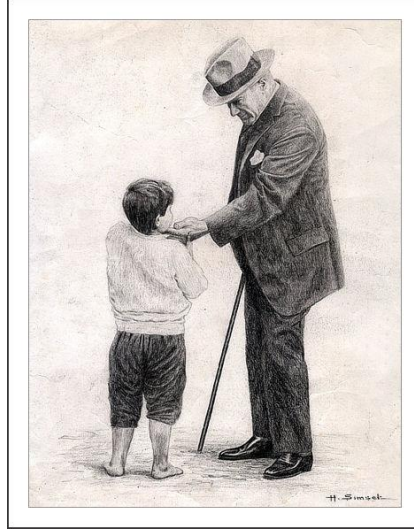


SEVİNÇ-MEHMET EKİZOĞLU ANAOKULU
2010-2011 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI
EYLÜL AYI BÜLTENİ



AYIN KONUSU: OKULA UYUM



ATATÜRK DİYOR Kİ;

Çocuklarımıza geleceğin büyükleri gözüyle bakılmalı ve öyle muamele edilmelidir.

Yalnız bir şeye ihtiyacımız vardır; çalışkan olmak.

AKSU MAH. MEHMET İZMEN CAD. NO:14 MERKEZ/GİRESUN

0454 225 54 50 – www.smekizoglu.k12.tr – 970649@meb.k12.tr

İLİŞKİLERİMİZ: BAĞLANMA MI BAĞIMLILIK MI?

Çocuklar mı anne-babalarına karşı bağımlı olma riski taşırlar, yoksa daha çok anne-babalar mı çocuklarına karşı bağımlı olma riskiyle karşı karşıyadırlar?

Her anne-baba potansiyel bir çocuk bağımlısıdır diyebiliriz. Eğer vaktinde çözüm üretilmez, tedbirler alınmaz ise, bu potansiyel bağımlılık riski harekete geçer ve hem çocuğun hem de anne-babanın hayatını kâbusa çevirebilir. Buna karşılık çocukların anne-baba bağımlısı olma riski çok daha azdır. Çocuklarda var olduğu zannedilen anne-baba bağımlılığı daha çok güçlüye teslim olma şeklinde kendini göstermektedir. Yeni doğan bir bebek, özellikle annesinden ayrı kalmaya hazır değildir. Beslenmesi ve bakımı için anneye ya da onun yerine geçecek birine gereksinim duyar. Ancak çocuk, yaşının ilerlemesiyle, geliştirdiği beceriler sayesinde annesinden uzaklaşmaya başlar. Bu, bağımlılıktan bağımsızlığa doğru atılan ilk adımdır. Çocuklarımıza bağımlı olmakla bağlı olmak farklı kavramlardır.

Bağımlılık her iki tarafın da yaşamsal becerilerinin gelişmesini engeller. Bağlılık birey olma ve ait olmayla bütünleşen sağlıklı ruh ve beden gelişimi için gerekli psikolojik ve sosyal ilişkiyi ifade eder. Her anne-baba çocuğunu sever. Her ailenin sevgisini ifade etme yolu da farklıdır. Ancak bazı anne-babalar çocuklarını severken geliştirdikleri iletişim ortamı içinde onları kendilerine bağımlı kılarlar. Bu da çocuğun yaşamının kritik noktalarında uyumsuzluk davranışlarıyla kendini gösterir. Oysaki tüm anne-babalar çocuklarının çevreleriyle uyumlu olmasını ciddi bir şekilde önemserler. O halde kendi kendimize sormamız gereken bazı sorular vardır. Örneğin, "ben çocuğumun problem çözen, bağımsız, kendine güvenen, sorumluluk sahibi, saygılı, dürüst, becerikli, kendini ve diğerlerini seven, bilgili, sosyal, girişken, duyarlı, dikkatli, kültürünü bilen bir birey olmasını istiyorum. Peki bu sonuca ulaşmak için gerçekten gereken şeyleri yaptım mı?" Çocuğumuzun uyumlu davranışlar sergilemesini beklemeden önce kendimizi gözden geçirmeliyiz.

Bağlanma Nedir?

Anne baba ile çocuk arasında bağ konusunda çok şey yazılmıştır. Çok basit bir ifadeyle, anne baba ile çocuk arasındaki bağ, ebeveynler ile çocuk arasında duygusal bir bağın oluşmasıdır. Çocuğun anne karnında olduğunun fark edildiği andan itibaren bağlanma süreci bir nevi zaten başlamış durumdadır. Bebek, anne ve babasının doğum odasında bebeklerini ilk ellerine aldıkları andan itibaren, yaşamı boyunca sürececek bir bağ oluşmasına neden olur.

İlk çocukluk yıllarında anne ve çocuk arasındaki ilişki birincil bir öneme sahiptir: **Bağlanma** Bu kavram çocuğun özel olarak annesine duyduğu bağı tanımlar. Doğuştan getirilen biyolojik belirleyiciler tarafından yönlendirilir. Bu ilişki biçimi sosyal ilişkilerin başlangıç noktasını oluşturur. Bu davranış; emme, ağlama, gülümseme, izleme, çağırma, arama, bekleme gibi davranışlarla kendini gösterdiği, anne ile çocuk arasında dinamik, birbirini besleyici bir sistem tarafından denetlenmektedir. Bağlanma yalnızca çocuklukla sınırlı kalmayıp yaşam boyunca sürer. İlk temel ilişki olan anne-çocuk ilişkisi, sonraki yaşam dönemlerindeki bağlanmalar için önemlidir. İnsanlarda bağlanma süreci karmaşıktır ve herhangi bir zamanda hepsi eşit etkide bulunmayan çeşitli etkenler, annelik davranışının uyarılmasında rol oynarlar.

Psikolojik Doğum

Bebekler doğdukları andan başlayarak kendilerini annelerinden ve çevredeki diğer insanlardan ayırt edemezler. Doğumla birlikte bebeğin annesiyle iç içe olması sona erer. Öyle de olsa, bebeğin beyninin bu gerçeği birdenbire kavrayacak kadar gelişmiş olduğu söylenemez. Yani bebek, doğumdan sonra da bir süre kendisini annesinden ve genel olarak çevresinden ayırt edemez. Mahler yeni doğanların ve küçük bebeklerin dış dünyaya göre "ayarlanmadan" doğduğuna dikkati çekmekte ve bebeğin biyolojik doğumu ile



psikolojik doğumunun birbiriyle çakışmadığını ve farklı olduğunu ileri sürmektedir. Psikolojik doğumu ayrı bir birey durumuna gelmek, ilkel de olsa kimliğini kazanmak olarak tanımlamıştır. Psikolojik doğum ayrılma-bireyleşme sürecinin gerçekleşmesiyle meydana gelir. Çocuğun bireyselleşerek anneden ayrılabilmesi de ancak ona güvenli bağlanabilmiş olmasıyla olanaklıdır.

Bağlanma Türleri

Bağlanma Kuramı'na göre, çocuk bebeklikten itibaren annesiyle yaşadığı deneyimleri ve onunla geliştirdiği ilişkisini ilerleyen yaşlarda her türle yakın ilişkisinde model olarak kullanır. 3 farklı bağlanma türü vardır:

1. Güvenli bağlanma: Güvenli bağlanan bebekler, anneleriyle olan yakınlık ve ayrılık durumlarında gerginlik yaşamazlar.

Yetişkinlikte ise terk edilme ve insanların onlara istediğinden daha fazla yakınlaşmaları yönünde kaygıları yoktur. Yakın ilişkilere değer verirler, bu tür ilişkileri başlatmakta ve sürdürmekte başarılıdırlar. Uzun süreli ilişkiler kurabilirler. Hem kendilerine hem de diğer insanlara duydukları saygı ve güven yüksektir. İlişkilerinde kendilerini açmaktan ve diğer insanların da kendilerini onlara açmalarından hoşlanırlar. Bu ilişkiler sırasında kişisel özerkliklerini yitirmemeyi de başarırlar.

2. Kaçınan bağlanma: Bu bebekler annelerine karşı mesafelidirler ve kendi kendine yetebilmeye aşırı önem verirler.

Yetişkinlikte ilişkilerine son derece sınırlı oranda duygusal yatırım yaparlar. Özellikle olumsuz duygular yaşadıkları anlarda olayı, kişiyi, umursamayarak, inkar ederek ya da bastırarak başa çıkarlar. Çünkü bir başkasının desteğine, yardımına ihtiyaç duymak bu kişiye bağlanmış olmak ve yakın olmak anlamına gelir. Bu durum bebeklik döneminde annenin yakınlık göstermeyen, reddedici, uzak olmasının yarattığı olumsuz etki gibi o kişi tarafından sevilme, istenme, reddedilme olasılığını gündeme getirecektir.

3. Kaygılı/kararsız bağlanma: Bu bebekler, anneleriyle ilişki kurma/yakınlaşma sürecinde birbiriyle tutarlı olmayan girişimlerde bulunurlar ve çok kısa süreli ayrılıklara bile katlanamazlar. Yetişkinlikte ise terk edilme korkusu bu bağlanma biçiminin en belirgin özelliğidir. İlişkileri kısa sürelidir, bir kayıp (ayrılma, terk edilme) sonrası yoğun bir acı duyarlar. Kendilerine duydukları saygı değişkenlik gösterir. İlişkilerinde reddedilme kaygısı, yoğun öfke, ayrılık ve ölüm korkusu baskındır.

Bağlanmada Problem Yaşandığında;

Bağlanma süreci anlaşıldığında, bu sürecin her zaman başarılı olmadığı da açıklık kazanır. Şimdi bu konudaki problemlerin hayatımızdaki yansımalarına bakalım.

Ayrılık Kaygısı: Neredeyse tüm çocuklarda yaşamlarının ilk yıllarında özellikle 1-3 yaşları arasında sıklıkla görülen özellikle anne, babadan (bakıcı konumunda olan kişi de olabilir) ayrılma hallerinde ortaya çıkan şiddetli korku ya da üzüntü halidir. Hayatın ilk yılında bebeğin psiko-sosyal görevi, güvenmeyi öğrenmektir. Bebekle annesi arasındaki ilişkiden doğan güven duygusu, insanın ileride kuracağı kişiler arası ilişkilerin temelini oluşturur. Bu konuda problem yaşayan çocukların bazıları yetişkinlik dönemlerinde duygusal ilişki oluşturmada sınırlı ve duygusal çekilme ile karakterize edilen özellikler geliştirebilirler.

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki; evlerinden ilk defa ayrılan gençlerde, eğer ilk bakım verenle bağılıkları güvenli olmuşsa, bu gençler iyi sosyal uyum göstermektedir. Düşük özsaygı, zayıf sosyal ilişki ve strese karşı duygusal incinebilirlik, yaşamın birinci yılındaki güvensiz bağlanma ile ilgilidir.

İnsanlar arasında daha sonra gelişen duygusal bağılılık, önceki bağılılığın niteliklerini içerir. Yetişkinlerin bağılılığını sağlıklı kılan şey, emniyet hissi, ihtiyaç duyulma ve verebilme hissini oluşmasıdır. Bağlanma figürünün yokluğu ise, kişiyi yalnız veya kaygılı yapar.

Ayrılık Kaygısı, on iki ay içinde en yüksek noktasına ulaşır ve sonrasında yavaş yavaş yok olur. Bu tür korkuların çoğu bir rahatsızlık derecesinde değildir ve çocuk dar aile çevresinden çıkabilmeyi, (ki bu okulla olur) başkalarıyla ilişki kurmayı öğrendikçe bu tür korkular söner. Ancak ayrılık kaygısının şiddeti ve sürekliliği arttıkça çocuğun uyumunu bozabilir.

Örneğin okul korkusu, anne ya da baba bir yere gideceği zaman onlara bir şey olacak, ya da anne-baba kendisini bırakıp gidecek ve bir daha gelmeyecek gibi korkular çocuğun bütün yaşamını etkileyebilir. Çocuğun sevdiği bir hayvanı kaybetmesi, yeni bir okula başlama, ya da yeni bir çevreye taşınması gibi çeşitli stresli durumlardan sonra oldukça yaygın bir şekilde ortaya çıkar.



Ayrılık kaygısı yaşayan çocukların özellikleri:

- Genelde huzursuz olabilir, yeme ve uyku problemleri yaşayabilirler.
- İçeride kapanır, yabancıların yaklaşmasına tepki gösterir, bağlandığı kişinin ya da kişilerin ki bunlar çoğunlukla anne-babadır yanından uzaklaşmak istemezler.
- Ayrıldıkları zaman aşırı derecede kaygılı ve sıkıntılı olabilir.
- Uyku onlar için ayrılık anlamına geldiğinden uyku bozuklukları görülebilir. Bundan dolayı anne ve babayla yatma isteği görülür. Gece onların başına kötü bir şey gelebileceği endişesi nedeniyle kâbus görebilirler.
- Anne babalarından ayrı bir şekilde herhangi bir sosyal ortamda bulunmak istemeyebilirler.
- Anne babalarından ayrılmak istemedikleri gibi yalnız başlarına da kalmak istemezler. Anne ya da babanın istediğini yaptırmak için (örneğin yemek yemesi vb. için) terk etme, bırakıp gitme vb. tehditleri bu durumu tetikleyen etkenlerden biridir.
- Okula gitmeyi reddedebilirler. Bundan dolayı, akademik problemler yaşayabilirler.
- Herhangi bir şekilde ayrılacakları zaman karın ağrısı, baş ağrısı gibi psikosomatik belirtiler gösterebilirler.

Yapılan araştırmalar kaygılı anne babaların çocuklarının daha fazla ayrılık kaygısını yaşadığını göstermiştir. Ayrılık kaygısı ileri yaşlarda ortaya çıkabilecek okul korkusuna, uyum ve iletişim bozukluklarına yol açabilir.

Çocuğun tüm ihtiyaçlarını karşılayan, aşırı kaygılı ve onun bağımsızlığını desteklemeyen anne baba tutumları söz konusu olduğunda "okula gitme gibi bir ayrılık" hem çocukta hem de anne-babada ayrılık kaygısı doğurur. Böyle ebeveynler çocuklarından ayrıldıklarında kaygı duyarlar ve bu kaygı çocuğa da bulaşır. Ayrıca okula alışma sürecinde öğretmenin davranışları, anne babanın sınıfa yaklaşınca çocuğu bırakıp kaçması, söz verdikleri saatte onu okuldan almamaları gibi etmenler de çocuktaki ayrılık kaygısını tetikleyen ve arttıran etmenlerdendir.

Okul Fobisi

Ayrılma kaygısı nedeniyle okul reddi dahil, okula devam etmeye ilişkin problemler, zaman zaman karşımıza çıkmaktadır. Okul başlangıcında çocukların %80'i çeşitli derecelerde okula uyum (adaptasyon) güçlüğü çekebilirler. Tek çocuk oluş ve aşırı bağımlı çocuklarda belirtiler daha sıktır. Bu durumun sebebini anne-baba ve öğretmenler bazen anlamayabilir. Çocuk; "okula gitmekten korktuğunu", veya "okula niçin gitmek istemediğini bilmediğini" söyleyebilir. Çocuk evde olduğunda mutlu ve kaygısızdır. Okulda mutsuzdur."Bu çocuklar annesine kötü bir şey olacağından korkarlar, rahatlama ve kaygılarını yatıştırmak amacıyla evlerine gitmek isterler." önermesi daha sonraları birçok çalışmada gözlemlenmiştir. Bu gözlemlere dayanarak; birçok okul reddinde okul korkusunun, gerçekte "evden ayrılma korkusu" olduğu söylenebilir.

Okul fobisinde 2 ana eğilim karşılıklı rol oynar:

- 1) Okul ile ilişkili kaçınma davranışları
- 2) Rahat ve güvenliği sağlayacak durumları aktif olarak arama

Okul korkusu geliştiren çocuklar genellikle başarı kaygısı olan, aşırı onay bekleyen, ailesine bağımlı çocuklardır. Bu kişilik özelliklerine sahip çocuklarda tetiği çeken şey ailede bir hastalık veya kayıp, sosyo-ekonomik bir kriz, kardeş doğuşu, göç, okul veya öğretmen değişikliği vb. etkenler olabilir.

Okul fobisi olan çocukların yaşamlarının daha önceki yıllarında anneleri tarafından aşırı özen içinde büyütüldükleri görülür. Bu tür annelerin sürekli olarak çocuklarını memnun ederek onların sevgilerini kazanma çabası içinde oldukları, tüm isteklerini karşıladıkları ve onları sürekli hayal kırıklığına uğramaktan korudukları gözlenmektedir. Bu anneler özellikle çocukların bedensel rahatsızlıklarıyla yakından ilgilidirler. Çocukları gözlerinin önünde olmadığında kendilerini çok huzursuz hissederler. Psikolojik ve fizyolojik olarak çocuklarıyla yakın olma gereksinimi duyarlar. Bu şartlar altında büyüyen çocuklar yabancı bir çevrede ve tanımadıkları insanlarla birlikte günlerini geçirmek durumunda kaldıklarında son derece huzursuz olurlar. Babalar da aşırı bağımlılık ve koruma konusunda eşleriyle işbirliği içindedir. Ev içinde bir takım kurallar koyma ve disiplin uygulama yerine, pasif kalmayı ve ev içinde sürekli bir sakinlik ortamını yeğlerler.

Okul fobisi aşağıdaki tarzlarda gözlenebilmektedir:

1.Okula gitme öncesi anlaşılabilir şikâyetler veya okula gitmede isteksizlik, yalvarma, tartışma ve cezalandırmaya rağmen okula gitmeyi reddetme.



2.Okula gitmek için evden ayrılma vakti geldiğinde, aşırı anksiyetenin ve panik halinin gözlenmesi. Çocuk sıklıkla okulda tutulamaz veya yarı yolda geri döner. Anne-baba çocuğu okula götürdüğü zaman ayrılık anı dramatik bir tabloyu andırır.

3.Tetikleyen faktörler şunlar olabilir; kaza, hastalık veya ameliyat geçirme, herhangi bir nedenle ilk kez evden ayrılma, okul arkadaşının gidişi veya kaybı, çocuğun bağlı olduğu akrabaların hastalığı veya ölümüdür. Bu olaylar çocukta tehdit oluşturur ve anksiyeteye yol açar.

4.Semptomlar; iştahsızlık, bulantı, kusma, bayılma, baş ağrısı, karın ağrısı, anlaşılmaz halsizlik, vücut ağrıları gibi şikâyetlerle maskelenebilir. Şikâyetler okul öncesi veya okulda başlayabilir. Fakat eve gelmesini takiben semptomlar çabukça iyileşir. Ancak genelde "**okul korkusu**" olarak adlandırılan bu korkunun kökeninde, duygusal ilişki kurduğu kimselerin başına bir şey gelmesinden ve böylece kendisi için çok önemli bu kişiden ayrılma korkusu vardır. Korku duygusu gerçekte bir ayrılma anksiyetesidir. Bu durumda çözüm, ancak ilişkilerin düzeltilmesine bağlıdır.

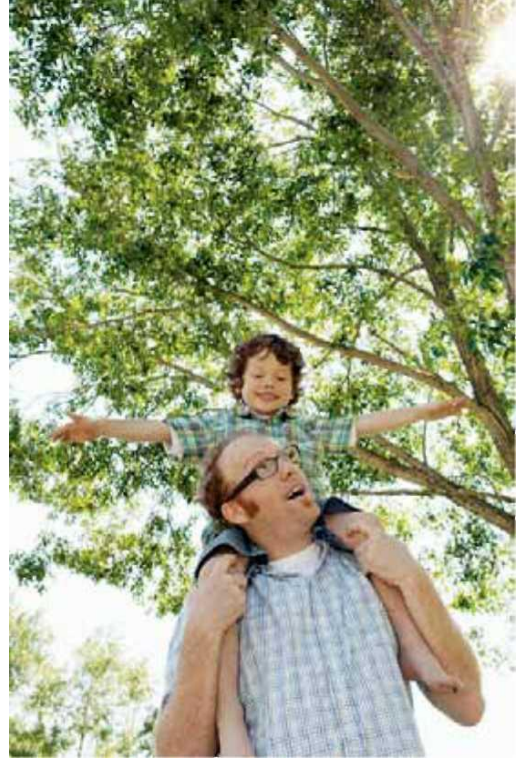


Okula Gitme Konusunda Güçlük Yaşayan Çocukların Bu Durumla Baş Edebilmesi İçin;

- Anne-babanın çocukla okul konusundaki tüm gerçekleri "**korkutmadan ve kendi kaygılarını yansıtmadan**" önceden anlatması yararlı olabilir.
- Çocuğun gideceği okul önceden ziyaret edilerek okul ve sınıf ortamı konusunda önceden bilgi sahibi olması sağlanabilir.
- Özellikle anne-babanın kendilerindeki ayrılık endişelerini azaltmaları önemlidir. Güven çocuğun yeni bir çevreye uyum sağlaması ve ayrılma kaygısının üstesinden gelebilmesinde çok etkilidir. **Burada yapılması gereken anne baba olarak çocuğunuzdan uzakta olduğunuzda bile onu sevdiğiniz ve okul bittiği zaman tekrar bir araya geleceğiniz mesajını vermektir. Çocuğun okulda güvende olacağını hissetmesi önemlidir.**
- Anne-babanın çocuğun okul konusundaki kaygılarını anlamaya çalışması ve nedenleri hakkında bilgi sahibi olması gerekir.
- Okulun ilk günlerinde çocukla beraber okula gitmek ve çocuğu yüreklendirmek olumlu sonuç verebilir. **Ama okulda da ayrılık seremonilerini dramatik hale getirmemek gerekir.**
- **Evde kalmaktansa okula gitmeyi çekici hale getirmek uygun bir yoldur. O gün kendini iyi hissetmeyen ve evde kalan çocuk anne veya babası tarafından sevdiği aktivitelerle ödüllendirilirse okuldan kaçma davranışı yinelenecektir.**
- Ancak okula gitmediğinden dolayı çocuğu suçlamaktan kaçınılmalıdır. Ona bu durumun bir çok çocukta görüldüğü, zaman içerisinde üstesinden gelinebildiği anlatılmalıdır. **Belirli bir süre için, okula daha az bağımlı olduğu bir aile bireyi ile gidebilir ve bu kişi onu okul çıkışına kadar bekleyebilir.**
- Uyum güçlüğü yaşayan çocuklarda mutlaka öğretmenin ve okulun desteğinin istenmesi gerekir. Öğretmenin çocuğun okula alışmasında ve sevmesinde önemli rolünün olduğu unutulmamalıdır. **Bunun için okulla işbirliği sağlanmalıdır.**

Eğer Çocuğunuz;

- Sizden ayrı kalmaya alışmışsa,
- Özgüveni yerindeyse,
- Yaşına göre sorumluluk almaya istekliyse,
- Değişikliklere uyum sağlayabiliyorsa,
- Yaşlıları ve kendinden büyüklerle iletişim kurabiliyorsa,
- Kendini ifade edebiliyorsa,
- Algılama ve Dikkat becerileri yeterince gelişmişse,
- Başkalarını dinleyebiliyorsa,
- Sağlık durumunda herhangi bir sorun yoksa okula alışmasında bir sorun olmayacaktır.



ÖNCE ANNEYE SONRA ÇEVREYE BAĞIMLILIK

İkili ilişkilerde sağlıklı olan "**bağımlılık**" değil "**bağlılık**" ilişkisidir. Bağımlılık bir "**Onsuz olamama**" durumu iken bağlılık "ötekiyle beraber ve tek başına var olabilme" anlamına gelir. Bağımlılık ilişkisi özellikle yetişkinlik döneminde yansımalarını farklı kişilere "**yapışma ihtiyacı**" ile kendini gösterir. Bu durum ise yaşamda tek başına kalabilme, özgüven ve başarıya ihtiyacının varlığını zorlaştırmaktadır.

Kaynakça: <http://www.gata.edu.tr/dahilibilimler/cocukruh/mahler.htm>

www.saglikbilgileri.com

tr.wikipedia.org

www.bebekkokusu.com

www.okulonceciyiz.biz

ERTEN Yavuz, "Psikanalizden Dinamik Psikoterapilere Eğitim Notları" 2005, İstanbul

PULSUZ DİLEKÇE

Sevgili Anneciğim, Babacığım

Bütün duygu ve düşüncelerimi dile getirebilseydim, size şunları söylemek isterdim: Sürekli bir büyüme ve değişme içindeyim. Sizin çocuğunuz olsam da sizden ayrı bir kişilik geliştiriyorum. Beni tanımaya ve anlamaya çalışın. Deneme ile öğrenirim. Bana ayak uydurmakta gülcük çekebilirsiniz. Oyunda arkadaşlıkta ve uğraşlarımda özgürlük tanıyın. Beni her yerde, her zaman koruyup kollamayın. Davranışlarımdan sonuçlarını kendim görürsem daha iyi öğrenirim. Bırakın kendi işimi kendim göreyim. Büyüdüğümü başka nasıl anlarım? Büyümeyi çok istiyorum da ara sıra yaşımdan küçük davranmaktan kendimi alamıyorum. Bunu önemsemeyin. Ama siz beni şımartmayın. Hep çocuk kalmak isterim sonra. Her istediğimi elde edemeyeceğimi biliyorum. Ancak siz verdikçe almadan edemiyorum. Bana yerli yersiz sözde vermeyin. Sözüünüzü tutmayınca sizlere güvenim azalıyor. Bana kesin ve kararlı davranmaktan çekinmeyin. Yoldan saptığımı görünce beni sınırlayın. Koyduğunuz kurallar ve yasakların hepsini beğendiğimi söyleyemem. Ancak hiç kısıtlamayınca ne yapacağımı şaşırıyorum. Tutarsız davrandığınızı görünce hem bocalıyor hem de bundan yararlanmasan edemiyorum. Öğütlerinizden çok davranışlarınızdan etkilendiğimi unutmayın. Beni eğitirken ara sıra yapabilirsiniz. Bunları çabuk unuturum. Ancak birbirinize saygı ve sevginizin azaldığını görmek beni yaralar ve sürekli tedirgin eder. Çok konuşup çok bağırmanın. Yüksek sesle söylenenleri pek duymam. Yumuşak ve kesin sözler bense daha iyi iz bırakır. "Ben senin yaşında iken" diye başlayan söylevleri hep kulak ardına atarım. Küçük yanlışlarımla büyük suçmuş gibi başıma kakmayın. Bana yanlışlık payı bırakın. Beni korkutup sindirerek suçluluk duygusu aşılayarak uslandırmaya çalışmayın. Yaramazlıklarım için beni kötü çocukmuşum gibi yargılamayın. Yanlış davranışım üzerinde durup düzeltin. Ceza vermeden önce beni dinleyin. Sucumu aşmadığı sürece cezama katlanabilirim. Beni dinleyin. Öğrenmeye en yatkın olduğum anlar, soru sorduğum anlardır. Açıklamalarınız kısa ve özlü olsun. Beni yeteneklerimin üstünde işlere zorlamayın. Ama başarabileceğim işlere yapmamı bekleyin. Bana güvendiğinizi belli edin. Beni destekleyin; hiç değilse çabamı övün. Beni başkalarıyla karşılaştırmayın; umutsuzluğa kapılıyorum. Benden yaşımın üstünde olgunluk bekleme. Bütün kuralları birden öğretmeye kalkmayın; bana süre tanıyın. Yüzde yüz dürüst davrandığımı görünce ürküme. Beni köşeye sıkıştırmayın; yalana sığınmak zorunda kalırım. Sizi çok bunaltsam bile soğukkanlılığınızı yitirmeyin. Kızgınlığınızı haklı görebilirim, ama beni aşağılamayın. Hele başkalarının yanında onurumu kırmayın. Unutmayın ki bende sizi yabancıların önünde güç durumlara düşürebilirim. Bana haksızlık ettiğinizi anlayınca açıklamaktan çekinmeyin. Özür dileyişiniz size olan sevgimi azaltmaz; tersine beni size daha çok yaklaştırır. Aslında ben sizleri olduğunuzdan daha iyi ve daha değerli görüyorum. Bana kendinizi yanıltmaz ve erişilmez göstermeye çabalamayın. Yanıldığınızı görünce üzüntüm büyük olur. Biliyorum ara sıra sizi üzüyor, belki de düş kırıklığına uğrattıyorum. Bana verdikleriniz yanında benden istediklerinizin çok olmadığını da biliyorum.

Yukarıda sıraladığım istekler size çok geldiyse birçoğundan vazgeçebilirim; yeter ki beni ben olarak seveceğinize olan inancım sarsılmasın. Benden *Örnek çocuk* olmamı istemezseniz, bende sizden kusursuz ana baba olmanızı beklemem. Sevecen ve anlayışlı olmanız bana yeter. Sizin çocuğunuz olarak doğmak elimde değildi. Ama seçme hakkım olsaydı, sizden başka kimsenin çocuğu olmak istemezdim

SEVGİLER ÇOCUĞUNUZ...