

GELİŞİM BASAMAKLARI VE SINIRLAR

Prof. Dr. Ferhunde Öktem

Çocukların ruhsal gelişimlerinde önemli olan, farkındalık yaratılması gereken ve etkileri sonraki yıllara yayılan bazı kilometre taşlarının bilinmesinde yarar görülmektedir.

Çocuğa yapılan yatırım ona konulacak ismin belirlenmesiyle somutlaşır. Ailenin beklentisi isimde simgeleşir. Anne babanın çocuğu ile keyifli ilişkisinin oluşmasında, herkesin içine sinen ve ilerde çocuğun güçlük çekmeden, adı ile barışık yaşayacağı bir ismin konulması da önemli rol oynar. Çocuğuna sevmediği bir ismin konulma zorunluluğu ya da kendisine bırakılmaması anne çocuk ilişkisinin kurulmasında olumsuz bir rol oynayabilecektir.

Doğumu izleyen günler anne bebek arasındaki bağın kurulması için büyük önem taşır. Bu nedenle anne ve bebeğin sorunlardan uzak tutulabilmesi, onların gereksinimlerinin karşılanabilmesine yönelik düzenlemeler bu bağın kurulabilmesi için zemin hazırlar.

Bebekler doğduğu zaman anne ya da anne yerine geçen kişi ile sağlıklı bir bağ kurmak zorundadır. Temel gereksinimlerinin karşılanması sırasında annenin tutum ve davranışları bebek tarafından algılanmakta ve kimlik gelişiminde önemli bir etmen olmaktadır. Bebeğin verdiği mesajlara annenin gösterdiği duyarlık ve yanıtlar, bebeklerin kendine güvenlerinde ve ruhsal sağlıklarında çok önemlidir. Bebek ilk iletişimini ağlaması aracılığı ile kurar. Annelerin büyük oranda bebeklerinin ağlamalarını doğru yorumladıkları görülmektedir. Bebeğin gereksinimlerinin doğru anlaşılması ve giderilmesi, onun kendini yetkin hissetmesine ve umarsızlık, çaresizlik duyguları yaşamamalarına neden olur. Annenin de yeterli olduğu düşüncesi bebeği ile sağlıklı ilişkinin kurulması ona güven aşılayabilmesi açısından temeldir. Bu nedenle anneyi güvenli kılacak, kendini yeterli ve yetkin hissettirecek olanaklar sunulması ruh sağlığı yerinde çocukların yetiştirilmesi açısından çok önemlidir. Bebeğin anne ile kuracağı güzel bağ, önce babaya, giderek tüm insan ilişkilerine genellenecektir.

Bebekler kendilerini çevrelerindeki insanların, özellikle annesinin yüzüne bakarak değerlendirmektedir. Yüzüne mutluluk ve hoşnutlukla bakan bir annenin aynalaması ile bebek kendini "İYİ" olarak algılayacak ve yaşantısı o bağlamda daha güçlenerek devam edecektir. Bu nedenle erken dönemlerde ailenin bu yönde bilgilendirilmesi ve koşulları konusunda yardımcı olunması anne bebek arasındaki bu bağın kurulmasını kolaylaştıracaktır. Depresyon ya da benzeri ruhsal sorunları olan annelerin bebekleri ile olan ilişkilerinde bu yakınmaların olumsuz izleri gözlenmektedir ve bu izler ileriki yıllara da taşınmaktadır.

Duygular, diyorsun ki..., anladığım kadarıyla...ile ortaya konulur.

Özet, yargılayıcı olmadan yapılmalıdır.

Soru sorma tekniği, açık uçlu olmalıdır.

Kullanılan fiil, geçmiş-şimdi-gelecek dönemi içermelidir.

Aktif dinlemede yetersizlikler, dedektifçilik oynama, değerlendirici rolü, problemi önemsememe, erken öneride bulunma, problemi reddetme ve aşırı iyimser olmadır.

Danışmanlığın ilkeleri, yeri ve zamanı özel, öykü almaktan farklı, özel uzman olmayı gerektirmez, doktor hasta ilişkisinden farklı, rahat bir yerde kabul etme, güvenli bir çevre, uygun sevk düzeni, görüşmeden sonra not tutmadır. Görüşme süresi; 30-40 dk (5-10 dk olabilir) olmalıdır.

Zor durumlar ile karşılaşıldığında nasıl davranılmalıdır.

Sessiz kalma, uygun yaklaşım - bekleme

Ağlama, uygun yaklaşım - bekleme

Problem çözümsüzse, probleme değil gence odaklanma

İntihar tehdidi, panik yapmama

Danışman hata yaptığında, dürüst olma

Sorunun cevabı bilinmiyorsa, başka kaynak bulma

Yardım almayı reddetme, istediği zaman gelebileceği garantisini verme

KAYNAKLAR

1. Çuhadaroğlu F. Adölesansda psikolojik gelişim özellikleri. Katkı Pediatri Dergisi 1996; 5:783-788.
2. Pataki CS. Normal ergenlik. Aydın H, Bozkurt A (Çev.ed). Kaplan and Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry, Ankara: Güneş Kitabevi, 2007: 3035-3043.
3. Steinberg L. Adolescence. Çok F (Yayıma hazırlayan). Ergenlik, İmge Kitabevi, 2007.
4. Williams JM, Dunlop LC. (1999). Pubertal timing and self-reported delinquency among male adolescents. J Adoles. 22(1):157-71.
5. Crouter AC, Manke BA ve McHale SM. (1995). The family context of gender intensification in early adolescence. Child Dev. 66(2): 317-29.
6. Kuruoğlu AÇ. Ergenlik dönemi. Aysev AS, Taner YI (ed). Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları. İstanbul: Golden Print, 2007:189-206.
7. Günçe G. Çocukta Zihin Gelişimi (1973). Piaget Kuramına Toplu Bakış. Ankara: Baylan Matbaası.

Adölesan Döneminde İletişim

8. Anlar B. Ergenlerde beyin gelişimi. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi (2001)8(3)163-168.
9. Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. Trends Cogn Sci, 9(2), 69-74.
10. Odağ C. Ergenler, Bizi Örnek Alanlar Örnek Aldıklarımız. İzmir: Halime Odağ Psikanaliz ve Psikoterapi Vakfı Yayınları, 2005.
11. Kroger J. The role of historical context in the identity formation process of late adolescence. Youth Soc 1993; 24: 363-376.
12. Yörükoğlu A. Gençlik Çağı. Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar. İstanbul: Özgür Yayınları, 2004.