

TÜRKİYE
PSYCHOLOGIES

BEN İLİŞKİLER AİLE TERAPİLER GÜZELLİK YAŞAM STİLİ TEST



Genel

BEBEKLERLE NASIL KONUŞMALIZ?

Uzun zamandan beri aileler, bebekleriyle “doğru” konuşmanın onun psiko-duygusal gelişimine katkı sağladığını biliyor. Buna rağmen, bebekle konuşurken doğru kelimeleri bulmak her zaman kolay olmuyor. Uzmanlarımız doğru ses tonunun, doğru ifadelerin ve beden dilinin nasıl olması gerektiğini anlatıyor.

“Balım benim, iki ay içerisinde yeni evimize taşınacağız. Baban ve ben bu konuyu çok düşündük ve yeni evin bize iyi geleceğine karar verdik. Ayrıca, yeni evimiz işime daha yakın olduğundan, hem daha az yorulacağım hem de daha çok boş vaktim olacak. Böylece babanla daha rahat...” Kaç ebeveyn çocuğuyla konuşurken anlattığı detayları nerede sınırlandıracağını biliyor? Bazı ebeveynler kaygılı bir şekilde bebekleriyle nasıl iletişime geçmeleri gerektiğini, neyi söyleyip neyi söylememeleri gerektiğini öğrenmek istiyor; yani en iyi iletişim yolunu bulmak istiyorlar. “*Pediatrist ve Psikanalist Donald W. Winnicott ile Françoise Dolto bizlere yenidoğanın tamamen ayrı bir birey olduğunu gösterdiler*” diye hatırlatıyor Psikanalist Claude Halmos. Françoise Dolto, “*Ana rahmine düşme anından itibaren, insanoğlu bir dil varlığıdır*” der. Bebek henüz anne rahmindeyken bile onunla konuşmak onu geliştiriyor.

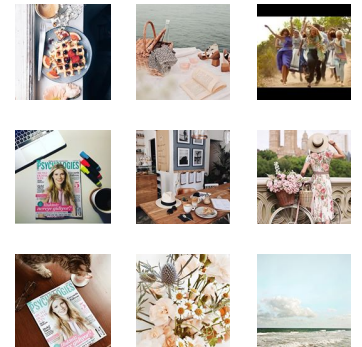
Eğitim danışmanı ve Pedagog Norma Razon, doğumu izleyen günlerde bebeğin en iyi gelişmiş duyusunun işitme duyusu olduğunu, bu nedenle annenin yumuşak, sevgi dolu, tatlı sesinin ağlayan, sıkıntısı olan bebeği daha kolay ve daha çabuk sakinleştirdiğini söylüyor. “*Bebeğin anne, baba ve bakıcısının sesine daha duyarlı olduğu hemen fark edilir. İlk günlerde annenin bebeğini kucağına alması, sevmesi, okşaması, ona dokunması, onun kulağına güzel sözler fısıldaması, şarkılar mırıldanması, ninniler söylemesi, anne sütü kadar besleyici ve değerlidir.*” Nöropsikiyatr Boris Cyrulink, “*Onunla konuştuğumuzda, bebek duyguları hissediyor ve hafızası aktive oluyor. Temporal bölgedeki işitme, dil bölgesine*

DAHA MUTLU
İŞ ORTAMLARI İÇİN
İŞ DÜNYASINA
ÇAĞRI

ARAMA

ÇOCUKLARDA CİNSELLİK
EĞİTİMİ

INSTAGRAM



Follow on Instagram

dönüşüyor” diyor. Doğru tonu bulmak, doğru kelimeleri seçmek ve dengeyi bulmak, özellikle yeni doğum yapmış anneler için zor olabilir. Yanlış yapma korkusu yaşayabilir ve bebekle ilgili birçok bilgi onları şaşkına çevirebilir. **“Bebekle iletişimi basite indirgeyen psikologlar, annelerin suçluluk duygusunu pekiştiriyorlar. Bu yüzden anneler yanlış yapmaya, üzölmeye, ağlamaya hakları olmadığını düşünüyor, kendi olumsuzluklarının bebekleri travmatize edeceğini sanıyorlar”** diyerek, bu durumla ilgili şikayetini dile getiriyor, Psikolog ve Psikanalist Sophie Marinopoulos.



“Bebekle konuşurken şimdiki zamanı kullanın. Bebekler ne geçmiş ne gelecek zamanı bilirler, çünkü o mefhum onlarda yoktur. Zaman kavramı 2 yaşından önce oluşmuyor.”

Regine Zekri-Hurstel, Nörolog

Şimdiki zamanda kısa cümleler kurun

Françoise Dolto, 1978 yılında yapılan bir röportajında şunu söylüyor: **“Bebekler kalpten yapılan gerçek konuşmaları anlarlar.”** O yüzden herkes kendi kelimelerini sansürlemeden, olduğu gibi ifade etmeyi bir şekilde bulur.

Norma Razon, **“Bebekler sünger gibidir”** diyor. **“Her söylenen hafızasına kaydolur. Bebeğin hafızasındaki kelime sayısı, kullandığı kelime sayısından fazladır. Bebek konuşmaya başladığı zaman, kullandığı kelimelerle çevresini şaşırtır. Bunları ne zaman, nasıl öğrendiği bilinmez. Bebeğin her şeyi kaydettiği, her şeyi taklit ettiği hatırlanırsa, bebekle konuşurken ne kadar düzgün konuşmak gerektiği anlaşılır. Konuşurken kısa, basit, anlaşılır, düzgün cümleler kurmak, dilbilgisi kurallarına uymak, doğru kelimeleri seçmek, konudan konuya atlamamak ve anlatılan konu ile yüz mimikleri arasında uygunluk sağlamak, konuşulanla beden dilinin paralel olmasına dikkat etmek, içerik ile duyguların uyumlu olmasına özen göstermek doğru olur”** diyor.

Nörolog Regine Zekri-Hurstel, **“Bebekle konuşurken şimdiki zamanı kullanın. Bebekler ne geçmiş ne gelecek zamanı bilirler, çünkü o mefhum onlarda yoktur. Zaman kavramı 2 yaşından önce oluşmuyor”** diyor. Aynı zamanda Zekri-Hurstel, bebeklerle konuşurken kısa ve olumlu cümle yapıları kurmak gerektiğini söylüyor. **“Küçük köpeğe bak”** demek, **“Oyuncağını arayan, siyah ve beyaz renklerdeki küçük köpeği gördün mü?”** demekten daha iyidir.

SON YORUMLAR

ARŞİVLER

- Temmuz 2018
- Haziran 2018
- Mayıs 2018
- Nisan 2018
- Mart 2018
- Şubat 2018
- Ocak 2018
- Aralık 2017
- Kasım 2017
- Ekim 2017
- Eylül 2017
- Ağustos 2017
- Temmuz 2017
- Haziran 2017
- Mayıs 2017
- Nisan 2017
- Mart 2017
- Şubat 2017

KATEGORİLER

- Aile
- Ben
- En Çok Okunanlar
- Genel
- Güzellik
- İlişkiler
- Terapiler
- Test
- Yaşam Stili

META

- Giriş
- Yazılar [RSS](#)
- Yorumlar [RSS](#)

Her şeyi anlatın; yani hemen hemen her şeyi...

Doğru konuşmak demek, bazen kelimelere dökmekte zorlanabileceğimiz şeyleri de söylemek anlamına geliyor. Claude Halmos, *"Bebekler bazen ebeveynlerinin kaygısından etkilenirler. Bazen de kendilerini suçlarlar. Bu durumda önemli olan bebeğe yönelmek ve ona gerekli şeyleri adlandırarak anlatmaktır"* diyor. 28 yaşındaki Ceren de aynısını yapmış. *"Doğumdan sonra kendimi depresif hissediyordum. Oğlum Doruk'a bunun onun suçu olmadığını ama bana karşı daha müsamahalı olması gerektiğini söyledim. O dönemde Doruk, benim yeni rolümü keşfetmeye çalışıyordu. Yetişkin halimi korumaya çalışıyordum."* Marinopoulos bu konuda, *"Eğer çocuk aile içinde konuşulan bir şeyler duyduysa, ne kadarının onu kapsadığını öğrenmeli"* diyor. Françoise Dolto, bir yas anında dahi bebeğin buna dahil edilmesini ve hatta aile yakınının toprağa verilmesine götürülmesi gerektiğini söyler, çünkü o da aileden biridir. Taşınma, boşanma gibi şeyler bebeğe anlatılmalı, ancak tabii ki bazı detaylar yetişkinler arasında kalmalı. Buna kişisel alana saygı diyoruz. Bu durumda altının çizilmesi gereken bir şey var; çocuk, anne-babanın her an dert yanabileceği bir sırdaş değildir ve onu sırdaşa çevirmek söz konusu bile olmamalıdır. Norma Razon da dürüst davranmak adına, ailesini ve çevresini ilgilendiren tüm gerçekleri bebekle paylaşmanın gerekmediğini vurguluyor ve *"Korku, kaygı uyandıran haberleri, yetişkin dünyasını ilgilendiren bilgileri, kavrayamayacağı olayları bilmek bebek için sakıncalıdır"* diyor. *"Bazı gerçekleri paylaşmak için bebeğin belli bir yaşa ve olgunluk düzeyine ulaşmasını beklemek doğru olur."*

• WordPress.org



Babaya yer açın

Norma Razon, kendisini büyütenlerle kurduğu ilişkilerin, bebeğin tüm yaşamını etkileyeceğini söylüyor ve baba-çocuk iletişiminin doyurucu ve sağlıklı olabilmesi için, bebek doğduğu andan itibaren babanın devrede olması gerektiğini ekliyor. *"Baba, bebeğiyle ilgilenmeli; oynamak, eğlenmek, konuşmak, eğitmek, öğretmek, keyifli beraberlikler yaşamak için bebeğine ve ailesine zaman ayırmalı, karşılıklı sevgi ve saygıya dayalı duygu paylaşımına yer vermeli."*

Gayrimenkul sektöründe çalışan 34 yaşındaki Korkut, *"Ali ile daha annesinin karnındayken konuşmaya başladım. Örneğin şunları söylüyordum: 'Merhaba küçük adam, ben senin babanım, heyecanla seni bekliyoruz'"* diye anlatıyor o zamanları. Kadınlar erkeklere yer açmalı. Babanın yeri ile ilgili kelimelere gündelik hayatta rastlıyoruz ve bazen farkında olmadan kullanıyoruz. *"Kadın 'Benim bebeğim' dediği zaman, bu 'sevdiğim adamla yaptığım çocuğum' anlamına gelmeli, küçük bir kızın oyuncak bebeğine söylediği gibi değil"* diyor Claude Halmos. Bebek bir aşk varlığı

olmalı, aidiyet değil. Öğretmenlik yapan 32 yaşındaki İrem, *"Eşim işi nedeniyle çoğunlukla şehir dışında oluyor ama ben o yanımızda olmasa bile ondan bahsediyorum. Örneğin, çocuğum sevdiği bir yemeği yerken, ona şunu söylüyorum: 'Aa, biliyor musun? Buna baban da bayılır.' Bu cümleler gereksiz gibi durabilir ama ben eşimin varlığını bu şekilde aramızda tutuyorum"* diye anlatıyor.

Sözler boğazınıza takılıp kalırsa...

Kelimeler dilimizin ucuna gelmediğinde ne yapmalı? 30 yaşındaki avukat Aslı, 1 yaşındaki ikiz Emre ve Ece'nin annesi. *"Çocuklarımla konuşmam gerektiğini düşündüğüm için kendimi onlarla muhabbet etmeye zorluyordum. 'Onlarla konuşman gerek' diyordum kendime ama hiç doğal olmuyordu"* diyor. Sophie Marinopoulos, bir annenin ifade etmekte neden zorlandığını araştırmak gerektiğini söylüyor. Claude Halmos ise, *"Bu tarz anneler genellikle bebekken kendisiyle çok konuşulmamış kişiler oluyor"* diyor. Ancak bu durum anneleri panikletmemeli, çünkü nasıl konuşacağı konusunda zorlanmak, onunla kötü iletişime geçtiğiniz anlamına gelmiyor. Françoise Dolto der ki, bebek kelimeleri anladığı için değil, onları yaşadığı için onunla konuşmak önemli. Önemli olan onunla konuşmaktan ziyade iletişime geçmeniz.

Boris Cyrulnik, *"Konuşmayla iletilemeyenler başka kanallarla iletilebilir"* diyor. Norma Razon da oyunların bu aşamada kolaylaştırıcı bir işlevi olduğunu vurguluyor. *"Konuşma ile iletilemeyenler, oyunlarla, oyuncaklarla, rol yapma (dramatizasyon) ve taklit oyunları, ortak etkinliklerle iletilebilir. Bebekleri gezdirerek, oyun gruplarına sokarak, başka çocuklarla oynatarak iletilemeyenler yaşatılabilir. Bazen konuşmadan, bir bakışla, ses tonunda bir farklılık yaratarak, istenilen çocuğa iletilebilir."*

Ayrıca bebeği sürekli "Seni seviyorum" diyerek boğmamak, sıkmamak gerekiyor. Halmos, *"Sevgi zaten yansıyan bir şeydir, bebeğin hissetmesi için formüle edilemez"* diyor. Kendimize ait kelimeleri bulmaya çalışırken, başkalarınınkini ödünç alabiliriz. Bebekler ses değişikliklerinden etkilendikleri için çocuk şarkıları, tekerlemeler, küçük bebek kitapları hoş birer paylaşım oluyor. *"Bebeklerin beyninin yüzde 70'i ritme atfedilmiş"* diyor Zekri-Hurstal. Nilay da anne sesini ve annelik yolunu müzikle bulmuş: *"Konuşma ve şarkı söyleme arasında tonlamamı keşfettiğim zaman, kendimi rahatlamış hissettim. Hatta kendim şarkılar yaratıp söylüyorum."* Razon da ninnilerin ve şarkıların anne-bebek arasında güçlü bir iletişim aracı olduğunu doğruluyor. *"Anne bebeğine ninni söylerken, bütün duygularını yansıtır; bebeğinin huzura kavuşmasından onun ne kadar etkilendiğini hisseder, mutlu olur. Bu etkileşim, bebeğin özgüvenini ve benlik algısını güçlendirir, duygusal ve sosyal gelişimini destekler."*

Yazı: Marion Froh

Derleyen: Ekin Nazlı



Etiketler: #bebek #benlik #boris cyrulink #claire halmos

#Françoise Dolto #norma razon #özgüven #pediatri

#regine zekri hurstel #sophie marinopoulos

← Önceki Yazılar

Sonraki Yazılar →

ÖFKENİZİ KONTROL EDİN

3 Mayıs 2018

İNTERNET BİZİ APTALLAŞTIRDI MI?

3 Mayıs 2018

Bültene abone olun

Haberlerimizi kaçırmak istemiyorsanız abone olun

Abone ol!

Spam haber akışı bulunmamaktadır.