

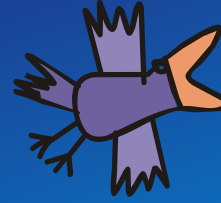


Belarus Cumhuriyeti
Sağlık Bakanlığı



Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu
Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF)
Belarus Cumhuriyeti Ofisi
e-posta: unicef@tut.by

unicef 
Birleşmiş Milletler
Çocuklara Yardım Fonu



**ÇOCUKLUK ÇAĞI
KORKULARI**

Her sağlıklı insanın bir korku duygusu vardır ve korkuyu hissetmeyen bir kişi aslında hastadır. Dolayısıyla korkunun tamamen yok olması psikopatolojinin belirtilerinden biridir.

Korkunun ilk ortaya çıkışına bebeklerde birkaç aylıkken rastlarız. Kendisini bilinmeyene karşı bir endişe olarak gösterir. Bir çocuk tanımadığı bir yüzü gördüğünde bile korkabilir. Sonrasında ebeveynlerin yokluğunda yaşanan “ayrılık” korkusu ortaya çıkar ve sonraki iki yıl boyunca çocukların korkularının değişkenliği artar.



Belirli korkular hakkında konuşalım. Korku, çocukların gerçekten tehlikeli bulduğu belirli nesneler, yaratıklar veya durumlar tarafından tetiklenir. 2-3 yaşlarında soyut korku belirtileri görülmez. Belirli bir korelasyon vardır: Bir çocuk zekâsı ne kadar yüksekse o kadar belirgin korkuları vardır. Öğrenme sürecinde belirli korkuların yelpazesi genişler (Örneğin bir çocuk, doktorun beyaz önlüğüyle olan ilişkilerin bir sonucu olarak kuaförden korkmaya başlar).

Çocuk 3 yaş civarında **simgesel korkular** olarak **bilinen korkuları yaşamaya başlar**. En yaygın olanı karanlık korkusudur. Karanlık, çocuk için yalnızlığa benzer bir durum yaratır ve çocuğun deneyimi de “Göremediğim şey yoktur.” diye belirli bir çocuk mantığından etkilenir.

Çocuk 3 yaş civarında simgesel korkular olarak bilinen korkuları yaşamaya başlar. En yaygın olanı karanlık korkusudur: **Karanlık**, çocuk için yalnızlığa benzer bir durum yaratır ve çocuğun deneyimi de “Göremediğim şey yoktur.” diye belirli bir çocuk mantığından etkilenir.

ve **ikincisi** - yaratıcı düşünebilen bir çocuğun hayal gücünde, odanın karanlık köşelerine çeşitli korkutucu masal görüntüleri çizilir.

EBEVEYNLER NE YAPMALI?

Karanlıktan korkan bir çocuğu “korkaklığı yüzünden” cezalandırmamalı ya da bu yüzden onu utandırmamalıdır. Korku geçmeyecek, ancak çocuk bunu ebeveynlerinden saklamaya çalışacak ve tek başına acı çekecektir.

Çocuğun uyuduğu odanın kapısını açık bırakmak mümkündür, ancak çocuğun anahtarına kolayca ulaşabileceği küçük, çok parlak olmayan bir lamba takmak daha iyidir.

Sembolik çocukluk korkularının ardındaki belirli nedenlerin ele alınması gerekir. Bu amaçla bir **psikolog veya psikoterapist**e danışmak faydalı olabilir.



Korkuyla en doğrudan ilişkili olan duygu, simgesel korkuya benzer bir olgu olan anksiyetedir. Esasen aynı korku hissidir ancak zaman açısından uzak bir tehlikeyle ilişkilidir. Örneğin dışçının önünde otururken duyduğumuz belirli bir korku vardır ancak önümüzdeki hafta dışçıye gitmemiz gerektiğini bilirsek hafta boyunca kaygı yaşarız.

Anksiyetenin kişinin karar verememesi ile ilgisi vardır. Harekete geçirici ve rahatlatıcı kaygı vardır. Birincisi kişinin eylemlerine ek bir güç verir, ikincisi ise sorumluluğunda onu felç eder.

Bu durum, ebeveynler ve çocuk arasındaki ilişkinin özel bir yere sahip olduğu yetiştirme sürecinin psikolojik yönlerine dayanmaktadır.

Eğer bir kişi çocukluğunda sürekli olarak kendi çaresizliğine, belirli görevleri çözmedeki yetersizliğine ikna olmuşsa daha sonra sorumluluk sahibi olduğunda her zaman rahatlatıcı bir kaygı yaşayacaktır -ve doğal olarak harekete geçme ihtiyacı başarı hissiyle bağlantılı olan bir kişi bu durumu harekete geçirici bir kaygı olarak deneyimleyecektir.

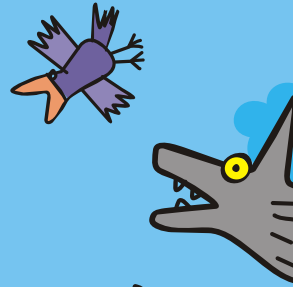
Bir çocuğun büyüyünce başarısızlık odaklı mı yoksa başarı odaklı mı olacağı çocukluk yıllarında belirlenir.

Tüm bunlar, ebeveynlerin çocukta taleplerinin düzeyiyle yakından ilişkilidir. Bu seviye, çocuğun yeteneğini aşarsa çocuk sürekli olarak bu gereksinimleri karşılayamadığını fark edecek ve hayatı boyunca başarısız olmaktan korktuğu için harekete geçme ihtiyacı ortaya çıktığında kaybolacak ve böylece bu kişinin davranışı kaygılı bir kişiliğin özelliklerini kazanacaktır.



EBEVEYNLER ÇOCUĞU SÜREKLİ OLARAK DAHA İYİ OLMAYA TEŞVİK ETMELİ, AYNI ZAMANDA ÇOCUĞUN KAPASİTESİNİN ÖTESİNDE TALEPLERDE BULUNMAMALIDIR.

Korku, bir çocuğun yaşadığı çevreye uyum sağlama sürecinde önemli bir rol oynar. Aşırı koruma, çocukta kendisinin alışılmadık derecede küçük, zayıf bir yaratık olduğu ve çevresindeki dünyanın tehlikelerle dolu olduğu izlenimi oluşturur.



Korku duygusunun ortaya çıkması, çocuğun yeterli güvenlik duygusu geliştirmesi için gerekli koşulları sağlamayan çok değişken, güvensiz, aşırı uyumlu ve kararlı bir yetişkin ortamı tarafından da teşvik edilir. Çevrenin kendisini güvende tutmasını bekleyen bir çocuk, belirsiz durumlardan çok rahatsız ve tehlike hissine sahip olur.



Şehir Klinik Çocuk
Psikiyatri Dispanseri
G.Y. Guninskaya