

## **Hatalı Anne Baba Tutumları ile Başetme Yolları**

Ana-babayı eğitmek, anne babanın sosyal bağlarını güçlendirmek, anne babanın koşullarını iyileştirmek, danışmanlık hizmeti vermek , aile terapisi , bireysel terapi gibi ailenin ve bireylerin ihtiyaçlarına göre belirlenmiş yöntemlerle yeniden sağlıklı anne-baba rolünü kabul edip uygulamaya geçirmek mümkün olabilir .

Sonuç olarak psikiyatride de koruyucu sağlık hizmetleri ihmal edilmemelidir. Hatalı ve uygun ana-baba tutumları hakkında halkın bilinçlendirilmesine çalışılmalıdır .

Psikiyatrik hastalıkların nedenlerinden birisi olarak ana-baba tutumlarını göstermek , bazı yetişkinlerin ana babalarına düşmanca tutumlar beslemesine her felaketin sorumluluğunu onlara yüklemesine neden olabilir.

Ancak bu sorunlara çözüm getirmeyeceği gibi , bize yapılan hataları bizden sonraki kuşaklara yapmama gibi olumlu bir enerjiden de alıkoyabilir.

### **Hatalı Ana-Baba Tutumları ;**

- **Aşırı koruyucu tutum**
- **Aşırı baskılı-otoriter tutum**
- **İhmal eden ana-baba tutumu**
- **Aşırı hoşgörülü tutum**
- **İkili çıkmaz**
- **Çifte standart**

**Aşırı baskı ve sıkı disiplin anlayışıyla yetiştirilen çocuklarda genel olarak üç tür tepki görülür :**

**1 . Çocuğun sinmesi , aşırı derecede uysal ve söz dinler görünmesi,**

**2. Açıkça karşı koymak ve her türlü otoriteye başkaldırmak ,**

- 1. 4. Baskı , korku ve tehdidin olduğu yerde tamamen sinmek , kendini rahat hissettiği , kendisine yumuşak ve ılımlı davrananların yanında başkaldırmak**

### **İhmal Eden Ana –Baba Tutumu :**

#### **ihmal tipleri;**

- Çocuğun sağlığına önem vermemek ,
- Günlük bakımını reddetmek veya geciktirmek ,
- Yol göstermemek ,
- Terk etmek ,
- Uygun bir ev ortamı sağlamamak ,
- Evdeki risklerden ve hastalıklardan korumamak ,
- Beslenmesine dikkat etmemek , eğitimine önem vermemek ,
- Sorun davranışlar gösterdiğinde aldırmamak ,
- Duygusal açıdan çocuğun istendiğini , sevildiğini hissettirmemek ,

#### **İhmalin dolaysız belirtileri:**

- Pislik ve bakımsızlık

#### **Dolaylı belirtileri:**

- Büyüme geriliği ,
- Sık hasta olma ,
- Beslenme bozukluğu
- Fiziksel ve zihinsel gelişme geriliği.
- Dil gelişiminde gerilik

### **Aşırı Baskılı –Otoriter Tutum :**

Çocuk ebeveynin konuşmalarına katılmaz

- Babayla iletişimde çoğu kez anne tampon olur
- Sürpriz/kritik sorulara anne veya baba genellikle kaçamak cevap verir
- Çocuğun öğretmeni hakkında kötü söz söylemesine izin verilmez
- Çocuğun anne babaya kızmasına izin verilmez
- Çocuğa karşı fazla yakınlık gösterilirse çocuk zayıf karakterli olur diye düşünülür
- Kararların çocuk tarafından sorgulanmasına izin verilmez
- Çocuk ebeveynin uygun görmediği bir kimseyle arkadaşlık edemez
- Çocuk bu ilişkide ısrarcı olursa ceza uygulanır
- Hiçbir arkadaşının evine gidemez
- Fazla oyun ve spor çocuğun derslerindeki başarısını etkiler diye düşünür
- Çocuğun değil kendisinin uygun gördüğü mesleğe girmesine çalışır
- Çocuğun nerede olduğunu ve ne yaptığını bilmesi şarttır
- Çocuğun ne yediği ne kadar yediği ile yakından ilgilenir
- Çocuğa duygularını her zaman kontrol etmesini öğretir
- Çocuğun "ana-babanın bilmediği sırları olmamalıdır" diye düşünür
- Fiziksel ceza en iyi disiplin şeklidir diye düşünür

### **Hatalı Ana-Baba Tutumlarının Nedenleri :**

- **Evlilikte anlaşma**
- **Ana-babanın geçmiş deneyimleri**
- **Çocuğun özellikleri**
- **İç ve dış stres faktörleri**
- **Toplumun kültürel değerleri**

### **Sağlıklı Aileleri Hangi Faktörler Yaratır ?**

- Bu ailelerde sınırları belirlenmiş ve ebeveyn tarafından paylaşılan liderlik vardır .
- Aile hayatının bazı alanlarında anne , bazılarında ise baba liderdir . Anne ve babanın rolleri tutarlı ve açıktır . Herkes bu rolleri kabul etmiştir .
- Otorite vardır ama otoriter davranış yoktur . Güç anne ve baba arasında paylaşılır ve çocuklar idarenin anne ve babada olduğunu bilirler .
- Bu tip ailelerde birbirine yakınlık söz konusu olsa bile , bireyselliğe önem ve izin verilir .
- Her aile üyesinin fikirlerini ve görüşlerini söylemesine olanak tanınır ,fakat açıklık beklenir Her üyenin kendi düşünce ve duygularının sorumluluğunu taşıdığı bu ailelerde , bütün duygular ifade edilir ve karşılık görür.
- Herkes sadece kendi adına konuşur ve başkalarının adına konuşarak sınırını aşmaz.
- Aile bireyleri birbirlerine saygı duyar .

Kuralların sayısı değil , içeriği önemlidir. Anne babanın makul , mantıklı kurallar koyması bu kuralları tutarlı ve sevecen bir şekilde uygulaması ,çocukta önemli bir özellik olan otoriteye saygıyı geliştirir.

- Kuralların değeri olmalıdır. Ebeveyn kendi inanmadığı kuralları koymamalıdır . Eğer anne-baba koyduğu kuralları savunamıyorsa değerini yitirirler .
- Kuralların bir amacı olmalıdır. Kuralların amacı çocuğun çevresine ve topluma uyumunu sağlayabilecek davranışlar geliştirmesine yardımcı olmalıdır .
- Kurallar açıkça belirtilmelidir.
- Kuralların sayıları sınırlı olmalıdır .
- Çocuklar kuralları sınıyacaktır .
- Anne baba sözüne sadık olmalıdır .

Ceza suça uygun olmalıdır .

### **Demokratik Tutum:**

- Çocuk ebeveyninin konuşması sırasında kendi fikrini söyleyebilir ,
- Çocuk düşüncelerini evde ebeveyninden baskı korkusu olmadan rahatça açabilir ,
- Çocuk cinsellikle ilgili, tanrı ile ilgili sorularını , ülke ve okuldaki düzen ile ilgili eleştirilerini evde dile getirebilir .
- Anne baba çocuğun görüşlerine saygı duyar , onu görüşlerini ifade etmek için teşvik eder
- Aile için planlar yaparken genellikle çocukların tercihini öğrenir ve bunu göz önünde tutar
- Çocuk arkadaşlarını kendisi seçer ,
- Ebeveynce uygun olmayan bir ilişki söz konusu olduğunda çocukla konuşulur ,
- Uygun görülmeyen bir ilişkide çocuk ısrarcı olursa bu ısrarın nedenleri birlikte araştırılır ,
- Ebeveyn çocuğun arkadaşlarını tanımaya çalışır ,
- Çocuk ve arkadaşlarıyla birlikte faliyette bulunur .
- Çocuk çalışma ve oyun temposunu kendisi belirler .
- Aile çocuğun kendi eğitimi ile ilgili girişimlerini destekler
- Çocuğa görevler ve aile sorumlulukları verir,
- Başı derde girdiğinde sorunu , yapabildiğince kendisinin çözmesini bekler ,
- Meraklı olması , araştırması , soru sorması için teşvik eder ,
- Başına gelebilecek kötü şeyler için çocuğu uyararak kontrol eder
- Çocuk kendisine yakışan konusunda kendisi karar verir,
- Çocuğun birçok kararı kendisinin vermesine izin verir
- Çocuğun denediği ya da başardığı şeyler için onu taktir ettiğini bilmesini sağlar ,
- İyi olduğu zaman çocuğu ödüllendirmenin , kötü olduğu zaman onu cezalandırmaktan daha iyi olduğunu bilir.