

DEĞERLERİMİZ

İster bir bina inşa ediyor olalım, istersek bir ağaç büyütelim. Temelleri veya kökleri sağlam olmadan bu yapı rüzgara, fırtınaya ya da beklenmediğe ne kadar dayanıklı olabilir ki?

Çocuğun büyümesinde ve gelişiminde de sağlam temellerinin ve köklerinin olması, onun fiziksel ve duygusal bedeninin güçlü bağışıklık sistemine sahip olmasını destekler. Sağlam temeller üzerine kurulan aile yapısı için en önemli unsur ise **değerlerdir**.



Değerler, kişinin kendisi için ve genellikle kendi çevresi, dünya ve insanlık için de önemli olduğuna inandığı temel ilkeler ve inançlardır. Değerler çocuk yetiştirilirken de önemlidir çünkü davranış ve tutumları derinden etkiler. Değerler verdiğimiz kararlara, bizim için önemli olan şeylere yaptığımız yatırıma ve ilişkilerimize yön veren rüzgârdır.

“Çocuğunuzun hangi değerlere sahip olarak büyümesini istersiniz?”

Bu soruyu cevaplaman önce kendi değerlerinizi keşfetmeniz ve tanımlamanızda fayda var. Bu keşif yolunda size rehberlik edebilecek bazı soruları aşağıda bulabilirsiniz:

- Kimi örnek alırsınız?
- İnsanların sizin hakkınızda neyi bilmesini istersiniz?
- Neye tahammül edemezsiniz?
- Sizi ne mutlu eder, ne üzer, ne heyecanlandırır?
- Nasıl davranılmak istersiniz?
- Amaçlarınız nelerdir?
- Değişmez kurallarınız nelerdir?
- Dünyaya ne mesaj vermek istersiniz?

Değerler kişisel olmakla birlikte aynı zamanda evrenseldir. Tıpkı bizlerin de değişip, geliştiği gibi değerlerimiz de bizimle birlikte değişip gelişir. Unutmayalım ki değerlerimiz bizim kim olduğumuzu tanımlamaz, yaşamımızı yönetir.



Anne-Babalar için Aktivite

Değerlerinizi tanımladıktan sonra,

- Bir kağıda çocuğunuzun 25 yaşında nasıl bir yetişkin olmasını istiyorsanız 10 sıfat kullanarak bir liste halinde yazınız.
- Kağıdın arkasını çevirip, şu anda çocuğunuzun tanımlayan 10 sıfat listeleyin.

İki listeyi karşılaştırıp, değerlendirebilirsiniz.

**Çocuğunuzun 25 yaşında sahip olmasını istediğiniz değerleri
kazanmasının tam zamanı ŞİMDİ!**

Uzm. Klinik Psk. Sezen Gücükılınc



Çocuklar Yaşadıklarını Öğrenirler

Dorothy Law Nolte, Ph.D.

Eğer çocuklar eleştiriyi yaşarlarsa, kınamayı öğrenirler.

Eğer çocuklar düşmanlıkla yaşarlarsa, dövüşmeyi öğrenirler.

Eğer çocuklar korkuyla yaşarlarsa, endişeli olmayı öğrenirler.

Eğer çocuklar acımayla yaşarlarsa, kendilerine acımayı öğrenirler.

Eğer çocuklar alaycılıkla yaşarlarsa, utanmayı öğrenirler.

Eğer çocuklar kıskançlıkla yaşarlarsa, imrenmeyi öğrenirler.

Eğer çocuklar utançla yaşarlarsa, suçlu hissetmeyi öğrenirler.

Eğer çocuklar teşvikle yaşarlarsa, güveni öğrenirler.

Eğer çocuklar toleransla yaşarlarsa, sabrı öğrenirler.

Eğer çocuklar övgüyle yaşarlarsa, takdiri öğrenirler.

Eğer çocuklar kabul ile yaşarlarsa, sevgiyi öğrenirler.

Eğer çocuklar onayla yaşarlarsa, kendilerini sevmeyi öğrenirler.

Eğer çocuklar takdirle yaşarlarsa, bir amaca sahip olmanın iyi bir şey olduğunu öğrenirler.

Eğer çocuklar paylaşmayla yaşarlarsa, cömertliği öğrenirler.

Eğer çocuklar dürüstlikle yaşarlarsa, doğruluğu öğrenirler.

Eğer çocuklar adil bir bakış açısıyla yaşarlarsa, adaleti öğrenirler.

Eğer çocuklar nezaketle ve dikkate alınarak yaşarlarsa, saygıyı öğrenirler.

Eğer çocuklar güvenceyle yaşarlarsa, kendilerine ve kendileriyle ilgili şeylere inançlı olmayı öğrenirler.

Eğer çocuklar dostlukla yaşarlarsa, Dünya'nın yaşamak için güzel bir yer olduğunu öğrenirler.

