



## Koşullu sevgi ve indirgenmiş güç gösterisi

Çocuklarımız, büyüme sürecinde özellikle 13-18 yaşlarına denk gelen ve genel olarak ergenlik dönemi dediğimiz süreçte; daha sinirli, daha heyecanlı, çok daha fazla otoriteyi zorlayan, ruhsal gelgitleri olan bireyler halini alıyorlar. Bu dönemde çocuklarımızı daha iyi anlayabilmek ve onlara daha fazla yardım edebilmek için öncelikle onları ve sorunlarını doğru anlamak çok önemlidir. Biz ister onaylayalım ister basit bulalım algılama kişinin hassasiyetlerine bağlı olarak gerçekleştiği için çözüm odaklı yaklaşabilmek ve empati kurabilmek adına bu önemli bir husustur. **Onların gözünden sorunlara vakıf olmak, onları anlamak; onları onaylamak değildir. Bu sadece, yaşanan sorunları çözebilmek adına çok doğru bir başlangıç ve güven telkinidir”**

**Çocuklarımızı daha iyi anlayabilmek ve güçlü iletişimler kurabilmek için😊❤️:**

1. Çocuklarla ilişkilerinizde taleplerinizin, onların mantık zemininde bir yere oturmasına dikkat edin. Aksi takdirde davranış değişikliği gerçekleştirmeleri çok zor olacaktır.
2. Günümüzde otorite algısı değiştiği için daha fazla çabaya, daha fazla zekaya ihtiyaç duyuyoruz. Sonuçları beğenmiyorsak sebepleri değiştirmeliyiz. Sebepleri değiştirebilmek içinse sorunun kaynağına yönelik gerçekçi teşhisler koymalıyız
3. Anne babalar eğitilmiş ya da değil mutlaka satranç oyununun genel mantığını öğrenmelidir. Hamle ve zamanlama koordinasyonu pek çok sorunu sorun olmaktan çıkarmaktadır. Taktiksel hüznler (Çok kızdığımız bazı anlarda rol gereği üzülmün) ve kontrollü eylemsizlik (Bazen abartmadan onun vicdanını harekete geçirecek soğukluklar yaşayın) çoğu zaman umulmadık kazanımlara yol açar.
4. İletişimin ismi konulmamış en önemli ilkesi, çatışma hallerinde anlık geri çekilmeleri başarabilmektir. Bu, karşınızdakinin kendini ifade etmesine ve böylece

rahatlamasına imkân sağlarken, aynı zamanda sizin sonraki hamlenizde vermeye çalıştığınız mesajları duymasına olanak sağlayacaktır.

5. Davranışa değil de kişiliğe yapılan eleştiriler anlık hataların genelleşmesine yol açtığı için yapıcı değil yıkıcı etkilere yol açar. Elde edilen şey ise karşımızdakinin hatalarından ders almasından çok bize besleyeceği öfke olacaktır

6. Tartışmalarda noktalanmamış cümlelere müdahale etmek öfkeyi tetiklemekten başka bir şey değildir. Deşarj olan pil daha kolay ve uzun süreli şarj olur.

7. Günümüzdeki en önemli hatalardan biri 30 – 40 yıl öncesini kadim anlayışlarıyla bugünün karmaşık gençliğini anlamaya ve terbiye etmeye çalışmaktır.

8. Terk edilmesi gereken önemli anne baba hatalarından biride önce bağır- çağır-nasihah et, sonra dinle eylemidir.

9. Yaşanılan tartışmalarda “iki yaşıt insanın anlaşmazlığına **indirgenmiş** güç gösterileri” aile içi rolleri örseleyen ve saygıyı sorgulatan önemli bir hatadır ve telafisi çok zor alışkanlıklara yol açar. (Genellikle anneler ile yaşıyor)

10. Sonrasında koşullar gereği evet diyeceğiniz yasaklar koymayın. Bu tavır sizin telkinlerinizin ve tedbirlerinizin değerini sorguladır ve hükümsüz eşitir.

11. Yeterince sayıda kelimelerle ve kararında tonlamada yapılmış eleştiri kişinin vicdanına hedeflenen yolculukta çok büyük kapılar açacaktır. Gördüğünüz bir hatayı hiç nefes almadan sürekli bir şekilde dile getirirseniz sadece çok güçlü **savunma hatları** oluşturursunuz...

Söyleyeceğinizi özetle söyleyin ve bırakın karşınızdaki hatasını değerlendirme şansı bulsun.

Vicdanıyla baş başa kalıp yüzleşme şansı bulamayan hiç kimse kendine dair hata tanımlaması yapamaz.

**Çocuğunuzu mutsuz, uyumsuz ve problemlili bir birey olarak yetiştirmek istiyorsanız mutlaka yapmanız gereken davranışlar🙄:**

1.Çocuklarınızı koşullu sevin. ( Hiç hata yapmasınlar, ses çıkarmasınlar, itiraz etmesinler, nefes almadan sabit kalsınlar)

2.Bir çelişki yaşandığında soruna değil çocuğa saldırın. (Bir sebepten dolayı çocuk yalan söylemişse, yalana iten gerekçe ile ilgilenmeyin, yalan söylemenin yanlış bir şey olduğu üzerine konuşmayın. Direk çocuğa yalancısın diye saldırın ve anlık bir davranışı kişilikle özdeş hale getirerek onları yaftalayın)

- 3.Çocuğun kendini ifade etmesine izin vermeyin. (Konuşurken sözünü kesin, yargılayın, suçlayın bolca ahlak dersi verin. Böylelikle iletişimi başlamadan bitirin.)
4. Çocuğun doğru yaptıkları şeyleri görmeye çalışmaktansa, sürekli hataları arayın. Olumlu davranışı takdir etmek gibi bir tavırdan sürekli kaçının.
- 5.Bağırarak ya da döverek disiplini sağlamaya çalışın. Saygının korkudan değil, sevgiden beslendiğini öğrenmeye çalışmayın.
- 6.Çocuklara gülümsemek büyük bir hatadır, onlara bu tavizi vermeyin.
- 7.Çocuklarınızı köşeye sıkıştırmaktan zevk almaya bakın. Onları sürekli tercih yapmak zorunda bırakın.(Arkadaşların mı, biz mi? Annen mi ben mi?)
- 8.Birçok şey için söz verin fakat yapmayın. ( Böylece güvensizliğin ve samimi yetsizliğin temellerini atarsınız)
- 9.En çok kullandığınız ve bundan zevk aldığınız; “seni sevmiyorum, çok aptalsın, senden hiçbir şey olmaz, sana inanmıyorum, senin yüzünden bunları çekiyorum, çok çirkinsin, senden utanıyorum, sen yalancısın” gibi seslenişlerden asla taviz vermeyin
- 10.İşaret parmağınızı sallayarak koyacağınız yasaklar, sağlığınıza katkı sunacak egzersizlerden biridir.
- 11.En önemli hedefiniz çocuklarınıza bir ev bırakmak olsun. Başlarını sokacak bir ev olduktan sonra benlik saygılarını kazanmasalar da olur.
- 12.Çocuklarla oyun oynamaya vakit ayırmayın. Çocuklarla oyun oynamak ve zaman geçirmek onları şımarık yapacaktır, sakın unutmayın.
- 13.Ceza vermenin eğitimin en değerli ve vazgeçilmez ilkesi olduğunu asla unutmayın.
- 14.Küçüğü sev, büyüğü say şeklindeki ifadenin anlamını çok iyi kavrayın. Çünkü bir insana saygı duyulabilmesi için 18 yaşını doldurması gereğini hepimizden iyi siz biliyorsunuz.
- 15.Unutmayın. "Çocuğunuzun iç dünyası dağınık kalacağına, bırakın eviniz dağınık kalsın" şeklindeki kadim nasihat, dış güçlerin, Türk aile yapısını baltalamak amaçlı geliştirdiği bir komplodur. Bu oyuna asla gelmeyin ve evi temiz tutun😊