

**Birer Helikopter Anne-Baba mıyız?**

Helikopter anne babalık 1990’larda dilimize girmiştir. Anne babaların, yorulmak bilmeden çocuklarının tüm gereksinimlerini, kendilerine ihtiyaç duysun duymasın, sınırlarına girmek dahiliyle fazlasıyla karşılamak anlamına gelmektedir.

Helikopter anne babalar; çocuklarını daha kucaklarına almadan onlar için en iyi şartları oluşturma çabalarına başlarlar. Bebek her ağladığında mama verme ve kucağına alma, acıkmadan yedirme, üşümeden giydirme, koşarken düşer diye çocuğu tutma, ödevlerini öğretmenden öğrenme, gerekirse sınıfa girip onlar için not alma, ödevleri yapma, çocuğu yedirme, giydirme, hangi aktiviteyi yapacağına, kiminle arkadaş olacağına karar verme, herhangi bir sorunu daha sorun çıkmadan önleme vb. Çocuklar bu tutumlar karşısında ihtiyaçlarını tanıyamaz ve problemlerini çözemez hale gelir. Bu durum çocukluk döneminden yetişkinlik dönemine doğru bu şekilde sürer gider.

**Peki ya helikopter ebeveynlerin çocukları?**

Bu çocuklar, aslında çocuk merkezli yetiştikleri için evde kendilerini otorite olarak görmektedirler. Her istediğine ulaşan, ulaşamadığında bu isteğe ulaşmak adına tipik davranış döngüleri geliştirmekte, ağlama ve sinir krizleri sergilemektedirler. Evde bu denli açık ve baskın çocuk, dış dünyada da bu davranışlarını sergileyebilir ya da tam tersi desteğe ihtiyaç duyup hemen bir yetişkin arayışına girebilir. Kendi isteklerini dile getiremez ve içe kapanır. Hangi uçta yer alırsa alsın yaşının özgürlüğü verilmeyen çocuklar, kendi benliğini ortaya koymak adına daha keskin çıkışlar yapar. Çocuk ebeveynlere hem öfke duymakta hem de bir o kadar bağımlı hale gelmektedir.

**Çocuklarımızın hayat boyu yanlarında olamayız!**

Hayatın zorluklarıyla, kurallarıyla karşılaşan çocuk, kendini reddedilmiş ve engellenmiş hisseder, bu da çocuğun benlik algısının olumsuz şekillenmesine neden olur. Olumsuz bir benlik algısına sahip çocuklar toplum içinde yer alacak güveni kendilerinde göremez ve içe kapanma yaşarlar.

* Bu nedenle çocuklarımızın kendi potansiyellerini keşfetmeleri için özgür bırakalım.
* Onları kendi sınırları, potansiyelleri ile kabul edelim.
* Yaşlarının özgürlüğünü onlara verelim.
* Gerekli sınırları gösterip bir adım geride duralım.
* Hata yapmalarına, düşmelerine izin verelim.
* Bizden yardım istemelerine de fırsat verelim.
* Bizden yardım istediklerinde hemen çözümü sunmak yerine o neler yapabilir üzerine konuşarak çocuğun problem çözme becerilerini destekleyelim.

***“ANNE BABALARIN SORUMLULUĞU ÇOCUKLARINA BİR YOL ÇİZMEK DEĞİL, BİR YOL HARITASI VERMEKTİR” JACKSON BROWN***

***Bu ayın okuma önerileri:***

1. Duygularıyla arkadaş olan çocuk- Dr. Lauren Rubenstein/ Okuyan Koala Yayınları
2. Uyumak istemeyen tavşan- Carl-Johan Forssén Ehrlin/ Okuyan Koala Yayınları
3. Pupa’nın Paltosu- Elena Ferrandiz/ Yapı Kredi Yayınları

Uzm. Psk. Sevgi MESTCİ

**ESKÜLAP PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK MERKEZİ**

[eskulapdanismanlik@gmail.com](mailto:eskulapdanismanlik@gmail.com)

[www.eskulapdanismanlik.com](http://www.eskulapdanismanlik.com)

Facebook: Eskülap Danışmanlık

TEL: **0 232 4899958/ 0 5067811756**

1401 Sokak, No: 9

Alsancak/İzmir