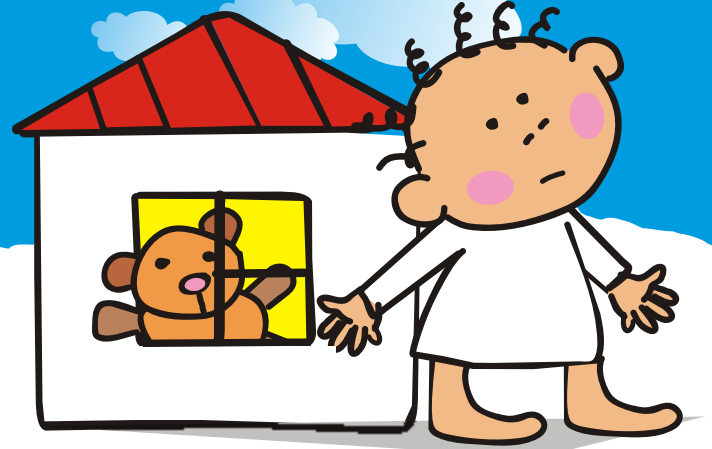


unicef
BM Çocuk Fonu



Belarus Cumhuriyeti
Sağlık Bakanlığı



unicef
BM Çocuk Fonu

BM Çocuk Fonu (UNICEF)
Belarus Cumhuriyeti Temsilciliği
e-posta: unicef@tut.by

ÇOCUĞUN ÖZEL
HAYATI

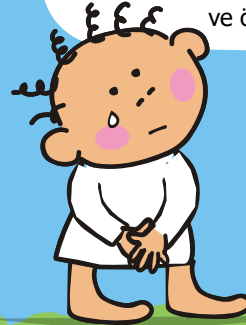
Bazen ebeveynler çocuklarına, kendileri için etik açıdan sorgulanabilir olsa da gerekli görünen şeyler yaparlar:

- Çocuğun izni olmadan kişisel günlüklerini okurlar ("Ne düşündüğünü başka nasıl öğrenebilirim?");
- Çocuğun sahip olma hakkını reddeder ("Bunu sana ben verdim, geri alacağım. Bana bağımlı olduğun sürece kişisel hiçbir şeye sahip olamazsın");
- Çocuğun kişisel alan hakkını reddeder ("Benden saklayacak neyin var ki?");
- Kişisel zaman geçirme ve bunu özgürce kullanma hakkını reddeder ("Nasıl dinlenmen gerektiğini ben daha iyi bilirim. Tiyatroya git dediysem tiyatroya gideceksin");
- fikirlerini ifade etmelerine izin vermez ("Annenle tartışmak için çok küçüksün. Ben büyüdüm, sen küçüksün, ben akıllıyım, sen aptalsın");
- kendi arkadaşlarını seçme hakkını reddeder vb.



Çocuk Hakları Sözleşmesi'nin 16. maddesine göre hiçbir çocuğun özel hayatına, aile hayatına, konutuna veya haberleşmesine keyfi veya hukuka aykırı olarak müdahale edilemez; şeref ve itibarına hukuka aykırı olarak saldırılamaz. Çocuk bu durumlarda yasanın korumasından yararlanma hakkına sahiptir.

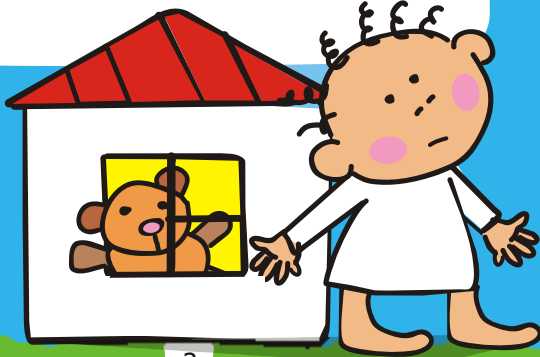
Öte yandan bir çocuk, kendisini yetiştiren yetişkinlere bağımlıdır ve bu yetişkinler, etrafındaki dünya ile ilişkisini anlamasına ve kontrol etmesine, kendi eylemleri ile bunların sonuçları arasındaki ilişkiyi anlamasına yardımcı olmazlarsa iletişim ve kendini gerçekleştirme konusunda zorluklar yaşaması muhtemeldir. Çocuklar deneyimden yoksundur ve yetişkinlerin iyi bildiği kavramlara aşina değildir ya da belli belirsiz aşinadır. Stresle nasıl başa çıkacaklarını, arzularını nasıl kontrol edeceklerini ve sosyal ilişkilerini nasıl sürdüreceklerini hâlâ öğrenmektedirler ve öğrenmek kolay değildir.



Bu çelişki gibi görünen durum nasıl çözülebilir? Ruh sağlığı uzmanları bir çocuğun özel hayatı hakkında ne düşünür?

Kişilik oluşumu sürecinde "sessizlik ve yalnızlık içinde" gerçekleşmesi gereken bir şey vardır, çünkü her bireysellik belirli bir gizemi gizler. Bir çocuğun ruhsal yaşamı kaba müdahalelere tahammül etmez.

Çocuğun çok erken yaşlardan itibaren kendine ait bir alanı olmalıdır. Ebeveynlerin bize sık sık söylediği gibi bir çocuk şifonyere tırmanıp kendini oraya kapattığında, bunu kendi kişisel alanı, en azından küçük bir köşesi olmadığı için yapar. Eğer çocuk gerekli tüm küçük şeyleri en beklenmedik yerlerde, örneğin yastığın altında "depoluyorsa", ona gardıropta kişisel bir raf veya başka bir resmi "kasa" tahsis etmek faydalı olacaktır.



Çocuklar, en az yetişkinler kadar kendi rızaları olmadan dokunulamayacak veya değiştirilemeyecek bir şeye sahip olmaya, tek başına sahip olmaya ihtiyaç duyarlar. Çocuklar şüphesiz bazı duygu ve düşüncelerini gizli tutma fırsatına ihtiyaç duyarlar. Yetişkinler de kendi deneyimlerini, akranları ve akrabalarıyla bile her zaman tartışmaktan uzaktırlar, hatta bunu anlama ya da önemseme ihtimali olmayan kişilerle daha da az yaparlar.

Bazı ebeveynler çocuğun duygularını önemsemediklerini açıkça gösterirler ve önemini küçümserler: "Karanlıktan korkmak çok aptalca", "İlk aşk ciddi değildir, büyüyünce anlarsın." Bu bağlamda ortaya çıkan soruları çocuğun tartışması zordur, eğer ebeveynler daha önce herhangi bir "yetişkin konusuna" sesli veya sözsüz bir yasak koymuşlarsa çocukla aralarında bir güven ortamı oluşmamışsa. Unutulmamalıdır ki bir yetişkin için normal olan, bir çocuk için her zaman hoş bir sürpriz olmayabilir.

Bu nedenle ebeveynler hiçbir şekilde oğullarının veya kızlarının tüm düşüncelerine ve duygularına "burnunu sokmamalıdır." Çocuğa karşı dikkatli olmak, davranışlarını nazikçe düzeltmek, onu ilgilendiren konuları açık yüreklilikle tartışmak, ancak hiçbir durumda düzenli bir şekilde hissettiği ve düşündüğü her şeyi rapor etmesini talep etmemek gerekir. Ve eğer ailede güvene dayalı ilişkiler varsa çocuk kendisini endişelendiren, memnun eden, üzen şeyleri ebeveynleriyle paylaşacaktır.

Bu, işleri olurluna bırakabileceğiniz anlamına gelmez, çocuğunuzla neler olup bittiğini gözlemlemeniz gerekir. Gerekli olmadıkça müdahale etmeyin, ancak bir sorun ortaya çıktığında da onları yalnız bırakmayın.



Bir çocuğun kişisel onur ve haysiyetinin dokunulmazlığına ihtiyacı vardır. Kişinin kendi niteliklerine, yeteneklerine, bakış açısına ve sosyal statüsüne ilişkin içsel değerlendirmesi, kişisel onur kavramını oluşturur. Onur ve haysiyet kavramlarının oluşması büyük ölçüde çocuğun görüşlerini ifade etme hakkının tanınmasına olanak tanır.

Çocuğun kişisel dokunulmazlığı en az bir yetişkin kadar ihtiyacı vardır. Bu da yaşayan bir varlık olarak insan kişiliğinin dokunulmazlığı anlamına gelir. Kişisel dokunulmazlığı yönelik saldırılar, fiziksel, ahlaki, zihinsel ve bilgisel dokunulmazlığın ihlali de dâhil olmak üzere çok çeşitli olabilir. Bir çocuğun özgür ve sağlıklı bir insan olarak yetişmesi gerekir ki bu da onun haklarına saygı gösterilmeden mümkün değildir.



Bir çocuk, her şeyden önce bir ailenin üyesi olma hakkına sahiptir. Bir psikoloğun bir çocuğa ve ebeveynlere bir aile çizimlerini önerdiği bir test vardır. Ve çoğu zaman çocukların ve yetişkinlerin çizimleri farklıdır. Çocuğun çizimde kendini yansıtmaması endişe vericidir, bu kendini ailenin bir üyesi olarak hissetmediğini gösterebilir. Bir çocuğun ailenin bir parçası olmaya ihtiyacı vardır, aile dışında büyüyen çocukların zihinsel ve fiziksel gelişimde yaşlarının çok gerisinde kalabildiği iyi bilinmektedir.



Ebeveynlerin çocuğa koşulsuz sevgi ve kabullerini göstermeleri, onun sevildiğini, uzun zamandır beklendiğini ve bir noktada kötü bir şey yapmış olsa bile anne ve babanın onu sevdiğini ve durumu düzeltmek için yardım etmeye hazır olduğunu vurgulamaları önemlidir. Aynı zamanda, anne ve babadan kalp sıcaklığı da gelmelidir, çocukların yaşları ne olursa olsun buna ihtiyaçları vardır. Oğlunuza veya kızınıza baskı uygularsanız onu bir kişi olarak kınarsanız er ya da geç karşılıklı saldırganlık veya kronik güvensizlikle sonuçlanacaktır.

BİR ÇOCUĞU EBEVEYN SEVGİSİNDEN MAHRUM BIRAKARAK CEZALANDIRMAK KABUL EDİLEMEZ!

Ebeveynlerin çocukta birinci derecede sorumlu olması nedeniyle ebeveynlerin çocuğa özel yaşam hakkı tanıma veya tanımama konusundaki kişisel motivasyonlarını anlamaları gerekir.



Ebeveynlerin bir çocuğun özel hayatına müdahale etmek için resmî bir gerekçe olarak kullandıkları en yaygın ifade şudur: "Onun mutlu olmasını istiyoruz.", "Kendi iyiliği için." İngiliz psikologlar L. Shengold ve A. Miller'in aile içinde fiziksel ve psikolojik şiddete maruz kalmış çocukların yaşam öykülerini sundukları kitabın adları da böyledir. Çocukluğu psikolojik istismar örnekleriyle dolu olan A. Hitler'in kişisel hikâyesi de dâhil olmak üzere, kendi uygulamalarından ve literatürden vakaları analiz etmişlerdir. "Öldürülmüş ruh" ve "zehirli pedagoji" terimleri onlara aittir.



Alice Miller'in kuralları: "Öldürülmüş bir ruha" sahip bir çocuğun nasıl yetiştirileceği ya da ruhunun nasıl öldürüleceği:

1. Ebeveynler bakmakla yükümlü oldukları çocuklarının efendileridir.
2. Neyin doğru neyin yanlış olduğuna onlar karar verir.
3. Çocuk kendi öfkesinden sorumludur.
4. Ebeveynler her zaman korunmalıdır.
5. Çocukların hayatta kendilerini kanıtlamaları otokratik ebeveyn için bir tehdit oluşturur.
6. Çocuk kırılmalıdır ve ne kadar erken olursa o kadar iyidir.
7. Tüm bunlar çocuk henüz çok küçükken yapılmalıdır, böylece çocuk bunu "fark etmeyecek" ve ebeveynleri ifşa edecek konumda olmayacaktır.

Bu tür durumlarda itaati sağlamak için kullanılan yöntemler şunlar olabilir: Psikolojik tuzaklar, aldatma, ikiyüzlülük, imalar, bahaneler, manipülasyon, korkutma taktikleri, sevginin reddedilmesi, izolasyon, güvensizlik, aşağılama, küçümseyici alay ve işkenceye varan zorlama. "Zehirleme pedagojisi" kurallarını izlerseniz sonuç garantidir. Büyüyünce kendisi de bir "katil" olabilecek "öldürülmüş bir ruha" sahip bir çocuğunuz olacaktır.



Peki ne yapılmalı? Psikologlar, bu tür bir "yetiştirmenin" nedenlerinin ebeveynlerin kasıtlı olarak kötü adamlar yetiştirmek istemeleri olmadığını farkındadır. Yani kendilerinin de bunu yapmak için nedenleri var, başka türlü değil. Her şeyi çocuğun iyiliği için yaptıklarına içtenlikle inanıyorlar. Böyle bir ebeveyn çocuğunu sakat bırakırken "senin iyiliğin için" deyip düşünür.

Ebeveyn motifleri şunları içerebilir:

1. Bir zamanlar kendilerinin maruz kaldığı aşağılanmayı bir başkasına aktarmaya yönelik bilinç dışı ihtiyaç.
2. Bastırılmış duygular için bir çıkış yolu bulma ihtiyacı.
3. Kişinin manipüle edebileceği canlı bir nesneye sahip olma ve kendi emrinde bulundurma ihtiyacı.
4. Kendini koruma, ebeveyn pedagojik ilkelerinin kendi çocuğu üzerinde dogmatik bir şekilde uygulanması yoluyla kişinin kendi çocukluğunu ve kendi ebeveynlerini idealize etme ihtiyacı.
5. Bastırılmış olanın, kişinin kendi çocuklarında karşılaştığı, daha tomurcuk hâlindeyken yok edilmesi gereken şeyin ortaya çıkmasından duyulan korku.
6. Bir ebeveynin bir zamanlar çektiği acının intikamı.

Birçok ebeveyn, çocuğun kişisel alanına müdahalelerini çocuğun gönüllü olarak temasa geçmediği gerçeğiyle motive eder ve davranışlarını özen, endişe, önemli bir şeyi kaçırma isteksizliği ile gerekçelendirir.

Eğer bir kişinin ihtiyaçlarımızı karşılamasını istiyorsak onun da bunu istemesini sağlamamız gerekir. Ancak burada "ağabey kompleksi" bir engel hâline gelir, ebeveynler içten içe çocukların onları doğurdıkları, onlara zaman ayırdıkları, yardım ettikleri, sorunlarını çözdükleri, onlarla ilgilendikleri ve onlar için çeşitli eğlenceler düzenledikleri için kendilerine minnettar olmaları gerektiğine inanırlar. Sadece... kimsenin bir "ağabeye" ihtiyacı yoktur, çünkü eğer o bir "ağabey" ise ona her zaman borçlu olursunuz. Ve o size saygı duymaz. Ve hiç kimse bu olaydan iyi kazançlar elde etmek için bile olsa, kendini aşağılık hissetmek istemez ve bu arada çocuklar, sadece yetişkinlere yardımcı olan "zırlı" geliştirecek zamanları olmadığı için eleştirilere ve onurlarına yapılan hakaretlere karşı çok daha hassastırlar.



Bir çocuğun özel hayatına ve kişisel alanına müdahale konusunun en çok çocuk gelişiminin başka bir aşamasından geçerken ortaya çıktığını hatırlamakta fayda var: Çocuk her türlü garip müdahaleye karşı en hassas hâle gelir ve yetişkinlere göre kesinlikle önemsiz şeylerde üzüntü ve saldırganlık için nedenler bulabilir.

Delayısıyla çocuk yetiştirirken iki ana kurala bağlı kalmaya çalışın:

Bir sorun ortaya çıktığında kendinizin her şeyi doğru yapıp yapmadığınızı düşünün;

Sadece karşılıklı saygı üzerine kurulu bir ilişki, çocuğunuzla iyi bir ilişki sürdürmenize ve yaşının "zorluğu" ne olursa olsun ona en yakın kişi olarak kalmanıza yardımcı olacaktır.

Karşılıklı saygı hem ebeveynlerin hem de çocuğun özel ve dokunulmaz bir şeye sahip olması gerektiği anlamına gelir ve ebeveynler çocuktan açık sözlülük ve dürüstlük istiyorlarsa çocuğun yaşına uygun bir düzeyde aynı şekilde karşılık vermelidirler.

BİR ÇOCUĞA BİR KİŞİ OLARAK DAVRANMAK, ONA BİR YETİŞKİN OLARAK DAVRANILMASINI TALEP ETMEKLE AYNI ŞEY DEĞİLDİR!

Bir çocuk sadece kendine saygısı, öz saygısı, acısı, utancı, korkusu olduğu anlamda. Bu anlamda -savunmasızlığı açısından- o da hepimiz gibi bir insandır.

Mümkün olduğunca ona ayak uydurmaya çalışır ve ne yaptığını takip ederseniz çocuğunuzla iyi bir iletişim kurmak daha kolay olur. Çocuğun ihtiyaçlarını ve isteklerini anlamaya çalışın, onun inisiyatifini kullanın. Çocukla ilişkinin mümkün olduğunca uyumlu olması için onun durumuna, duygularına ve arzularına özen göstermek gerekir.

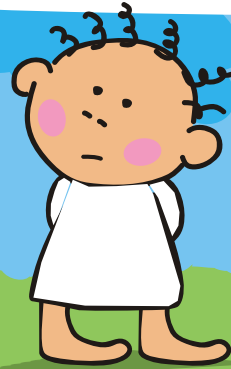


Çocukla ilgilendiği şeyler hakkında konuşun, onu övün ve cesaretlendirin, yapmaya çalıştığı olumlu şeylerin değerini gösterin. Olumlu tepkiler ve açıklamalar sayesinde çocuk neyin iyi ve doğru olduğunu öğrenir. Ayrıca kendisinden ne istendiğini, hangi eylemlerin beklendiğini anlamayı öğrenir.



Çocukların giderek bağımsız olmayı öğrenmeleri gerekir. Bir çocuğun gelecekteki hayatını belirleyecek bazı kararları bağımsız olarak vermesi gerekir. Zaten yaklaşık 3 yaşında, çocuk iradesini ve kendini kontrol etme yeteneğini oluşturmaya başlar. Ebeveynler sorumluluk ve bağımsızlık gelişiminde ona yardımcı olabilirler. Bu, başlangıçta en basit kararlarda bile ortak kararların alınmasına katılım, onun görüşüne özenli bir tutumla kolaylaştırılabilir.

Çocuğunuza neden ona bir görev verdiğinizi açıklamaya çalışın. Aynı zamanda açıklamalarınızın kulağa aptalca gelip gelmediğini görmek için onları dinleyin, "Çünkü ben öyle dedim." gibi olmasın. Bazen açıklamalarınız "Çünkü bu bana çok yardımcı olacaksın, bugün çok yorgunum." kadar basit olabilir.



KONTROLÜ ÇOCUK HAKLARINA SAYGI İLE BİRLEŞTİRİN!

Aşağıdaki basit kurallara uyulması önerilir:

1. Çocuğunuzu iyi davranışları için övmekten çekinmeyin.
2. Çocuğun kapasitesini aşmayan, yönetilebilir görevler verin.
3. Çocuğun ilgi duyduğu bir konuda başarılı olmasına yardımcı olun.
4. Bir çocuğun başarısızlığına karşılık olarak hatayı açıklamaya çalışın ve onu cesaretlendirin.
5. Anlaşmazlık durumlarında seçenekler sunun ve bir anlaşmaya varmaya çalışın.
6. Yasaklar her ne kadar gerekli olsa da sınırlı olmalıdır. Çocuğunuzun itaatsizliğine karşılık olarak onun dikkatini başka bir şeye çekmeye çalışırsanız daha başarılı olursunuz.

7. Çocuğun kabul edilebilir davranışlarının sınırlarını net bir şekilde anlayabilmesi için neyin mümkün olduğunun sınırlarını belirlemek önemlidir. Çocuğunuz için güvenli bir alan düzenlemenin tamamen ebeveynlere bağlı olduğunu unutmayın.

Kaynaklar:

1. S.K.Nartova-Bochaver, G.K.Kislitsa, A.V.Potapova. "Bir aile psikoloğuna 140 soru", Moskova, 2002.
2. Y.Cherepanova "Psikolojik stres, kendinize ve çocuğunuza yardımcı olun." 1997

Şehir Klinik Çocuk Psikiyatrisi
Dispanseri Psikoloğu
E. V. Navitskaya,
Birinci Moskova Devlet Tıp
Üniversitesi 4. sınıf öğrencisi
M.N. Navitskaya

