Değerli veliler,

Bugün burada sizlere iyi anne-baba olmanın yolları konusunda gerekli olan bilgileri vermeye çalışacağım. İyi çocuk yetiştirmenin yolu iyi anne-baba olmaktan geçer. Maalesef biz anne babalar kendimize çocuklarımızı ne kadar iyi eğitebiliyorum sorusunu yeterince sormuyoruz. **Mesela araba kullanmak için belli eğitimlerden geçerek ehliyet alıyoruz ama nasıl iyi anne-baba olacağımızla ilgili yeteri kadar eğitim almıyoruz.** Hiçbir bilgiye sahip olmadan, deneme yanılma yöntemini uyguluyoruz. Çocuklarımız ıslak çimento gibidir. Onlara söylenen her şey, onların iç dünyasında iz bırakır. Çocuklar yaşadıkları şeyleri öğrenir. Bu nedenle iyi anne baba olmak için neler yapabiliriz?

**Sevgi**; ekmek gibi, su gibi, oksijen gibi bir ihtiyaçtır çocuklarımız için. Sevgisizlik, açlıktan ve susuzluktan daha fazla acı çektirir insana. TV karşısında maç ve dizilerde vakit geçiren anne babalar çocuklarından oksijenini ve suyunu eksilttiklerinden çoğu zaman haberdar değildir. Onlara gözünüz gibi bakmanız yetmiyor. Onların gözlerinin içine bakmalısınız. Maalesef çocuklarımıza gösteremediğimiz sevgimiz günümüzde hapishaneleri çoğalttı, sokak çocuklarını arttırdı. Çocuklarımızı her şeye rağmen, herhangi bir koşul aramadan davranışlarımızla sevgimizi göstererek sevmeliyiz. Gerçek sevgi her şeye rağmen süren sevgidir. Çocuk sevildiğini anlaması için iki somut şeye bakar.

1. **Annem babam beni özlüyor mu?**

2. **Annem babam benimle zaman geçiriyor mu?**

Sevginin ispatı **ilgi**dir. İlginin göstergesi çocuğumuzla **zaman geçirmemiz**dir. Bizler aynı ev içerisinde farklı dünyalar yaşayan aile bireyleri haline geldik. Anne mutfakta, baba maç izliyor, çocuk odasında bilgisayarının başında. Çocuk yaşamının ilk yıllarından itibaren anne-babayla iletişim kurmak ister ama **‘Şimdi işim var, sonra çocuğum.’ yanıtını sık sık alırsa, çocuk büyüdüğü zaman sizinle iletişime geçmek istemez ve aranızda aşılamaz uçurumlar oluşabilir.** Bu yüzden bizim zaman ayırmamız gereken birinci önceliğimiz çocuklarımız olmalıdır. Çocuklarımızın da bizlere yaşlılık dönemimizde ‘Şimdi işim var, sonra anne-baba.’ yanıtını vermesini istemiyorsak çocuklarımıza zaman ayıralım.

Çocuklarımızla tek taraflı konuşmamalıyız. Karşınızdaki insan kim olursa olsun, hep siz konuşursanız sıkıcı olursunuz. Anne-baba olarak karşımızda duran çocuğumuzu da konuşturmalıyız. **Ben sürekli konuşayım, ben ne dersem o olur, ben her şeyi bilirim gibi bir mantıkla hareket etmeyelim.** Aile ile ilgili konularda ve sorunlarda çocuklarımızın da fikrini ve önerilerini alalım. Onları adam yerine koyduğumuzu, onlara değer verdiğimizi hissettirelim. **Unutmayalım ki biz onları şimdi adam yerine koymazsak onların da ilerde bizi adam yerine koymayacağını bilelim.**

Çocuklarımıza iyi bir örnek anne-baba olmalıyız. Çocuklarımıza şunu yap bunu yap diyerek öğüt vermek, uyarmak elbette anne-babanın vazifeleri arasındadır ama bundan daha etkili bir yöntem, çocuklarımıza kazandırmak istediğimiz davranışları, **onlara örnek olarak** yanlarında sürekli yapmaktır.Yaşanmış bir olayla durumu açıklayalım. ***‘Bir baba 6 ve 7 yaşında iki çocuğuyla birlikte hayvanat bahçesine girmek için bilet almak üzere gişeye gider. 0-6 yaşın ücretsiz olarak girebildiği hayvanat bahçesi için iki bilet ister; birisinin kendisi, diğerinin de 7 yaşındaki çocuğu için olduğunu belirtir. Gişe memuru ‘Siz söylemeseydiniz ben büyük çocuğunuzun 7 yaşında olduğunu bilmez, ikisini de biletsiz olarak içeri alırdım. Neden söylediniz? diye sorar. Baba cevap olarak ‘Siz bilmezdiniz ama benim çocuklarım size yalan söyleyip sizi aldattığımı bilirdi.’ der.*** Şimdi bu baba dürüstlük, yalan söylememek konusunda çocuklarına iki saat nasihat etse mi daha etkili olurdu ya da bu olayı çocuklarına tecrübe ettirerek mi daha etkili olurdu? Çocuğunuzun yanında sürekli asık suratlı olursanız, herkesin yanında çocuğunuzu eleştirip kabahatlerini yüzüne vurursanız onun sizi sevmesini beklemeyin. Çocuğunuza yerine getiremeyeceğiniz sözler verirseniz onun da size verdiği sözleri yerine getirmesini beklemeyin. Çocuğunuzun dürüst bir insan olmasını istiyorsanız siz de onun yanında dürüst olun.

Gençlerin ergenlik dönemlerinde ailelerine en çok kızdıkları, en çok alındıkları zaman başkalarıyla kıyaslandıkları zamandır. **Çocuk; kardeşi, amcasının çocuğu, dayısının çocuğu, komşusunun çocuğu gibi kişilerle asla kıyaslanmamalıdır.** Bak amcanın çocuğu ne kadar başarılı sen değilsin, bak dayının çocuğu ne kadar terbiyeli, hiç ablana çekmemişsin gibi birçok kıyas cümlesini maalesef anne-babalar çocuklarına karşı kullanıyor. Size göre masum görünen o kıyaslamalar çocuğun ruhunda derin yaralar açıyor. Çocukta özgüven kaybına, çocuğun mutsuz olmasına, çocuğun aklında anne-babasının kendini sevmiyor düşüncesi oluşmasına, başarısızlık gibi birçok olumsuz duruma yol açabilir. **Bir gün oğlunuz size gelse ve dese ki; ‘Baba, sen baba mısın ki? Bizim arkadaşın bir babası var ben baba diye ona derim!’ ya da kızınız gelse dese ki; ‘Anne sen de annelik mi yapıyorsun? Bizim sınıfta bir arkadaşın annesi var görmeni ve onu örnek almanı isterdim!’ demiş olsa ne yapardınız?** Bu cümleler size kendinizi nasıl hissettirirdi? Olumsuz bir duygu değil mi? Eğer bu duyguyu yaşamak istemiyorsak çocuklarımıza da yaşatmaya hakkımız yoktur.

**Çocuğumuzda gördüğümüz güzel davranışları takdir ediniz ve övünüz. Hatta çocuğunuzu takdir etmek için fırsat kollayın.** Bazı anne babalar çocuklarıyla sadece onlara fırça atmak için iletişim kurarlar. Kusur avcısı gibi çalışan anne babaların çocuklarının daha da kötüye gittiği bir gerçektir. Övgü sayesinde güçsüz bedeni güçlü hale getirebilirsiniz. Örneğin çocuk yalan söylemediğinde, verdiği bir sözü yerine getirdiğinde, odasını topladığında bu davranışları övülmelidir. Bitkiler nasıl güneş sayesinde büyürlerse, insanlar da övgüyle büyürler. Ancak şunu da unutmamak gerekir. Çocuğu davranış konusunda överseniz, davranışı daha iyi olacaktır. Ancak sadece kişi olarak överseniz, sadece kendini beğenmişliğini arttırırsınız. ‘Şımarık çocuk’ gereksiz ve abartılı övgülerle yetişir, ‘pısırık çocuk’ gereksiz ve abartılı azarlamalarla yetişir. Hayatın her safhasında olduğu gibi burada da asıl olan ‘**denge**’dir.

**Çocuklarımıza mutlaka bireysel sorumluluklar-yapabileceği sorumluluklar vermeliyiz.** Çocuğun yaşına ve beceri düzeyine uygun sorumluluklar vermek, bu sorumlulukları yerine getirdiğinde **‘Aferin, ne güzel yaptın, harikasın’** gibi sözel ifadeler kullanmak, çocuğun kendine olan özgüvenini artırarak kendisini daha iyi hissetmesini sağlayacaktır. Sorumluluk vermeye küçük yaşlardan itibaren başlanmalıdır. Belli bir yaştan sonra çocuğa sorumluluk bilinci kazandırmak zorlaşacaktır. İlkokul çağındaki çocuğa; çantasını kendisi hazırlaması, sabahları kendi başına uyanabilmesi, ödevlerini yardım eşliğinde yapabilmesi, ortaokul çağındaki çocuğa; kendi yatağını kendi düzeltmesi, listelenmiş ev alışverişini kendisinin yapması, toplu yerlerde gerektiği gibi davranabilmesi, lise çağındaki çocuğa; kendi haklarını savunabilme, yardım gerektiren işlerde kendi isteğiyle yardım edebilmesi, bağımsız olarak çalışmalarını planlama gibi sorumluluklar aşılanabilir. Bu sorumluluklar ev içi-dışı çoğaltılabilir. Biz sadece bazı örnekler verdik.

Günümüzde teknoloji çocuklarımız için büyük tehdittir. Elimizde bulunan telefonlar, televizyonlar, bilgisayarlar, tablet vb. cihazlar biz yetişkinlere zarar vermekle birlikte en çok okul çağındaki yavrularımızı olumsuz etkilemektedir. Yapılan araştırmalar teknolojinin insan beynine yaptığı etkinin uyuşturucunun insan beynine yaptığı etkiye yakın bir etki yaptığını tespit etmiştir. Yani teknoloji de aşırıya kaçma birçok fizyolojik ve psikolojik sorunları beraberinde getirir. Peki ne yapmamız lazım? Çocuğumuzun teknolojiyi ölçülü bir biçimde kullanmasını istiyorsak çocuklarımızla iletişimimizin iyi olması gerekmektedir. **Çocuklarımıza eğlence ve sohbet içinde zaman ayırmamız gerekiyor.** Anne-babaların aile fertlerini bir arada tutacak fikirler üretmesi gerekiyor. Bunun için fedakârlık yapmak gerekiyor. Biraz düşünüldüğünde bunun yollarının bulunabileceğini düşünüyorum. **Belli günlerde dışarıda beraber zaman geçirmekle başlanabilir.**

**Çocuklarınıza asla fiziksel ve psikolojik şiddet uygulamayın. Şiddet ceza değil çaresizliktir.** Çocuklarımıza dayak atmak çaresizliktir. Çocuğunuzun yaramazlığıyla nasıl mücadele edebileceğiniz konusundaki bilgi eksikliğinizin faturasını çocuğunuza ödetmeye hakkınız yok. Dayak çocuğu ya pısırıklaştırır ya da yalana alıştırır. Siz çocuğunuza sürekli şiddet uygularsanız o, kendisine yönelmiş her şiddete boyun eğecektir ya da kendisi herkese yönelen bir şiddet olacaktır. Çocuklarımıza ne sınırsız özgürlük verelim ne de aşırı baskı kuralım. Çocuklarımıza **orta düzey bir disiplin** anlayışı kazandırmamız gerekiyor. Çocuklar disiplinin kendileri için olduğuna inandırılmalıdır. Tabi ki disiplin aşırı baskıya dönüşmemeli, özgürlük sınırsız olmamalıdır. Bunun kolay olmadığını biliyorum. Zaten iyi insan yetiştirmek kolay değil. Çocuğunuzu sokağa bırakın ama sokakta da bırakmayın.

Anne babalar birer bahçıvan olduklarını asla akıllarından çıkartmamalıdır. Önlerindeki bahçenin çiçekleri olan çocuklarını yetiştirirken bilmedikleri kuralları öğrenmek için çaba sarf etmek zorundalar. Yarın o bahçede yetişecek olan dikenler mi çok olur, çiçekler mi çok olur sorusunun cevabı, burada öğrendiklerinizle hareket edip etmediğinize bağlıdır.

Bir binanın önünden geçerken bakıyorsunuz ki bina yamuk yapılmış. Yerden göğe kadar dimdik durması gereken bina yamuk duruyorsa kimi suçlarsınız? Binayı mı binayı yapanı mı? Binaya sen neden yamuk duruyorsun demeye hakkımız var mı? Elbette yoktur.

Bugün çocuğunuzdan çok memnunsanız, kendisine, ailesine ve yaşadığı topluma faydalı evlat yetiştirmişseniz bu sizin büyük bir zaferinizdir. Şayet çocuklarınızdan ve çocuklarınızın yaptıklarından memnun değilseniz, kendinizi ve yaptıklarınızı sorgulayın. Çocuklarınız sizin eserleriniz. Usta sizsiniz. Sanatkâr sizsiniz. Çocuklarınız size yaratıcının bir emanetidir.

Mahsun AKAY

Okul Psikolojik Danışmanı