

EĞİTİMCI YAZAR

EDİP POLAT

ÇOCUĞUYLA ÇOCUKLUĞUNU
İYİLEŞTİREN ANNE BABALAR



DESTEK YAYINLARI: 1703

ARAŞTIRMA: 379

EDİP POLAT / ÇOCUĞUYLA ÇOCUKLUĞUNU İYİLEŞTİREN ANNE BABALAR

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

İmtiyaz Sahibi: Destek Yapım Prodüksiyon Dış Tic. A.Ş.

Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun

Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül

Üretim Koordinatörü: Semran Karaçayır

Editör: Devrim Yalkut

Kapak Tasarım: Sedat Gösterikli

Sayfa Düzeni: Melike Doğan

Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak-Mesud Topal-Nursefa Üzümler

Destek Yayınları: Ocak 2023

Yayıncı Sertifika No. 13226

ISBN 978-625-441-831-0

© 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

Deniz Ofset – Çetin Koçak

Sertifika No. 48625

Maltepe Mahallesi

Hastane Yolu Sokak No. 1/6

Zeytinburnu / İstanbul

Tel. (0) 212 613 30 06



Destek Dukkan



EĞİTİMCİ YAZAR

EDİP POLAT

ÇOCUĞUYLA
ÇOCUKLUĞUNU
İYİLEŞTİREN
ANNE BABALAR




DESTEK
Yayınları



İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	9
SORUNLARLA BAŞ ETME ÜZERİNE	13
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ	15
“EL ÂLEM NE DER?” ÜZERİNE	19
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	21
TARTIŞMA DİLİ ÜZERİNE.....	33
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	35
KENDİNDEN ÖDÜN VERMEK ÜZERİNE.....	41
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	43
İÇ DENETİM ÜZERİNE	49
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	51
HAZ ÜZERİNE	59
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	61

TEHDİT DİLİ ÜZERİNE.....	63
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	65
KENDİNİ GERÇEKLEŞTİREN KEHANET VE ÖĞRENİLMİŞ ÇARESİZLİK ÜZERİNE.....	69
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ	71
ÖĞÜT VE BEKLENTİLER ÜZERİNE	75
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	77
SORUMLULUK DUYGUSU ÜZERİNE.....	83
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	87
ÖVGÜ ÜZERİNE.....	93
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	95
ANLAŞILMAK ÜZERİNE.....	99
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	101
HATA VE CEZA ÜZERİNE	111
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	113
DÜŞÜNCE VURGUSU ÜZERİNE	121
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	123
ALAY KONUSU EDİLMEK VE KÜÇÜMSENMEK ÜZERİNE.....	129

“KEŞKE” VE “İYİ Kİ” ÜZERİNE.....	133
SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF	
TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ.....	135
KİŞİLİK BOZUKLUĞU ÜZERİNE.....	141
SON SÖZ.....	143



ÖNSÖZ

Ebeveynler tarafından sergilenen eylemsel modellerin, çocuğun kişilik gelişimi üzerindeki tesiri inkâr edilemeyecek kadar anlamlı bir kertededir. Hem psikolojik hem de ruhsal manada insan üzerindeki etkilerini yaşam boyu sürdüren bu tepkisel modelleri farklı konu başlıkları altında ayrı ayrı ele almak daha sağlıklı bireylerin varlığına ve neticede daha sağlıklı toplumların oluşumuna katkı sağlayacağına inanıyorum. Bu katkıyı sağlamak adına eğitim ve psikoloji camiasının bir ferdi olarak sahip olduğum bilgi birikimini kitaba nakşetme gayreti içine girdim. Elbette ki bu bilgilerin bilimsel dayanaklarla temellendirilmesi, konusu itibariyle çoğu kez mümkün olmayabiliyor. Bu noktada vurgulamak istediğim, kitapta yer alan tepkisel modellerin mutlak doğrulardan oluştuğu yanılığısına okurların kapılmamasıdır. Zira söz konusu psişe olduğunda mutlak doğruları işaret eden ifadeler kullanmaktan sakınır, hipotetik ifadelere yer vermeye özen gösteririz. Bu minvalde kitabın bazı sayfalarında her ne kadar kesinlik bildiren ifadeler olsa da bunların doğruluk değeri üzerinde okurun muhalefet etme hakkı vardır. Eğitim ve psikoloji camiasının bir ferdi olarak tek gayem hakikati esas alan, doğrulara yakın yorumlar oluşturabilmektir. Bu yorumlar elbette ki bir bilgi birikiminin çıktılarıdır.

Sosyal medya platformlarında uzun zamandır paylaştığım içerikleri takip etme gayreti içine giren, sağlıklı birey ve sağlıklı

toplum olgusu için durmadan çabalayan anne babalara bir teşekkür borçlu olduğumu ifade etmem gerekiyor. Motivasyonunun temel kaynağı her ne kadar çocuklar olsa da bu motivasyonun istikametini belirleyen ve metinsel içerikleri ele almama sebep olan asıl faktör anne babalardır.

Bu ve benzeri içerikleri okuma zahmetinde bulunan, öze-
linde çocuęunu, genelinde ise toplumu iyileřtirmeye katkı saę-
layacak olan siz okurlarımın bu çabasını takdirle karşılıyor, bu
kitapta edineceğiniz her bir bilgi parçası için hem çocuklarınız
hem de toplumumuz adına sizlere teřekkür ediyorum.

Edip Polat

14 Kasım 2022

Çocukken anne babasını mutlu etmeye çalışsan, yetişkin bir birey olduğunda da çocuklarını mutlu etmeye çalışsan, bu yüzden aslına bakılırsa mutluluğa en çok ihtiyacı olan nesil, Y kuşağı... Yaralı bırakılmış çocukların, yara almamış çocukları...



SORUNLARLA BAŞ ETME ÜZERİNE

Çocuğun olaylara ve problemlere bakış açısı, anne babanın iki dudağı arasından çıkan cümle grupları ve bu durumlar karşısında takındıkları tavırla süreç içinde şekillenmeye başlar. Problem durumuna karşı çözümün aksine, mütemadiyen bu problemle baş edemeyeceklerine dair mesajlar verildiğinde çocuk düşünce deryasına olumsuz düşünce parçacıkları ekler. Benzeri olaylarla muhatap olduğunda ise bu düşünce parçacıklarıyla beraber düşünsel manada bir pozisyon alır. Çocuk artık problemin nasıl çözüleceğine değil, nasıl çözülemeyeceğine odaklanmayı öğrenmiştir. Burada anne babanın izleyeceği yol ile beraber takınacağı tavır, çocuğun sorunlara karşı hissiyatlarını da etkiler. Anne babanın, muhatap oldukları bu sorunları ortadan kaldırmaya yönelik olan çabaları şevk içinde ilerliyorsa, çocuk problemleri sorun olarak değil, çözümlenmesi ve ilgi duyulması gereken bir meşgale olarak görmeyi huy edinir. Böylece, sorunlar karşısında aldığı pozisyon ve neticede edindiği deneyimlerle beraber analitik-sistematik düşünme gibi beceriler edinmenin yolu açılmış olur.



SERGİLENEN TEPKİ MODELLERİ İLE ALTERNATİF TEPKİ MODELLERİ VE TESİRİ

Sergilenen:

“Bu problemin üstesinden gelemeyiz.”

Problemi tanımlayıp yapılabilecekler hakkında düşünmek yerine direkt pes etmeyi öğrenir.

Alternatif:

“Problemin üstesinden nasıl gelebileceğimize bakalım.”

Problemin çözümüne odaklanmasını sağlar. Üstesinden gelebileceği ihtimali üzerinde düşünmeyi huy edinir.

Sergilenen:

“Çok zor görünüyor, uğraşamayız.”

Zekânın gücünü hafife alır, önyargının pençelerine teslim olur.

Alternatif:

“Bu durum bizi zorlayacak gibi fakat üzerinde durmaya değer.”

Problemin zorluk kertesini ölçmeye çalışır, pes etmek yerine, zorlansa da her türlü problemin üzerinde düşünölmeye değer olduğunu kavrar.