

# ANA-BABA EL KİTABI

## ANA-BABA OLMANIN TEMEL İLKELERİ

Kimse kimseye yaşamayı öğretemez. Çocuğunuza hayatı hazır bir reçete olarak sunamazsınız.

Çocuğunuzun hayat yolunu çizemezsiniz, ona ancak kendi yolunu çizebileceği bir harita verebilirsiniz.

Çocuğunuzun yetiskinliğinde size göstereceği ilgi ve yakınlık, sizin kendi anne-babanıza gösterdiğinizden fazla olamaz. Buna mezarlık ziyaretleri de dahildir.

Sevginin büyükten küçüğe, saygının küçükten büyüğe yöneleceği doğru değildir. Büyüğün küçüğe göstereceği saygı, küçüğe saygılı olmayı öğretir.

Çocuğa saygı demek, onun bağımsız bir varlık olduğunu kabullenmek demektir.

Fazla sevginin çocuğunuza zarar vereceğini düşünmeyin.

Sevginin fazlası zarar vermez. Zararla olan yanlış sevgidir.

Çocuğunuza birçok şeyi şartlı olarak verebilirsiniz. Ancak sevginiz “şartlı” değil, “kayıtsız saatsiz” olmalıdır.

Çocuğunuz en çok, sevgiyi hak etmediğini düşündüğünüz sırada sevgiye ihtiyaç duyar.

Çocuklarınıza vereceğiniz en değerli hediye ilgi ve zamanınızdır.

Çocuğunuza canla hayvan (kedi, Balık, kus, köpek) alın. Bir canlıyla ilişki, onda sevgi ve sorumluluk duygularını sözlerle sağlanamayacak ölçüde geliştirir.

Ender durumlar dışında, anne-baba daima aynı tarafta olmalıdır. Böylece çocuk, anne-babanın zaaflarından yararlanmak gibi bir yola başvurmayı öğrenmez.

Hoşgörü, çocuğunuzu sizin istediğiniz gibi davranmaya iteklendirir.

Hoşgörü, karşımızdakini istediğimiz gibi olmaya zorlamak denil, kendi istediği gibi olmasına imkan vermektir.

Hoşgörü ile büyüyen çocuklar, sabırlı ve hoşgörülü olmayı öğrenirler.

Anne-baba olmanın en zor tarafı, bir şeyin nasıl doğru yapılacağını bildiği halde, yanlış yapılmasına sabır göstermektir.

Amaçlar, uğurlarında adım adım çaba harcanırsa ve düzenli olarak o yönde gayret gösterilirse gerçekleşir. Mutlu ve sağlıklı çocuklar yetiştirmek bilinçli bir zaman yatırımı gerektirir.

Çocuğunuza öğüt vereceğinize ona örnek olun.

“Kibarlık, vericilik ve dürüstlük” ancak yaşanarak öğrenilir. Örneğin, bir satıcının size fazla verdiği para üstünü mutlaka çocuğun önünde geri verin.

erkek çocukların babalarını, kız çocukların annelerini örnek aldıkları görüşü doğru sayılmayacak kadar “genel” bir görüştür. Çocuklar sıcak, yumuşak ve verici yetiskinleri kendilerine örnek alırlar.

Çocuğunuza değerlerinizi benimsetmek istiyorsanız, az kızın ve yumuşak olun.

Hata yaptığınız zaman bunu kabul edin ve dile getirin.

Çocuğunuza karşı yaptığınız bir davranışınız sizi üzüyorsa ondan özür dilemekten çekinmeyin.

Çocuk anne-babanın görülen birçok özelliğini aldığı gibi, gözle görülmeyen özelliklerini de alır.

Çocuğunuzun mizacından memnun değilseniz, kendinizin ve esinizin aynı yastaki durumunu soruşturun. Şaşılacak benzerlikler bulacaksınız.

Çocuğunuz bağımsız bir birey olacaktır. Onu sizin kişiliğinizin değerlendirileceği bir karne gibi görmekten vazgeçin.

\*\*\*\*\*

## BEBEKLIK VE ÇOCUKLUK

Bebekler kendilerine gülünmesinden ve kendileriyle yumuşak bir sesle konuşulmasından mutlu olurlar ve algıları gelişir. Bebeğinize gülün ve onunla konuşun.

Bazı anne-babalar bebeklerin zekasını geliştirebileceklerini düşünürler. Yatak çarşaflarının renkli ve desenli olması gibi şeyler bebeğin algısının gelişmesi için yeterlidir. Bunun ötesinde Çocuğunuzun zekasını geliştiremezsiniz. Çocuğunuzun zekasını zorlamayın.

Bebeginizin diş çıkartırken, yürümeye ve konuşmaya başlarken, huysuz olacağını kabullenin.

Bebekler gelişimlerinin her aşamasında huzursuz ve çekilmez olurlar.

Çocuğunuzun televizyon sebebiyle geç yatmayı alışkanlık haline getirmesine izin vermeyin.

Atalarımız “Uyusun da büyüsün” demisler. Bugün doğru söylediklerini biliyoruz. Büyüme hormonu gece uykuda salgılanır. Geç yatan çocuklar sağlıklı olmaz. On iki yaşına kadar çocuklar kışın en geç 21.00, yazın 22.00’de yatmalıdır.

Yemek konusunda çocuğun üstüne fazla düsmeyin. Onun da özel tercihleri olabileceğini kabul edin.

Çocuğunuz önündeki yemeği yemekte zorlanıyorsa, tabağı bitirmeye mecbur etmek yerine, yarısını yemesini isteyin. Belki yarım tabak eksik yemek yer, ancak adına “uzlaşma” denilen ve hayati yasanılır kılan bir özellik kazanma yolunda önemli bir adım atar.

Oyun oynayarak, komiklik yaparak yemek yedirmeyin. Aksi takdirde yemek saatinde özel ilgi bekler.

Hela terbiyesi büyük ve küçük çisi için ayrı ayrı varolmaz. İki yaşına gelen çocuğun annesi iki gece uykusuz kalmayı göze alırsa bu iş çözülür.

Çocuğunuza okumayı okula başlamadan öğretmek için denemede bulunun, ancak asla zorlamayın. Çocuğunuza okul öncesi öğretmek istediklerinizi oyunla yapın. Zevk alıyorsa devam edin, istekli değilse bırakın.

Sayıları öğrendikten sonra Çocuğunuza harçlık verin. Tasarruflarını teşvik edin.

Çocuğunuza paranın değerini öğretin. Her konudaki alım kararının öncelikle “ucuz” veya “pahalilik”le değil, alınacak nesnenin bu paraya “değer” veya “değmez” olması ile ilgili olduğunu anlatın.

Çocuğunuzun harçlığı ile yaptığı harcamaları yönlendirin, ancak karşı çıkmayın. Yanlış yapmadan doğrunun bulunamayacağını unutmayın.

Haftalık alışverişinizi çocuğunuzla yapın ve taleplerini sıklımadan ve dürüst olarak cevaplandırın. Böylece Çocuğunuza “para gerçeği”ni yasatarak öğretmiş olursunuz.

Bes yaşından başlayarak Çocuğunuza günlük program yapın. Sekiz yaşından başlayarak programda onun fikirlerine yer verin. On yaşından başlayarak bırakın programını kendisi yapsin.

Günlük program ders ve sorumlulukların toplamı değildir. Programın içinde eğlenme, dinlenme, okuma, televizyon seyretme ve sosyalleşmenin yer almasını teşvik edin.

Çocuğunuza sık sık ders çalışması gerektiğini hatırlatmaktansa, yaptığı günlük programı televizyonun yanına asmasını isteyin.

Küçük çocuğunuzunuzu asla direksiyona oturtmayın, araba kullanırken kucaginaza almayın.

On iki yaşına gelmeden çocuğunuzunuzu arabanın önüne oturtmayın. Araba hareket halindeyken çocuk arkada ve bağlı olmalıdır.

Alti yasina kadar çocuklar, arkada iki koltuk arasında ayakta durmaya bayılırlar. Bir kaza sırasında en büyük zararın arkada, ortada oturana ve durana geldiğini hep hatırlayın.

Çocuğunuzu yaz okullarına gönderirken çok dikkatli olun. Yaz okullarının büyük çoğunluğu, vaat edilenlerin aksine çocukların kendi haline bırakıldığı yerlerdir.

Yaz okullarının çoğu, çocuğa yasinin ötesinde cinsel eğitim vermeye yarar.

Çocuğunuzun gittiği yaz okulunu sık sık ziyaret edin, aksaklıkları yöneticilerle görüşün.

Çocuğunuzun hak ettiği ilgiyi görmesinin tek yolu budur.

\*\*\*\*\*

## ÇOCUGU KABULLENMEK

Çocuğunuzu olmasını istediğiniz gibi değil, olduğu gibi kabul edin. Böylece olabileceklerinin en iyisi olmalarına imkan verirsiniz.

Çocuğunuzu degistiremezsiniz. Onu ancak degisim için cesaretlendirebilir ve isteklendirebilirsiniz.

Küçük çocuğunuzu değiştirmeye çalışmak, onun üzerine oturmaya benzer. İstediklerinizi elde ettiğinizi düşündüğünüz sırada, altta kalanın enkaz olduğunu fark edersiniz.

Çocuğunuzun sahip olmadığı özelliklere üzülme yerine, sahip olduklarına sevinin.

Çocuğunuzun yansıttığı kişiliği kabul edin.

Çocuğunuzun yaptığı, elinden gelendir. Çocuğunuzun sınırlarını kabullenin.

Sizin istediğiniz ve Çocuğunuzun yapamadığı birçok şey, gerçekte Çocuğunuzun elinden gelmediği için yapamadığı şeylerdir.

Çocuğunun “çok akıllı, ama tembel” olduğunu düşünen anne-babaların çoğu ya birinci, ya ikinci yargılarında yanılıyorlardır.

“Çok akil” mutlaka herhangi bir alanda çocuğun ortaya yasitlarından çok farklı bir şey koymasına imkan verir. (İste size Çocuğunuzun çok akıllı olup olmadığını sinayacak bir ölçü)

\*\*\*\*\*

## OYUN - OYUNCAK

Hangi yaşta olursa olsun, çocuğunuzla oynadığınız oyunları kaybedin. Çocuğunuzun “yenile yenile yenmeyi öğreneceğini” düşünüyorsanız yanılıyorsunuz. Çocuklar yenildikleri zaman daima oyuna ilgilerini kaybederler.

Çocuğunuza pahali elektronik oyuncaklar almak isteginiz zaman iki kere düşünün. Bozar diye oynamasına izin vermediginiz zaman, hem sevincini, hem girisimciligini engellemis olursunuz.

Pahali elektronik oyuncaklar büyük çoğunlukla kullanisli oyuncaklar degildir. Çünkü verdikleri ilk sevincin ötesinde birçok sikinti getirirler.

\*\*\*\*\*

## ILETISIM

Küçük Çocuğunuza bir sey söylerken, diz çökerek onunla ayni hizaya gelmeye çalışsin. Sizinle isbirliği yapmaya daha istekli olduğunu göreceksiniz.

Çocuğunuzun her yasta anlattigini, sikintidan patlasaniz bile can kulağıyla dinleyin.

Söyleyeceklerini bilseniz bile çocuğunuzun iyi dinleyin. Vaktiniz yoksa bunu ona söyleyin ve sonra dinleyin.

Çocuğunuzun anlattiklarini dinlemiyorsanız, bir süre sonra onun da sizi dinlemedigini fark edersiniz. çocuğunuzun yargilamadan dinleyin. Böylece onun gerçek duygu ve problemlerini öğrenme sansiniz olur.

Çocuğunuzun duygularina karşı çıkmayin. Düşüncenin dogrusu, yanlisi olsa bile, duygunun dogrusu, yanlisi olmaz.

Korkuyorum, diyorsa “Ne var bunda korkacak?” diye karşı çıkmak yerine, “Demek korkuyorsun” diyerek sarilin. Göreceksiniz hem korkusunu anlatacak, hem de onu yenme sansi artacaktır.

Kendisini sikintiya sokan her yasantisinden sonra, “ne sonuç çıkarttigini” sorarak, “ders almasına” ve “tecrübe kazanmasına” yardımcı olun. O sırada onunla asla tartismayin. Ders vermeye kalkmayin. Mutlaka gerekiyorsa bunlari daha sonra, duygulari yatistiktan sonra yapin.

Çocuğunuzun hatasını görmesi için zorlamayin. Böylece aradan zaman geçince gerçeği görmesini kolaylastirmis olursunuz.

Çocuğunuzun kendinize düşman etmek istemiyorsanız, bir basarisizligindan sonra “Ben sana demedim mi?” demeyin.

Çocuğunuza emir vermeyin. Ondan isteyin.

Çocuğunuza bir satıcıdan istediği tenzilati veya tavizi kavga etmeden almasını öğretin.

Haksizliga ugradiginiza inandiginiz bir yerde, hakkinizi arayis biçiminize Çocuğunuzun tanik olmasını sağlayin. Ona

kavga etmeden ve bagirmadan haksizliklara karşı çıkmanın mümkün olduğunu gösterin.

Çocuğunuzu dinlerken, mutlaka yüzüne bakın ve onunla göz iliskisi içinde olun. Kendisine önem verildigini hissedecektir.

cucunuzla iddialasmayın. yumuşak bir sesle “Ben böyle dsnyorum” deyin ve susun.

Dediginizi kabul etme ihtimali artar (hemen degilse bile, biraz sonra).

“Ne” sylediginizden çok daha önemli olan “nasıl” sylediginizdir. Iliskiniz istemediginiz gibi gelisiyorsa, ifadenizi ve beden dilinizi kontrol edin.

iletisim kisiye degil, kisiyle yapilir. Siz konusurken çocuğunuz susup dinliyorsa, bosa konusuyorsunuz demektir.

Kimse duymak istemeyen biri kadar sagir degildir.

Çocuğunuza dsnce ve duygularini ifade etme firsati verin ve cevap veriyor diye ona kizmayın.

Çocuğunuza doğru bilgi verin. “nasıl olsa anlamaz”, “bunu onun iyiligi için yapıyorum” gibi gerekçelerin arkasına siginmayın. Kaybolan güven geri gelmez.

Çocuklarla anlasmanın en iyi yolu, onlara iyi niyetle yaklasmaktır.

cucunuzla aranızdaki duygusal çatisma, istemediginiz boyutlara variyorsa, “kimin hakli olduğunu” dsnmek yerine, varmak istediginiz amaci dsnn ve davranisinizi gözden geçirin.

Çocuğunuzun yaptigi bir seyden hoslandiginizda, bunu sebebiyle belirtin. Böylece “otomatik” tesekkür yerine, insanlari mutlu eden “zel tesekkür”e geçebilirsiniz.

Bir tartisma sirasinda asla birkaç problemi birlikte çözmeye alismayın. Konulari teker teker ele alın.

Gazeteden okudugunuz haberi, size tekrar okusa da, ilgiyle dinleyin. Böylece ortak bir duygu paylasmis olursunuz.

Çocuğunuzun ilgilendigi konulardan, kitaplardan, müzikten zevk almaya alısın. İyi arkadaslik, paylasilan ortak heyecanlarla gerçekleşir.

ocuklarinizi spor, tiyatro gösterisi, diploma töreni gibi özel günlerinde yalnız birakmayın.

\*\*\*\*\*

## EGITIM

Egitmek doğru tepki vermektir.

Egitim dogrulari söylemek degil, dogrulari yapmaktır.

Çocuğunuza örnek olmaya gayret edin. Gerisi gelir.

Çocuğunuza vereceğiniz eğitimin amacı, onun sorumluluk düzeyini geliştirmek ve olgunlaşmasını sağlamak olmalıdır.

Basarili terbiye sisteminin özelliği ödüllendirici ve keyiflendirici olmasıdır. Çocuğunuza “aferin” demekte cömert olun.

Çocuğunuza size işlerinizde yardım etme fırsatı verin.

Onun için en iyi seçimi yapmış olmanız önemli değildir.

Çocuğunuza seçme hakkı verin.

Çocuklarınızın yanlışlarını değil, doğrularını yakalayın.

Çocuğunuza iyi sözler söylemekten ve onu övmekten korkmayın. Simaran çocukları hayat hizaya sokar.

Simartmaktan kaçınayım derken güvenini zedelediğiniz çocuklara güven kazandırmak çok daha zordur.

Çocukları istediğiniz yönde geliştirmenin yolu, doğru yaptıkları zaman fark etmek ve olumlu konuşmaktır. “Aferin, ellerini yıkadin”, “seni ders çalışırken görmek beni çok memnun

etti” gibi sözler, doğruların fark edilmesidir ve olumlu davranışların kazanılması için çok önemlidir.

Takdir edilen ve övülen çocuklar, anne-babalarını ve arkadaşlarını takdir etmeyi öğrenirler.

Atalarımız “taç giyen bas akıllanır” demisler. Çocuğunuza küçük başarıları karşısında olumlu sıfatlarla yaklaşırsanız ona en büyük hazine olan, kendine güven duygusunu kazandırabilirsiniz.

Çocuğunuza ne dersenez, öyle olma ihtimalini artırabilirsiniz. “Tembel”, “sorumsuz”, “asi”, “inatçı” gibi olumsuz sıfatlar, bu özellikleri geliştirir.

çocuğunuzun hiçbir zaman baskısıyla kıyaslamayın.

Önemli olan Çocuğunuzun kadesine veya arkadaşlarına kıyasla ne kadar başarılı olduğu değil, kendi yapabileceklerine kıyasla ne kadar başarılı olduğudur.

Çocuğunuzun hatasını asla baskalarının yanında konuşmayın. çocuğunuzun asla baskalarının yanında eleştirmeyin.

Sık eleştirilen çocuklar içe kapanık ve güvensiz olurlar.

Çocuğunuzun dış görünüşü ve özellikleri ile ilgili hep olumlu sözler söyleyin. “Sisko, ciliz, göbeline bak, kemiklerin sayılıyor” gibi sözler söylemekten kaçınin. Bu tür sözler yalnızca

hayat boyu sürececek bir yetersizlik duygusu yerleştirmeye yararlar.

Suçlanan ve her konuda kabahat bulunan çocuklar, suçlamayı ve yalan söylemeyi öğrenirler.

Çocuklarınızla asla alay etmeyin, onları küçük düşürmeyin ve utandırmayın.

Alay edilen çocuklar, utanmayı öğrenirler.

Davranışlar davranışları doğurur. Ne kadar hakli sebeplere dayanırsa dayansın, kızgın ve öfkeli bir tarz, Çocuğunuzun da aynı özelliklere sahip olmasına sebep olur. Kendinizi bu halinizle aynada görmekten mutlu olacaksınız devam edin.

Kavgacılık ve hırçılık, sevimsiz ve daima öğrenilmiş özelliklerdir. Çocuğunuzda bu davranışları görürseniz, aile içindeki ilişki ve örnekleri gözden geçirin.

Çocuklar kızgın insanları sevmezler. Ne kadar hakli sebeplere dayanırsa dayansın, ortada kızmaya hazır bir insan gibi dolasmayın.

Kızgın olduğunuz bir sırada, hayat dersi vermeye kalkmayın.

Kirginliğinizi ve kızgınlığınızı fazla uzatmayın. Çocuğunuza hiçbir zaman ve hiçbir sebeple küsmeyin.

Bütün çocuklar birbirlerine benzer gibi gözükürler ama her çocuğın diğerinden farkı vardır.

Bunları fark etmeye çalışın ve dile getirin.

Çocuklarınızın çevresine çeşitli vesilelerle sizin için ne kadar değerli olduklarını belirten notlar yazın.

Çocuklarınıza asla küfretmeyin, onlara kötü dua etmeyin.

Çocuğunuzun hayattan zevk almasına yardım edin. Onu mutlu eden etkinlikleri destekleyin ve bunu dile getirin.

Öğrendiğiniz fıkraları Çocuğunuza anlatın. Onun size anlattıklarını can kulağıyla dinleyin.

Çocuğunuzun yaptığına “Bu yanlış” demek yerine, “Su bölümü iyi, acaba diğer bölümü daha farklı olabilir miydi?” diye yaklaşın. Yanlışını söyleyerek Çocuğunuzun düzeltemezsiniz.

Olumsuz konuşarak motivasyon artırma yöntemi tarihe karışmıştır. Çocuğunuzun gayrete getirmek için olumlu bir tavır içinde olun.

Çocuğunuza olumsuz bir söz söylemeniz gerekiyorsa, sözü olumlu ve ona güveninizi belirten bir cümleyle bitirin.

Tahammül edebildiğiniz hataları görmezden gelin.

Hiçbir elestiriyi çocuğın kişiliğini hedef alarak yapmayın. Davranışı elestirin. Adama değil, topa vurun. “Tembel” yerine



“ödevini neden yapmadın?”, “sorumsuz” yerine “odan toplanmamıs” deyin.

Çocuğunuzun begendiginiz özelliklerini dile getirmek için fırsat beklemeyin. Bunu baskalarının yanında yapmaktan çekinmeyin.

Çocuğunuzun basarilarini övün. Ama överken asiriya kaçmayin. Samimiyetinizden şüpheye düşebilir.

Çocuğunuza ulaşabileceği hedefler koyun ve bunlara ulaştığında onu ödüllendirin.

Çocuğunuz kız da olsa, erkek de olsa pasta, kek, ekmek, kurabiye yapmasını öğretin. Somut bir şey meydana getirmek kendine olan güven ve saygısını geliştirir.

Çocuğunuzun olgunlaştıracak olan sorumluluk almasıdır. Bunun için de hata yapılmasını göze almak ve bunu kabullenmek gerekir.

Çocuğunuzun okul başarısı arzu ettiğiniz kadar yüksek değilse tasalanmayın, okul başarısı hayat başarısı konusunda orta derecede fikir verir.

Basarılı olanlar kendilerini sevenler, kendilerine güvenenler ve kendileriyle barışık olanlardır.

Çocuğunuza bunları kazandırın.

Çocuğunuza bulunduğu yastan daha büyükmüş gibi davranırsanız, olgunlaşmasına yardımcı olursunuz.

Çocuğunuzun cinsellikle ilgili sorularına cevap verin. Cevabınız onun sorduğu soruyla ilgili olsun, bütün bildiklerinizle değil.

\*\*\*\*\*

### ALKOL-SIGARA-KÖTÜ ALIŞKANLIKLAR

Çocuğunuz büyüdüğünde sigara içmesini istemiyorsanız yanında içtiğiniz sigara miktarını azaltın, ya da en iyisi siz de sigarayı bırakın.

Özellikle arabada çocuğunuzla birlikteyken sigara içmeyin.

\*\*\*\*\*

### KARDES İLİSKİLERİ

Çocuğunuza verdiğiniz ve kulak asmadığınız düşündüğünüz bir öğüdün onu nasıl etkilediğini bilmek istiyorsanız, kardeşine verdiği öğütleri dinleyin.

Kardeşlerin yüzleri benziyor diye kişiliklerinin de benzemesi gerekmez. Kardeşleri birbirine düşman etmenin en

kestirmek yolu, onlari birbirine örnek gösterip, olumsuz yargıda bulunmaktır.

Kardesi ile sorununa hemen müdahale etmeyin.

Çözebilmelerine veya çözemiyorlarsa çatismalarına sabır gösterin. İkisi de bir seyler öğrenecektir.

Kardesler arasında çatisma çıktığında biri digerini hirpaliyorsa bile hemen karışmayın. Sakin bir sesle ayna tutun. “Amacin kardesinin ağlamasi miydi?” deyin.

## ÖDEVLERINE YARDIM

Ne yazık ki, okullarda verilen ödevler çocuğun boyunu asar. Ev ödevlerinde çocuğunuza ölçülü bir şekilde yardımcı olmaya hazır olun.

Bütün çocukların ödev konusundaki ihtiyaçlari farklı olmakla birlikte, çocuğa ev ödevinde yardım etmenin, onun yerine ödevi yapmak veya ödevi onunla yapmak olmadigini unutmayın.

Ödevinde yardımcı olmanın yolu çocuğunuzun derse başlamasını sağlamak ve onun çalışma ortamini düzenlemekten geçer.

Çalışma ortamini düzenlemek için çalışma masasi çevresindeki oyuncak, poster vb. dikkat dağıtıcı öğeleri uzaklaştırın, televizyonu kapatın.

Çalışmaya başlarken Çocuğunuza yüreklendirici sözler söyleyin. Örneğin; ona geçmiş başarılarından veya ödevi bittikten sonra zevk alacağı bir etkinlikten söz edin.

## ERGENLİK

Çocuğunuza hep kendi istediklerinizi söylerseniz, ergenlik çağından itibaren istemediklerinizi isitirsiniz.

Ergenlik dönemindeki çocuklar ailelerinin baskısından şikayet etseler de, en büyük baskiyi akranlarından görürler.

Arkadaşlarına karşı çıktığınız zaman, Çocuğunuzu kendinizden uzaklaştırır, onlara yaklaştırırsınız.

Ona uygun görmediğiniz için sevgilisine karşı çıktığınız zaman, çocuğunuz enerjisini sizinle mücadeleye yöneltir, gerçek problemleri görmesi zorlaşır. Problemleri evlendikten sonra görmeye başlayınca da iş istenir geçer.

Çocuğunuzu kaybetmenin en kestirme yolu, müstakbel esine karşı çıkmaktır.

Çocuğunuz 13 yaşını geçtikten sonra, tatillerde günde birkaç saat çalıştırın. Kendi iş yeriniz olsa bile, Çocuğunuzun baskaları yanında çalışmasına imkan hazırlayın.

Erken yasta çalismak, Çocuğunuzun insanlardan bir sey istemek ve “sinirlarin nereden geçtigini” öğrenmek konusunda, hayat boyu yararlanacağı essiz bilgiler kazanmasını saglar.

Ergenlik döneminin ilk yıllarından itibaren Çocuğunuzu para kazanmaya tesvik edin.

Gerekirse ücretini haberi olmadan siz ödeyin. Kazandığı tecrübe bütün hayati boyunca isine yarayacaktır.

Resmi dairelerdeki bazı problemlerin çözümü sırasında Çocuğunuzu yanınıza alın. Böylece, çok basit gibi gözükken birçok konuyu çözmek için ne kadar gayret etmek gerektiğini anlar.

Ergenlik çağındaki Çocuğunuzun telefon konuşmalarına sabir gösterin.

Çocuğunuz tarafından cimrilikle suçlanmak istemiyorsanız, telefon faturalarını fazla sızlanmadan ödeyin. Faturalar sinirlarınızı zorluyorsa, bu konuyu onunla kızgınlığınızı kontrol ederek bağırmadan konuşun ve yardımını isteyin.

Ergenlik çağındaki Çocuğunuz için mümkünse yeni bir telefon hattı alın ve onun faturasını harçlığından ödemesi için, harçlığına belirli bir miktar zam yapın.

Ana-babalarla çocuklar arasındaki kusak farkı sanıldığı kadar derin değildir. Kusak çatışması gibi görülenlerin çoğu, saç, müzik, giyim gibi yüzeysel konulardaki farklılıklardır.

Giyim konusunun ergenlik dönemindeki çocuğunuzla ilişkinizi zedelemesine fırsat vermeyin.

Size karşı mücadele vermek zorunda kalmazsa, birkaç kere denedikten sonra uygun olmayan giyimde ısrar etmeyecektir.

Çocuğunuzun kimlik arayışına saygılı olun. Bütün gençler, 20 yaşını geçtikten sonra ana-babalarının ahlaki, sosyal, dini ve politik değerlerini benimserler (aileleri tarafından dışlananlar hariç).

Çocuğunuzun istediği mesleği seçmesine izin verin.

Çocuğunuza, en büyük mutluluğun sevdiği işi yapmak, yaptığı işi sevmek olduğunu asılayın.

Çocuğunuza mesleğin adının değil, yaptığı işi iyi yapmanın saygınlık getirdiğini anlatın.

Çocuğunuza namusuyla çalışan herkese saygı duyması gerektiğini öğretin. Bunu öğretmenin yolu, bu yönde davranarak örnek olmaktan geçer.

## DISIPLIN-CEZA

Çocuğunuzla ilgili kurallari onunla birlikte koyun. Onu isin içine kattiginiz konularin, sorun olmadan çözüldüğünü göreceksiniz.

Kural koyarken kliselerden kaçinin. Her çocuğun yapisi ve ihtiyaçlari farklıdır. Kural koyduğunuz konularda, çocuğunuzun ihtiyaçlarini da hesaba katin.

Çocuğunuza ceza vermek zorunda kalirsanız, öfkenizi kontrol edin, yumuşak olun ve üzüldüğünüzü ifade edin. "Sen dedigimi yapmazsan, oh iste böyle olur!" demeyin.

Çocuğunuza ceza vereceğiniz zaman, ikinci bir kere daha düşünün. Öfkeniz geçtikten sonraki düşünceleriniz her zaman daha iyidir.

Çocuğunuza çok kızdığınız zaman, tepki vermeden önce yavas yavas iki derin nefes alın.

Çocuğunuza hesap sormak veya olumsuz bir elestiri yöneltmek için asla yemek saatini ve masasini seçmeyin. Yemek sofrasi her zaman eglenceli bir ortam olmalıdır.

Ceza, neyin yapılmayacağını söyler, ödül ne yapilrsa daha iyi olacağını gösterir. Mümkün olan her durumda ödülü tercih edin.

Çocuğunuzun ihtiyaçlarini hesaba katmadan dile getireceğiniz taleplerde, çatisma yasayacağınızı ve ilişkinizin bozulacağını unutmayın.

Kuralların çok fazla veya belirsiz olduğu ortamlarda çatismalar artar.

Çocuğunuza ne kadar çok kural koyarsanız, o kadar çok çatisir, kızar, disiplin sorunu yasarsınız.

Çocuğunuzun ilgilendiren bütün konularda kararı onunla birlikte verin.

Hangi yasta olursa olsun, her fırsatta Çocuğunuzun fikrini sorun.

Düşünce ve degerler zorla benimsetilemez. Çocuğunuzun bu konularda zorladıkça sizden uzaklasir.

Önemli bulduğunuz degerler üzerinde aranizda problem yokken konusun.

Problemleri çözmek için güç kullanirsanız, Çocuğunuz büyüdükçe dozunu artirmak zorunda kalirsınız.

Çocuğunuza verdiginiz eğitim güce ve zorlamaya dayaniyorsa, bagimlilik gelisir ve olgunlasmamis bir çocuk yetistirmis olursunuz.

Dövülen çocuklar, kavga, geçimsizlik ve düşmanligi öğrenirler.

Güce dayanan otorite, çocukları uzaklaştırır. Bilgi ve hoşgörüyü dayanan otorite yakınlaştırır, danışma ihtiyacı doğurur. Size yakın insanları daha kolay etkilersiniz.

Bir ana-babanın çocuğunun gözünde ulaşabileceği en yüksek nokta, danışman olarak seçilmektir (fikirlere gönüllü olarak başvurulmaktadır). Bunun için her konuda ders vermekten vazgeçin.

“Bir tek doğru var, o da benim söylediğimdir” tavrında olmak, çocuklarınızı sizin doğrularınızdan uzaklaştırır.

Güce başvurulmayan evlerde herkes zevkle yasar, görevlerini istekle yapar, sorumluluklarını yerine getirirken zorlanmaz.

Ceza, gelişmeye engel; ödül, gelişmeye katkı sağlar.

### YAPICILIGI DESTEKLEME

çocuğun kabiliyetini körletmek için geçerliliği sinanmış formül, onun farklı bir görüş geliştirdiği durumlarda;

“Sana mi kaldı?”

“Dünyanın neresinde görülmüş?”

“Senden başka bunu söyleyen var mi?”

“Bacak kadar boyunla bunları bırak da kendi işinle uğraş” demektir.

Çocuğunuza, cinsiyet gibi doğuştan sahip olduğu özelliklerinin önemsiz olduğunu, asıl önemli olanın kendi geliştireceği özellikler olduğunu vurgulayın.

Çocuğunuzun kendisi olmasına izin verin.

Değişik ve yeni bir şeyler yapmış insanları örnek gösterin.

Farklı ve değişik fikirler ileri sürülenleri Çocuğunuzun yanında eleştirip, kinamayın, tam tersine fikri kabul etmeseniz bile, değişikliğin hoşunuza gittiğini söyleyin.

### ÇOCUKLARDAN ÖĞRENMEK

Eğitim tek yönlü bir yol değildir. Çocuklarınızdan bir şeyler öğrenme fırsatını kaçırmayın.

Çocuklar iyi vakit geçirmeyi çok iyi bilirler. Mesela sebepsiz yere gülerler, çünkü gülmek hoşlarına gider. Siz de gülün.

Çocuklar kararlılık konusunda rakipsizdir. Çocuk bir şeyi isterse vazgeçmez.

Çocuklar önyargısızdır. Onlara güler yüzle ve sıcak bir ifadeyle yaklaşılan herkesi olduğu gibi kabul ederler.

Çocugunuzla birlikte olun ve onunla vakit geçirin. Dünyaya onun gözünden bakmaya çalışın. Göreceksiniz daha çok gülecek, daha içinizden geldiği gibi davranacak, daha meraklı, daha önyargısız, daha kararlı olacaksınız.

“Kullanma yönergesi olmadan sahip olduğumuz en değerli varlık çocuğumuzdur.”

Hayatla ilgili genel bilgiler çocuklarla ilişkilerde çok az ise yarar. Bu sebeple birçok ana-baba, çocuk yetistirmekle ilgili temel gerçekleri öğrenip, tecrübe ve derinlik duygusu kazandıklarında, çocukları üzerinde birçok olumsuz iz bırakmış olurlar.

## **SEVGİLİ ANNE VE BABALAR**

### **\*Çocukları kendinize karşı saygılı yapmak için;**

Ona karşı daima güler yüzlü olun küçük kabahatlerini cezalandırmayın, niyetinin ne olduğuna bakın. Onun hislerine değer verin ve bunu gösterin.

### **\*Çocukların kendinize güvenini kazanmak için;**

Onları babaları ile korkutmayın, babasından ve annesinden her olumlu hareketinde destek göreceğini

anlatın onların sevinçlerini paylaşın acılarına ortak olun, size bir şey sorduklarında ilgiyle cevap verin.

Çocukların size güvenmesini sağlamak için onlara boş vaatlerde bulunmayın vaadinizi yerine getirir eşler olarak birbirinize saygı gösteriniz çocuklarınızın önünde birbirinize karşı davranmayınız.

### **\*Çocukların size saygı göstermesi ve iltifat etmesi için;**

Çocukların kusurlarını, suçlarını alay ve hakaretle karşılamayın, her şeylerini tenkit etmeyin zira tenkit edilen çocuk çekingen olur. (Olumlu tenkitler hariç)

### **\*Çocuklarınızın sözünüzü dinlemeleri için;**

Emir verirken yerine getirip getirmediğine bakın onlardan yerine getirebilecekleri şeyler isteyin, kuru tehdit savurmayın.

Çocukları kardeşlerini sevmeleri için birini cezalandırırken, öbürünün mükafatlandırmayın bu düşmanlığa yol acar. Birini severken ve takdir ederken aynı şeyleri diğerlerine de yapın. Birbirlerine hakaret ettikleri zaman hemen araya girin ceza verirken suçun kimde olduğuna bakın.

### **\*Çocuklara insanları sevdirmek için;**

Onlara daima iyi insanlardan bahsedin dünyadaki yardımlaşmadan ve iyiliklerden bahsedin.

**\*Çocukları yumuşak ve merhametli yapmak için;**

Herkese ve çocuğa yumuşak davranın, zayıfları koruyun, bıçak ve tabanca taşımayın.

**\*Çocukları kıskanç yapmamak için;**

Çocuğun yanında durumu iyi olanları çekiştirmeyin.

Varlıklı, işi yerinde, mutlu

İnsanların başkalarını düşünmeyen insanlar olduğunu söylemeyin.

**\*Çocukları tabiattaki güzelliklerle karşı duyarlı yapmak için;**

Onlara Allah'ın sanat harikalarıyla dolu olan tabiatla ilgilenince bu meraklarıyla alay etmeyin. Çiçekle, böcekle, kurtla, kuşla ilgilenmesini teşvik edin. Onlara çok küçük yaşta okuma yazma öğretmeyin, seviyesinin üstünde bilgi vermeyin. Ders çalışmadığı için bedensel ceza vermeyin.

**\*Çocukların hayal ve kabus görmemeleri için;**

Onlara sihirden, büyüden, peri masallarından, Kaf dağının ardındaki devden, kötü kalpli cadıdan vs. bahsetmeyin, ve bu tür film ve dizilerden uzak tutun.

**\*Çocuklarınızın inatçı olmamaları için;**

Onların her istediğini yerine getirmeyin. Çünkü böyle bir durumda istediği şeyi alamayan çocuk inatlaşabilir.

Yalnızca onların haklı isteklerini yerine getirin. Eğer çocuk 'illa da istiyorum' diye tepinmeye başlar ve sizde bundan sonra istediğini yerine getirirseniz çocuk haklı haksız her istediğini elde etmek için tepinir.

**\*Çocuğun yalancı olmaması için;**

Yalan söylemeyin. Ona sürekli yalanını kötülüğünden bahsedin daha küçüktür diye yalanlarını hoş görmeyin. Eğer çocuk suçunu itiraf ediyorsa onu cezalandırmayın. Çünkü bazı durumlarda çocuk sırf cezadan kurtulmak için yalan söyler.

**\*Çocuğun kimseye iftira atmaması için;**

Çocukların yanında kimseyi çekiştirmeyin. Çocukların nankör ve somurtkan olmamaları için her şeyin iyi yönünü gösterin hayattan ve kaderinizden şikayet etmeyin.

**\*Çocukların gayeli, enerjik ve hayata sıcak bakan bir fert yapmak için;**

Onlara ders yönünden fazla baskı yapmayın, bunun yerine dersin öneminden bahsedin oyun oynamak

istiyorlarsa onlara gerektiği kadar izin vermeyin. Onun hoşlandığı ve yeteneği olduğu mesleğe yönlendirin. Çocuğu sosyal faaliyetlere katın. (spor faaliyetleri, folklor, satranç, resim vb.)

**\*Çocukların tutumlu olmaları için;**

Nereye sarf ettiklerine bakmaksızın bol para vermeyin. Çocuğunuzun harcamalarını nereye yaptığını inceleyiniz. Kumbara alarak harçlıklarını bir kısmını biriktirmeleri için (ara-sıra bir miktar atarak) sağlamaya çalışınız.

**\*Çocuklara güven duygusu yerleştirmek için;**

Çocuklar kendilerini size beğendirmek isterler. Bunun için kendince ev işi yapar, hoplar, zıplar, bütün bunları takdir edin ve olumlu iş yapmaları için teşvik edin. Kendi başlarına iş yapmalarına olanak hazırlayın. Bu onları hayata hazırlayacaktır. Başaramayacakları işleri vermeyin.

**\*Çocuklarınızı düzene ve temizliğe alıştırmak için;**

Yataklarını, oyuncaklarını, kitaplarını ve evi düzelttiklerinde tebrik edin ve onlara ödül verin. Ama her zaman ödül vermeyin. Zira ödül araç olmaktan çıkıp amaç olabilir. Çocuklara dürüstlük aşılayın mutluluğun

sadece para ve zenginlikte olmadığını canlı bir örnek ile anlatın.

**\*Onların cimri olmamaları için;**

Paraya çok değer vermeyin. Fakirleri, miskinleri, bakıma muhtaçları koruyun. Çocuğunuzun yanında yardıma ihtiyacı olanlara yardım edin. Bu onlarda merhamet duygusunu gelişmesine yol açar.

**EĞER**

\*Bir çocuk düşman bir çevrede yaşarsa kavgacılık öğrenir.

\*Bir çocuk korku içinde yaşarsa korkmayı öğrenir.

\*Bir çocuk kıskançlık içinde yaşarsa nefret etmeyi öğrenir.

\*Bir çocuk vermeyi öğrenirse sevmeyi öğrenir.

\*Bir çocuk ona cesaret veren bir çevrede yaşarsa kendine güvenmeyi öğrenir.

\*Bir çocuk onu öven bir çevrede yaşarsa oda taktir etmeyi öğrenir.

\*Bir çocuk sevilirse sevmeyi öğrenir.

\*Kendine değer veren bir çevrede büyürse bir gayesi olduğunu öğrenir.



- \*Daima dürüst muamele görürse adaletli olmayı öğrenir.
- \*Daima dostluk güler yüz ve anlayış gösteren bir çevrede yaşarsa dünyanın içinde yaşanacak güzel bir yer olduğunu öğrenir.

### **ALTIN KURALAR**

- \*Gülünç duruma düşürülen çocuk çekingen olur.
- \*Tenkit edilen çocuk her zaman kendini kabahatli bulur ve kendine güveni olmaz.
- \*Kendisine inanılmayan çocuk, yalancı ve dolandırıcı olur.
- \*Kin ve nefret içinde yaşayan çocuk, düşmanca duygular geliştirmeye başlar.
- \*Kendisine sabırla muamele yapılan çocuk, hoşgörülü olur.

**Unutmayın ki çocuk anne ve babasının ortak eseridir.**

### **SAYIN ANNE VE BABALAR ;**

Yaşamda herkesin başkalarının yardımına ihtiyaç duyduğu dönemler vardır. Bunu çekinilecek bir olay ya da olumsuz bir durum olarak kabul etmemek gerekir. Güvensizlik, arkadaşlık, cinsiyet, ruh sağlığı gibi durumlar insanı zaman zaman rahatsız eder. Bunlara benzer başka sorunlarda eklenebilir. Bütün bunlar insanı mutsuz kılar, verimli çalışmayı engeller, yaşamın temellerini eksik oluşturur. Okul çağında, özellikle de çocuğunuzun birden bire değiştiği ortaöğretim çağında bu gibi durumlarla sıklıkla rastlayabilirsiniz. Yaptığımız test ve anketlerde, öğrencilerimizin genel görüş bildirimlerinden elde ettiğimiz sonuçlar bizi bu noktalarda siz sayın velilere bazı öneriler getirme fikrini oluşturdu.

Bu dönemdeki çocuklarımızın arkadaşlarına ve öğretmenlerine olduğu kadar siz sayın velilerden de yardım ve destek ihtiyaçları vardır. Gerek aile ve gerek okul eğitimi için gereken en önemli ilke SEVGİ dir. Çocuğa karşı gerçek ilgi ve sevgi göstermek iyi bir eğitim ortamının en önemli koşuludur. Yapılan araştırmalarda; çocuk sevdiği kimsenin ya da kendisi ile ilgilenen kimsenin, ona sevgisini verebilen kimsenin güvenini yitirmemek için; onun hoşuna gidecek davranışlarda bulunacak, kendini sürekli yenileyecek ve onu örnek alacaktır. Böylece

davranışlarını geliştirir, zamanla kişilik çatışmasından kurtulur güven hissetmeye başlar. Bu nedenle; evde anne-baba, okulda öğretmenler çocuğun duygusal güvenini kazanmasına önem vermek zorundadırlar.

Çocuğunuzla sağlam bir ilişkinin temeli KAYITSIZ ŞARTSIZ SEVGİ dir. Ancak böylesi bir sevgi, çocuğunuzdaki potansiyeli tam olarak ortaya koymasını, çocuğunuzdaki davranışların tam olarak anlayabilmenizi, yaramazlıklarına-hırçınlıklarına karşı tutumunuz yolunu çizmenizi, sevgisizlik-güvensizlik-başarısızlık nedenlerini belirlemenizi sağlar.

Sevgi, sizin ve çocuğunuzun hangi noktalarda olduğunu, disiplin dahil her alanda ne yapmanız gerektiğine işaret eden göstergeler oluşturacaktır. Eğer sevgi olmasaydı; annelik ve babalık insanı çaresizliğe sürükleyecek bir yük haline gelirdi. Çocuğunuzun sevgiden ve sevgi göstergelerinizden mahrum bırakmayın. Her ortamda ve her fırsatta sevginizin-desteğinizin varlığını hissettirin. Bu sayede gerekli sabrı ve çaresizlikten doğan rahatsızlıklarınızın çıkışlarında bulabilirsiniz.

Ruh sağlığı güçlü yetişen bir gençlik, başarılı ve mutlu bir toplum oluşturur. Bu nedenle evde anne-baba olarak yapabildiğinizin tüm özverilerinizin tekrar bir gözden geçirilmesini; Kendi eksikliklerinizi ya da yanlış gördüğünüz

davranışlarınızı değerlendirmeniz sizin ve çocuğunuzun sürekli bir gelişimini sağlayacaktır.

Hepimiz bu çocukluk döneminden geçtik belki ancak; gelişen ve değişen yaşam standartlarımız yeni neslin farklı olmasına sebep olabiliyor. "Ben senin yaşındayken ....." Diye başlayan hiç bir cümle akılda kalmaz, bilakis yeni neslimizi sıkır ve bocalamalarına neden olabilir. Bu aşamada çocuğumuzun ruhsal gelişmesine yapabileceğimiz en büyük yardımlardan biri, kendi manevi hayatınızı çocuğunuzun gelişim düzeyine göre paylaşmanızdır. En uygun yöntem ile onunla şu anki yaşamınızın iyi ve kötü yanları ile mutlu ve mutsuzluklarınız ve hatta onunla ilgili duygularınızı paylaşmanız ile onun eğitimine önemli bir adım atabilirsiniz. Çocuğunuzun ruhsal gelişimine yardımcı olabilecek olayları sonradan değil de şu anda yaşanırken paylaşmak; çocuğunuzun kendi deneyimleri ile öğrenmesine yardımcı olacağı gibi sizin deneyimlerinize de katılmasından dolayı aranızdaki bağın kuvvetlenmesini sağlayacaktır.

Bir çocuk duygusal açıdan doymak için anne ve babası ile (ve başkalarıyla) göz iletişiminden yararlanır. Anneler ve babalar sevgilerini bir iletme yöntemi olarak, çocuklarıyla ne kadar çok gözle iletişim kurarlarsa, o çocuk o kadar çok sevgiye

doyar, duygu dağarcığı da o oranda gelişir. Gözle iletişim; Çocuğunuz ile kurabileceğiniz en önemli kontak yöntemidir. Bu sayede sözlerinizi, duygularınızı, amaçlarınızı vb. ona aktarabilirsiniz. Onunla iletişim kurmaktan korkmayın.

Ergenlik belirtilerinin ortaya çıktığı 12-15 yaşlarında çocuklarımızın ilk gençlik döneminde olumsuz davranışların yoğun yaşandığı görülür. 15-17 yaş arası güvensizlik ve çekingenliğin belirgin olduğu dönemlerdir. Bu dönemlerde; hırçınlık, ders çalışmama ve başarısızlık, sorumluluklardan kaçma, can sıkıntısı, tepkilerini sert dile getirmesinden görüş ayrılığından doğan kuşak çatışması, çabuk karamsarlığa düşme, alıngan ve huzursuzluk, gezme ve eğlencelerden kısıtlandığında yalan söylemesi, kardeş çatışmasının yoğun yaşanması, güvensizlik, başaramama korkusu, sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kuramama vb davranışların çok görülmesi normaldir. Bu çağda gençlerimiz yeni arayışlar içinde bunalırken bir yandan da kendi bedeni ile ruhsal gelişimini dengelemeye çalışmakta, ancak doğal olarak tepkilerinde belirgin iniş ve çıkışlar oluşturmaktadır. Bir yandan büyümek için sabırsızlanırken öte yandan çocuksu tavırlardan sıyrılamamanın verdiği rahatsızlığı yaşamak, davranışlarındaki sebatsızlığı açıklayabilir. Çocuklarımız bizden farklı ve ayrı bir

kişilik geliştirebilirler. Bunu makul ve olgun karşılamak, hoşgörü ve sevgi ile yaklaşmak, bazen de bocalamalarında onlara destek olmak, güven aşılama gerekir. Sözcüklerle anlatılan bir hayat felsefesinin, deneme ve yanılma ile öğrenmenin yanında daha az etkili olduğunu düşünürsek; burada amacımızın yanılma paylarını en aza indirmek ve başarı sağlayarak onlara güven duygusunu aşılamaştır. Doğal olarak hata yapacaklardır. Her ortamda kollanan, yapma sorumluluğu ona verilen ancak sizlerin tamamladığı davranışlarının sonuçlarını yaşayarak görüp öğrenmesini sağlayın.

Çocuklarımızın dünyasının, bizim yaşadığımız gerçek dünyadan farklı olduğunu her zaman sezinleriz; ancak onların dünyasına inmeye bir türlü cesaret edemeyiz nedense... Belki yetişkinliğimizin bize gerekleridir bu. Çocuklarımızla tam bir yetişkin gibi konuşur, hatalarımızı kabul etmeyiz. Çocuklarımızda bizim hatalarımızı görmemeleri için var gücümüzle uğraşırız. Badende onlara ağır ithamlarda bulunabiliriz. Eğer yetiştin hatasız ve doğru ise çocuğun da bu ithamların gereklerini yerine getirmesi çok doğaldır. Bunun yanında özür dileyen, hatalarını kabul ederek doğruyu birlikte tartışarak bulmaya çalışan yetişkin, çocuğunun dünyasına

inebilmiş demektir. O zaman sorunlar birlikte tartışılarak, çözüm formülü birlikte keşfedilir.

Kısaca; okullarda verilen eğitim-öğretim çalışmalarının, ailedeki eğitim ve öğretim ile desteklenmesi, çocuğunuzun başarısında sizin da çok önemli katkılarınızın olabileceğini kabul etmeniz; sevgi, ılımlı yaklaşım, güven ve destekle adımlarını daha sağlam atmasına yardımcı olabileceğinizi bilmeniz çok önemlidir. Bu doğrultuda getirebileceğimiz birkaç öneri aşağıda sıralanmıştır.

\* Çocuğunuzu iyi tanıyın, onun yapabileceği düzeyde verim bekleyin. Kapasitelerinin üzerinde çalışmalarını düzenlemeyin. Verimli olarak ders çalışabilmesi için çalışma ve dinlenme saatlerinin programlanması gerekmektedir. Planlı olarak çalışılan dersler, bilinçli olarak öğrenmeyi oluşturur. Çocuğunuz ezberlemeden, not için değil de öğrenmek için çalışmayı bilmeli. Ondan not istemeyin, neler öğrendiğini sorun. Kazanılan bir bilgi ancak bir sonraki bilgi ile transfer edilebilirse öğrenilmiş olur.

\* Çocuklarınızın sınıf geçmesi önemli değildir. Önemli olan bir üst öğretim ve eğitime kendini hazır görerek güçlü bir şekilde

geçmesidir. Çocuklarımız temelsiz yetişirse, bir sonraki eğitimlerine de hazırlıksız devam ederler. Bu da nedenli sağlıklı bir gençlik oluşturur tartışma konusudur? Özellikle bu yaşlarda yönlendirilen çocuklar; ilgi, yetenek ve çeşitli alanlara göre kaydırılmalı, alternatiflerini belirlemede yardımcı olmalı, başarılı olabilecekleri iş yaşantılarına yönlendirilmeleri sağlanmalıdır.

\* Çocuklarınıza kıyas getirmeyin, sürekli başkaları ile kıyaslanan çocuk kendini güvensiz ve gelişmeye kapalı çocuktur. Onlara olumsuz eleştiriler getirirseniz bir süre sonra olumsuz davranışları kendilerinde bir görev bileceklerdir. Çünkü yetişkin her zaman doğru söyler ve hata yapmaz ilkesini kabullenmiştir. Yapıcı ve teşvik edici her söz, onlara bir adım daha ileri gitmelerini sağlayacak sizin güveninizden emin olacaklardır.

\* Çocuklarınızın sizin isteklerinizi yapması için korkutmayın, ağır cezalardan ve baskıcı tutumlardan uzak durun. Yüksek sesle verilmeye çalışılan hiç bir öğüt dinlenmez. Sevgi ve ılımlı bir yaklaşımla, yapabileceğiniz arkadaşça tavırlarınızla iletmek istediğiniz mesajı tam olarak verebilirsiniz.

\* Anne ve baba olarak ortak kararlar alınız ve davranışlarınızda her zaman doğru ve tutarlı olunuz. Çelişkili davranışlarınızla çocuğunuz her zaman bocalayacak ve doğruyu bir başkasında arayacaktır.

\* Aile içi problemlerin, tartışmalarınızın çocuğunuza yansması; huzurlu bir ortamda yetişemeyen çocukların geleceklerini de bu doğrultuda düzenlemelerine sebep olacaktır. Çocuklar önünde yapılan tartışmalar, okul ve öğretmenler hakkındaki eleştiriler çocukta bocalamaya, tatta öğretmenlerini eleştirme hakkına sahip olmasından kaynaklanan eğitim başarısızlığına ve okuldan soğumasına neden olacaktır.

\* Çocuğunuzun devam durumunu ve okul ile ev arasındaki geliş-gidiş saatlerini sürekli kontrol altında tutun. Zararlı alışkanlıklar hakkında iyi bir örnek olun ki söyledikleriniz sadece lafta kalmasin. Ülkemizde zararlı alışkanlıklara başlama yaşı bir hayli inmiştir. Bu yaşlarda uyarılan ve gerekli tedbirleri alınan

çocuklarımızın sağlıklı bir gençlik oluşturması için tüm imkanlarımızı zorlamalıyız.

\* Çocuklarınızın ihtiyaçlarını karşılarken tutarlı ve titiz olunuz. Her türlü ihtiyaçlarının karşılanması için, onlardan beklentilerinizin gerçekleşip gerçekleşmediğini kontrol ediniz.

\* Çocuklarınızın yaş konum itibarı ile cinsel gelişimlerine başlamış durumdadır. Onların sorabileceği cinsellikleri ile ilgili konulara da hazırlıklı olunuz. Yalın ve dürüst bir şekilde makul olarak cevaplayınız. Korkup çekinebileceği bir ortam yada sır ve gizlerle dolu bir hale girmesini engelleyiniz. Bu konudaki ılımlı ve destek verici yaklaşımınız, çocuğunuzun çevreden yalan yanlış bilgiler almasını engeller. Bu çağdaki çocukların beden ve ruhsal gelişimleri doğru bir orantıda olmayabilir. Beden gelişiminin bir anda hızlanması, ruhsal gelişiminin ise daha yavaş olması bazı hırçınlıklara ve asiliklere sebebiyet verebilir. Bu durumu anlayışla karşılamak ve mantıklı bir yaklaşım ile aşılmasına yardımcı olmak çocuğunuzun cinsel kimliğini kazanmasında en önemli görevdir.

\* Çocuklara karşı sabır, soğukkanlılık, anlayış, sebatlık ve sevgi ile yaklaşın, bu onların sizin ile olan ilişkilerinde daha yakın olmalarını sağlayacaktır. Yüksek sesle söylenen emir verici sözler, ağır eleştiriler ve azarlamalar asla fayda getirmeyeceği gibi çocuğunuzun sizden kopmasına ve uzaklaşmasına hatta bir çok konuda yalana başvurmasına sebep olacaktır.

\* Çocuğunuzun derslerinde ve davranışlarında daha iyiye yönlendirilmesi için öğretmenleri ile sıkı bir ilişkiye girilmeli, toplantılara mutlaka katılmalı çocuğunuzun gelişimi ile ilgili konularda takipçi olmanızda yarar vardır. Öğretmenlerin alınmasını istediği ders araç ve gereçlerin zamanında temin edilmesine önem veriniz. Çocuğunuzun kılık ve kıyafetine, temizliğine özen gösteriniz.

\* Çocuğunuzun sağlık durumu ile yakından ilgileniniz. Hastalıklardan bir kısmı çocuğun yaşam enerjisini önemli ölçüde azaltarak onu dermansız bırakabilir. Bir kısmı ise, neden oldukları devamlı acı ve ağrılar yüzünden çocuğun ilgi ve dikkatini ders konuları üzerinde toplamasına engel olabilir. (Çocuğunuz asılsız bedensel yakınmalarda bulunuyorsa

bunlarında dikkate alınması gerekir. Bu yakınmalar aslında onun sorunlarını dolaylı olarak anlatış şekli olabilir.)

\* Çocuğunuzu kahvaltı etmeden yada yemek yemeden kesinlikle okula göndermeyiniz. Özellikle orta öğretim çağındaki çocuklar, hızlı bir büyüme ve gelişme dönemi içindedirler. Bu konuda titiz olunuz.

\* En iyi dinlenme, uyuyarak yapılan dinlenmedir. Özellikle düzenli olarak planlanan uyku çocukların yaşamında büyük önem taşır. Sinir sisteminin dinlenmesi ve enerji toplayabilmesi uyumaya bağlıdır. Bu sebeple çocuğunuzun uyku saatlerinin düzenli olmasına önem veriniz.

\* Çocuğunuza yeteri kadar harçlık veriniz. Harçlığını mümkünse aylık veya haftalık olarak belirleyiniz. Böylelikle kendisini yönetmeyi öğrenecek, sorumluluk kazanacaktır.

\* Çocuğunuzun yaşamında en önemli çevre, aile çevresidir. Çocuk yaşamında en etkili örnekleri ailesinden alır. Anne ve baba olarak tüm davranışlarınızda örnek olduğunuzu unutmayınız. Çocuklarınızın belirli davranışlarını da anne ve

baba olarak farklı davranışlar göstermeyiniz. Ortak bir karar olarak ikinizde davranışlarınızda örnek ve tutarlı olunuz. Onun eleştirilerini dinleyerek makul bir şekilde cevaplandırınız. Hatalarınızı düzeltme yönünde onunla tartışınız, gerekirse özür dilemeniz bile çocuğunuzun gözünde sizi yüceltecektir.

\* Çocuğunuzun gerekli tüm sorunları için sınıf ve okul rehber öğretmenlerine başvurunuz. Bu konuda size yapılan çağrılara mutlaka uyunuz. Onunda sorunlarını gerektiğinde sınıf ve okul rehber öğretmenlerine anlatması için teşvik ediniz. Sizin ve çocuğunuzun sorunlarınızın gizliliğe önem verilerek çözülmeye çalışılacağından emin olunuz.

\* Çocuklarınızın çoğu evde, aileleri tarafından ders çalışmaya ikazlarının fazlalığından yakınmaktadırlar. Sürekli dersine çalış ikazı olumsuz etki yapabileceği gibi aynı zamanda çocuğunuzun çalışma azmini de kıracaktır. Çocuğunuzun programlı çalışmaya alıştırılması, dinlenme, eğlence saatlerinin planlanması için onu yönlendirilmesi, dersi öğrenmesi için çalışması gerektiği aşılmalıdır. Aksi taktirde saatlerce bilinçsiz olarak çalışılan bir konu sadece zaman israfıdır. Ders öğrenmek için çalışılır, öğrenmede ancak bir başka öğrenilen

bilgiye transfer edilirse pekişir. Ancak öğrenilen bilgi yaşamda uygulanabilir. Planlı çalışma ise her zaman düzeni ve bilgiyi oluşturur.

\* Çocuklarımız, kendilerine güvensiz olmaktan ve sosyalleşememekten rahatsızlar. Nedenlerini düşünürsek, çözüm yine bizlerde. Çocuğunuza değer verdiğinizizi, ona güvendiğinizi, sorumluluklarını yerine getirebileceğinden emin olduğunuzu ona her fırsatta belirtin. Ona ve fikirlerine değer verin, onu dinleyin, sosyal yaşantısında faal olması için onu destekleyin. Okul ve çevresindeki sosyal faaliyetlere katılması için teşvik edin. Ona değer verdiğinizizi, güvendiğinizi her ortam ve fırsatta övgülü sözlerle dile getirin. Çocuğunuzun şımarmasından korkmayın; bilakis size ve düşüncelerinize layık olmaya çalışacaktır. Ona olan güveninizi gösteremezseniz, ondan nasıl güven bekleyebilirsiniz ki?...

\* Çocuğunuzun ders çalışma ortamını hazırlamasına yardımcı olunuz. Mümkünse bir çalışma odası oluşturunuz. Eş dost toplantılarınızı onun programına uygun hale getirmeye gayret ediniz, ev işlerini ya da alış-veriş sorumluluklarını ders çalışma saatlerinin dışında oluşturunuz. Başarabildiği bir boş zaman

etkinliğinin mutluluğunu birlikte paylaşıp, onunla gurur duyduğunuzu her fırsatta belirtin.

\* Çocuğunuzun arkadaş çevresi, onun gelişimi ve sosyal hayatının oluşumunda çok büyük etkindir. Okul dışı zararlı arkadaşlıklar, farklı problemleri de beraberinde getirir. Zararlı alışkanlıkların bu yaşlarda büyük merak konusu olduğunu, kişiliklerinin oluşma döneminde yanlış yönlendirilebileceklerini unutmayınız. Çocuğunuzun arkadaş edinmesi ve bu arkadaşlıklarda beklentilerini aza indirgeyerek mutlu arkadaşlıkların oluşumunu gerçekleştirebileceklerdir.

\* Çocuğunuzu sık sık eleştirmekten kaçınınız. Bunu başkalarının, hatta arkadaşlarının yanında yapmayınız. Beğendiğiniz ve takdir ettiğiniz yönlerini ona söyleyiniz. Çocuklarınız arasında kıskandırmadan müteakabil azimlerinin artacağından ya da komşu çocuğu ile kıyaslandığında daha iyiye yöneleceğini sanmak yanlıştır. Onu kendi yapısı ve kişiliği ile kabul ediniz. hiç kimse bir başkası olmak istemez, herkes bir başkası gibi olmak için çalışsaydı; hiç kimse olmazdı.

\* Çocuğunuzun okul yaşantısı ile ilgileniniz. Anlattıklarını büyük bir sabırla dinlemeye çalışınız. Mutluluklarını veya Mutsuzluklarını onunla paylaşınız. Son olarak; çocuğunuz sürekli bir büyüme ve gelişme içinde olduğunu unutmayınız. Sizin çocuğunuz olsa da; sizden farklı bir kişilik geliştirmekte. Onlara karşı sabırlı, soğukkanlı ve anlayışlı olunuz. Deneme ve yanılma yolu ile öğreneceklerdir. Kusurları ve olumsuz hareketleri olacaktır. Çocuklarımızın, bizim gibi düşünüp bizim gibi hareket ve tavırları göstermiş olsalardı, ailede ve okulda eğitime gerek kalmazdı.

Okuldaki eğitim ve öğretim çalışmalarının ailedeki eğitim ve öğretim çalışmaları ile desteklenmesi gerektiğini, çocuğunuzun başarısında sizinde çok önemli katkılarınızın olabileceğini kabul etmeniz ve ona gereken yardımları yapmanızın başarısını olumlu yönde etkileyebileceğini kabul etmeniz gerekiyor. Ancak bu mantıkla yola çıktığınızda onlara istediklerini verebilir ve onlardan istediklerimizi alabiliriz.

**UNUTMAYIN; SİZİN ÇOCUĞUNUZ OLARAK DOĞMAK ONLARIN ELİNDE DEĞİLDİ, ANCAK SEÇME HAKLARI OLSAYDI, SİZDEN BAŞKA KİMSENİN ÇOCUĞU OLMAK İSTEMEZLERDİ...**