



# ARALIK 2019 BÜLTENİMİZ

**Psikolojik Danışman Emine SAPMAZ ÜNLÜ**

**Çocuk Gelişiminde Büyükanne ve  
Büyükbabanın Rolü**

**Psikolojik Danışman Sevgi AKKAYA**

**Çocuk ve Ergenlerde Duygusal  
Gelişim**

**YENİDEN ANNE BABA OLMA DUYGUSU YAŞAYAN BÜYÜK EBEVEYN VE ÇOCUK GELİŞİMİNDE KAOSA DİRENEN ANNE BABA....**

Çocuk sahibi olmak anne-baba için hem heyecan verici bir süreç hem de gelişim dönemi özellikleri bakımından anne babalık rollerini tatmin edici bir özellik taşımaktadır. Araştırmalar bebeklerinin bakımının ilk 9 ay yalnızca anne tarafından verilmesinin bebeğin sosyal ve duygusal gelişimini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Bunların yanında kadının iş hayatına girmesi ile bebek bakımı çalışan anne babaları bebeğin bakımını üstlenecek güvenli bir bakım veren arayışına itmiştir. Ne yazık ki günümüzde en fazla istismar ve bebek yaralanmaları bebeğin bakımını üstlenen yabancılar (bakıcı hizmeti veren kişi) tarafından gerçekleştiril-

mektedir. Teknolojinin hayatımıza girmesi ile her ne kadar bebeğin evde bakıcı ile ilişkileri uzaktan izlene de çalışan anne ve babaların bir yakını tarafından bebeğe bakım verilmesini daha fazla tercih edilmeye başladığını gösteren araştırma sonuçları mevcuttur.

Çocuğun bakımının büyükanne yada büyükbaba tarafından verilmesi, psikososyal gelişim bakımından hem olumlu hem olumsuz sonuçları da beraberinde getirmiştir. Çocuk sahip olduğu ailenin ritüellerini benimseyip kendisini soy bağına ait hissetmeyi kolaylaştırdığı gibi anne ve babanın yokluğunda sıcak ilgi ve şefkatle büyüme ve gelişme imkanı sağlar. Aynı zamanda çocuk da

yaşlılarla empati ve saygı, kuşaklar arası değer aktarımını öğrenmiş olur.

Çocuğa bakım verenin yabancı olmaması, tanıdık yüzleri sürekli etrafında görmesi ve anne babanın bakım veren büyükanne\büyükbaba ile ilişkilerinin iyi olması çocuğun sosyal uyumunu da artıracaktır.

Tüm bu olumlu sonuçların yanı sıra anne babaların zaman zaman çocukların bakımında büyükanne ve büyükbaba ile yaşadıkları bir takım sorunlar ortaya çıkmaktadır. Bunların en başında çocuğa verilmek istenen disiplinin büyükanne veya büyük baba tarafından kabul edilmeyip kendi kurallarını dayatmalarıdır.



## Çocuk Gelişiminde Büyükanne ve Büyükbaba



### Ebeveyn tutumuna birkaç öneri...

Çocuğa verilmek istenen disiplinde tutum birliğı oldukça önemlidir. Bu durumda büyük ebeveynlere çocuk yetiştirme- nin kendi zamanlarına göre oldukça farklılaştığı, onların da fikirlerinin çok değerli olduğu ancak öncelikle sağlık profesyonellerinin yöntemlerini denemek istendiğı ifade edilebilir.

Büyükanne\büyükbaba çocuğun gelişimi üzerinde hiçbir sorumluluğı olmadığını düşündükleri için torunlarının sevgi- sini kazanmak, onların mutlu olduğunu görmek için bazen ortak oluşturulan kuralları çiğneyebilmektedirler. Örneğin çok fazla şeker çikolata vb. almak gibi. Bu durum da çocuğa her istediğine kolayca ulaşabilme imkanı sağlarken gele- cek yaşantısına yansiyacak olan bu davranış ilerideki gelişim dönemlerinde çocuğun hayal kırıklığına uğraması, sü- rekli maddi karşılık bekleyen birey haline gelmesi gibi olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir. Dolayısı ile büyükan- ne\büyükbaba çocuğun gelişiminden 1. derecede sorumlu kişilerin anne baba olduğunu kabul etmesi ve çocuğun gelişiminde anne baba ile işbirliğı yapması gerekmektedir.

Bazen büyükanne\büyükbaba ile çift arasındaki çatışmalar çocuğa yansıtılmakta ve çocuk mesaj kutusu gibi kullanılı- maktadır. (annen çok beceriksiz, baban tembel vb.) bu durum aile içi kutuplaşmalara yol açmakta ve aile içi roller yer değıştirerek (babaanneye anne gibi davranmak) çocukta anne babaya karşı olumsuz duygular oluşmaktadır, bunun üzerine bir de büyükanne\büyükbaba tarafından çocuğun her istediğı de yapılıncı çocuk kendi evine dahi gitmek istememekte ve kuralların olmadığı ve her istediğini kolayca elde ettiğı bir ortamda yaşamakta ısrar edebilmektedir. Bu durumda büyükanne\büyükbaba ile çocuğun gelişiminde ortaya çıkabilecek sorunlar göz ardı edilmemeli ve ortak çözüm yolları ele alınmalıdır.

**PSİKOLOJİK DANIŞMAN**  
**EMİNE SAPMAZ ÜNLÜ**

### GEMLİK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



Dr. Ziya Kaya Mahallesi Fatih Caddesi No75 Gemlik /  
BURSA



gemlik.ram



02245131090



<http://gemlikram.meb.kiz.tr/>



## ÇOCUKLARDA DUYGUSAL GELİŞİM

Mucizevi bir şekilde dünyaya gelen insanın gelişim dönemlerini sağlıklı atlatabilmesi çok kıymetlidir. Duygusal gelişim bebeklik döneminden itibaren gelişmeye başlar. Güvenli bağlanma ebeveyni (bakım veren kişi) arasında kurulan sözsüz iletişime dayalı oluşan duygusal bağlantı ve güven duygusudur. Ebeveyni (bakım veren kişi) ile kurduğu güvenli bağlanma duygusal gelişimini olumlu yönde etkiler. Duygusal gelişiminin sağlıklı bir şekilde ilerlemesi çocukta diğer gelişim alanlarını da olumlu yönde etkiler. Duyguların çoğu çocukluk döneminde geliştiği için duygusal gelişim dönemi açısından kritik dönem de denilebilir. Utangaçlık, suçluluk, şaşkınlık, gurur gibi duygular hissetmeye başlar. Yaş ilerledikçe

bilişsel gelişimiyle de paralel olarak duygulara vermiş olduğu tepkiler de değişecektir. Çocuğun sosyal çevresindeki birey sayısı arttıkça duygusal gelişiminde de değişiklikler yaşanacaktır. Okul öncesi dönemde de bu gelişim alanına ağırlık verilmesi çok önemlidir. Duygu eğitimini başarı ile atlattmış çocuklar ilerleyen yaşlarında duygusal, davranışsal ve sosyal sorunlarla baş etme becerilerinde oldukça başarılıdırlar.



### DUYGULAR NEDEN ÖNEMLİDİR?

\*Duyguların iletişimsel yönü vardır. Farklı dil konuşan iki insan ortak duygulara sahiplerse duyguları aracılığıyla iletişim sağlayabilirler. Konuşmaya henüz başlamamış bir bebek bakım veren kişinin duygularını hissederek duygusal tepkiler verebilir.

\*Duygularımız sosyal ilişkilerimizde çok önemli bir yere sahiptir. Yakın çevremizdeki kişilere karşı olan duygularımız bizi etkiler.

\* Duygularımız şemaların oluşmasında etkilidir. Yaşamış olduğumuz olumlu ya da olumsuz duygular zihnimizde bir şema oluşmasına katkı sağlar ve sonraki süreçlerde bizi yönlendirir.

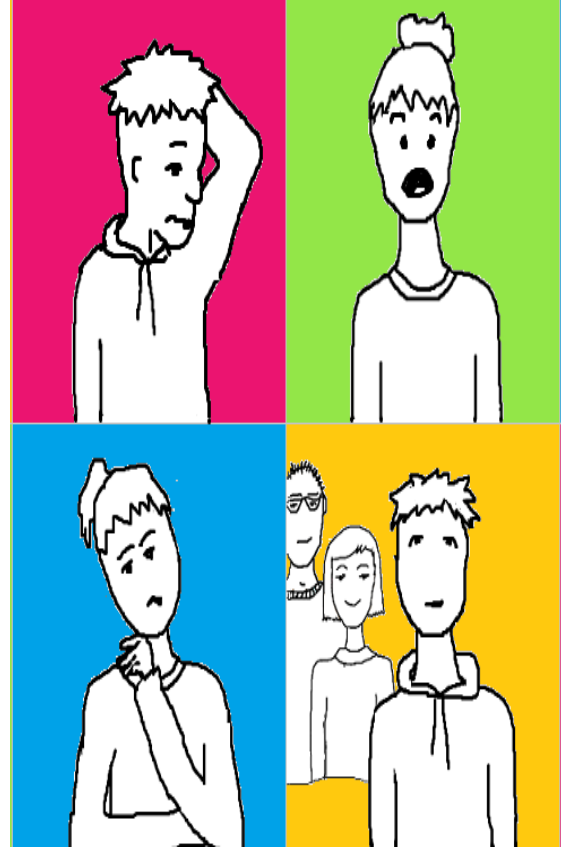
\*Duyguların kişilik gelişimine katkıları vardır. Duygularımız bilişsel gelişimimizi ve davranışlarımızı etkiler böylece kişiliğimizin oluşmasında çok önemli bir rolü vardır.

\*Duygular bir olayın önemini ölçer.

# ERGENLİK DÖNEMİ DUYGUSAL GELİŞİM



Ergenlik dönemi çocukluk ve genç yetişkinlik arasında olan fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal alanlarda çok hızlı gelişimlerin yaşandığı sorgulama ve kendini bulma dönemidir. Ergenlik dönemindeki duygusal gelişim çocukluk dönemindeki duygusal gelişimi takip eder. Çocukluk dönemindeki duygusal gelişim alanı ne kadar sağlıklı ise ergenlik döneminde de bu gelişim alanı sağlıklı bir şekilde ilerler. Ergenlik dönemi duygudurumların çok hızlı değiştiği bir dönem olmasıyla birlikte bilişsel gelişimin de gelişmesiyle birlikte duygusal dalgalanmalar ve duygusal farkındalıklar geliştirir. Duyguların gelişimi kimlik oluşumunu etkiler. Ergenlik dönemindeki duygusal dalgalanmalar yalnız kalma isteği, karşı cinse aşık olma, çabuk heyecanlanma, çekingenlik vb. duygular sıklıkla görülür. Ergenlik sürecinde duyguların bu hızlı değişiminin normal olduğu unutulmamalıdır ve ergenin duygusal gelişimine yardımcı olmak için duygularının anlaşıldığını ifade eden bir tarzla yaklaşılmasıdır. Duygusal dalgalanmalara hormonal değişiklikler ve beraberinde bilişsel ve sosyal değişimler de sebep olur. Ergenlik dönemindeki duygusal gelişime aile bireyleri, akran çevresi, öğretmenler, yaş grubu, yaşadığı coğrafya ve yaşadığı sosyal çevrenin etkisi büyüktür. Ergen bu süreç içerisinde duygularının farkına varabilmeyi, iletişimde olduğu kişilerin duygularını anlayabilmeyi, duygularını ayırt edebilmeyi öğrenir. Çocukluk döneminde bakım veren kişiyle güvenli bir bağlanma yaşayan çocuğun ergenlik dönemine geldiğinde daha başarılı bir kimlik oluşturma süreci yaşar. Duygusal gelişimini sağlayan ergen olumsuz duygularını farklı kanallara yönlendirerek baş etme stratejilerini oluşturur. Çocukluktan genç yetişkinliğe doğru bir adım olan ergenlik döneminde duygusal gelişiminin başarılı atlatılmış olması sosyal gelişim ve bilişsel gelişimle de paralellik göstererek sağlıklı bir şekilde sonraki gelişim dönemine geçilmiş olur ve psikolojik sağlamlılığını, olayları yorumlama becerisini, kendine karşı şefkatli olmasını, kişiler arası ilişkilerde başarılı olmasını büyük ölçüde etkiler.



# DUYGUSAL GELİŞİMİ DESTEKLEMENİN YOLLARI

## \* ROL MODEL OLUN

Kişileri zorlayan duygulardan kaçmak mümkün değildir. Çocuklara böyle duyguların hayatın bir parçası olduğunu göstermek çok önemlidir. Örneğin, “Çok yorgun hissediyorum, bugün mutsuz bir gün geçirdim erken yatmam iyi olacak,” demek kulağa çok sıradan gelse de çocuklar için çok büyük anlam içerir.

## \* DUYGULARI AÇIK BİR ŞEKİLDE KONUŞUN

Duygularımız hayatımıza bir şekilde anlam katan parçalarımızdır ve onlarla ilgili konuşmaya alışmamız gerekmektedir. Yetişkinler için bile duygulardan bahsetmek zor olabiliyorken , çocuklar yeterince duyguları tanıyamadığından ifade etmeleri daha da güçleşir. Bu nedenle çocuklarla gün içinde hangi duyguları yaşadığınızı, duygulara isim vererek konuşmaya çalışmak duygusal gelişimleri için çok kıymetli olacaktır. Böylece çocuğun kendi duygularını tanıması ve duygularıyla ilgili konuşmasını kolaylaştırmak mümkündür.

## \* OLUMSUZ DUYGULARI DÜZGÜN BİR ŞEKİLDE İFADE EDİN

Olumsuz duyguları ifade ederken duygulardan uzaklaşarak sadece öfkeli sözler söylemek yerine gerçekten kötü hissettiren şeyden bahsederek ve bunu yüksek ses kullanmadan konuşarak çocuğa öfkeli anlar için rol model olmaya ve çocuğunuz öfkelendiği zaman rahatlamlarına yardımcı olmak için asıl konuya odaklanmak gerekir. Yüksek sesle konuşmaya, bağırma ya da hatta çığlık atmaya başladıklarında, onları asıl konuya döndürerek mevcut konuya önem verdiğinizi gösterebilirsiniz..

## \* ŞEFKATLE VE İLGİYLE YAKLAŞIN

Çocuklar olaylara ve duygulara nasıl tepki vereceklerini onlara yaklaşımlarınız üzerinden belirleyebilirler. Çocuklar duygularına verdikleri tepkiyle bir davranışa başvurduğu zaman onlara sıcak, ilgiyle ve şefkatli şekilde davranmanız duygusal gelişim süreci için son derece faydalı olacaktır. Böylece sizin yanınızda baskı altında hissetmeyecekler ve onlara kendi duygularını fark etmek için bir alan açmış olacaksınız.

## • YAŞANAN OLUMLU VE OLUMSUZ DUYGULARI KABUL EDİN

Çocuklar için anlaşıldığını hissetmek çok kıymetlidir. Her alanda anlaşılır olmak onların gelişimleri için çok önemlidir ve yetişkinler olumlu ve olumsuz duygularını da kabul ederek yaklaşırsa ve yaşadığı duyguya saygı gösterirse duygusal gelişimi olumlu yönde etkilenir. Yaşadığı olumlu-olumsuz duygularını da ebeveynlerinin ve yakın çevresindeki yetişkinlerin rol model olmasıyla düzgün bir şekilde ifade edebilir.

Sevgi AKKAYA  
PSİKOLOJİK DANIŞMAN

# GEMLİK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Telefon: 0224 513 10 90

Faks:0224 513 10 91

Adres: Dr. Ziya Kaya Mah. Fatih Cad. No:75 Gemlik/ Bursa

WEB

<http://gemlikram.meb.k12.tr>

SOSYAL MEDYA

İNSTAGRAM: @gemlik.ram

