



İzmir Özel Türk Koleji

## YASLANILABİLEN EBEVEYN OLMAK

Çocukların, güven veren, güçlü, yaslanabilecekleri ebeveynlere ihtiyacı vardır. Hayat, olumlu ve olumsuz deneyimleri beraberinde getirirken, çocuklar için tüm deneyimler anlamlandırılması gereken kocaman karmaşık bir yumaktır. Olumsuz bir durumun içindeyken, durumun sizin tarafınızdan anlamlandırılıp yönlendirilmesine ihtiyaç duyarlar, olumlu bir olayda desteğinize ve yanlarınızda olmaya çok ihtiyaçları vardır.

Bugün sizleri biraz psikanalizin kıyısında dolaştırmak ve Donald W. Winnicott (1896-1971)'ı tanıştırmak istiyorum. İngiliz pediatrist çocuklarla geçirdiği zaman onu öylesine etkilemiştir ki, psikanalist olmayı seçmesi elbette tesadüf olmamıştır. Alana, geçiş nesnesi ve çiziktirme oyunu gibi çok sayıda önemli katkısı vardır, şüphesiz en önemli ortaya koyduğu kavramlardan biri “Yeterince iyi annelik” (good enough mother) kavramıdır. Birçok ebeveynin kendini hissettiği yetersizlik, suçluluk sarmalında adeta yüreklere su serpmesi cezalandırıcılık yerine ebeveynine verdiği güç ve kendi ebeveynliğinin yolunu bulmasında paha biçilemez bir kuramcı/çocuk psikanalistidir. Yeterince iyi annelik/ebeveynlik, bebeğin/çocuğun neye ihtiyacı olduğunun hissedilmesi, anlaşılması demektir. Çünkü bebek anne karnında yüzde yüz doyum olan bir yerden geliyor. Isı ve ışık son derece uygun, her an beslenebildiği, kendi alanında rahat ve huzurlu gözüküyor derken, ilk travmasını yaşıyor ve doğum gerçekleşiyor. Minik bebeğin hayatı bir travmayla başlıyor. Oysaki yetişkin için travma şu an burada bir bomba patlaması kadar büyük bir olay iken bebek için her şey çok farklı ve ani olabilir. Doğduğu andan itibaren, içeriden ve dışarıdan gelen bir sürü tehdit var. İçeriden gelenler, bebeğin bağırsak hareketleri, acıkması ve yaşadığı her şey kısaca bir sürü bilinmez, dışarıdan gelenler. Işık, sıcaklık-soğukluk, ses gibi alışmak zorunda olduğu bir sürü yeni durum. Peki, bebeği kim sakinleştirecek? Tabi ki anne! Bebekler doğdukları andan itibaren çevrelerine sinyal yollarlar. Anne-baba-ya da bakım veren kişilerde bu sinyalleri anlayarak bebeğin isteklerini anlamaya çalışırlar, “ay ağlıyor karnımı aç, uykusu mu var” gibi, zamanla bebekte büyümeye başlar ve her zaman her ihtiyacının istediği an karşılanamayacağını anlamaya başlar, bunlar ilk hayal kırıklıklarıdır ve normaldir.

Çocuk için ağlamak ruhsal gerginliğin boşalması demektir. Burada anne ve babanın ne kadar kapsayıcı oldukları önemlidir. Oysaki bugünün ebeveynleri çocukları ağladığında sıklıkla odalarına, sakinleşmeleri için

*“Yarınlarda  
Var Olmak”*

www.ozelturkkoleji.com

İTK BAHATTİN TATIŞ KAMPÜSÜ  
Mihripaşa Cad. No:687-689  
35280 Köprü / İzmir  
T : 0 (232) 244 05 00  
F : 0 (232) 231 32 75  
info@itk.k12.tr

İTK BÜYÜKÇİĞLİ KAMPÜSÜ  
9019/21 Sokak No:22  
35620 Çiğli / İzmir  
T : 0 (232) 386 57 27  
F : 0 (232) 386 11 14  
ciglisube@itk.k12.tr

İTK BORNOVA KAMPÜSÜ  
Etzene Mah. Ord. Prof. Dr. Muhiddin Erel Cad.  
No: 19 35040 Bornova – İzmir  
T : 0 (232) 216 24 85  
F : 0 (232) 216 24 90  
bornovakampus@itk.k12.tr

İTK MARMARİS KAMPÜSÜ  
Gökbel Mah. Kenan Evren Cad. No: 102/A  
48700 Beldibi-Marmaris / Muğla  
T : 0 (252) 419 19 19  
F : 0 (252) 419 19 20  
marmaris@itk.k12.tr

İTK MANİSA KAMPÜSÜ  
Muradiye Mahallesi Manolya Sokak  
No: 234 Yunusemre / Manisa  
T : 0 (236) 250 50 70  
F : 0 (236) 250 50 70  
itkmanisa@itk.k12.tr



## İzmir Özel Türk Koleji

yolluyor. Tüm yaşadığı stresi kendi başına atabilmeleri mümkün değil, çocuklar kaygılı anlarda güçlü bir ebeveyne yaslanmak isterler. Aynı zamanda da şunu görmek isterler; annem-babam, benim öfkem/kızgınlığım karşısında yıkılıyor mu, yoksa kale gibi sağlam mı? Çocuğu odaya yollamak, onun öfkesine dayanabilecek gücünüzün olmadığı mesajını verir. Çocuğun sorununu dinlemek, anlamaya çalışmak, ağlamasını kesmemek, gel bak konuşalım(söze dökebilmenin önemi) diyerek tamiri mümkün kılabilmek, bu sırada; kucağa almak, sarılmak, sırtına elinizi koymak, gücünüzü hissettirmek, bak ben buradayım bu iş hallolacak demektir! Güvenebileceği bir nesneye yaslanması çocuğu zorluklar karşısında yıkılmamayı öğretir. Çatışma anlarında anne ve babaların/bakım verenlerin/öğretmenlerin bu öfkeyi dönüştürebilme becerisi devreye giriyor. Öfkeye verilen tepki belirleyici oluyor. Yaşanan olumsuz durumun nasıl ele alındığı ve ebeveynin kapsayıcılık işlevleri süreci belirliyor.

Çocuğun öfkesi korkulacak bir şey mi?

Bu öfke karşısında yıkıldınız mı?

Kısasa kısas siz de mi bağıriyorsunuz?

Daha fazla dayanamayıp, fiziksel müdahalelerde bulunuyor musunuz?

Konuşmak, anlamak ve çözüm bulmak, her zaman illa bir çözüme de ihtiyaç yoktur. Çoklukla çocuğun talebi, güvenebileceği sağlam bir yetişkin arayışıdır. Ebeveyn olarak hata yapabilmek, bunu kabul etmek, gerektiğinde özür dilemek. Sizin de hata yapabileceğinizi çocuğa göstermek, anlaşılmadığını da söyleyebilmek çok değerlidir. Bir çocuk yere düştüğünde, bizim kültürümüzde o yer dövülür ya da abla –ağabey oldun artık ağlama denir. Hâlbuki bir çocuğun o anda tam da ihtiyacı olan şey ona sarılmamız ve canın acıdı, ağladın, korktun, bak ben buradayım, uygun bana geçti mesajını vermektir. Duygusuna sahip çıkabilmek. Çocuk yapamadığı bir şeyi söylediğinde, “istediğim oyuncuğ alamadım”, “belli ki bu oyuncak senin için çok önemli anlıyorum”, diyebilmek.

Kitap oku kitap oku diye söylemek yerine, kitap okumak çok mu sıkıcı, nesi bu kadar sıkıcı gibi yeni diyaloglar açmak, hem çocuğun sıkılmak ile ilgili duygusunu kabul etmemize hem de yeni bir duygu getirmesine olanak

*“Yarınlarda  
Var Olmak”*

www.ozelturkkoleji.com

İTK BAHATTİN TATIŞ KAMPÜSÜ  
Mihripaşa Cad. No:687-689  
35280 Köprü / İzmir  
T : 0 (232) 244 05 00  
F : 0 (232) 231 32 75  
info@itk.k12.tr

İTK BÜYÜKÇİĞLİ KAMPÜSÜ  
8019/21 Sokak No:22  
35620 Çiğli / İzmir  
T : 0 (232) 386 57 27  
F : 0 (232) 386 11 14  
ciglisube@itk.k12.tr

İTK BORNOVA KAMPÜSÜ  
Ezrene Mah. Ord. Prof. Dr. Muhiddin Erel Cad.  
No: 19 35040 Bornova – İzmir  
T : 0 (232) 216 24 85  
F : 0 (232) 216 24 90  
bornovakampus@itk.k12.tr

İTK MARMARİS KAMPÜSÜ  
Gökbel Mah. Kenan Evren Cad. No: 102/A  
48700 Balçisli-Marmaris / Muğla  
T : 0 (252) 419 19 19  
F : 0 (252) 419 19 20  
marmaris@itk.k12.tr

İTK MANİSA KAMPÜSÜ  
Muradiye Mahallesi Manolya Sokak  
No: 234 Yunusemre / Manisa  
T : 0 (236) 250 50 70  
F : 0 (236) 250 50 70  
itkmanisa@itk.k12.tr



## İzmir Özel Türk Koleji

sağlıyor. Bazen dönüşüm sadece duygunun anlaşılması ile gelirken (kitap okumaya biraz daha istekli olmak gibi) bazen de bilmediğimiz yeni bir şeyden bahsedebiliyor. Yapabileceğimiz en büyük şey her zaman merakla sormak, ona karşı merakımızı yitirmemek.

Günümüz çocukları fazla doyum odaklı, peki fazla doyum derken ne kastediliyor? Çocuğun yerine hareket etmek, o yapmadan yapmak, kendi yapabilecekken yemeğini yedirmek, cevabı söylemek, hep bir adım önde olmak, her istediğini hemen gerçekleştirmek. Oysaki istediği oyuncak şimdi değil bir hafta sonra olmak, tüm hafta boyunca çocuğun o oyuncak ile ilgili hayal kurmasını sağlar. Eksiklik olursa hayal kurulabilir, yaratıcılık eksiklikten beslenir, her tür düşüncenin gelişimi de böyledir. Ama hep onun yerine düşünen bir ebeveyn varsa çocuk okula gelip de matematik problemini gördüğünde düşünmekten kaçınır hale gelir, daha önce hiç tek başına bir problemle baş başa kalmayan çocuk okul çağına geldiğinde çok zorlanır.

Çocuğun tüm olumlu ve olumsuz duyguları olabildiğince normaldir, en önemlisi olduğu gibi kabul etmektir. Çocukların, güven veren, güçlü, yasanabilecekleri ebeveynlere ihtiyacı vardır. Sağlam bir ebeveyn olmak ise; kriz anlarında, sakin ve güçlü kalabilmeyi ve yargılamadan dinlemeyi içerir.

Zeynep Esmez Dedemen

Bornova Kampüsü PDR Uzmanı