

ÇOCUĞUN RUH SAĞLIĞI

Her insan için ruh sağlığı, kendi kendisiye ve çevresiyle uyum içinde olmak demektir. Freud, “sağlıklı insan, çalışan ve seven insandır” der. Bir bakıma hem kendimizle, hem de başkalarıyla barış içinde olmaktır.

Çocuğun ruh sağlığında ise sağlıklı bir üçgen söz konusudur. Hem annenin hem babanın hem de çocuğun uyumlu, huzurlu ve sağlıklı olmasından kaynaklanıp oluşacak bir üçgen...

Cezadan, katı ve sert önerilerden kaynaklanan eğitim, çocuğun ruh sağlığını zedeler. Uyum, bir esnekliktir. Duygusal ve düşünsel iletişim, anlayış, iyi niyet ve hoş görü ile gerçekleşir.

Saygıyla ve sabırla dinlemeyi bilmeden, öğrenmeden konuşmaya kalkışırsak, bizi de dinlemezler. Yaşam içindeki her değişikliğe, her yeniliğe, tatlı bir uyumla yaklaşabilmektir, ruh sağlığı... Ürkütmeden, korkmadan, paniğe kapılmadan... Çocuk açısından ifade etmek gerekirse: “Ürkütülmeden, korkutulmadan...” Nefes alır gibi rahat, sevecen ve adeta yaşam mucizesini merak eder gibi bir uyumdur bu. Sevecen ve hayret... Tanışma, bilme ve öğrenme isteği... Tüm yaşamla dost ve barışık olmak...

Çocuk ruh sağlığı açısından ailenin, yakın çevrenin ve okulun ne büyük sorumluluklar taşıdığı ortadır. Çok değerli ve çok ince bir malzemeyi büyük bir özenle tanımak, iyi ve doğru değerlendirmek... İlgi ve bilgi yanı sıra, sabır, anlayış ve sevgi isteyen bir uğraş söz konusudur. Gerçek ilgi ve sevgi ile ilgi ve sevgi gösterisini çocuk pek çabuk ayırt eder ve asla affetmez. Kazandırılan olumlu değerler bir çırpıda yok olabilir. Mutsuz, huzursuz, kırıcı, yanlış, öfkeli baş kaldırmalara dönüşebilir. Çoğu kez “EKTİKLERİMİZİ BİÇERİZ” de ondan.

ÇOCUKTA UYUM VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

İnsanın hatta yaşamın küçük bir örneğidir, çocuk. Yaşıyla küçük, vücut gelişimiyle küçük; fakat anlamı ve önemi ile kocamandır. Çünkü durmamacasına akıp giden yaşam nehrinin arıduru su damlasıdır, çocuk.

Çocuğun doğuştan sahip olduğu fizik, fizyolojik ve psikolojik özellikler, anne-baba, bazen bir bakıcı ve daha sonra yakın çevre ve okul tarafından gözlemlenir, ilgilenilir ve geliştirilmeye çalışılır. Psikolojik gelişimin ilk kaynağı doğum olsa da ana-baba ilgisi, çocuğa verilen öğrenim ve eğitim büyük önem kazanmaktadır. Psikolojik gelişimin ikiz kardeşi diyebileceğimiz bir başka gelişimde,

Sosyal Gelişim⇒ yani çocuğun çevreye uyum göstermesi, duygusal-düşünsel iletişim içinde bulunması, yani *sosyalleşmesidir*.

Sağlıklı büyüyen çocuğun uykusu, memesi, mama sorunu pek olmaz. Buradaki sağlık, yalnızca çocuğun sağlığı değil; anne-babasının sağlığı da, anne-babanın beraberliklerindeki düşünsel-duygusal uyum anlamına gelir.

Niçin ağlar çocuk? Neden huysuzlaşır? Karnı aç değilse, organik bir nedeni yoksa niçin ağlar çocuk?

“ Ya psikolojik anlamda canı yanmıştır, üzümüşlerdir, azarlamışlardır, kırmışlardır onu...”

“ Ya da öylesine yalnız ve ilgisiz hissediyordur ki kendini, sevin beni, ilgilenin benimle lütfen der gibi ağlıyordur...”

Mutsuz, yalnız ve huzursuz çocuk ya her fırsatta ağlar, ya çevreye büyük tepkiler geliştirir, yaramazlık ve uyumsuzluk örnekleri sergiler... Ya da tümüyle sessizleşir ve içine kapanır. Susar, susar... En büyük sorunda bu suskudur. Kendi yalnız dünyasına hiç kimseyi almak istemiyormuş gibi görünmez bir duvar örüp suskuya ve yalnızlığa sığınma... Aşılması en zor duvar ve en dayanılmazı budur.