



// Zukunftsministerium
Was Menschen berührt.

İlişkiler sayesinde
güçlü olmak.

İlişkiler sayesinde güçlü olmak.

Bir çocuğun ebeveynlerine ve çevresindeki diğer yakın kişilere karşı doğuştan itibaren bir yakınlığa ve iyi bir bağ kurmaya ihtiyacı vardır. Kendisini ne kadar seviyor ve anlaşılıyor hissederse, o kadar gelişecek, öğrenecek ve bağımsız olacaktır.

“İlişkiler sayesinde güçlü olmak”, çocukların ilk yaşlarında nelere ihtiyaç duyacaklarını ve ebeveynlerin, hayatlarına güçlü bir şekilde devam edebilmeleri için çocukları ile doğuştan itibaren nasıl güçlendirici bir bağ kuracaklarını gösterir.

“İlişkiler sayesinde güçlü olmak”, aynı zamanda ebeveynlerin kendi ihtiyaçlarını ve bağlarını kaybetmemeleri gerektiğini de gösterir. Ebeveynler kendilerine, eşlerine ve arkadaşlarına zaman ayırırlarsa, çocuklarıyla yaşadıkları günlük hayatlarında daha da güçlenirler.

Bedensel temas

Küçük çocukların anne babaları ve yakın kişilerle bedensel temas kurmaya ihtiyaçları vardır.

- ▶ Çocuğunuz, sıcaklığınızı hissetmeye, sesinizi duymaya ve yüz ifadelerinizi izlemeye bayılır. Bebeğinizi sık sık kollarınızda taşıyın, onu okşayın ona dokunun, ona bakın ve onunla konuşun.
- ▶ Çocuğunuz ilgi ve yakınlıktan sıkıldığı zaman bunu size belli edecektir. Çocuğunuz esniyor, sizden uzaklaşıyor ya da gözlerini ovuşturmaya başlıyor ise, artık dinlenmesi gerektiğini gösteriyordur.

- ▶ İlk zamanlarda bebek arabanız, gezerken bebeğiniz yüzünüzü görecektir şekilde tasarlanmış olmalıdır.



Kendini güvende hissetme ve güven duyma

Küçük çocuklar, her zaman onların ihtiyaçlarına cevap verecek, mevcut ve tanıdığı kişilere ihtiyaç duyarlar.

- Bebeğiniz sizinle daha ilk andan itibaren iletişime geçer: Çıkardığı seslerle, yüz ifadeleriyle, hareketleriyle ve ağlamasıyla. Çocuğunuzun bu sinyallerine dikkat edin.
- Çocuğunuzun neye ihtiyacı olduğunu anlamaya çalışın ve en hızlı şekilde yerine getirin. Çocuğunuz kendisini bu sayede güvende hissedecek ve bir şeyler yapabildiğini görecektir ve anlayacaktır.
- Bebekler, tanımadıkları bu yeni dünyaya güvendikleri bir kişinin kollarından en iyi şekilde adım atabilirler.

İlgi ve Diyalog

Küçük çocukların yetişkinlerin dikkatlerini düzenli olarak tamamen kendilerine yöneltmelerine ihtiyaç duyarlar.

- Günlük yaşamınızda düzenli olarak sadece çocuğunuzla ilgilenin.
- Çocuğunuz ile konuşun. Bebeğinizin gördüğü nesnelere adlandırın. Çocuğunuza, o anda yaptıklarınızdan söz edin.
- Çocuğunuz henüz bebeklik dönemindeyken sizi dikkatle dinlemeye başlar.

Yüzünüzü izler ve ara sıra bazı sesleri taklit etmeye çalışır. Çıkardığı bu sesleri siz de oyun oynayarak tekrarlayın: Çocuğunuz ile ilk “konuşmalarınız” bu şekilde gelişecektir.



Güvenli Bağ Kurma

Küçük çocuklar endişeli ve üzgün olduklarında veya korktuklarında yanlarında güvendikleri, tanıdık bir kişiye ihtiyaç duyarlar.

- Bebekler, yaklaşık 8. aydan itibaren güvenilir ve daha az güvenilir insanlar arasında ayırım yapmayı öğrenirler.
- Çocuğunuz o zaman, daha az tanıdık insanlara karşı daha ürkek ya da uzak davranmaya başlayabilir. Bu kişiler, aile üyeleri de olabilir.
- Çocuğunuzun duygularını önemseyin ve ciddiye alın ve güven kazanabilmesi için ona zaman tanıyın. Çocuğunuz, güvendiği kişiden uzaklaşma amacıyla ilk adımları atma cesaretini kazanabilmesi için her zaman güvendiği kişiye geri dönebileceğini bilmelidir.

Farklılığa saygı duymak

Küçük çocuklara kendi kendilerini geliştirme imkanı tanınmalıdır.

- Her çocuğun doğumundan itibaren kendi mizacı ve kendi yapısı vardır. Çocuğunuzun bu farklılığını kabul edin ve çocuğunuzu diğer çocuklar ile kıyaslamayın.
- Sizin için zor da olsa, çocuğunuzun kendi hızında gelişmesine izin verin.
- Ayrıca, çocuğunuzun iyi olduğu konulara da dikkat edin ve çocuğunuzun sevincini onunla paylaşın.



Kendi yeteneklerine güvenmek

Küçük çocukların öz deneyime ve kendi kendilerine bir şeyleri başarma duygusuna ihtiyaçları vardır.

- Çocuklar, erken yaşlardan itibaren birçok şeyi kendileri yapmak isterler. Çocuğunuzun, örneğin evinizi veya oyun parkı gibi ortamları güvenli bir şekilde kendisinin keşfetmesine izin verin.

- Öz deneyim, çocuğunuzun kendine güvenmesini sağlar. Bu husus, başarılı öğrenmenin en önemli temelidir.
- Bu sebeple çocuğunuza, giyinme ve soyunma gibi günlük işleri de kendi başına yapması için zaman tanıyın.



Uyarıcı gelişim ortamları

Küçük çocukların çeşitli duysal deneyimlere, çok hareketliliğe ve diğer çocuklar ile tecrübeler edinmeye ihtiyaçları vardır.

- Çocuğunuzun tava, kepçe, kağıt veya kutu gibi zararsız olan gündelik nesneler ile oynamasına ve kendi doğaları ile deneyler yapmalarına izin verin. Çocuğunuz bu esnada çok şey öğrenecektir.
- Küçük çocukların ayrıca büyük bir hareket etme dürtüsü vardır. Çocuğunuzun dışarıda en az bir saat oyun oynaması ya da hareket etmesi onun için çok iyi olacaktır. Bu onun fiziksel ve zihinsel gelişimini destekler.
- Çocuğunuza daha erken yaşlardan itibaren başka çocuklar ile düzenli bir şekilde bir araya gelme imkanı sağlayın.

Oryantasyon

Küçük çocukların hayatlarında açıklığa ve kendilerine örnek alabilecekleri rol modellerine ihtiyaçları vardır.

- Düzenli günlük rutinler ve tekrarlanan ritüeller çocuğa güvenli bir ortam sağlar. Mümkün olduğu kadarıyla yemek masasına düzenli şekilde aile ile birlikte oturmaya ve uyku saatlerini belirlemeye özen gösterin.
- Çocuğunuzun iki yaşına basması ile birlikte net kurallara ihtiyacı vardır: Çocuğunuz neyi yapabileceğini ve neyi yapmasının yasak olduğunu bilmelidir. Çocuğunuza kuralları anlatırsanız, bunlara uyması daha kolay olur. Fakat: Sabırlı olun! Çünkü çocuğunuzun bu kuralları öğrenmesi ve bunlara uyması için çok zamana ihtiyacı vardır.
- Çocuğunuzun ilk ve en önemli rol modelleri sizsiniz. Ancak mükemmel olmak zorunda değilsiniz.



FAYDALI LINKLER:

Bavyera'da:

www.elternbriefe.bayern.de

www.elternimnetz.de

www.erziehungsberatung.bayern.de

www.familienbildung.bayern.de

www.familienbildung-by.de

www.familienhandbuch.de

www.familienstuetzpunkte.bayern.de

www.koki.bayern.de

www.schwanger-in-bayern.de

www.stmas.bayern.de

www.zbfs.bayern.de

Federal seviyede:

www.bzga.de

www.familien-wegweiser.de

Dilsel uyarı

Küçük çocuklar, doğdukları andan itibaren onlarla konuşan insanlara ihtiyaç duyar.

- Çocuğunuza şarkılar söyleyin ve ona, o anda neler yaptıklarınızı anlatın. Ona hikayeler anlatın ve onunla resimli kitaplara bakın.
- Her ebeveyn için geçerlidir: Çocuğunuz ile kendi dilinizde konuşun. Ebeveynlerin dili, çocuğunuzun ileride farklı diller öğrenmesinin temelidir.
- Ebeveynler iki farklı dil konuşuyor ise, her ikisinin de çocukla kendi dilinde konuşması gerekir.



Medya'nın dikkatli kullanımı

Küçük çocuklar daima ebeveynlerinin tam dikkatlerine ihtiyaç duyarlar.

- Çocuğunuz ile birlikteyken medya aracı kullanımına bir ara verin. Televizyonu kapatın ve dizüstü bilgisayarını, cep telefonu vs. gibi medya araçlarını ortadan kaldırın.

- Üç yaşından küçük çocuklar medya araçlarıyla meşgul olmamalıdır. Bu durum onları bunaltabilir ve huzursuz edebilir.
- medya araçları ile büyümeyen çocuk hiçbir şey kaçırmaz, tam aksine: Çocuğunuzun öğrenmek için insanlar ile doğrudan temasa, çok hareketliliğe ve oyun oynamak için zamana ihtiyacı vardır.



Çok sabırlı olmak

Küçük çocuklara karşı çok sabırlı olmak gerekir; onların, yüklerini kendi kendilerine hafifletmeyi bilen ebeveynlere ihtiyaçları vardır.

- Ebeveynler bazen çocuklarının bakımında sınırlarını zorladıkları bir noktaya gelirler ve içlerinden onu dövmek ya da tutup sarsmak gelir. FAKAT: Bu çok tehlikelidir; çocuğunuza asla vurmayın ya da onu tutup sarsmayın.
- Çocuğunuz sizi umutsuzluk durumuna getirip delirtiyor ise bir mola verin. Ço-

cuğunuzun güvenli bir ortamda olduğundan emin olun ve sakinleşmeye çalışın.

- Sınırlarınıza çok sık geldiğinizin farkındaysanız, daima uygulayabileceğiniz bir rahatlama yöntemi bulmanız çok önemlidir.



HIZLI YARDIM VE DANIŞMANLIK HİZMETİ:

Ücretsiz veli telefonu

0800 – 1110550

Pzt – Cu saat 9.00 – 11.00 arası

Sa/Pe saat 17.00 – 19.00 arası

Veliler için online

danışmanlık hizmeti

www.bke-elternberatung.de

Tanıdık ve özenli bakım

Küçük çocukların aile dışından gelen uyarıma ve güvenilir insanlara da ihtiyaçları vardır.

- Çocuğunuza akrabalarınızın, çocuk bakıcılarının ya da bakım merkezlerinin bakması da onlar için bir zenginliktir. Bu ek bakımın güvenilir olmasına ve sürekli değişmemesine dikkat edin.
- Cocuğunuzun yeni bakıcıyı tanınması ve ona güvenebilmesi için zamana ihtiyacı vardır. Bu nedenle alıştırma süresinin yavaş ve dikkatli yapılması çok önemlidir.
- Çocuğunuzun bakıcısı ile sürekli olarak bilgi alış verişinde bulunun.



Sipariş imkanları: www.familienbildung.bayern.de

„İlişkiler sayesinde güçlü olmak“, Elternbildung CH ile Jacobs Foundation' un ortak projesidir.

www.zukunftsmministerium.bayern.de



Dem Bayerischen Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration wurde durch die berufundfamilie gemeinnützige GmbH die erfolgreiche Durchführung des audits berufundfamilie® bescheinigt:
www.beruf-und-familie.de.



Wollen Sie mehr über die Arbeit der Bayerischen Staatsregierung erfahren? BAYERN DIREKT ist Ihr direkter Draht zur Bayerischen Staatsregierung. Unter Telefon 089 122220 oder per E-Mail unter direkt@bayern.de erhalten Sie Informationsmaterial und Broschüren, Auskunft zu aktuellen Themen und Internetquellen sowie Hinweise zu Behörden, zuständigen Stellen und Ansprechpartnern bei der Bayerischen Staatsregierung.



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Winzererstr. 9, 80797 München
E-Mail: oeffentlichkeitsarbeit@stmas.bayern.de
Idee und Gesamtkonzept: Elternbildung CH, Zürich, 2014 Maya Mulle
Konzept und Text: Katharina Wehrli
Illustrationen: Jörg Saupe
Mitglieder der Expertengruppe: Irma Bachmann, Dr. Julia Berkic,
Marlies Bieri, Sabine Brunner, Viviane Fenter, Marianne Kunz,
Gabriela Leuthard, Elisabeth Schneider, Dr. Dieter Schürch,
Susanne Stefanoni, Urs Ziegler
Übersetzung: Interserv AG
Gestaltung: trio-group münchen
Druck: Druckerei Schmerbeck GmbH
Gedruckt auf umweltzertifiziertem Papier
(FSC, PEFC oder vergleichbares Zertifikat)
Stand: Dezember 2016
Artikelnummer: 1001 0549, Sprache: Türkisch
Bürgerbüro: Tel.: 089 1261-1660, Fax: 089 1261-1470
Mo. bis Fr. 9.30 bis 11.30 Uhr, Mo. bis Do. 13.30 bis 15.00 Uhr
E-Mail: Buengerbuero@stmas.bayern.de

Hinweis: Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Bayerischen Staatsregierung herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch von Wahlwerbern oder Wahlhelfern im Zeitraum von fünf Monaten vor einer Wahl zum Zwecke der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Landtags-, Bundestags-, Kommunal- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien, sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Staatsregierung zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.