek olarak gruplandırabiliriz.

Anne babalar olarak, çocuklarımıza yönelik beklentilerimizin düşük olması, çocuklarımıza onlara güvenmediğimiz, başarılı olamayacakları, yetersiz oldukları mesajını verir. Çocuklarımızın ders çalışmaya yönelik motivasyonları ve okula karşı ilgileri azalır, dolayısıyla okul başarıları da düşer.

Çocuklarımız için oluşturmaya çalıştığımız planlar süreç içinde değişebilir, gelişebilir. Bu durumun böyle olması da oldukça normaldir. İnsan, zaman içinde gelişir, olgunlaşır ve değişir.

Çocuklarımıza yönelik beklentilerimizin yüksek olması iletişimimizi olumsuz etkiler. Çocuklarımızın mükemmel olmasını beklememiz, akranları ile kıyaslamamız, hata yaptığında yargılamamız, ders başarısını artırması için sürekli "ders çalışmasına" vurgu yapmamız, kendisini baskı altında, değersiz, başarısız, kendine güvensiz hissetmesine neden olabilir.

Çocuklarımıza yönelik beklentilerimizin düşük ve yüksek düzeyde olması anne-baba-çocuk ilişkisinin yara almasına sebep olabilir.

Sınav Ne Değildir?

- Sınav anne-babaların ya da çocuklarımızın değerini ölçmez. • Geleceğimizin tek belirleyicisi değildir.
- Çocuğumuzun başarı / başarısızlığı anne ve babaların başarı / başarısızlığı demek değildir.
- Sınavda başarılı olmak, mutlu olmamızın tek yolu değildir.

Sınav Nedir?

- Çocuklarımızın öğrenme yaşantılarını değerlendiren ve çocuklarımızın bir üst eğitim kurumuna yerleşmesini sağlayan bir araçtır.

ANNE VE BABALARIN SINAVLARA YÜKLEDİKLERİ ANLAMLAR

Çocuklarımızın eğitim yaşantısı ve sınavlara ilişkin, olumlu ve olumsuz pekçok düşüncemiz vardır.

- ▶ Benim sunabileceğim olanaklar sınırlı, kendini mutlaka kurtarması gerekiyor,
- ▶ Ben fabrikatör değilim”, “Ona bırakabileceğim evim, arabam yok ne yaparsa kendisi yapacak”
- ▶ Benim yapmak isteyip de yapamadıklarımı çocuğum yapmalı, “Ben doktor olamadım çocuğum olmalı”, “Ben okuyamadım, çocuğum okumalı”
- ▶ Arkadaşlarımızın, akrabalarımızın, komşularımızın çocukları istedikleri okulları kazandılar, benim çocuğum da kazanmalı, “Diğerlerinden ne eksigi var”
- ▶ Geleceği sınavda başarılı olmasına bağlı, “Bu sınavda başarılı olursa hayatı kurtulacak”, “Bizim yaşadıklarımızı yaşamasını istemiyoruz”, “Sınavda başarılı olursamutlu bir geleceğe sahip olur”
 - ▶ Çocuğumun benim hayallerimi değil de kendi hayallerini gerçekleştirmesini isterim
- ▶ Bizim zamanımızda imkânlar azdı, şimdi imkanlar çok fazla, “Başarısız olması kabul edilemez”
 - ▶ Bütün imkânlarımızı çocuğumuzun başarılı olması için kullandık, “Saçımızısüpürge ettik”, “Varımızı yoğumuzu harcadık”
- ▶ Çocuğumun başarısı benimbaşarımdemektir, “Başarısız olursa bunu nasıl açıklarız”, “El alemne der?”
 - ▶ Çocuğumunmutlu ve başarılı olacağı birmesleği olmasını isterim.
- ▶ Çocuğumuzun sınavdan düşük puan alması, dünyanın sonu değildir.
- ▶ İlgili yetenek ve becerileri doğrultusunda, okulun ilgili öğretmenlerinden de (rehber öğretmen, sınıf ve branş öğretmenleri) destek alarak doğru yönlendirmeler yapabilirsiniz.



ANNE & BABALARIN SINAV KAYGISI

Sınav kaygısı, bireyin sınavlarda duygusal ve fiziksel olarak yaşadığı yoğun gerginlik halidir. Öğrenciler farklı düzeylerde sınav kaygısı yaşarlar ve veliler de bu kaygıya ortak olurlar.

- ▶ Anne babaların, çocukların sınav sürecinde tamamen ilgisiz olmaları; çocuklarını ders çalışmaya yönlendirmeleri konusunda yetersiz kalmalarına ve gereken desteği sunamamalarına neden olabilir.
- ▶ Anne babaların, çocukların sınav sürecinde belirli bir düzeyde kaygı duymaları normaldir. Duyulan bu kaygı, çocuklarımıza destek olabilmemiz için gereklidir.
- ▶ Babaların yüksek düzeyde sınav kaygısı yaşamaları, çocuklarına yönelik yüksek beklenti duymalarına neden olur. Çocuğun var olan sınav kaygısına anne ve babanın sınav kaygısı da eklenince çocukların kaygı düzeyleri daha da artar ve bu durum çocuk ile anne-baba iletişiminin bozulmasına neden olabilir

SINAV ÖNCESİNDE ANNE-BABALAR NE YAPMALI?

- ▶ Önceliğin, çocuklarımızın fiziksel ihtiyaçlarını (hastalık, beslenme, uyku, vb.) karşılamak olduğunu unutmayalım.
- ▶ Çocuklarımızın ders çalışabilmeleri için uygun ortamlar hazırlayalım.
- ▶ Çocuklarımız için yaptıklarımızı sürekli hatırlatarak onların yüzüne vurmeyalım.
 - ▶ Çocuklarımıza farklı konularda sorumluluklar verelim.
- ▶ Çocuklarımızın ders çalışmaları konusunda gözlemci, gerektiğinde de destekçi olalım.
 - ▶ Sınavda sorumlu oldukları konuları/kazanımları takip edelim.
- ▶ Çocuklarımızın dinlenmelerine ve diğer etkinliklere (sinema, spor, tiyatro) zaman ayırmalarını destekleyelim.

SINAV SONRASINDA ANNE & BABALAR NE YAPMALI?

- ▶ Çocuğumuz zorlu bir süreçten üstesinden geldiği için onu kutlayalım.
- ▶ Çocuğumuz konuşmaya hazır olduğunda sınavın bir değerlendirmesini yapalım ve yeni planlar oluşturmasını destekleyelim.
- ▶ Çocuğumuza ne yapmak istediğini soralım ve imkânlarımız ölçüsünde ona rahatlayabileceği bir ortam sağlayalım.
- ▶ Çocuğumuz sınav ile ilgili konuşmaya istekli değilse sorularımızı daha sonraya bırakalım.
- ▶ Sınav süreci yorucu bir süreçtir, dolayısıyla dinlenmesini sağlayalım

Sevgili anneciğim, babacığım;

Bütün duygu ve düşüncelerimi dile getirebilseydim, size şunları söylemek isterdim. Sürekli bir büyüme ve değişme içindeyim. Sizin çocuğunuz olsam da sizden ayrı bir kişilik geliştiriyorum.

Beni tanımaya ve anlamaya çalışın

Deneme ile öğrenirim. Bana ayak uydurmakta güçlük çekebilirsiniz. Oyunda, arkadaşlıkta ve uğraşlarımda özgürlük tanıyın. Beni her yerde, her zaman koruyup kollamayın.

Davranışlarımdan sonuçlarını kendim görürsem daha iyi öğrenirim. Bırakın kendi işimi kendim göreyim. Büyüdüğümü başka nasıl anlarım?

Büyümeyi çok istiyorsam da ara sıra yaşımdan küçük davranmaktan kendimi alamıyorum. Bunu önemsemeyin. Ama siz beni şımartmayın. Hep çocuk kalmak isterim sonra. Her istediğimi elde edemeyeceğimi biliyorum. Ancak siz verdikçe almadan edemiyorum. Bana yerli yersiz söz de vermeyin. Sözünüzü tutamayınca sizlere güvenim azalıyor.

Bana kesin ve kararlı davranmaktan çekinmeyin. Yoldan saptığımı görünce beni sınırlayın.

Koyduğunuz kurallar ve yasakların hepsini beğendiğimi söyleyemem. Ancak, hiç kısıtlanmayınca ne yapacağımı şaşırıyorum. Tutarsız davrandığınızı görünce hem bocalıyor, hem de bundan yararlanmadan edemiyorum.

Öğütlerinizden çok davranışlarınızdan etkilendiğimi unutmayın. Beni eğitirken ara sıra yanlışlar yapabilirsiniz. Bunları çabuk unuturum. Ancak birbirinize saygı ve sevginizin azaldığını görmek beni yaralar ve sürekli tedirgin eder.

Çok konuşup çok bağırmayın. Yüksek sesle söylenenleri pek duymam. Yumuşak ve kesin sözler bende daha iyi iz bırakır.

"Ben senin yaşında iken..." diye başlayan söylevleri hep kulak ardına atarım.

Küçük yanlışlarımı büyük suçmuş gibi başıma kakmayın. Bana yanılma payı bırakın. Beni, korkutup sindirerek, suçluluk duygusu aşılıyarak uslandırmaya çalışmayın. Yaramazlıklarım için beni kötü çocukmuşum gibi yargılamayın. Yanlış davranışım üzerinde durup düzeltin. Ceza vermeden önce beni dinleyin. Suçumu aşmadığı sürece cezama katlanabilirim.

Beni dinleyin. Öğrenmeye en yakın olduğum anlar, soru sorduğum anlardır. Açıklamalarınız kısa ve özlü olsun. Beni yeteneklerimin üstünde işlere zorlamayın. Ama başarabileceğim işleri yapmamı bekleyin. Bana güvendiğinizi belli edin. Beni destekleyin; hiç değilse çabamı övün.

Beni başkalarıyla karşılaştırmayın; umutsuzluğa kapılıyorum.

Benden yaşımın üstünde olgunluk beklemeyin. Bütün kuralları birden öğretmeye kalkmayın; bana süre tanıyın. Yüzde yüz dürüst davranmadığımı görünce ürkmeyin. Beni köşeye sıkıştırmayın; yalana sığınmak zorunda kalırım. Sizi çok bunaltsam bile soğukkanlılığınızı yitirmeyin. Kızgınlığınızı haklı görebilirim, ama beni aşağılamayın. Hele başkalarının yanında onurumu kırmayın. Unutmayın ki ben de sizi yabancıların önünde güç durumlara düşürebilirim.

Bana haksızlık ettiğinizi anlayınca açıklamaktan çekinmeyin. Özür dileyişiniz size olan sevgimi azaltmaz; tersine, beni size daha çok yaklaştırır. Aslında ben sizleri olduğunuzdan daha iyi görüyorum. Bana kendinizi yanılmaz ve erişilmez göstermeye çabalamayın. Yanıldığınızı görünce üzüntüm büyük olur.

Biliyorum, ara sıra sizi üzüyor, belki de düş kırıklığına uğrattıyorum. Bana verdikleriniz yanında benden istediklerinizin çok olmadığını da biliyorum. Yukarıda sıraladığım isteklersize çok geldiyse birçoğundan vazgeçebilirim; yeter ki beni ben olarak seveceğinize olan inancım sarsılmasın

Benden "Örnek çocuk" olmamı istemezseniz, ben de sizden kusursuz ana-baba olmanızı beklemem. Sevecen ve anlayışlı olmanız bana yeter.

Sizin çocuğunuz olarak doğmak elimde değildi. Ama seçme hakkım olsaydı, sizden başka kimsenin çocuğu olmak istemezdim.

Sevgiler, Çocuğunuz...