

Rehberlik

FMV ISPARTAKULE IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA BÖLÜMÜ BÜLTENİ

ÇOCUĞUMUN

GELİŞİMSEL SERÜVENİ



ISPARTAKULE IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU



Çocuğumun Gelişimsel Serüveni

Anne karnındayken bebeğin ruhsal hayatının var olduğu kabul edilmektedir. Bebeğin psikolojisi, annenin bebek ile tasarımlarından ve anneliğe ilişkin beklentilerinden etkilenmektedir. Çocuk sahibi olmaya karar vermekle başlayan hamilelik sürecinden bebek bir yaşına gelene kadar devam eden yaklaşık iki yıllık sürenin bebeğin ileride mutlu ve sağlıklı bir yetişkin olmasındaki en önemli zaman dilimi olduğu düşünülmektedir. Özellikle doğumdan sonraki ilk haftalar ebeveyn-bebek arasında kurulacak bağın ilk adımlarını oluşturmaktadır. Örneğin, çok fazla ilgi gösterilirse, bebeklerin talepkar ve nazlı olacağı inancının aksine doğumdan sonraki ilk haftalarda bebeklerin bakım verenlerine yakın olmaya, ihtiyaçlarının bekletilmeden hemen karşılanmasına ve çok fazla ilgiye, dikkate ihtiyaçları vardır. Bu sayede bakım verenleri tarafından sevildiklerini hissederler ve güvende olduklarını anlarlar. Bebekle konuşmak, fiziksel temasta olmak, gülmek gibi her türlü etkileşim bakım verenle bebek arasında bağlanmanın oluşmasında aktif rol oynamaktadır. Bu sayede anne bebek ikilisi daha sakin, mutlu hisseder ve bebeğin sağlıklı beyin gelişimi desteklenmektedir.

Ebeveyn çocuk arasında kurulan ilişki çocuğun daha sonraki gelişim dönemlerine etki etmektedir. Her bir gelişim döneminin kendi içinde getirdiği süreçleri olmakla birlikte, bir önceki gelişim süreçlerindeki etkileşim ve ilişkiden de etkilenmektedir.





Çocuğumun Gelişimsel Serüveni

3-6 yaş arası dönem

Bu dönem çocuğun ruhsal gelişimine damga vuran bir dönemdir ve bu dönemde cinsel merak ön plandadır. Çocuk cinsler arası farkı merak etmekte: "Kızların neyi var?; Erkeklerin neyi var?" gibi sorulara cevap aramaktadır.

Bu dönemde ilk aşk hem kız hem de erkek çocuklar için annedir. Erkek çocuk anneye duyduğu aşk ve babaya duyduğu rekabet duygusu ile hareket etmektedir ve bu nedenle oyunlarında, baba gibi güçlü olmak istemekte ama baba ile rekabete girmemek ve yetersizliğini telafi edebilmek için "Batman" gibi güçlü kahramanlar olmak isteyebilmektedirler.

Bu dönemde kız çocuklarında neler oluyor diye baktığımızda, anneye duyulan aşk kendini babaya duyulan aşka bırakmaktadır. Babanın aşkını kazanmak için anne ile rekabete giren kız çocuğu, annenin sevgisini kaybetmemek adına anne ile özdeşime girmektedir. Anne gibi makyaj yapmak, topuklu ayakkabı giymek gibi özdeşim davranışları gösterebilmektedir.

Bu dönemde ilk aşka takılı kalmamak ve telafi gereksiniminin oluşması yani anne oğul/ baba kız aşkının yerini anne ve baba ile özdeşime bırakması oldukça önemlidir. Kız çocuğunun anne ile erkek çocuğunun da baba ile özdeşim kurması, kimlik gelişimi ve bağımlı yapılanma oluşumu açısından kıymetlidir.

Bu döneme eşlik eden "Tümgüçlü düşlemin" yani "Her istediğim olur" düşüncesinin, altı yaşta ortadan kalkması beklenmektedir. "Anne baba çift olmalı; çocuk üçüncü". Aile içinde nesil farkı olması çok önemlidir. Çocuk "Annem babam büyük, ben küçüğüm."; "Bazı şeyleri onlar yapabilir, ben yapamam" diyebilmelidir. Oysa çocuk her şeyi yapar durumdaysa niye büyüme arzusu duysun ki! Bu sebeptendir ki çocuğun tüm güçlü yapısını bir kenara bırakıp, uyum gösteren, eşlik eden, isteklerini öteleyen davranış örüntülerini sergilemesi gerekmektedir.



Çocuğumun Gelişimsel Serüveni

6-10 yaş arası dönem

Bu dönem ebeveynler ile uyumlu ve kontrol dönemidir. Çünkü bu dönemde tümgüçlülük yani “Her istediğim olur” düşüncesinin kırılması beklenmektedir. “Ben bunu bilmiyorum ya da annem babam yapar ben yapamam” diyebilmesinin yavaş yavaş beklendiği bir dönemdir. Bir önceki dönemde “anne baba çocuk üçgeni” nin oluşması beklenir iken bu dönemde anne-baba, çocuk ve sosyal dünya üçgeninin oluşması beklenmektedir. Çocuğun, sosyal dünyaya açılımını engelleyen anne babalar, çocuğu ilk üçgene mahkum etmiş olmaktadır.

Bu dönemde iki temel şeyin gelişmesi beklenmektedir: engellenmeye ve olumsuzla tolerans. Bir çocuğun 6 yaşta çok öfkeli olması, vurması, ısırması beklenen bir davranış değildir. Çünkü bu yaşta hazzını geciktirebilmeksiz beklenmektedir. Bu dönem haz ilkesinden gerçeklik ilkesine geçiştir. Haz ilkesi doyuma odaklıdır. Gerçeklik ilkesi ise “Şu an bunu istiyorum ama yapamam, ben bunu geciktirmeliyim” diyebilmektir. Üç, dört yaşındaki çocuğun cinsel merakları; yani kendi cinsiyetini merak etmesi, anne ve babanın ilişkisini merak etmesi; ilkökul çağında dünyayı merak etmeye, akranların oyunlarını anlamaya yönelik girişime dönüşmektedir. Öğrenme arzusu ve akademik ilginin temelinde bu cinsel merak yatar. İlkokula başlama dönemi olan bu dönemde çocukların derslere ilgi göstermesi, sınıfta oturup ders dinlemesi, yani bir anlamda hazzını/doyumunu erteleyebilmesi beklenmektedir. Bir çocuğun bunu yapabilmesi için dürtüsellikten ve çocuksu tümgüçlülükten uzaklaşmış olması gerekmektedir.

Çocuğun fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal açıdan yeterli gelişim düzeyine erişmesi ve bu doğrultuda ilerlemesi okul hayatının getirdiklerine de hazır olmasını sağlayan önemli bir etkidir.



Çocuğumun Gelişimsel Serüveni

Anne-babanın çabası, desteği ve çocuğa uygun ortamlar sağlaması da bu süreçte kritik önemdedir. Özellikle ilkokul 1. Sınıf öğrencileri için okula hazır olmak, çocukların, ailelerinden belli sürelerde ayrı kalabiliyor olmaları, okula karşı olumlu duygular taşımaları, öğrenmeye hevesli ve açık olmaları özellikle de öz bakım becerilerine sahip olmaları gerekmektedir. Bu becerileri kazanabilmeleri ve bu motivasyona sahip olabilmeleri için çocukların bunları destekleyen ve teşvik edici bir aile yaşantısı geçirmeleri sürece önemli katkılar yapmaktadır.

Çocuklar, net ve somut hedeflere ihtiyaç duydukları, öğrendikleri bilgiler arasında bağlantılar kurdukları, çok aşamalı yönergeleri kavrayabildikleri ve birçok alanda sorumluluk alabildikleri bir dönemdedirler. Basit ama süreklilik gerektiren görevler hem eğlenceli hem de sorumluluk kazandırıcı değer taşır ve çocuğa özgüven kazandırmaktadır.

Ergenlik Dönemi:

Ergenliğin başlangıcı için bir takım belirleyici herkes için genel geçer kriterler bulunmaktadır ama bitişi için böyle kesin bir yaş sınırlaması yapmak olası değildir. Çünkü yaşı kaç olursa olsun ailesinden bağımsızlaşamayan kişilerin, hala ergenliğin sürdüğünü düşünebiliriz.

Bu yaş döneminde kimlik oluşumu söz konusu olduğu için ergenin çatışma hali içinde olması beklenmektedir. Bu dönemde ergenin, farklılaşma, çocukluktan çıkmak için farklı bir kimlik oluşturma gereksinimi vardır ve bu dönem 1,5-3 yaş dönemiyle benzerlik göstermektedir. 1,5-3 yaş döneminde bebeklikten çıkıp çocuk olma süreci yaşanırken ergenlik döneminde de çocukluktan çıkıp yetişkinliğe geçiş süreci yaşanmaktadır. Bu dönemler hayatın yeni bir evresine, geçirdiğimiz zihinsel ve bedensel değişimlere uyum sağladığımız dönemlerdir ve zorlayıcı olsalarda da sağlıklı bir şekilde geçirildiğinde olumlu değişimi ve gelişimi sağlamaktadırlar.



Çocuğumun Gelişimsel Serüveni

Bu dönemde ergen, ebeveyninden farklı olmak adına her şeye "hayır" diyebilmektedir. Hayır deme illa kelime olarak duyulmayabilir; ergen sınır koyarak da bunu yapabilir, örneğin; ergen odasına ebeveynini sokmayarak, mahremiyet oluşturarak da bunu yapabilmektedir. Bu dönemde çatışma önemli bir unsurdur. Çatışmalar, ergenin kendi kabuğunu kırmak ve kendi kimliğini oluşturmak için verdiği mücadeleden kaynaklanmaktadır. Çatışmanın olmadığı yerde özerklik de olamamaktadır. Bu dönemde sıkıntı çıkmasın diye bazı aileler alttan alabilmektedir. Böyle durumlarda negatif duygulara da yer açmak çok önemlidir. Öncelikle bu duyguya yani negatif duyguya ailenin tahammül edebilmesi gerekmektedir. Ebeveynlerin çocukları için koydukları sınırları ifade ederken; anlayışlı bir tavır göstermeleri ve kendi duygularını açıklamaları, ergene anne-babasına her zaman güvenebileceği hissini vermektedir. Yetişkinler olarak onların yaşlarından geçtiğimizi ama onların bizim yaşımızda olmanın ne demek olduğunu bilmediklerini hatırlayarak hareket etmek yerinde olacaktır.

Ergen, anne baba ile arasında mesafe olmasını istemektedir. Mesafe koymak için negatif tutumlar sergileyebilmektedir. Anne-babasından farklı olma çabası onu boşluğa itmektedir. Bu boşluğu ise arkadaşlarıyla doldurmak istemektedir. Bu dönemde dış dünyaya yatırım artmakta, aileden uzaklaşıp arkadaşlara dönüş olması beklenmektedir. Ergen için bir arkadaş grubuna ait olmak, onlar gibi düşünmek, giyinmek, konuşmak ve onlar tarafından anlaşılmak büyük bir deneyimdir. Bu dönemde akran grupları, ergenin kişilik gelişimi ve sağlıklı ilişkiler kurabilmeleri açısından son derece önemlidir. Bu dönem dış görünüşlerine de önem vermeye başladıkları bir dönemdir. Ayna karşısında geçirilen zamanlar artmakta, boy, kilo gibi fiziksel unsurlar önem kazanmaktadır. Bu değişimler ergenlerde endişelerin artmasına da neden olabilmektedir. Bedendeki değişimlerden etkilenmemesi için kimlik duygusunun sağlam olması önemlidir.



Çocuğumun Gelişimsel Serüveni

Ebeveynler, ergenlik döneminde çocuklarıyla iletişim kurmakta zorlanabilmektedir. İlgi ve ihtiyaçları değişen, anne babadan ayrıışan ergene ulaşabilmek adına ebeveynler çeşitli yollar geliştirmektedir. Çocukluktan yetişkinliğe geçiş evresindeki bu dönemde ergen, sağlıklı kimlik gelişimi oluşturabilmek amacıyla anne babadan ayrıışmaktadır. Bu geçiş evresinde ergene çok fazla özerklik tanımak ya da onu çok fazla sınırlandırmak istenmeyen sonuçlara yol açabilmektedir. Anne babadan hem fiziksel hem de duygusal olarak ayrıışmak isteyen ergen, mesafeli davranabilmektedir. Kendi sınırlarının ihlal edildiğini düşünüp öfke patlamaları yaşayabilmekte ya da içe dönük tepkiler verebilmektedir (içe kapanma, yalnız kalma isteği gibi). "Çocuğum elimden kayıp gidiyormuş hissine" kapılan anne babalar panik yaşayabilir ve çocuğuyla "arkadaşça" vakit geçirmek isteyebilir. Bu düşünceyle aile içindeki sınırlar esneyebilir; çocuğun istekleri, ihtiyacın önüne geçebilmektedir. Çocuğun zarar görebileceği durumlarda paniğe kapılıp daha katı sınırlar konduğu durumda ise çocuğa ikircikli bir mesaj gitmiş olabilmektedir. Bu gibi durumlarda da ergen, anne babasıyla çatışmaya başlayabilmektedir.

Çocuğun aile ortamında arkadaşça değil, anne babasına ihtiyacı vardır. Çocukların etrafında pek çok arkadaşı olabilir; ancak yalnızca bir tane anne babası vardır. Ergen; hata yaptığında onun arkasında olacak, onu destekleyecek, doğru karar veremediği noktalarda ona yol gösterecek, sınırları oluşturacak ebeveyne ihtiyaç duymaktadır. Çocuğun hayatındaki bu ihtiyaç, esasında "güvenli üs" ihtiyacıdır.

Net sınırlar oluşturulduğunda, ergen hangi adımda neyle karşılaşacağını, hangi davranışının onun için nasıl sonuçlanacağını bilmiş olur ve kendini güvende hisseder. Ebeveyn-çocuk arasındaki ilişki de bu ölçüde sağlamlaşır ve çatışma azaltılmış olmaktadır. Ergen ile konuşulan dil de oldukça önemlidir. Ebeveynlerin emir kipi kullanmamaya çaba göstermesi ve çocuğun mahremiyetine saygı göstermesi gerekmektedir.

Kendi kararlarını verebilen, gereksinimlerini fark edip, çözüm yolları bulabilen bireyler yetiştirirken çocuklarınızın içinde bulunduğu dönemi ve o dönemin sorununu bilip, ona göre bir beklenti içinde olmanız çocuğunuz ile ilişkinizi olumlu yönde etkileyecektir.