

VELİ BİLGİLENDİRME BÜLTENİ 3: **Çocuğumuz ve Şiddet**

Yapılan araştırmalar, çocukların şiddeti yaşamın erken dönemlerinde yaşayarak veya gözlemleyerek öğrendiklerini bizlere sunmaktadır. Bu anlamda anne ve babalara çok fazla görev düşmektedir. Annelerin özellikle çalışan annelerin seslerini duyar gibiyim. "Bütün sorumluluk benim üzerimde, iş dışında bütün vaktimi zaten onlara ayırıyorum" der gibisiniz.. Kendimize dahi vakit ayırmayı beceremediğimiz şu zamanda, her şeyimizden fedakarlık yapıp "bütün vaktimizi" onlara ayırmak acaba ne kadar sağlıklı? Elinde rahatsızlığı olan ve ameliyat olması gereken fakat işini aksatmamak adına ameliyatı sürekli erteleyen bir cerrah düşününüz, sürekli ameliyatlarda bulunsa da, her gün tecrübesine tecrübe katsa da, "işini iyi yapabilmesi için önce kendisinin tedavi olması ve sağlığına kavuşması gerekecektir, evet cerrah ne kadar iyi olursa, hastaları daha iyi olacaktır". Tıpkı çocuklarımız gibi, "biz ebeveynler ne kadar iyi ve sağlıklı olarak onlarla birlikte olursak, bütün vaktimizi onlara ayırmamıza bile gerek kalmaz; evet biz iyiysek çocuklarımız da bir süre sonra iyi olacaktır."

Anne-babalar çocuklarının güven ve sevgi dolu bir ortamda yaşamalarını sağlayarak şiddeti azaltma konusunda önemli bir rol üstlenirler. Aşağıda bu konuyla ilgili bazı öneriler sunacağım, lakin tamamını yapamamak bile elimizden geleni lütfen uygulamaya çalışalım...

1.Çocuklarınıza yönelik sevgi ve ilginiz sürekli ve tutarlı olsun:

Bir çocuğun kendisini "güvende" hissedebilmesi için anne ve babanın tutarlı sevgisine ihtiyacı vardır. Erken dönemde bunu yakalayan ve güvenli bağlanma geliştiremeyen çocukların ebeveynlere veya çevreye karşı düşmanlık duygularını göstermeleri olasıdır. Bir çocuğa her zaman sevgi gösterebilmek hiç de kolay bir şey değildir. Hatta eğer genç, deneyimsiz ya da çocuğunu tek başına yetiştirmek durumunda kalan bir anne ya da babaysanız... Çocuğumuz bizim isteğimizin çok dışında dahi hareket etse unutulmamalıdır ki "çocuğumuzun da bağımsızlık ihtiyacının doyurulmasına ihtiyacı vardır". Kendisi keşfedip öğrenmeli, yeni süreçleri kendisi bulmalıdır. Bu şekilde desteklenen çocukların daha özerk ve kendi işlerini kendileri çözebilen birer yetişkin olduklarını büyüdüklerinde göreceksiniz.

2.Çocuklarınızı gözetim altında yönlendirin

"Çocuklar kendi ayakları üzerinde duruncaya kadar, cesaretlendirilmek, korunmak ve destek almak için ebeveynlerine ve aile üyelerine muhtaçtırlar. Uygun yönlendirme ve gözetim olmadığı zaman, ihtiyaç duydukları bu rehberlikten yoksun kalacaklardır. Araştırmalar, zamanında ve yapıcı bir yönlendirme almayan çocukların davranış problemleri olduğunu göstermektedir."(DBE,2015). Mutlaka birlikte bulunduğu yetişkinin tavır ve davranışlarını gözlemleyin. Çünkü çocuklarımız birer sünger gibidir, onlara neleri sunarsak bize hemen öğrenip geri bildirim verecektir.

3.Çocuklarınıza uygun davranışları öğretebilmek için kendiniz model olun

Çocuklar genellikle taklit ederek öğrenirler. Ailenin değerleri, tutumları ve davranışlarının onlar üzerindeki etkisi büyüktür. Saldırganlıkları çocuklarla konuşurken net olun. Ebeveynler arası tutarlılık olmalı, anne ve baba her zaman aynı tarafta olmalıdır. Eğer çocuk uyguladığı şiddeti bırakırsa; ufak ödüllendirmelerle onu motive edebilirsiniz.

4.Kurallarınız ve disiplin yöntemleriniz konusunda tutarlı olun

Bir kural koyduysanız onu yerine getirin ve vazgeçmeyin. Çocukların kendilerinden hangi davranışların beklendiği konusunda açıklığa ve belirginliğe ihtiyaçları vardır. Oluşturduğunuz bir kuralın yerine getirilmesi konusunda gelişigüzel biçimde davranırsanız, bu sadece çocuklarınızın kafasını karıştırarak "kaçamak yollar" aramalarını destekleyecektir. Kurallarınızı oluştururken olanaklar ölçüsünde çocuklarınızın da katılımlarını sağlamaya çalışın. Neyi beklediğinizi ve kurallara uyulmadığı zaman ne tür sonuçlarla karşılaşacaklarını açıklayın. Bu yaklaşım, onların hem kendileri hem de çevrelerindeki insanlar için en iyi olanı elde edebilmeleri amacıyla neler yapmaları gerektiğini öğrenmelerini sağlayacaktır.

5.Çocuklarınıza vurmayın

"Çocuklarınıza ceza vermek için onları itmek, kakmak, tokatlamak, vurmak ya da dayak atmak gibi davranışlar, onlara sorunlarını iterek, kakarak, vurup, çarparak çözümlerin uygun olacağı, ceza vermeleri gerektiğinde onların da benzer şekilde cezalar verebilecekleri mesajını verir. Fiziksel cezalar, istenmeyen davranışları ancak belli bir süre için durdurabilir.

6.Çocuklarınıza şiddete karşı olmalarını öğretin

Şiddete karşı davranışlar sergiledikleri her ortamda çocuklarınızı destekleyin ve ödüllendirin. Arkadaşlarından birinin diğerine vurduğu, küftettiği, tehdit ettiği durumlarda çocuğunuza sakin ama kesin sözcüklerle nasıl tepki gösterebileceklerini öğretin.

Psk. Aynur YILMAZ
Mercan Çağrı Koleji Rehberlik Birimi

Kavaklı Mah. Ürgüp Cad. No: 31 Yakuplu Beylikdüzü,
İstanbul Tel: 444 1 152 E-posta: info@cagriagitim.com.tr