



Değerli Anne ve Babalar,

Değerler eğitimi projemiz kapsamında Ocak ayımızı "Sevgi Ayı" olarak geçireceğiz. Sevgi olumlu duyguların hepsinde etkisini hissettiren temel bir duygudur. Vazgeçemeyeceğimiz bir değer olarak sevgi tüm canlıları etkileyen pozitif enerjinin de tetikleyicisidir. Sevgi; paylaşıldıkça artan bir meta, insanoğlunun kişilerarası ilişkilerde yararlandığı bir araç, gelişiminde etkili bir ihtiyaç ve ruhsal yapısını koruyan bir kalkan olarak tanımlanabilir. Sevgi ve bilgi paylaşıldıkça çoğalan biyolojik insanı psikolojik ve sosyal anlamda insanlaştıran iki temel değerdir.

Ailede Sevgi

Bir eğitim kurumu olarak aile çocuğun sevgi denilen duyguyla tanıştığı ilk ortamdır. Aile ortamında çocuk sevgiyi tanımakla kalmaz sevgi ihtiyacını karşılık beklemeden sunan birilerinden de etkilenir. Bu etkileşim sayesinde bir yandan sosyalleşirken öte yandan benlik algısını oluşturur. Bu yüzdendir ki aile yeri doldurulamayan çok boyutlu bir kurumdur. Ekonomik, kültürel, psikolojik ve sosyal bir kurum olarak aile insanlığı şiddet kaynaklı olumsuzluklarından da korumaktadır.

Ait Olma ve Sevgi

İnsan ihtiyaçları arasında ait olma ve sevgi ihtiyaçları birlikte gösterilmektedir. Aslında bunlar birbirinden farklı ihtiyaçlardır. Ancak, sevgi sayesinde birey aile, arkadaş gurubu, ülke ve millet ile sağlıklı bir bağ kurabilir. Ait olma sevgiyle anlam kazanır. Aile bağlarının temelinde sevgi vardır. Sevgiyi hisseden birey kendini değerli ve güçlü hisseder. Böylece sevgimizle çocuğumuzun ruh sağlığını da korumuş oluruz.

Sevgi Dolu Bir Çocuk Yetiştirmek İçin;

- ✚ Çocuğunuzu koşulsuz sevin.
- ✚ Çocuğunuz da olumlu davranışlar gördüğünüzde onu motive edin.
- ✚ Çocuğunuzun küçük başarılarını görmezlikten gelmeyin, kendini başarılı görmesi sizin elinizdedir.
- ✚ Başkalarının yanında çocuğunuzu kötülemeyin, iyi yanlarını dillendirin.
- ✚ Çocuğunuzun başkalarıyla mukayese etmeyin.

✚ Eşinizle ortak hareket edin, farklı davranmanız çocuğunuzun şımarık olmasına yol açar.



- ✦ Her zaman aynı davranınız, tutarlı olun.
- ✦ Eşiniz hakkında olumsuz sözler söylemeyin.
- ✦ Çocuğunuzla konuşurken "ben dilini " kullanın.
- ✦ Çocuğunuzun yanında eşinizle tartışmayın, tartışmalarınız saygı çerçevesinde olsun.
- ✦ Çocuğunuzun can kulağıyla dinleyin ve uygun tepkiler verin, kısaca empatik olun.
- ✦ Sizin ve çocuğunuzun zarar görmeyeceği çözümler üretin, kazan-kazan ilkesini uygulayın.
- ✦ Kendi çözümlerini bulmasını sağlayın.
- ✦ Eşinizle mutlu olmanın yollarını arayın.
- ✦ Mutlu olmanın yolu mutlu etmekten geçer.
- ✦ Mutlu aile ortamı çocuklar için tek sağlıklı gelişim ortamıdır.
- ✦ Sabahları güler yüzlü olun ve GÜNAYDIN demeyi unutmayın.
- ✦ Çocuğunuzun arkadaşları ve kardeşleriyle sevdiği bir oyuncuğunu paylaşmasını teşvik edin.
- ✦ Birlikte bir hastayı ziyaret edin.
- ✦ Size ve arkadaşına sevgisini ifade etmesine sağlayın, bunun için önce siz ifade edin.
- ✦ Yardıma ihtiyacınız olduğunda onlardan yardım isteyin.
- ✦ Akrabalarınızı birlikte ziyaret edin.
- ✦ Çocuğunuzun sevdiği arkadaşına birlikte hediye alın.
- ✦ Birlikte bir yardım kurumunu ziyaret edin.
- ✦ Sevgiyi ifade etme ilgili davranış örnekleri, hikâyeleri anlatın.
- ✦ Hayatta mutlu olmanın başkalarını mutlu etmek olduğunu sıklıkla vurgulayın.
- ✦ Sevgi dolu zamanlarınız bol olsun.

NOT :

Bugün herkese ya da birine, en sevdiğiniz birine seni seviyorum deyin. Beklemediği bir anda. Sadece seni seviyorum. Hem kendinizi hem de sevdiklerinizi mutlu edin.
ÇOK ŞEY KAZANACAKSINIZ, EMİN OLUN!



İçinizi Isıtacak Bir Hikaye....

Sevginin Gücü



Her iyi anne gibi Karen de, bir bebeğinin yolda olduğunu öğrenince, üç yaşındaki oğlu Michael'ı yeni bir kardeş için hazırlamaya başlamıştı. Bebeğin kız olacağı anlaşıldı ve Michael annesinin karnındaki kız kardeşine, her gün, her akşam şarkı söylemeye başladı.

Onunla tanışmadan önce bir sevgi bağı oluşturmaya başlamıştı.

Hamilelik normal şekilde geliyordu. Vakti gelince, doğum sancıları başladı. Sonra her beş dakikada bir, üç dakikada bir ve her dakika.

Fakat doğum anında bazı ciddi sorunlar ortaya çıktı ve Karen'in sancuları saatler sürdüğü halde, bebek bir türlü doğmadı. Bir sezaryan mı gerekecekti? Nihayet çok zorlu çabalar sonucu, Michael'ın kız kardeşi dünyaya geldi. Ama çok ciddi bir sorun var gibiydi.

Gece yarısı çalan ambulans sirenleri arasında, Tenesse Knoxville'deki St.Mary Hastanesi Çocuk Servisinin yoğun bakım ünitesine kaldırıldı.

Günler geçtikçe küçük kız kötüleşiyordu. Çocuk doktoru, çok üzgün bir şekilde "Çok az bir ümit var. En kötü son için, hazırlıklı olmalısınız." dedi.

Karen ve eşi cenaze töreni için mezar yetkilileriyle konuştular. Evlerinde bebekleri için harika bir oda hazırlamışlardı. Oysa şimdi cenaze için töreni hazırlanıyordu.

Öte yandan Michael, anne ve babasına kız kardeşini görebilmek için yalvarıp duruyor, "Ona şarkı söylemek istiyorum" diyordu. Yoğun bakımda iki hafta, sanki cenaze töreninin bir hafta sonra olacağını işaret ediyor gibiydi. Michael ise şarkı söyleme konusunda, annesine ısrar ediyordu. Ama yoğun bakım ünitesine çocukların girmesi kesinlikle yasaktı.

Ancak

Karen kararını verdi. Onu oraya sokacaktı. İzin verseler de, vermeseler de oğlu kardeşine şarkı söyleyecekti. Eğer Kız kardeşini şimdi göremese, bir daha asla göremeyebilirdi.

Ona kendisine oldukça büyük gelen bir ziyaretçi giysisi giydirdi ve yoğun bakım ünitesine soktu. Sanki yürüyen bir kirli çamaşır torbasıydı. Başhemşire onun bir çocuk olduğunu hemen anladı ve "O çocuğu buradan hemen çıkarın.

Çocukların girmesi yasak." Diye uyardı. Genelde uysal bir kadın olan Karen'in içindeki annelik güdüsü, birden güçlü bir şekilde başkaldırdı ve başhemşirenin yüzüne çelik gibi bakışlarla bakarak, "Kız kardeşine şarkı söylemedikçe buradan gitmeyecek" dedi.

Michael'ı kız kardeşinin yatağına götürdü. Michael yaşam savaşını kaybetmek üzere olan küçük kıza baktı. Bir süre sonra şarkı söylemeye başladı, saf temiz kalpli, 3 yaşındaki çocuğun pırıl pırıl sesiyle, "You are my sunshine, my only sunshine, you make me happy when skies are grey..." (Sen benim gün ışığımsın, tek gün ışığım, gökyüzü griyken beni mutlu edersin.)

Aniden küçük kızda değişim başladı, şarkıya bir tepki veriyordu. Kalp atışları sakinleşti ve düzenli olmaya başladı. "Şarkıyı sürdür" dedi Karen, gözleri yaş doldu. "You never know, dear how much I love you. Please don't take my



sunshine away!"(Seni ne çok sevdiğimi asla bilemeyeceksin, sevgilim. Lütfen benden gün ışığını alma.)

Michael, şarkıyı sürdürdükçe, bebeğin sorunlu, kesik kesik olan solunumu, küçük bir kediciğin nefes alış verışı gibi, düzenli bir hale girmeye başlamıştı.

"Şarkı söylemeye devam et bebeğim. "The other night,dear,as I lay sleeping, I dreamed I held you in my arms."(Geçen gece uyurken, rüyamda seni kollarımda tuttuğumu gördüm sevgilim.) Michael'in küçük kardeşi sakinleşmeye devam ediyordu. Ama bu bir iyileşme de gösteren sakinleşmeydi. "Devam et Michael." O diktatör başhemşirenin yüzü yaşlarla ıslanmıştı. Karen de coşkuyla şarkıya katıldı. "You are my sunshine,my only sunshine. Please don't take my sunshine away."

Ertesi gün, gerçek bir "mucize" olmuş ve küçük kız eve gidebilecek kadar iyileşmişti.

Kaynak:İnternet

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

