



AYAZAĞA IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Birimi Bülteni



ANAOKULU



İLKOKUL

1.SINIF ÖĞRENCİLERİNİN DUYGUSAL SOSYAL GELİŞİMLERİNE ANNE BABANIN KATKISI

**136.
YIL**



FMV
FEYZİYE
MEKTEPLERİ
VAKFI • 1985

1.SINIF ÖĞRENCİLERİNİN DUYGUSAL SOSYAL GELİŞİMLERİNE ANNE BABANIN KATKISI

**4 Kasım 2021 tarihinde 1. Sınıflar Psikolojik Danışmanı Hakan ÖZPAR tarafından gerçekleştirilen veli semineri notlarıdır.*

Anaokulundan ilkokula geçiş, sanki denizde bir sandaldan diğer sandala geçerken olduğu gibi bocalamanın doğal ve kaçınılmaz olduğu bir geçiş dönemidir. Anaokulunda gözlem ve geri bildirim daha merkezdeyken ilkokul itibarıyla artık öğrenciden beklentiler netleşir ve gerektiğinde ihtiyaca yönelik müdahale ve yardım süreci başlatılır. Akademik ve ilişkisel sosyal konularda çocukların yaşına uygun gelişim özellikleri göstermeleri beklenir. Henüz gelişim desteğine ihtiyaç duyan çocuklarla okulda ve okul dışında uzman desteği içeren çalışmalar başlatılır.

Bu genel değişiklikte pandeminin getirdiği konuların da göz önünde bulundurulması gerekiyor. Pandemi sırasında bazı çocuklar okula hiç gitmedi, bazıları çok kesintili devam etti, anne babaların bazıları evden çalıştı veya pandeminin riskli hâle getirdiği mesleklerde çalıştıklarından genel bir kaygı havası yaygın hissedildi. Bu durum en çok küçük çocukların anne babalarından ayrışması konusunu olumsuz etkiledi. Birinci sınıf itibarıyla ayrışma konusu zaten hep gündemde oluyordu ancak pandemi bu konunun önemini öne çıkardı.

Gelişimi, evreler hâlinde konuşmaya başlayabiliriz. Öncelikle çocuğun kişiliği ne zaman şekillenmeye başlar sorusu köken teşkil edebilir. Yakın zamanlara kadar bu sorunun yanıtı anne babanın bizim bir çocuğumuz olsun kararı itibarıyla başlatılıyordu. Ancak artık daha anlamlı olan görüş anne baba kendisi çocukken ben ilerde böyle bir anne baba olacağım veya asla böyle olmayacağım düşlemleriyle başladığı yönünde. Anne karnından itibaren çocuğun deneyimlediği erken dönemin gelişim boyunca izleri ve etkileri kaybolmuyor ve geride kalmış geçip gitmiş eski zaman hâline dönüşmüyor. Etkiler çeşitli yollarla hissediliyor. Bunu da çocuk ve ergenlerle çalışırken hep aklımızda tutuyoruz.

Gelişim sırasında her şey yolunda gitmediğinde telafinin mümkün olduğunu da hep aklımızda bulduruyoruz. Tabii yaş ilerledikçe telafi daha zor ve uzun süreli oluyor. Bir diğer aklımızda tutacağımız konu, anne babanın duygusal dünyasında kendi çocuksu yanlarının ömür boyu aktif kalması. Özellikle çocukları kaç yaşındaysa kendilerinin aynı o yaştaki deneyimleri hızlıca hatırlanıyor. Bu bazen olumlu hâller oluştururken bazen kaygı doğurabiliyor.

Gelişim yaşamın diğer özellikleri gibi çizgisel düz bir hatta ilerlemiyor. Çeşitli nedenlerle özellikle stresin kaygının yükseldiği dönemlerde geri dönüşlü, inişli çıkışlı dönüşlü bir yol izliyor.

Şimdi gelişim dönemlerini özellikle duygusal ilişkisel bakışı merkeze alarak konuşabiliriz.

0-1 yaş: Temel güvende olma hissinin ve duygusal ilişkisel bağ kurmanın olduğu bir dönem. İlişkiye yönelimin sonraki yaşlarda nasıl olacağına oldukça etkili bir dönem. Dört boyutlu yani aynı anda canlı yayın gibi yapılabilen anne karnı gözlemlerinde görüldü ki, fetüs daha anne karnındayken kendi parmağını emiyor. Görüntüleme teknolojileri bu bilgiyi sağlamadan önce bebeğin doğup anne memesinden beslendikten sonra, acıktığında meme gelene kadar hayalî ve geçici doyum sağlamak, bekleyebilmek için parmak emdiği düşünülürdü. Artık henüz anne karnından itibaren ağızdan beslenmeden önce bile ilişkiye yönelimin en erken/ilkel hâllerinin mevcut olduğu düşünülüyor.

Doğum yaşamda daha sonraları yaşanacak tüm ayrılıkların ilk defa deneyimlendiği olay. Yeni doğan bebek annesinin (veya bakım veren kişinin) bakımına hayati derecede muhtaç ve bağımlı. Bu dönemde anne verdiği yakın bakımla bebeğe sanki neredeyse hâlâ anne karnındaymış gibi hissettiriyor. Bebek acıktığında annenin zamanında, ihtiyaca uygun ve yeterince verdiği bakım sayesinde belleğine bu ilk doyum deneyimlerini kaydediyor. Bu kayıtlar olumlu olduğunda bebek acıktığında annesi beslemek için gelene kadar önceki beslenme doyumunu deneyimlerinin zihninde canlanan hayaliyle açlık hissinin acı verici hislerine katlanabiliyor ve bu bebeğin zihnindeki hayali doyum yok olmadan, çok gecikmeden anne gerçekten besini yetiştirdiğinde bebek besinin ve doyumun kendi hayaliyle oluştuğunu sanıyor. Bu gelişim durumuna bebeğin tümgüçlülüğü diyoruz. Bebek bu yakın bakım sayesinde henüz kendisi ve annesi arasındaki farkı anlamış değil. “Benim dışımda hayallerimin dışında öteki biri var ve bana besin doyum sağlayan başka bir kişi var.” şeklinde söze dönüştürebileceğimiz farkındalık bebek 6 ay civarına erişince oluşmaya başlıyor. 2-6 aylar arasında annenin yakın bakımı aşamalı ve çocuğun katlanabileceği düzeylerde gevşiyor ve aksamaya başlıyor. Bu aksama doğal ve gelişimin gerekli koşulu. Bebek böylece besinin bakımın gecikmesiyle yaşına uygun katlanabileceği düzeyde hayal kırıklığını yaşayabilmiş oluyor. Eğer gelişimin bu döneminde önce ihtiyaca tam uyan doyum ve aşamalı olarak doyumun aksaması olmazsa veya bu aksama çok erken veya çok geç olursa o zaman bebeğin tümgüçlülük deneyimi ya hiç oluşmıyor ya da gelişimine uygun şekilde gevşemiyor. Çok erken bozulması ciddi ağır patolojilere yol açıyor. Çok geç bozulması da benzer sonuçlar doğurabiliyor daha ılımlı durumlarda tümgüçlülüğü hâlâ süren, beklemeye, ertelemeye, eksikliğe, hata yapmaya toleransı

olmayan ve dayanıksız okul çağı çocuklarıyla karşılaşyoruz. Her şey hissettikleri, talep ettikleri gibi ve anında olsun istiyorlar. Eksikliği çalışarak kapatma fikrine erişemiyorlar çünkü geride bırakılamayan tümgüçlülük hâlâ her şeyi tek başlarına halledebilirler yanılısamasını sürdürüyor. Öz güvenin temelini oluşturan gelişim dönemi yolunda gitmediğinde tam tersi sonuçlara varıyor tamamen güvensiz veya gerçekçi olmayan aşırı bir “ben her şeyi yapabilirim” hissine yol açıyor. Kısaca bakımdan yoksun kalmış çocuklarla, aşırı yakın bakımın çok sürdüğü ileri yaşlara kadar kucakta tutulmuş çocuklar aynı akıbete varıyorlar.

Memeden kesme de doğum gibi bir diğer önemli ayrılık. Bu yaşantılar ilerde yetişkinlik dâhil ilişkilerin nasıl yaşanacağını, ayrılık ve kayıpla nasıl baş edileceğini belirliyor. Ayrılıklar çok geç veya erken olursa hepimizin doğasında zaten var olan agresyon/saldırganlık, öfke duygusuyla ve dürtüsüyle baş etme ve bunları sözcüklerle ifade etme sorunlarıyla karşılaşılıyor.

Bu dönemde babanın işlevi çok önemli. Babanın temel işlevi anne bebek arasına giren üçüncü olabilmek. Anne bebek yapışmasının önüne geçmek ve bebeğin yaşına uygun katlanabileceği düzeyde anneye bebeği dışında da hayatı olduğunu ve o hayata dönmesi gerektiğini hatırlatmak. Babanın bu işlevini yerine getirebilmesi için annenin izin vermesi ve babanın bu araya girişe hevesli olması aynı derecede çok önemli.

Cinsiyetçi bir söyleme düşmeden bebeğin ve çocuğun annesel ve babasal deneyimleri birbirinden farklı. Anne bebeğin bedensel hafızasında dünyayı bebek için güvenli ve doyumlu hâle getiren biri. Baba ise annesiyle arasına girerek bebeği dünyaya yönlendiren ve dünyada işlerin nasıl yürüdüğünü gösteren kişi. Annesel ve babasal (maternal/paternal) deniyor olmasının nedeni bu rolü üstlenen kişinin biyolojik anne baba olmasının zorunda olmaması. Bu roller gelişimin uygun zamanında oturmazsa ve anne çocuk ikilisi birbirine çok takılı kalırsa veya baba herhangi bir nedenle çok uzak kalırsa bu durumda annesinin tüm çabalarına rağmen kural konamayan çocuklarla karşılaşılıyor çünkü güvende olma hissini anne veriyor kural ve yasayı, işlerin yürüyüş biçimini çocuğa baba tanıtıyor.

1-3 yaş: Bu yaşta çocuk dili konuşmayı öğreniyor ve sembolizasyon becerisi yerleşmeye başlıyor. Algı, eylem, doyum merkezli yaşantı tarzından sözcüklere geçişin temeli atılıyor. Susadığında ağlamak yerine “su” demeyi öğreniyor veya istediği oyuncuğu diğer çocuktan alabilmek için bir yumruk atmak yerine “beraber oynayalım, şimdi sıra bende” demeyi öğreniyor. Kurallar yasaklar belirginleşiyor. Çekingenlikle sınır/kural tanımazlık arasında kıvamında dengeli bir atılganlık, ilişki becerileri gelişiyor. Bu yaşantılar sosyal uyumun

temelini oluşturuyor. Sembolizasyonun yeterli gelişimi ise okuma yazma ve matematiğin sembolik dilinin temelini sağlıyor.

3-6 yaş: Eğer daha erken dönemlere ait patolojik durumlar yoksa okulda en çok 3-6 yaş gelişim döneminin sarkmış zamanında yeterince işlenememiş meseleleriyle uğraşıyoruz. Bu dönem dünyaya açılmada en kritik dönem. Babasal/paternal olan çok net olmasını bekliyoruz. Anne baba ocuk ugeninin ve anne babanın üstte olduğu hiyerarşinin yerleşmiş olmasını bekliyoruz. Anne babanın kadın erkek çifti olarak çocuğu yaşına uygun katlanabileceği düzeyde dışarda ve tırnak içinde “yalnız” bırakmalarını bekliyoruz. Bu dönemde cinsel merak en st düzeye erişiyor. Bebekler nasıl dünyaya gelir sorusu çocuğun ana araştırma konularından biri. Çocuğa aşamalı sorduğu sorunun en kuk birim hlindeki uygun ve gerçek yanıtını uygun bir dille verilmesi çocuğun akademik dünyada edinmesi gereken öğrenme arzusunu ve araştırma merakını besliyor.

 temel kaygımız var. Persektif yani kişinin kendisinin başına olumsuz Őeyler geleceği, zarar göreceği, bakımdan doyumdan yoksun kalacağı kaygısı. Depresif yani kişi yanlarında değilken sevdiklerinin başına olumsuz bir Şey geleceği kaygısı. Konfüzyonel kaygı yani kafa karışıklığı. Eyvah, Şimdi ne yapacağım hiçbir Şey dşunemiyorum doğru yolu bulamayacağım kaygısı! Bu kaygıları yaşayabilip bunları ilişkiyi bozmadan sözcüklere dökebilmek istenen gelişim hattı ve sosyal olarak uyumlu yol. Sosyal olarak uyumlu olmayan yollar ise yine  tane. Kaygının kaynağını nedenini yok etmek. Oyuncağımı alan çocuğa gidip vurmam gibi. Kaygıyı oluşturanla ilişkiyi yok etmek. Yetişkin partner ilişkisinde acı veren durumları açık iletişimle konuşmak yerine ksp kendini odaya kilitlemek gibi. Kaygı duyan benliğimi yok etmek. Duygulardan kaçınmaktan madde kullanımı kendini yaralamaya kadar varabilen tutumlar gibi. Her yaş döneminin kaygı uyandıran durumlarıyla anne babanın yeterince iyi eşliğiyle baş etmeyi öğrenen bir ocuk yani bizzat anne babası tarafından yaş gelişimine uygun hayal kırıklığına uğratılabilmemiş duygusal ilişkisel açılardan antrenmanlı bir ocuk sosyal akademik dünyanın ilişkisel duygusal zorluklarıyla da baş edebiliyor.

6-10 yaş: Nihayet okul ağı çocuğu dönemine geldik. Bu dönemde en sık karşılaştığımız sorunlardan biri ařırđ telafi. Yani anne babanın kendine ait sorunları çocukta çözmeye çalışması veya anne babanın zamanında kendisinin yaşadığı keyifli durumları çocukları için aynen tekrar etmeye uğraşmaları. Kendisi çok disiplinli yetiştirilmiş anne babanın bizzat kendisinin ezici, katı bir disiplin uygulaması ve bunu diğer yetişkinlerden de talep etmesi veya büyük kuk olmak, kural koymak, nesil farkı konularını zedeleyecek kadar hiç kuralın disiplinin tesis edilmemesi.

Bir diğerk önemli konu hiyerarşinin oluşumu. Bu konuyu az sonra nesil farkı başlığında farklı açıdan konuşacağız. Köken aile içinde yani kişinin içine doğduğu kendisi anne babası ve varsa kardeşlerinden oluşan aile içinde hiyerarşi başta eşit konumda anne baba ve sonra doğum sırasına göre kardeşler şeklindedir. Önce gelenin önceliği vardır. Mevcut sistemin içine yeni kişinin eklenmesi durumları bu şekildedir. Bir şirkete sonradan katılan kişinin kıdeminin daha az olması gibi. Sistemler arasındaki hiyerarşi ise tam tersidir. Sonra kurulan sistem öncelikli olmalıdır. Yani evlenerek kurulan güncel aile içindeki eş olma ilişkisi mevcut olan içine doğduğumuz köken aileden öncelikli olmalıdır. Eşimle ilişkim anne babamla ilişkimin önüne geçmelidir. Benzer şekilde sonradan dâhil olduğumuz okul sistemi de eğitsel sosyal konularda çocuğun aile sisteminin önüne geçirilmelidir. Yoksa çocuk okuldaki yaşlılarıyla ve diğerk yetişkinlerle aynı aile evinde kurduğu ilişkileri tekrar etmek isteyecek ve her seferinde başarısızlığa uğrayacağından ilişkiler hep çatışmalı olacaktır. Kısaca anne baba okulun kurallarını tanımazsa çocuğun uyum sağlaması gecikecektir.

3-6 yaş döneminde anne baba çocuk üçgeni işlevini tam yerine getirmiş ve çocuğun ruhsal gelişimi için yapılandırıcı olabilmişse, annesel babasal roller netleştirilmişse o zaman çocuk kendisine gerektiğinde yasaklayıcı gerektiğinde şefkatli yaklaşan yani hem anne gibi güven şefkat veren hem baba gibi kural yasak koyan öğretmenini cinsiyetinden bağımsız olarak olduğu hâliyle tanıyabilir ve yapıcı ilişki kurabilir. 3-6 yaş konuları yeterince işlenememişse hem çocuk hem anne baba öğretmenin tek yönlü tek kutuplu olmasını talep etmeye başlarlar. Yani çocuk ve anne baba öğretmenin ya çok sert disiplinli olmasını ya da sadece şefkat ve tatlılık sergilemesini istemeye başlarlar. Bu durumda çocuğun şefkatli kural koyucu olarak dengeli bir öğretmen ilişkisine ulaşması zorlaşır.

Bir diğerk konu çocuktan gerçekçi potansiyelinin ötesinde akademik beklentilerin olması veya tam tersi çocuğu hiç zorlamayıp onu hep doyum hâlinde tutmaktır. Hayata hazırlanan çocuk bazı deneyimlerin keyifli olmadığını sıkıcı olduğunu öğrenmek durumundadır. Anne baba sürekli bir etkinlik proje üretimi peşinde olmak zorunda hissetmemelidir. Psikanalist Adam Philips çocuğun sıkılma hissini olumlu karşılıyor çünkü çocuk sıkılırsa hayal kurabilir, tasarımlama ve sembolizasyon kabiliyeti gelişir, daha iyi, eğlenceli olanı düşünebilir ve sabırla buna ulaşmak için çaba vermeye istekli olabilir. Sürekli haz hâlinde tutulan bir çocuğun maraton koşusu gibi istikrar ve çaba isteyen lise, üniversite sınavlarına kapasitesini kullanarak hevesle hazırlanmasını bekleyemeyiz. Burada olduğu gibi çocuğun erken dönem duygusal ilişkişel deneyimlerinin ilerleyen yaşlarında öğrenme, akademik beceri gibi konulara köken oluşturduğunu her ortamda yineliyoruz.

Gelişimle ilgili çocuğun ruhsal dünyasını oluşturan üç temel kurgu var. Ruhsal derken dinî veya spiritüel bir kavramdan bahsetmiyoruz. Yaşam deneyiminden kaynak bulan izlenimlere ve duygulara kişiliğimize özgü anlam verme biçimimize ruhsallığımız diyoruz. Bu üç temel kurgu nesne farkı, cinsiyet farkı, nesil farkıdır. Nesne farkının 0-6 ay döneminde meme hayalimde yarattığım bir şey değil başka bir kişiye (nesneye, ben/dilbilgisi anlamında özne olmayan) ait farkındalığıyla nasıl aşamalı oluştuğunu konuştuk. Cinsiyet farkının annesel babasal rollerin uygun icra edilmesi ve bebekler nasıl dünyaya geliyor merakıyla nasıl aşamalı oluştuğunu da konuştuk.

Şimdi okul çağında kural koyma ve ilişkisel sosyal uyumun temeli olan nesil farkını konuşabiliriz. Yani anne babanın büyük ve kural koyucu çocuğun küçük ve muhalefet hakkı olsa da kurala uyan konumda olmasını çocuğa anlatan kurgu nesil farkı. Nesil farkıyla ilgili bir kavram otorite kavramı. Otorite, bir konuda daha bilgili ve becerikli olduğu doğal olarak kabul gören ve bundan dolayı takip edilen, görüşüne danışılan kişi demek. Örneğin, futbol takımı oluşturulurken en hızlı koşan ve iyi çalım atan çocukla aynı takımda olmayı istemek gibi. Veya öğretmenin sorularına çoğunlukla doğru yanıt veren bir çocuğa bu konuda senin fikrin ne diye sorulması gibi. Otoriter ise doğal otorite olmadan kendisinin takip edilmesini zorla sağlamaya kişi demek. Yani nesil farkını sağlayabilmek için çocuğun ihtiyaç duyduğu ama kendisinin o dönem için yapmayı beceremediği şeyi çocuk için yapmak gerekir. Bu nedir? Bu stres ve kaygı sırasında paniklemeden ilişkiyi bozmadan sözcükleri kullanabilmek demektir. Çocuklar deneyimlerinin ne olduğunu, bu deneyimden kaynaklanan duygularını anlamlı sözel bir bütünlük halinde ilişkiyi bozmadan anlatmakta zorlanırlar. Eğer anne baba çocuğun duygularını yine çocuklarına sözcüklere dönüştürerek geri verirse çocuğun yapamadığı bir şeyi onun yerine yaparak nesil farkını kurmuş olurlar ve çocuğun gözünde doğal otorite olurlar. Aksi durumdaysa; “Yemeğini ye yemeyeceğim, şimdi oyuncakları topla toplamayacağım, hemen hazırlan hayır sonra...” örneklerinde olduğu gibi anne baba çocuk ilişkisi hiyerarşik olmaktan çıkar, birbiriyle ağız dalaşına giren benzer yaşlardaki iki çocuk gibi nesil farkının çöktüğü durumlar sıklıkla yaşanır olur. Kısaca inatlaşma varsa nesil farkı yoktur.

Kısaca uzman desteğini gerektiren patolojik, travmatik bir durum yoksa okul aile iş birliği çerçevesinde yapılacak iki şey var: Anne baba çocuk üçgeninin yapılandırıcı inşa edilmesi, duyguların sözcüklerle işlenebilmesi.

Diğer kayda değer konulardan seçmeler: Anne babalar çocuklarını okula öğretmene güvenle teslim edebilmelidir. Dünyayı çocuğun doyumuna göre şekillendirme talepleri çocuğun gelişimini engelleyici olur. Çocuğun okulda yaşına uygun katlanabileceği düzeyde

hayal kırıklığıyla karşılaşmasının kaçınılmaz ve gelişimi için gerekli olduğu kabul edilmelidir. Gerektiğinde ihtiyaç duyulan uzman yardımı için kişiler özenle seçilmelidir. Örneğin, duygusal ihtiyacı olan çocuklar için uzmanlığı öğrenme olan uzmanlar veya tam tersi etkili olmayacaktır. Öğretmenlik formasyonu gereği çocuğun ihtiyacına yönelik öğretmen tarafından zaten alınan önlemler uzman tarafından kritik buluşlar gibi sunulmamalıdır. Örneğin: Çocuk önde otursun, çocuğa bazı özel görevler verin kendini özel hissetsin gibi. Kısaca ilkokul itibarıyla dünyayı çocuk için şekillendirmek değil çocuğun aile dışı dünyaya uyumu önem kazanmaktadır.

Anne babalar bazen “bu evde hiç yaşanmıyor bu okulda yaşanan bir sorun, bu durumda bunu okul çözsün!” derler. Bu söylemi aslında gelişim uzmanları şöyle duyarlar: “Çocuğumuz henüz diğer çocuklar gibi anne babasının olmadığı ortamlara nasıl uyum sağlayacağını öğrenebilmiş değil.” Anne babanın mevcudiyetiyle yokluğu arasında çocuğun davranışları çok büyük değişiklik gösteriyorsa bu konu düşünmeye gözlenmeye değer bir konudur.

Anne babalar evde çocuklarının anlattığı okul yaşantısını nasıl duymalıdır? Çocuğun okulda evdeki yaşantısını anlatmasını dinleyen yetişkin eğitimciler gibi duymalıdır. Yani 9 yaş dolmadan çocuğun anlattıklarında gerçekten olan bitenle düşlemlerinin, özlemlerinin karışık hâlde olduğunu unutmadan çocuğun anlattığını “hakikat” olarak dinlerken uygun bir zamanda “hakikat”i okuldaki diğer yetişkinlerden kontrol etmek gerekir. Anne babalar “benim çocuğum yalan söylemez” derken haklılar ama gözden kaçan çocuğun tüm samimiyetiyle hakikat ve düşlemlerini 9 yaş dolana kadar iç içe anlatmakta olduğu. Ya da anne babanın kaygısına ve duymak istediklerine göre anlatının biçimlendiriliyor olduğu da hatırlanmalıdır. Anne babanın kaygılı olduğu konu çocuğun ilişki kurmak için kullandığı tek kanal hâline gelir. Çocuğa alternatifleri sunabilen kişi nesil farkını koruyan otoritedir.

Öğrenmenin kökeninde besini içeri alıp yararlanmak gibi erken dönem sembolik ilişkilerin etkisi yüksektir. Öğrenme eksikliğin kabul edilmesi bu eksikliğe tahammül edilmesi ve eksikliğin kapanması için çaba sarf edilmesini gerektirir. Tüm bunlar az önce konuştuğumuz erken dönem ilişkilerinden temel alır.

Kısaca değinmek gerekirse pandemi nedeniyle ayrışmanın yeterince olamaması okulda, regresyon (önceki dönemlerin ruhsal işleyişine gerilemek daha bebeksi olmak, alt ıslatma, parmak emmeye dönüş gibi) agresyon (saldırgan, öfke ve dürtü merkezli davranış) ve bireyselliğin öne çıkması şeklinde yaşanıyor. Kuralların ve sınırların oturması, kolektif yaşama uyum gecikiyor.

Bazı yanlış kullanılan popülerleşmiş kavramlar var: Her zorlayıcı yaşantı **travma** değildir. Travmayı travma yapan olayın kendisi değil ona verilen anlam ve kalıcı olarak yerleşen çaresizlik ve içsel hatalı oluş hissidir. Aynı zamanda tek keskin bir travmatik olay olmasa da (kaza, şiddet vb.) **kümülatif travma** dediğimiz zaman içinde biriken yıllar süren duyguları zorlayan aile içi tutumlar da travmatik olur.

Bir ilişki tarzına zorbalık denebilmesi için şu üç kriterin üçünün de bulunması gerekir:

- 1) Sürekli ve sistematik olması
- 2) Davranışa maruz kalanda olay hakkında konuşmayı bile engelleyecek yardım almaya dair umutsuzluk ve çaresizlik hissinin oluşması
- 3) Kişiler arasında en az iki yaş farkı olması.

Hiperaktif: İstatistiki araştırmalar gösteriyor ki gözlem ve işaretleme listeleriyle hiperaktivite tanısı almış 200 çocuktan sadece 1 çocukta MR taraması farklı görünüm sergiliyor. (Kaynak: Çocuk Psikiyatrisi Bölüm Başkanı Prof. Levent Kayaalp)

Dikkat dağınıklığı da benzer şekilde bir hastada ateş ölçmek gibi. Ateşi olan biri basit bir grip geçiriyor olabilir, covid olabilir, enfeksiyon hastalığı, zehirlenme olabilir. Ateşin kendisi bir hastalık değildir, ateş belirtilerden biridir farklı durumlara işaret ediyor olabilir.

Son olarak lider ruhlulukla diğer kişilere kendi istediğini zorla yaptırmakta ısrarcı olmak arasında çok ince bir çizgi vardır.

FMV AYAZAĞA IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ