**II-3-2 ÇOCUK GÖRÜSÜ**

Anne – Babaların Aceleci veya ilgisiz gibi algılanan olumsuz tutum ve tavırları bazen çocuk tarafından kaygıya sebep olur. Kaygıya karşı geliştirdikleri tepkiler ise onların olaylar karşısında başa çıkma yolları haline dönüşe bilir.

Bazen aldırmaz olurlar, eğitimciler bu duruma yaylaya düşme derler. Bazen sürekli yapamayacaklarını söylerler, bu durumu da yardım tuzağı veya öğrenilmiş çaresizlik derler. Bazen de istemedikleri durumdan kurtulmak için karnım ağrıyor diye bilirler ve sizi oldukça korkuta da bilirler.

Tüm bunlara istenmedik olay veya olgudan kurtulup istendik sonucu elde etmek için geliştirilen başa çıkma yolları denir. Başa çıkma yolları bireyin aslında bilinçli olarak yaptıkları davranışlar değildir.

Ailesi tarafından her türlü ihtiyacı giderilen ve aşırı korumacı bir ortamda yetişen bir çocuk ilerde karşılaştığı sorunlara karşı sürekli yardım beklentisinde olan ama yardım istemeyi bilmeyen bir tarz geliştire bilir. Bu durumda çocuk mızmız, sürekli beklenti içinde olan, gelişime kapalı bir kişilik geliştire bilir. Çünkü aslında bu başa çıkma yolunu ona siz gösterdiniz ve oda öğrendi.

Çocukta aynen söylendiği gibi kurtulmanın yolunu kendi içinde arar ve sizi engelleyici davranışlar geliştirir. Bu durumda çocuk sorunu ile başa çıkmayı siz yönlendirerek sağlamış olur. Verdiğiniz tepkiler ile de onun başa çıkma yollarını pekiştirmiş oluyorsunuz.

Çocuklar kaygılarını – korkularını bazen çözüm üretmek yerine kabullenmeyi tercih ederler. Ortama uyum sağlamak için davranış geliştirirler. Mızmızlandığında veya suratı asıldığında siz hemen harekete geçiyor ve ihtiyacını gideriyorsanız, istemeyi öğrenemeden yani çözüm aramadan sadece ortalığı ateşe vererek çözümü arama motivasyonundan hemen vaz geçecektir. Aslında sorunu çözmüyor pekiştiriyor olacaksınız.

Tüm bu yaşantıları sağlıklı atlata bilmek için tatbikî öncelikle çocuğumuzu iyi tanıyacağız. Bunun içinde daha önce bahsedilen teknikleri kullanmalıyız. Elde ettiğimiz bilgileri tecrübeye dönüştürürken dikkat etmemiz gereken unsurlar arasında en önemli olanı iyi bir dinleyici olmaktır.

Sorunu çözmenin en önemli yolu doğru betimlemektir. Bu betimlemeler soruna çözüm önerisi getirmiyor ise kendiside başlı başına sorun olacaktır. Sorunu dillendirmek yapa bileceğiniz en büyük sorundur. Sorunu değil çözümü dillendirin ve çözüm üzerine bilgi toplayın.

Dinlerken ne söyleyeceğini düşünmeyin, duyun. Neyi anlatıyor ve nasıl anlatıyor. Daha önce bahsettiğimiz uyumlama davranışının gelişmesi çok önemlidir. Çocuğunuzu tepeden bakarak değil mümkünse oturarak dinleyin ama sakın kucağınıza almayın.

Göz teması önemlidir ancak sürekli gözüne bakmak irkilmesine neden olur. Bir konuşma esnasında onun söylediklerinizi dinlerken sadece hı hı demeniz bile onun anlatımına destek verecektir. Çoğunlukla sizin dinlediğinizi anlamak için sizden geri dönüt bekleyecektir bu durumda ona anlattıklarını kısaca tekrar edip evet diye bilirsiniz veya güçlü sorular sorarak onun anlatımlarını daha etkili hale getire bilir. Güçlü soru sormak aslında konuya vakıf olmak ile alakalıdır. Dinlemeden sorulan irkiltici sorular iletişimi tamamen kopara bilir.

Güçlü sorular için doğru soru sorun değildir ifadesi kullanılır. Doğru soru ise ancak etraflıca dinlenmiş ve anlaşılmış konular ile ilgili sorulardır. Yani siz çocuğa nasihat vermek yerine onun vereceğiniz bilgiyi kendisinin bulmasını sağlıyorsunuz. Bazen tatlı bir tebessüm ile gelen “…sence?” sorusu bile tüm hayatı değiştire bilecek iç dinamizmi oluştura biliyor. Güçlü sorularda seni anladım iması da vardır. Çocuk soru karşında irkilir ve dinlendiğini fark eder.

Bazen anlatmakta zorlandığı bir durumda elinizi hafifçe omzuna veya dizine koyup biraz kemiği hissedecek kadar sıkmak, İşe yaraya bilir. Bazen de sorgular bir ifade takınmadan sadece yanında anlatmasını beklemek işe yarar.

Öğretmeni ile yaşadığı sorunları anlatan bir çocuğa haklı olup olmadığına yönelik bir yorum yapmak yerine ona başa çıkma yolları gösterilmelidir. Bu durumda kendinizi açma davranışı geliştire bilirsiniz. Başta sizin olmak üzere başkalarını yaşantıları ile ilgili bilgi ve beceriler çocuklar için emsal teşkil ederler.

Anlatımlarda ifadelerin duygu mu düşünce mi içerikli olduğuna yönelik anlık bilgi talep ede bilirsiniz. Ne düşünüyorsun, ne hissettin gibi tepkiler ile çocuğu duygu ve düşünceleri ile ilgili betimleme yapmaya teşvik edin. Sormak istediğiniz bir konu oluğunda anlatımın sonunu bekleyin, sözünü kesmeyin.

Sizi komut verirken net olun fazla nezaket cümlesi kullanmayın. Betimlemeleriniz tam olsun. Bana ver yerine bana tabakta ki kırmızı elmalardan bir tane ver. Şeklinde uzun ve içerikli cümleler ile hitap edin.

Bu açıdan bakınca aslında çocuk eğitimi insanın kendisini eğitmesi gibi görülüyor. Ne görmüş ola bilir bende de bu şekilde davranıyor demek veya daha iyi bir dinleyici olmak için yapmamamız gerekenlere dikkat etmek aslında çocuğu değil kendimiz eğitmek ile alakalı süreçlerden oluşuyor. Eğitimli bir anne babanın çocuklarının da bu ortamdan etkileneceği kesindir. Unutmayalım ki eğitilmemiş bir insana öğretmen olmak çok zordur. Öğretmenler için en keyifli iş ise eğitimli bir insana öğretmenlik yapmaktır.

İkili iletişimde karşı tarafın sizi algılayış tarzı da önemlidir. Bunun en temel seviyesi uyumlama becerisi ile alakalıdır. Siz zorda olsa tebessüm ediyor iseniz çocuk da sanki kötü bir şey olmuşta sizi üzmemek için tebessüm ediyormuş gibi bakmaya başlar. O yüzden çocukla konuşurken duygularınızı gizlemeye çalışmayın. Mümkünse onun konuşmadan önce eğer engelleyemeyeceğiniz olumsuz duygularınıza neden olan düşünceleriniz var ise bunlar ile ilgili kendinizi ikna edin. Eğer edemiyor iseniz çocukla düşünceleriniz ile ilgili konuşun duygularınızdan çok bahsetmeyin böylece kontrol sizde olur. Ama ne yaparsanız yapın mış gibi yapmayın. Unutmayın gönülden gönle bir yol gider. İnsan iletişimde ancak %10 luk kısmını sözel olarak anlatılanlardan alır. Beden dili, duruş, giyim, ısı, ışık etkileri olarak da kalan %90 lık kısımdan bilgi alır. Tabi ki en çok da göz ve ağız kenarlarında ki o küçücük oynamalar. Bir mm den daha küçük hareketlerimizin hayatımızda nelere kadir olduğunu anlasa idik aslında birçok sorunumuzu başlamadan bitire bilirdik.

Bu neden ile çocuğunuzun sizi nasıl gördüğü önemlidir. Konuşmadan önce sizin kendisine destek olmak istediğinizin farkında mı? Yoksa küçük ken yaptığınız gibi ona gene zorla mamamı yediriyor veya oyunlarına mı karışıyorsunuz? O sizi karışıp karıştıracak olarak mı algılıyor? Kendinize samimi olun ve tekrar değerlendirin. Bırakın o sizden yardım istesin. Düştüğü için sevinin çünkü kalkmasını öğrenecektir. Acıyı ve katlanmayı öğrenecektir. Siz sevindiğiniz de kendine güveni gelecektir. Düşmüştür artık, kalkma zamanıdır, doğrulmak isterken sırtına binmeyin, onu alıp havalandırıp ayaklarını yerden keserek doğrulmasına en gel olmayın. Düştüğünde hafif bir mızırdanma ve kalkmaya çalışması var ise saten o baş edecektir ve istediği yardım sadece yanınızda olduğunu bilmektir çoğu zaman.

Sizi algılayış biçimini sizden yardım isteme şekline bakarak karar vere bilirsiniz. Ayrıca diğer aile fertleri de önemlidir. Onlar ile olan iletişimini gözlemleyin. Çocuğunuz sizi ve diğer aile fertlerini dinlemeyi sever mi? Desenin kendisini özlediğini biliyor mu? Yardım istediği ve herkesin ona yardımcı olmak için uğraştığı ile ilgili anıları var mı? Dineldiğinizi düşündüğünüz anlarda çocuk azarlandığını mı düşünüyor? Kendini güvende mi hissediyor yoksa emanet bir çocuk gibi mi hissediyor? Sürprizlerinizden hoşlanıyor mu, yoksa bir şey olacak korkusu ile hemen olayı öğrenmeye mi çalışıyor? Verdiğiniz sözler ile ilgili güvensizlik yaşar mı? Aile ile birlikte etkinlik yaparken veya bazen yemek yerken zamanın nasıl geçtiğini anlayamadığı olur mu?

Tüm bunları yaparken beklentiyi dengelemek önemlidir. Bir parkta oynarken yoruldum ifadesi sonrası hadi sen yaparsın demek uygun mudur? Ya da kaldıramayacağı bir görev vermek. İşte bu yüzden onu ve sınırlılıklarını iyi bilmek gerekir. Küçümsediğiniz duyguları ve düşünceleri olamamalı.

Daha çok kas yapısı ile ilgili fiziksel sınırlılıklara dikkat etmelisiniz. Kasın aşırı güçlenmesi kemikleri baskılayıp gelişim sorunu oluştura bileceği gibi az kullanımı da aynı şekilde kemiklerin gelişimini yavaşlata bilir. Beklentinizi çocuğun güven duyup duymadığını kontrol ederek de dengeleye bilirsiniz. Beklenti dengeli olduğunda çocuk anlaşıldığını hissedecek ve güven duyacaktır. Sizi algılayış biçiminden bu durumu kontrol ede bilirsiniz.

Hayatı öğretmeye çalışırken onun da kendi hayatı olacağını göz ardı etmemeliyiz. Onu ve yaşamın ona getirdiklerini görmek için sabırlı olmalıyız. Sosyal ortamını dengeleme gereke bilir elbette ancak bunu onun anlamlandırması önemli. Zaman geçiyor bir an önce okumalı yazmalı demek veya ortam bozuk onu korumalıyım her yere girip çıkmamalı demek ne kadar sıkıntılı ise elbette boşlamak da o kadar sıkıntılıdır hatta daha fazla. Burada önemli olan çocuğun hayatı olduğunu unutmamak ve güven duygusunu zedelemeden sınırları somutlaştırmak. Bunun için önce ifadelerimizi düzenlemeliyiz. Her yerden değil de mesela nelerden kaçındığınızı listeyin veya zaman geçiyor değilde hangi zamanda ne yapmak istersizin listeyin.

İlk anılarınızı not alın fotoğraflayın bu sizin bağlarınızı kuvvetlendirir. Bu fotoğraflar ve hatırlar coçuk eğitiminde elinizi güçlendirir. Hatırası olmayanın hatırıda olmaz derler. Hatırlı gönüllü çocuklar için hatıralarınıza dikkat edin.

Her – hep – en – şey gibi ifadeler soyuttur ve sizi hataya sevk eder kontrolü kaybedersiniz ancak herkes yerine kim her zaman yerine hangi zaman gibi ifadeler ile düşünce kalıpları oluşturur isek bu bizim daha proaktif bir ebeveyn olmamızı sağlaya bilir. Örneğin “kimse beni anlamıyor” sorusunun yanıtı somutlaştırılmalıdır. “Seni en çok kim anlamıyor” sorusunu onu somutlaştırmaya ve sorunu çözmeye bir adım daha yaklaştıracaktır. Soyutlaştırma aslında bireyin kabullenmekten kaçtığı durumlarını da ifade ede bilir bu yüzden duygularını ifade etmesine izin verdikten sonra somutlaştırmaya geçilmesi önemlidir.

Çocukların derdi olduğunda onun açılması için fırsat vermeliyiz. Unutmayın doğru soru sorun değildir. Açmaya çalışırken onu dağıta biliriz. Biz velilerin en büyük sorunu çocuklarımızın ağlamasına karşı tahammülsüzlüğümüzdür ancak ağlamak çok önemli bir gelişlim sürecidir. Bazen hırstan bazen üzüntüden bazen de sevinçten ağlarız. Otta RANK ağlamanın önemini ilk çığlık teorisi ile anlatır. O’na göre bebek doğduğunda ağlamıyor ise yaşamıyor demektir. Tıpkı bunun gibi bazı yaşam olaylarında ağlamasına izin verilmeyen çocukların tekrar o olayı anlamlandırmasında sorunlar olmakta. Bazen çocuğun derdi gibi görünen durumlar onun gelişim basamağı ola bilmekte.

Kuralların oluşumu spontane olmalı kuralları çocuklar korlar ise onlarda korurlar merak etmeyin bu oyunun en önemli ilkesidir ve onlar için oyun var oluştur. Kendi koyduğu kuralları çiğnetmezler. Sinir bozucu durumlarda çocuğunuzun kural koymasını beklemeden bir hüküm verme ihtiyacı hissede bilirsiniz ancak bunu daha sonra mutlaka paylaşın ve neden böyle davrandığınızı izah edin. Bir daha ki sefere dayanamayacak gibi olduğunuzda size gösterdiği yaşından büyük gibi görünen olgunlukta ki davranış karşısında şaşkınlık yaşamanızı sağlaya bilir. Aksi takdirde “Hep böyle yapıyorsun, her zaman ben mi…” gibi ifadeler ile başınızın etinin yendiğini hissedersiniz: bu ifadelr soyut ifadelrdir. Bu ifadelre karşı gerilmeyin ve mutlaka somutlaştırmaya çalışın. “Kimse beni anlamıyor” dediğinde size haksızlık yaptığına yönelik bir düşünce ile anlayışsız olduğunu düşünüp kızmayın. Ondan kendisini kimin vey akimlerin anlamadığını sorun. Böylece çocuğun sayut olan düşüncelerini somutlaştırarak duygularını daha iyi anlamasına ve kontrollü olmasına yardım etmiş olursunuz.

Tüm bunların oluşumu için aslında mecbur olduğumuz tek bir konu vardır. Anne ve baba yani ebeveynlerin birlikte hareket etmesi gerekir. Taviz olmamalı. Taviz tavizi doğurur ve yeri gelir verilen taviz çocuğun hakkı olur. Hakkı teslim etmeyen ise zalim olur. Zalim olmamıza neden olacak merhamet gösterilerinden uzak durun. Elbette ebeveyn çocuk arasında kaçamaklar olur. Anne ile birlikte dışarıda dondurma yemek, baba ile birlikte kumda oynamak ve bunların sır haline getirmek sizi yaramazlar ifadesine maruz bıraka bilir. Ancak çocuk için geçerli olan kuralın bozulmamasıdır, kural kuraldır ne olursa olsun kural olarak kalacaktır. Yaptığı hatalar kuralı ortadan kaldırmaz. Gerekli cezayı aldığında kurala değil kendisine kızacaktır. Cezanın kendisine değil davranışa verildiğini anlaması için saten kuralların saygınlığı her daim muhafaza edilmelidir.

İyi bir konuşmacı olmak için iyi bir dinleyici olmalısınız bu yüzden öncelikli olarak dinleme, anlama ve analiz etme üzerinde durduk. Artık konuşma zamanı. Konuşmadan önce mutlaka ne düşündüğünüzü tartın. Duygularınızı kontrol edin. Çoğunlukla bunları sözel olarak ifade etmek iletişimi güçlendirir. “ben senin sevindiğini düşünmüştüm, öyle olmaması beni üzdü ama gerçeği öğrenmek beni rahatlattı, teşekkür ederim…” şeklinde ifadeler bireyin aslında iç analizidir. Bunu açıkça ifade etmek ise konuşmanın gücünü arttırır. Buna kendini açmada denir. Bazen kendini açmak için geçmiş anılardan faydalanırsınız. Kendini açma tepkisi konuşmada yerli yerinde kullanılmalı yoksa itici ola bilir veya sizi sorgulanmanıza neden olacak şekilde zor durumda bıraka bilir.

Konuşmanızda soyutluklardan kaçının, olay veya olguları somut anlamda dile getirin. “herkes, hiç kimse, çoğunlukla, her zaman…” gibi ifadeler soyutluk içerir ve anlatımın karışmasına, duyuların sebebi olan düşüncelerin kaynağına yönelik çocuğun bilgilerinin karışmasına neden olur yani kafası gönlü karışır. Kime güveneceğini bilemez. Bu ifadeler yerine gerçeği ifade edin veya somutlaştırmak için bir fıkra, bir anı anlatımında buluna bilirsiniz. Amaç bur da çocuğun kimin, neyi, nasıl yaşadığını öğrenmesidir.

Konuşma esnasında çok fazla göz teması önerilmez ondan yükseklere bakmakta iyi değildir. Konuşma esnasında göz hareketleri karışınızda kine neyi düşündüğünüz ile ilgili ipuçları verir. Konu ile ilgili internette çok fazla malzeme bula bilirsiniz. Bu yüzden onun izin verdiği kadar yüzüne veya elleri gibi gözünün altında bir hizaya sabitlenmeden bakmak önemlidir. Konuşma esnasında sizin yaklaşmanız kadar onun size yaklaşmasına izin vermenizde önemlidir.

Konuşma uzadığında konu bütünlüğü için ortalama 15 dk içinde bir konuşulanlar ile ilgili geri bildirim verin. Geri bildirimleriniz sorgular mahiyette olmamalı. Anlamış mıyım iması içermeli. Aşırı nezaketten uzak, emir kipi cümleler içeren yarı yapılandırılmış cümleler ilede kontrol sağlıya bilirsiniz. “ben senin aslında korkmadığını düşündüm, öylemiydi …”, “yani buna üzüldüm ama…”, “aslında ifade etmen beni rahatlattı, seni…” gibi ifadeler yarı yapılandırılmış eksik bırakılan ve anlatılanların özetlenmesi istenen ve antıma teşvik eden cümlelerdir.

Bazen konuşak için soru sorarız bazende soru sormak için konuşuruz. Kütfen hangisi olacağını baştan seçin. Yoksa çocuklar sizi şaşırta bilirler. Konuşmak için soru sorduğunuzda aldığınız haber sizi irkiltti ise mutlaka biraz ara verin kendinizi hazırlayıp öyle konuşmaya başlayın. Sorularınız ile de sıkmayın. Soru ormak bir sanattır ve bunu en iyi tarihte Sokrates yapmıştır. İnsanları biraz gererek aslında gerçekte ifade etmek istediği cümleleri söylemelerini sağlarmış. Unutmayın; doğru soruyu ancak konuyu bilen sorar ve doğru soru sorun oluşturmaz. Siz ailelerin doğru soru soracak kadar geçmiş yaşantıların ve bilgi birikiminiz var. Onu kullanın, duygularınıza kapılıp kontrolü kaybetmeyin. Doğru sorular ile doğru cevaplar alın ki çocuklarınız doğru yoldan ayrılmasınlar. Sorun oluşturmak istemiyor iseniz ne sorduğunuza dikkat edin.

Unutmayın tüm bu ifadelerden elde edeceğiniz bilgiler iletişimi güçlendirmek için çocuğunuz da düzelteceğiniz unsurları açığa çıkarmaz. Sizin kendinizde düzelteceğiniz unsurları açığa çıkarır.