

Sert ebeveynlik

Doç. Dr. Bilge YAĞMURLU - Koç Üniversitesi Çocuk ve Aile Çalışmaları Laboratuvarı Direktörü

15 Aralık 2014



Okul öncesi ve ilkokul çağlarında tüm gelişimsel alanlarda önemli ilerlemeler oluyor. Bu ilerlemenin bir kısmı olgunlaşmanın, yani doğal gelişim sürecinin bir sonucu, bir kısmı ise çevresel özelliklerin etkisiyle gerçekleşiyor.

Okul yıllarında edinilen davranışlar sonraki yıllarda değişime daha az açık oluyor, o bakımdan erken dönemdeki gelişim çok önemli. Örneğin, çocukların 9 yaşındaki agresif davranışları yüksek düzeyde devamlılık gösteriyor. Bu şu anlama geliyor, 9 yaşındaki saldırgan davranış sıklığına bakarak, kişinin ergenlikte ve yetişkinlikte göstereceği saldırganlık sıklığını tahmin edebiliyoruz. Gelişim biliminde çocuğu çok küçük yaşlardan itibaren takip eden boylamsal araştırmalar tutarlı şekilde aynı sonucu gösteriyor.

Bu bulgunun verdiği iki önemli mesaj var. Birincisi, “Çocuğum daha küçük, yaşı ilerledikçe agresif davranışları nasılsa azalır” düşüncesi doğru değil. Saldırgan davranışın sıklığı genellikle azalmıyor, sadece biçim değiştiriyor. Fiziksel saldırganlık düşüyor ama onun yerine sözel, sosyal veya sanal saldırganlık başlıyor.

Sözünü ettiğim bulgunun verdiği ikinci mesaj ise şu, çocuğun sağlıklı gelişimini önemsiyorsak, en büyük yatırımı okul öncesi dönemde ve ilkokulun yıllarında yapmalıyız. Daha sonraki yıllarda beynin değişime verdiği cevap daha yavaş, esnekliği azalıyor, erken dönemde öğrenilen, tekrar edilerek pekiştirilen davranışlar,

alışkanlıklar kolay değişmiyor. Tabii yatırım dediğimizde akla hemen maddi olanaklar gelmesin. Çocuk gelişimi söz konusu olduğunda en önemli yatırım doğru ebeveynlik, anne-baba-çocuk arasındaki pozitif ilişkiler.

En önemli konu sınır koyma

Anne-babaların üzerinde durması gereken konulardan belki de en önemlisi sınır koyma. Belli sınırlar içinde davranmak ve kurallara uymak çocuk için zorlayıcı olabiliyor. Bu, "özdenetim" becerisinin gelişmesi ile ilişkili. Çocuğun akademik başarısından tutun, arkadaş ilişkilerine, duygularını gösterme biçimine kadar hemen her alana etki eden bir beceri özdenetim. Çocuk, dürtülerini, isteklerini kontrol etmeyi anne-babanın yardımı ile öğreniyor.

Her istediğini yapamayacağını, bazen sabretmesi, beklemesi gerektiğini, kendi isteklerinin başkasına zarar verebileceğini veya sadece o an için yapmasının mümkün olmayabileceğini bilmesi ve buna uygun davranması gerektiğini anlaması önemli. Küçük bir çocuk için bu zor ama anne-babanın desteği ile geliştireceği bir beceri.

Anne-baba davranışlarına baktığımızda, otoriter ebeveynliğin çocuğun özdenetim gelişimine olumsuz etki yaptığını görüyoruz. Çocuğa vurmak veya herhangi bir fiziksel ceza uygulamak, keyfi ve anlaşılmaz kurallar koyarak sorgusuz itaat etmesini beklemek, özdenetim gelişimine zarar veriyor.

Çocuğun özdenetim gelişimine en olumlu etkiyi ise yaşına uygun şekilde konuşarak ona kuralların sebeplerini açıklamak yapıyor. Ceza ile çocukları korkutarak itaat sağlamaya çalışmak belki sadece o an için anne-babanın yarıyor, ama ilerisi için mahsurlu. Çünkü esas olan çocuğun kuralın mantığını, sebebini anlaması. Anlamayınca, kuralı içselleştiremiyor, içselleştirmedeği davranışı uygulamıyor.

Anne-baba-öğretmen varken çocuk isteneni yapıyor, ama onların olmadığı ortamlarda yapmıyor. Özellikle hassas mizaca sahip çocuklar sert ebeveynlikten daha olumsuz etkileniyor. Bağırma, fiziksel güç kullanma bu çocukları çok korkutuyor, ceza almamak için kurallara uymaya gayret etseler de, neyi neden yapmaları gerektiğini anlamadıklarından kaygı düzeyleri çok artıyor.

Kaygılı, eleştirel, mükemmeliyetçi, sabırsız ve toleranssız

Çocuğun özdenetim gelişimine olumsuz etki eden bir diğer ebeveynlik davranışı ise aşırı koruyucu ve müdahaleci ebeveynlik. Çocuğun potansiyelini bilerek, elinden

geleni en iyi şekilde yapabilmesi için gerekli desteği vermek yerine, her şeyi çocuk için, onun yerine yapan anne-babalar, çocuklarının dikkat etme, planlama ve uygulama becerilerinin gelişimine engel oluyorlar.

Helikopter ebeveynlik de denilen bu davranış stili, çocuğu yakından izliyor, kaygılı, eleştirel, mükemmeliyetçi, sabırsız ve toleranssız. Çocuğun her şeyinin kendi istediği gibi, istediği şekilde olması konusunda ısrarcı. Bu, çocuğun kendi ayakları üzerinde durmasını sağlayacak kritik becerilerinin gelişmesine olanak vermeyen bir ebeveynlik tarzı.

Anne-babaların bazen hassas, fedakar olarak nitelendirdikleri ve bununla övünüp, çevreye gururla anlattıkları ebeveynlik uygulamalarının önemli bir kısmı bu tür aşırı koruyucu ve müdahaleci davranışları içeriyor.

Özdenetim becerisinin erken yaşlardaki gelişimi için çocuğun mizacına uygun, sıcak, sorumlu ve tutarlı ebeveynlik tutumları gösterilmesi önemli. Çocuğun kuralları ve sınırları benimsemesi, mantığını anlaması ve içselleştirmesi ile mümkün. Bunu sağlamak için karmaşık olmayan, çocuğun yaşına uygun bir dil kullanarak açıklama yapmak gerekiyor.

Baskıcı, sert bir ebeveynlik kadar aşırı koruyucu ebeveynlik de özdenetim gelişimi için sakıncalı. Çocuğun özdenetim becerisinin gelişimi ise kritik, çünkü sadece bugünkü sosyal ilişkileri ve okul uyumuyla değil, ilerideki esenliğiyle de bağlantılı. Yetişkinlikte gördüğümüz bağımlılıkla ilgili sorunların temelinde de özdenetim güçlüğü yatıyor.