

SERAP DUYGULU
YENİ NESİL EBEVEYNLİK
VE HELİKOPTER AİLELER



DESTEK YAYINLARI: 921
KİŞİSEL GELİŞİM: 165

SERAP DUYGULU / YENİ NESİL EBEVEYNLİK VE HELİKOPTER AİLELER

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalioğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Edtör: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: İlknur Muştı
Sayfa Düzeni: Işıl Ilgıt Şimşek
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Mart 2018
Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN: 978-605-311-393-5

© Destek Yayınları
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul
Tel. (0) 212 252 22 42
Faks: (0) 212 252 22 43
www.destekdukkani.com
info@destekyayinlari.com
facebook.com/DestekYayinevi
twitter.com/destekyayinlari
instagram.com/destekyayinlari
www.destekmedyagrubu.com

Deniz Ofset – Nazlı Koçak
Sertifika No. 40200
Maltepe Mah. Gümüşsuyu Cad.
Odin İş Mrk. B Blok No. 403/2
Zeytinburnu / İstanbul



SERAP DUYGULU

YENİ NESİL EBEVEYNLİK

VE HELİKOPTER AİLELER



İÇİNDEKİLER

1. Bölüm

Yeni Nesil Ebeveynlik	13
Pamuk Şeker Babalar, Demir Ökçeli Anneler	16
Geçmişten Bugüne Çocukluk Kavramı	19
Geçmişten Bugüne Kuşaklar.....	21
K Kuşağı.....	25
K Kuşağı'nı Şekillendiren Güçler	27
K Kuşağı'nı Diğer Kuşaklardan Ayıran Özellikler	28
İnternet Çağı Çocukları/Dijital Kuşak	32
İnternet ve Sosyal Medya Hastalıkları //	
E(Elektronik) Hastalıklar	37
Mobil Cihaz Bağımlılığı	44
Televizyonlar, Bilgisayarlar ve Çocuklar	46
Oyun Bağımlılığı	51
Teknolojiyi Oyuncak Yapan Çocuklar // Teknolojiyi Kullanmak Zekâ Belirtisi mi?	55
Sanal Zorbalık	57
Sosyal Medyada Çocuk Hesapları	59
Sosyal Medya Bağımlılığı	66

Sosyal Medyanın Çocuklar Üzerindeki Etkileri ..71	
Sosyal Medyanın Gençler Üzerindeki Etkileri73	
Ne Yapmalı?75	
Sosyal Medya Baskısı.....77	

2. Bölüm

Helikopter Aileler.....83	
Helikopter Ailelerin Çocuklarında Kişilik Gelişimi.....85	
Ailelere Öneriler.....87	
Evhamlı Anne Babalar89	
Ailede Çocuk Egemenliği91	
Evde Kimin Sözü Geçiyor?93	
Çocuk Egemen Ailede Sorunlar94	
Dengeyi Sağlamak95	
Ailelere Öneriler.....96	
Akademik Anneler.....97	
Toplu Oda Yoktur, Mükemmeliyetçi Anne Vardır99	
Sorumlu Ebeveynler, Sorusuz (Sorunlu) Çocuklar102	
Sorumluluk Bilincini Nasıl Oluşturabiliriz?106	
Anne-Çocuk İlişkisi109	
Baba-Çocuk İlişkisi112	
Çocuğunuzu Nasıl Yetiştiriyorsunuz?114	
Anne-Baba Rollerini117	

Anne Babaların Sık Yaptığı Hatalar.....	119
Kural Koymak.....	121
Ailenin Yaklaşımı	122
Doğru Anne Baba Tutumu ve Doğru Mesajlar	125
Çocuklara Hayır Demek, Hayır Demeyi Öğretmek	126
Çocukları İstismardan Korumak	130
Çocuklarla Doğru İletişim Kurmak.....	137
Çocuklarla Konuşurken Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar	139
İletişim Dili	140
Aile İçi İletişim.....	141
Aile İçi İletişim Sorunlarının Nedenleri	142
Aile İçi Sağlıklı İletişimde Doğru Tutumlar.....	143
Kendine Yeten Çocuklar Yetiştirmek	146
Kendi Başına Hareket Edebilmek	147
Sorumlulukların ve Görevlerin Bilincinde Olmak, Planlı Hareket Edebilmek.....	148
Evde Sorumluluk Almak ve Destek Olmak.....	149
Sorunlarını Çözebilmek	149
Para Kazanmak, Parayı Yönetebilmek	150
Risk Alabilmek	151
Paylaşımli Ebeveynlik.....	152
Yeni Nesli Eğitmek	154
Tekno-Dijital Kuşak.....	163
Bu Sorumluluk Bizim	170



Giriş

Günümüzde hızla gelişen teknoloji, hayatımızda hiçbirimizin hazırlıklı olmadığı köklü değişikliklere yol açtı. Pek çok yönden hayatımızı kolaylaştıran bilgisayar teknolojileri ve internet, uçsuz bucaksız bir dünyanın kapılarını açarken, öte yandan da sonunun nereye varacağını bilemediğimiz pek çok olumsuzluğu da barındıran dipsiz bir kuyu görüntüsü veriyor. Özellikle yeni medya araçları olarak tanımlayabileceğimiz kitlesel iletişim araçları ve buna bağlı olarak sosyal paylaşım ağları, kısaca sosyal medya iletişime dair tüm inançlarımızı, yargılarımızı ve düşüncelerimizi yeniden şekillendiriyor. Sosyokültürel, psikolojik ve toplumsal yönleriyle hemen hemen etkilenmeyen alan yok. Biz farkında olsak da olmasak da yepyeni bir dünyada yepyeni iletişim imkânlarıyla yepyeni gelişmeler yaşıyoruz.

Bu yeni gelişmeler sadece iletişimle sınırlı kalmıyor. Aynı zamanda bireyleri etkiliyor, aileyi etkiliyor, ilişkilerimizi etkiliyor. Dünya yeni bir yöne doğru hızla evriliyor, değişiyor, dönüşüyor. Elbette bu hızlı ve sonu kestirilemez değişimden en çok çocuklarımız ve gençlerimiz etkileniyor. Buna bağlı olarak biz anne babalar da etkileniyoruz. Aile yapımız ve anne baba tutumlarımız değişiyor. Saniyeler içinde binlerce bilginin üre-

tildiği ve yer değiştirdiği, gözümüzün önünde akıp geğtiği bu teknoloji/sosyal medya çağında bu hıza ayak uydurmakta zorlandığımız da bir gerçek. Hem kendi geleneksel kimliğimizi korumaya çalışmak hem de yeniçağa uyum sağlamak arasında gidip geliyoruz. Bu süreçte anne baba olmak, aile olmak, çocuk yetiştirmek gibi kavramların anlamlarını yeniden bulmak, belki yeni şartlara uyarlamak durumundayız.

Özellikle yaşı 35-40 ve üzeri olan bireyler bu kafa karışıklığını en çok yaşıyanlar oluyor. Bir yanıla geleneksel, bir yanıla modern anne babalar olarak en büyük karmaşayı bu yaş grubunun yaşadığını söylemek mümkün. Kendi yetiştirildikleri dönemlerdeki akranlarından tamamen farklı bir kuşaa anne babalık yapmak o kadar kolay değil. Yeni kuşak akıl almaz bir hızla teknolojinin içinde yer alıyor, teknolojiyi çok iyi kullanıyorlar ve anne babalar olarak bizler onların hızına yetişemiyoruz. Üstelik mesele sadece teknolojinin hızıyla da sınırlı değil. Karşımızdaki genç kuşaa hiç tanımıyoruz. Onlar bizlerden o kadar farklı ki...

Bu yeni kuşaaın anne babaları olarak bizler *Yeni Nesil Ebeveynler* durumundayız ve bu yeni nesli tanımadığımız için de onlarla iletişim kuramıyoruz.

Bu değişimden ve dönüşümden yola çıkarak ve teknoloji çağı kuşaaından bir genç kız annesi olarak yıllardır psikoloji, sosyoloji ve şimdilerde iletişim üzerine yaptığım çalışmalardan ve birikimlerimden yola çıkarak bilgilerimi sizlerle paylaşmak istedim.

Bu kitap, geçmişten bugüne değişen ebeveyn tutumlarıyla birlikte, bu değişimin arkasındaki sebepleri ortaya koymak, içinde bulunduğumuz sürece farklı bir bakış açısı getirebilmek amacıyla yazıldı. Geçmişten günümüze kuşakların yaşadığı değişimden, tarihte çocukluk kavramının ve çocuk psikolojisinin gelişiminden başlayarak; teknolojinin hayatımıza olan olumlu

ve olumsuz etkileri ve çocuklarımızı yetiştiren biz anne babaların nasıl bir tutum belirlemeleri gerektiği konusunda bilgilere yer vermeye çalıştım.

Ayrıca sosyal medyanın etkilerini farklı yönleriyle ele almak istedim. Yaşadığımız sorunlara geniş bir pencereden bakmaya ihtiyacımız olduğunu düşünerek, E-hastalıklar, Sosyal Medya Depresyonu gibi başlıklar ekledim.

Kitabımı hazırlama sürecinde elbette hep yanımda olan, destekleriyle benimle birlikte yol alan aileme, hayat öykülerini benimle paylaşan sevgili dostlarıma teşekkür ediyorum. Bu kitabın hazırlanmasında özel bir teşekkürü hak eden bir isim daha var. Psikoloji lisans eğitimi 3. sınıftayken stajyerim, okulumu bitirdikten sonra da asistanım olan ve benimle saatlerce çalışıp yazılarımı düzenleyen Psikolog Zeynep Kömürcü'ye ayrıca teşekkür ediyorum. Psikoloji dünyasının değerli bir psikolog kazandığını gözlemlene fırsatı bulduğum için de kendimi ayrıca şanslı kabul ediyorum.

Kitabımın anne babalık yolculuğunuzda faydalı bir yol arkadaşı olması dileğiyle...

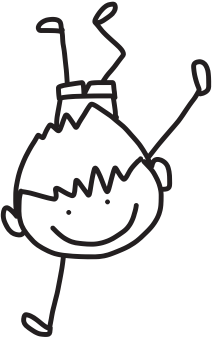


*“Eviniz kirleniyorsa,
duvarlarında küçük parmak izleri varsa,
eşyalar dökülüp kırılıyorsa,
odalar neşeli seslerle çınliyorsa,
çamaşır makineniz dolup taşıyorsa, şanslısınız.*

Yaşayan ve yaşanan evlerden birine sahiptiniz.

Kıymetini bilin.

*15 yıl sonra sakın,
tertemiz ve sessiz evleriniz olduğunda
bugünleri çok özleyeceksiniz!”*





1. Bölüm

Yeni Nesil Ebeveynlik

Toplumsal ve teknolojik gelişmelerden en çok etkilenen ve değişime uğrayan çocuklarımız olurken, aynı zamanda anne babalar ve ebeveyn tutumları da değişiyor.

Bu hızlı değişimin internetle birlikte başladığını söylemek mümkün. Ama asıl değişim sosyal medya olgusunun hayatımıza girdiği son on yılda gerçekleşti. Değişimin kendisi de kendi hızına ayak uyduramıyor. Her şeyi çok çabuk tüketen bir yeni nesille karşı karşıyayız. Geçmişin sabırlı, tahammüllü, hoşgörülü bireyleri yerine bugün her şeyin saniyeler içinde olup bitmesini isteyen, sabırsız, aşırı talepkâr gençler var karşımızda artık. Çocukların ellerinden oyunları aldık, oyun oynayacakları sokakları aldık, yeşil alanları aldık, sokak oyunlarını aldık, arkadaşlıkları aldık. Elllerine ise küçücük mobil cihazları verdik. Evinde ve sokakta arkadaşlarıyla oyun oynaması gereken çocukların, artık sadece sanal ortamlarda oyun oynadığına ve hayatının büyük bölümünü ailesinden çok internet ortamında tanımadığı kişilerle geçirdiğine tanıklık ediyoruz.

İnternetle, “world wide web” kelimelerinin kısaltılışı olan “www” şekliyle ilk kez 1991 yılında tanıştık. Sosyal medya sitelerinin gündeme gelmesi ise 2003 yılına rastlıyor. İlk sosyal ağ 2003 yılında kurulan LinkedIn oldu. 2004’te Facebook, 2005’te YouTube, 2006’da Twitter, 2010’da Instagram ve Pinterest, 2011’de Snapchat, 2012’de Vine, 2015’te Periscope kullanıma açıldı. Bunlara ek olarak daha pek çok sosyal paylaşım sitesinin olduğunu biliyoruz. Ancak günümüzde en çok kullanılan sosyal ağlar bunlardır.

Sosyal ağların en önemli etkisi, özellikle gençlerin ilgisini çekerek onlar için sanal ortamlarda bir araya gelme ve kendilerini ifade etme imkânı sunması oldu. Aslında sosyal paylaşım sitelerinin kurulmasından da önce, bilgisayarların hayatımıza hızlı girişi bilgisayar oyunlarıyla tanışmamızın ilk adımıydı. Çocuklarımızı bilgisayar oyunlarının olası zararlarından nasıl korumamız gerektiğini konuşurken sosyal medya siteleri, internet ve sanal âlem konusunda kafamızı iyice karıştırdı. Biz yetişkinlerin anlamakta ve kabullenmekte zorlandığı sanal ortamlar çocuklar ve gençler için son derece cazipti ve onlar korkusuzca sosyal paylaşım sitelerinde yer almaya başladılar. Onlar, sanal ortamlarda yer alarak kendilerini var etme ve duygu ve düşüncelerini ifade etme fırsatı bulduklarını düşünürken anne babaları da geleneksel tutumlarla onları engelleme çabasına girdiler. Bu çabanın anne babalar açısından kendilerine göre haklı sebepleri olduğunu da söyleyebiliriz, çünkü her yenilik beraberinde önce korku getirir. Aslında “teknofobi; teknoloji korkusu” ve “neofobi; yenilik korkusu” tam da bu durumu açıklar niteliktedir. Anne babalar, çocuklarının yer aldığı bu yeni oluşumlardan endişe duydukları için çocuklarını engellemeye çalıştılar. Öte yandan çok küçük yaşta çocuklarının eline “Yeter ki oyalansın” mantığıyla tablet bilgisayarları ve cep telefonlarını verdiler. Bu durum özellikle

anne babalar açısından çelişkili bir tutuma dönüştü. Bir yandan çocuklarını sosyal medyadan uzak tutmaya çalışan aileler, diğer yandan küçücük çocuğunun eline çekinmeden mobil cihazları veren anne babalar...

Sonuç olarak, son 10-15 yıl içinde hızla değişen bir yeni nesil ve değişen nesle ayak uydurmaya çalışan bir ebeveyn profiliyle karşı karşıyayız. Bu ani ve derin değişimler, anne babalar ve çocuklar arasındaki kuşak farkını da derinleştirmiş durumda.

Günümüzde geçmişin geleneksel aile yapısından tamamen farklı bir yeni nesil ebeveynliğe geçildiğini ve aile içinde anne baba ve çocuk rollerinin neredeyse tamamen değiştiğini görüyoruz. Geçmişin geleneksel aile yapısıyla bugünün çocuk merkezli aile yapısı arasında giderek açılan bu fark, yeni nesil çocuklarla iletişim kurma konusunda anne babaların kafasının karışmasına neden oluyor.

- Unutmayın, çocuklardaki takıntıların ve yüksek kaygının kaynağı öncelikle genetik yatkınlıklar sonra da titiz ve müdahaleci anne tutumlarıdır.
- Yaptıkları ve yapmadıklarıyla bütün anne babalar çocuklarının hayatını değiştirme, yaratma, bozma, düzenleme ve yok etme potansiyeline sahiptir.
- Kutsal annelik yoktur. Kavramların altında kendinizi ve çocuklarınızı ezmeyin.
- En iyi anne, çocuğunun ihtiyaçlarına yanıt veren annedir.
- Bir çocuk için silik, kendine güvensiz, kararsız ve amaçsız bir anne kadar ezici bir örnek olamaz. Lütfen önce kendiniz için bir şeyler yapın.
- Annesinin hayata sıkı tutunduğunu ve hedefleri olduğunu gören çocuk, kendi hedefini belirleme ve o hedefe ulaşma sorumluluğunu almayı öğrenir.

- Anne babalık çocukları için, çocukları adına amaçlar yaratmak değil; çocuklarının kendilerine uygun hedefler oluşturmalarına rehberlik etmektir.

Pamuk Şeker Babalar, Demir Ökçeli Anneler

Anneler iş hayatında ciddi anlamda yer almaya başladıktan sonra geleneksel aile yapısında yer alan ev işi ve çocuk sorumluluklarından geri adım atmayan ve yüklerini paylaşmayan bir tutum içine girdiler. Hâlâ mükemmeliyetçi, “Kariyer de yaparım, çocuk da yaparım” tutumu aynı şekilde devam ediyor. Ancak sorumluluklar arttıkça annenin bir kadın olarak pek çok sorumluluk arasında bölünüp parçalandığını, sonrasında da bu sorumluluklara yetişememenin ya da kendine göre hakkıyla yapamıyor olmanın verdiği suçluluk nedeniyle öfkelenildiğini görüyoruz.

Anneler giderek sertleşen bir tutum geliştirirken babalar daha ılımlı ve olumlu bir tutum izliyor ve çocuklarıyla daha yakın ilişkiler kuruyorlar. Kimi zaman ara bulan, kimi zaman annenin sözünü dinleyen, kimi zaman da çocuklarıyla kaçamaklar yapmaktan zevk alan babalara dönüştüler.

Disiplin ve kural koyma konusunda tüm sorumluluğun annelere geçtiği ve aile içi dengelerin özellikle son 10 yılda değiştiği bir dönemi yaşıyoruz.

Geleneksel aile yapısında mutlak otoritenin baba olduğu, annenin çocuklarla baba arasındaki ilişkiyi düzenlediği yıllarda çocuklar ailenin merkezi değil, birer parçasıydılar. Kalabalık ailelerde, çok kardeşli ortamlarda büyüyen çocuklar birbirlerini eğitir, paylaşmayı ve rekabeti aile içinde öğrenirlerdi. Kardeş-