

Elternbriefe

Für türkische Familien



Inhalt

Seite

1	ELTERN SEIN IN DER FREMDE <i>Jeder Neubeginn ist eine Chance</i>		4
2	ERZIEHUNGSMODELLE <i>„Wer die Wahl hat, hat die Qual“</i>		6
3	KULTUR <i>"Meine Kultur, deine Kultur, gemeinsame Kultur ..."</i>		8
4	MÄNNER- UND FRAUENROLLE <i>Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile</i>		10
5	SPRACHENTWICKLUNG <i>„Eine Sprache, ein Mensch. Zwei Sprachen, zwei Menschen.“</i>		12
6	FÄHIGKEITEN FÖRDERN <i>„Der Baum biegt sich in jungen Jahren“</i>		14
7	KINDERGARTEN – VORBEREITUNG UND BEGLEITUNG <i>Alle meine Entlein</i>		16
8	SPIELEN <i>Ein Auto ist ein Handy ist ein Flugzeug ...</i>		18
9	VORBEREITUNG AUF DIE SCHULE <i>Damit der Einstieg klappt</i>		20
10	PSYCHOLOGISCHE TESTS <i>Detektive für den Kopf</i>		22
11	ENTWICKLUNGSSTÖRUNGEN <i>Ist unser Kind hyperaktiv?</i>		24
12	KINDER MIT BESONDEREN BEDÜRFNISSEN <i>Gut Ding braucht Weile</i>		26
13	PUBERTÄT <i>„Raue Schale, weicher Kern“</i>		28
14	GENERATIONSKONFLIKTE <i>„Wenn das Alte so wertvoll gewesen wäre, hätte der Himmel über dem Flohmarkt geleuchtet.“</i>		30
15	GEWALT IN DER FAMILIE <i>Gewalt ist nie Privatsache</i>		32
16	BERATUNG UND THERAPIE <i>Geteiltes Leid ist halbes Leid</i>		34
17	KINDERRECHTE <i>Kinderrechte: Schutz, Versorgung, eigene Meinung</i>		36
18	WENN ELTERN SICH TRENNEN <i>Ohne Ende kein Anfang</i>		38
19	ALLEINERZIEHEND <i>Es ist noch nicht aller Tage Abend</i>		40
20	PATCHWORKFAMILIE <i>Wer die Rose liebt, nimmt die Dornen in Kauf</i>		42



Liebe Mutter, lieber Vater!

Unabhängig davon, ob Sie erst kurz in Österreich sind oder schon mehrere Jahre: Wenn Sie Kinder haben, tauchen immer wieder neue Fragen auf. Wo finden Sie einen Kindergartenplatz oder die passende Schule? Welche Dokumente sind wofür notwendig? Wie sind die mitgebrachte Kultur und die Werte der neuen Heimat vereinbar?

So wie in jeder Familie kommen sicher auch bei Ihnen im täglichen Zusammenleben mit Ihren Kindern kleinere oder größere Probleme vor. Oft können einfache Antworten oder nur das Wissen, dass es anderen Eltern genauso geht, weiterhelfen.

Über die „Elternbriefe“ will Sie das Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend in Ihrer Verantwortung als Eltern gezielt unterstützen und beraten. Die Broschüre kann zwar gute Freunde, liebe Verwandte, ein tragfähiges Netzwerk und Beratungsstellen nicht ersetzen, aber durch wertvolle Tipps ergänzen.

Zusätzliche Informationen finden Sie auf der Webseite www.eltern-bildung.at. Denn informierte Eltern haben's leichter!

Alles Gute für Sie und Ihre Familie wünscht


Dr. Reinhold Mitterlehner
Bundesminister für Wirtschaft,
Familie und Jugend

www.eltern-bildung.at



Jeder Neubeginn ist eine Chance

Wo immer Sie hinschauen, scheinen nach Ihrer Ankunft in Österreich neue Fragen und Probleme aufzutauchen.

Doch es gibt ebenso viele Antworten und Lösungen! Beratungsstellen, aber auch Nachbarn und Familien, die schon länger hier sind, kennen sich aus und helfen Ihnen weiter.

„Als meine Frau und ich uns entschieden haben, nach Österreich zu gehen, haben wir nicht lange darüber nachgedacht, wie das für unsere Familie und unsere Kinder sein würde. Mein Bruder war schon länger in Deutschland, und nach seinen Erzählungen dachten wir: Probieren wir es einfach. Das Leben wird besser sein, es gibt gute Schulen für die Kinder, wir werden Geld verdienen und eine bessere Zukunft haben. Natürlich ist es nicht leicht, die Heimat zu verlassen. Aber was es wirklich bedeutet, haben wir nicht bedacht“.

So oder ähnlich klingen die Geschichten von Familien, die ausgewandert sind.

Es bleibt oft keine Zeit, vorher zu überlegen, welche Veränderungen und Herausforderungen auf die Familie warten. Und dann kommt man an – und ist erst einmal völlig überfordert. Der Alltag ist anders als gewohnt. Informationen fehlen, und es ist nicht klar, wo man sie bekommt.

Jedes Familienmitglied reagiert anders auf diese Krise. Sich in der neuen Umgebung zurecht finden, die fremde Sprache lernen, die gesellschaftlichen Regeln verstehen, und

dabei auch noch auf sich selbst achten: manche schaffen das schneller, andere langsamer.

Zudem werden die mitgebrachten kulturellen, sozialen, religiösen und familiären Werte und Normen auf ihren Nutzen überprüft. Dabei kann es sein, dass die einzelnen Familienmitglieder diese Werte und Normen auf unterschiedliche Weise in ihr aktuelles Leben integrieren, sie verändern, verwerfen oder gar durch neue Werte ersetzen. Je offener und ehrlicher dieser Vorgang innerhalb der Familie besprochen wird, desto schneller werden die einzelnen Familienmitglieder sich im neuen Umfeld sicher fühlen.

Ganz besonders gefordert sind Sie in dieser Situation, wenn Sie Kinder haben. Sie selbst müssen sich erst orientieren, und wollen gleichzeitig verlässliche Eltern bleiben. Vielleicht ist alles anders, als Sie es sich vorgestellt haben, doch Sie möchten die Kinder nicht mit Ihrer Enttäuschung entmutigen. Dazu kommen unzählige Fragen: Wie finden Sie einen Kindergartenplatz oder die passende Schule? Wie helfen Sie den Kindern beim Einstieg, wo lassen sich neue Freundschaften schließen?

„Ich war überfordert mit Deutsch lernen, Wohnung suchen, eine Arbeit finden und Behördenwege erledigen, dass ich dabei fast auf die Kinder vergessen habe. Ich war so mit meinen eigenen Problemen beschäftigt, dass ich für die Sorgen und Ängste und auch den Trennungsschmerz meiner Tochter von ihrer heißgeliebten Oma keine Zeit hatte. Ich hatte immer mehr das Gefühl, dass ich als Mutter unfähig war. Ich war wie gelähmt. Erst als ich eine Nachbarin näher kennen lernte und mich ein bisschen sicherer fühlte, wurde es besser.“ Aynur hat gelernt, dass das Ankommen in Österreich Zeit und Geduld braucht. Sie geht zu einer Beratungsstelle, wo sie über alle Probleme vertraulich sprechen kann: „Das hat mir sehr geholfen. Die Beraterin hat sich für meine Geschichte interes-

siert. Ich konnte das erste Mal über meinen Abschiedsschmerz, meine Ängste und Wünsche reden. Das hat mir gut getan. Ich habe mich so entlastet gefühlt, dass ich wieder Kraft und neue Hoffnung bekommen habe.“

Über seine Ängste und Wünsche reden können... das ist ein wichtiger Schritt, um sich zu Hause zu fühlen. Denn es bedeutet, dass Sie Menschen haben, denen Sie vertrauen. Von denen Sie Rat annehmen und Informationen bekommen. Machen Sie sich auf die Suche nach solchen Menschen – Sie werden erstaunt sein, wie viele es gibt. Nachbarn, früher zugewanderte Verwandte und Beratungsstellen sind wie erfahrene Reiseleiter. Sie wollen Ihnen helfen, sich in neuem Gelände schnell zurechtzufinden. •

Tipps für Eltern

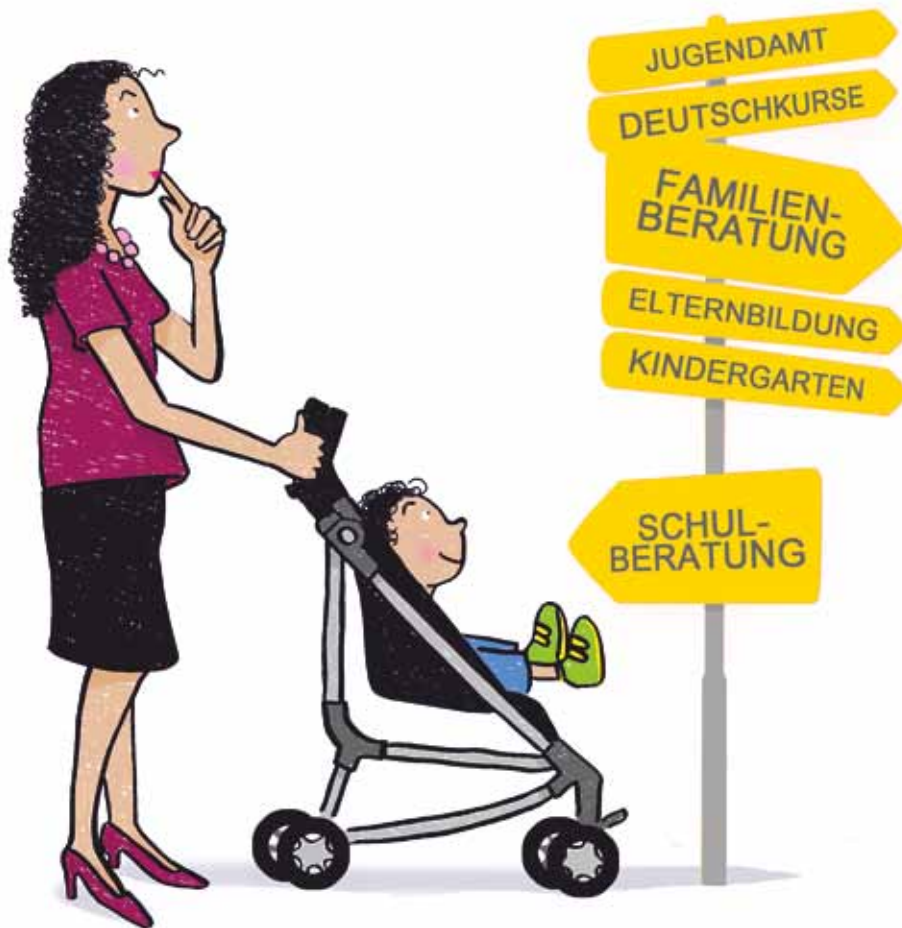
- Informieren Sie sich über das Schulsystem und andere wichtige Einrichtungen der Gemeinde oder Stadt, in der Sie leben.
- Besuchen Sie eine Beratungsstelle.
- Eltern müssen nicht alles wissen. Eltern, die lernen und neugierig auf neue Erfahrungen sind, geben ihren Kindern ein gutes Beispiel.
- Trotz aller Belastungen am Anfang des neuen Lebens in der Fremde: Geben Sie Ihren Kindern Geborgenheit und Vertrauen. Trost und Mitgefühl brauchen gar nicht viele Worte. Eine Umarmung bedeutet: „Gemeinsam schaffen wir das.“
- Ermutigen Sie die Kinder, ihre neue Umwelt zu erforschen und neue Freundschaften zu schließen.
- Fördern und unterstützen Sie Ihre Kinder bei der Eingewöhnung und loben Sie Fortschritte und Lernerfolge.
- Übertragen Sie ihnen jedoch nur Aufgaben, die ihrem Alter entsprechen.
- Tauschen Sie sich innerhalb der Familie möglichst oft über neue Erfahrungen und Erlebnisse aus. Sprechen Sie über Schönes und über Ärgerliches.

MEHR ZUM THEMA

PAPA, WAS IST EIN FREMDER?

Gespräch mit meiner Tochter
von Ben Jelloun Tahar
rororo





„Wer die Wahl hat, hat die Qual“

In Österreich gibt es mehrere Ämter und Einrichtungen, die Sie bei der Erziehung und Betreuung Ihrer Kinder unterstützen. Lesen Sie hier, wofür zum Beispiel Jugendamt oder Familienberatungsstellen zuständig sind.

Als ihr Mann von der Arbeit nach Hause kommt, sitzt Nesrin vor einem Stapel Broschüren und Informationsblättern. Manche auf Türkisch, andere auf Deutsch. Auf vielen sind fröhliche Kinder abgebildet. Nesrin erzählt: „Ich war heute bei einer Beratungsstelle für Migrantenfamilien. Jetzt weiß ich, welche Dokumente wir für die Kinder noch brauchen. Hilfst du mir, die übrigen Informationen zu lesen? Da steht alles drinnen: Über Schulen, Ärzte, Sport, Förderungen, und so weiter.“

Eltern, die erst kurze Zeit in Österreich sind, werden gleich von Anfang an gefordert. Die Kinder müssen eingeschult werden, für die Kleineren muss ein Kindergartenplatz gefunden werden. Fragen wie „Wo und wann melde ich mein Kind an?“, „Gibt es eine Nachmittagsbetreuung?“, „Wo kann ich meine Kinder zur sinnvollen Freizeitgestaltung hinschicken?“ wollen beantwortet werden.

Vielleicht bemerken Sie auch, dass die Vorstellungen von „richtiger“ Kindererziehung nicht in jedem Land gleich sind. Es ist wichtig, dass Sie sich mit den Unterschieden beschäftigen – denn Ihre Kinder werden im Alltag ständig damit umgehen müssen. Ziehen Sie sich deshalb nicht zurück, sondern nehmen Sie die Herausforderung an. Im Gespräch mit Verwandten oder Bekannten, die schon länger hier sind, bekommen Sie viele Informationen. Reden Sie mit anderen Eltern, aber auch mit Lehrerinnen und Lehrern, Kindergärtnerinnen und Kindergärtnern. Sprechen Sie alles an, was Ihnen wichtig ist.

Darüber hinaus gibt es einige Einrichtungen, die Sie – auch in Ihrer Muttersprache – in allen Dingen unterstützen, die Kinder und Erziehung betreffen. •

FAMILIENBERATUNGSSTELLEN

In Österreich gibt es etwa 400 Familienberatungsstellen mit unterschiedlichem Angebot.

Schwerpunkte sind:

- Beratung in allen familiären Angelegenheiten (z.B. Partnerschaft, Erziehung)
- juristische Beratung (z.B. für alleinstehende Mütter und Väter)
- psychologische Beratung (z.B. bei ungewollter Schwangerschaft)
- Gesundheitsberatung

Auch alle anderen Probleme können hier angesprochen werden. Alle Beraterinnen und Berater sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. In vielen Beratungsstellen wird auch Beratung auf Türkisch angeboten. Die Beratungsangebote sind kostenlos.

Die Familienberatungsstelle in Ihrer Nähe finden Sie auf:

www.familienberatung.gv.at

Oder rufen Sie die Hotline unter **0800 240 262** an (anonym und gebührenfrei).

Beratungsstellen speziell für Migrantinnen und Migrantinnen:

Maiz - Autonomes Zentrum von & für Migrantinnen (Linz)

Tel.: 0732 77 60 70

www.maiz.at

Verein Miteinander Lernen (Wien)

Tel.: 01 493 16 08

www.miteinlernen.at

Verein LEFÖ (Wien)

Tel.: 01 5811881

www.lefoe.at

Caritas-MigrantInnenzentrum (Wien)

Tel.: 01 310 98 08

Caritas-MigrantInnenberatung (Korneuburg)

Tel.: 02262 62355

www.caritas-wien.at

Frauenberatung Belladonna (Klagenfurt)

Tel.: 0463 51 12 48

www.frauenberatung-belladonna.sid.at

Verein Zebra (Graz)

Tel.: 0316 83 56 30 14

www.zebra.or.at

SCHULBERATUNGSSTELLEN

Informationen über das österreichische Schulsystem sind besonders wichtig. Schnell ist eine Frist versäumt oder es gibt keinen freien Platz mehr in der gewünschten Schule.

Die Schultypen (etwa Volksschule, Hauptschule, kooperative Mittelschule, AHS, oder sonderpädagogisches Zentrum) und Anforderungen an die Kinder sind sehr unterschiedlich. Dafür gibt es spezielle Beratungsstellen.

Auch bei Konflikten in der Schule, sei es unter den Kindern oder mit Lehrerinnen und Lehrern, können Sie sich an die Beratungsstellen wenden. In vielen Fällen wird Beratung nicht nur auf Deutsch, sondern auch in anderen Sprachen angeboten.

Auch bei folgenden Fragen können Ihnen die Schulberatungsstellen weiterhelfen:

- Wo bekomme ich eine Lernunterstützung für mein Kind?
- Welche Schule ist für mein Kind geeignet?
- Warum wird mein Kind getestet? (siehe auch Kapitel 10)
- Warum soll mein Kind in eine Sonderschule geschickt werden?

Schulberatungsstellen für Migrantinnen und Migrantinnen gibt es beim Stadtschulrat für Wien und bei allen Landesschulräten in den Bundesländern:

www.landesschulrat.at

JUGENDAMT

Eine weitere hilfreiche Einrichtung sind die Jugendämter/Jugendwohlfahrtsträger. Die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter helfen dort Kindern und Jugendlichen bis zur Volljährigkeit.

Wenn es notwendig ist, dürfen sie Kinder vorübergehend aus der Familie holen und bei Pflegeeltern oder in einem Krisenzentrum unterbringen, etwa bei Fällen von häuslicher Gewalt. Dies ist aber nur das letzte Mittel. Zuerst wird versucht, gemeinsam mit den Eltern eine Lösung zu finden.

Wenden Sie sich als Eltern selbst ans Jugendamt, wenn:

- Sie Fragen zu Unterhalt für Kinder, Obsorge oder Besuchsrecht haben,
- Sie Hilfe bei Erziehungsproblemen suchen,
- Ihr Kind psychologische oder therapeutische Unterstützung braucht,
- Sie beobachten, dass ein fremdes Kind zu Hause nicht gut versorgt wird.

Das Jugendamt ist in Städten beim Magistrat (in Wien: Amt für Jugend und Familie), sonst bei der Bezirkshauptmannschaft eingerichtet. In einigen Jugendämtern gibt es Dolmetscher.



„Meine Kultur, deine Kultur, gemeinsame Kultur...“

In Österreich gibt es mehrere Ämter und Einrichtungen, die Sie bei der Erziehung und Betreuung Ihrer Kinder unterstützen. Lesen Sie hier, wofür zum Beispiel Jugendamt oder Familienberatungsstellen zuständig sind.

„Ich habe Angst, dass meine Kinder unsere Kultur vergessen werden!“ Fatih vertraut sich seinem Cousin an. „Die Kultur meiner Heimat ist mir doch so wichtig.“

Was meint Fatih mit Kultur? Die Traditionen seines Herkunftslandes? Die alltäglichen Rituale seiner Familie? Oder Literatur, Musik und andere Werke von türkischen Künstlern?

Die UNESCO bietet eine Definition an: „Die Kultur kann (...) als die Gesamtheit der einzigartigen geistigen, materiellen, intellektuellen und emotionalen Aspekte angesehen werden, die eine Gesellschaft oder eine soziale Gruppe kennzeichnen. Dies schließt nicht nur Kunst und Literatur ein, sondern auch Lebensformen, die Grundrechte des Menschen, Wertesysteme, Traditionen und Glaubensrichtungen.“

Fatih ist seit einem Jahr in Österreich. Jetzt, wo Arbeit, Wohnung und Schule gefunden und die Anfangsschwierigkeiten überwunden sind, beschäftigt er sich stark mit den

kulturellen Unterschieden zwischen „Eigenem“ und „Anderem“. Auf Schritt und Tritt begegnen ihm Abweichungen. Manches gefällt ihm, manches nicht. Auch über das Wort „Integration“ diskutiert Fatih häufig mit seiner Frau: „Müssen wir alle unsere Werte über Bord werfen, damit wir hier anerkannt werden?“, hat er kürzlich gefragt.

Nein – und doch ist es eine tägliche Übung, das „gute Alte“ zu bewahren und mit dem guten Neuen zu ergänzen. Dazu brauchen Sie Neugier, Offenheit und Toleranz. (Die Sie dann auch von anderen erwarten dürfen.)

Übersehen Sie nicht: Auch in Ihrer alten Heimat bleibt nicht alles für immer so, wie es war. Mit Veränderungen müssten Sie dort auch umgehen!

Wenn Sie also die kulturellen Eigenheiten Ihrer neuen Heimat entdecken und annehmen, verlieren Sie nichts, sondern gewinnen etwas dazu. •

KULTURELLE IDENTITÄT

Jeder Mensch entwickelt ein kulturelles Zugehörigkeitsgefühl zu einer (Teil-)Gesellschaft und passt es immer wieder seinen aktuellen Lebens- und Umweltbedingungen an. Das bedeutet, er fühlt sich immer einer bestimmten Gruppe oder Gesellschaft am nächsten. Und unterscheidet sich dabei bewusst von anderen Gruppen – etwa durch Sprache, Religion, Werte oder Sitten. Dabei bietet das „Eigene“ Sicherheit, Stärke und Geborgenheit, während das „Andere“ Verunsicherung und Angst auslösen kann.

Menschen mit Migrationshintergrund beschäftigt die Frage der Kulturzugehörigkeit besonders stark. Häufig sehen sie dabei eher den Verlust als den Gewinn. Dabei geht es auch um die Frage der Integration: Wie weit kann die Familie die mitgebrachten kulturellen Normen und Werte in Österreich leben? Welche Vorstellungen entwickeln Kinder, die hier geboren werden und aufwachsen? Von welchen Traditionen muss sich die Familie verabschieden? Welche Werte und Normen der neuen Heimat gefallen ihr so gut, dass sie sie annehmen möchte?

Die Antworten auf diese Fragen bestimmen die kulturelle Identität und entscheiden darüber, ob man sich in der aktuellen Lebensumgebung mit seinen Einstellungen respektiert fühlt.

Kulturelle Identität verändert sich ein Leben lang. Das gute Alte bewahren und mit dem guten Neuen ergänzen: das ist tägliche Übung in einer vernetzten, globalisierten Welt.

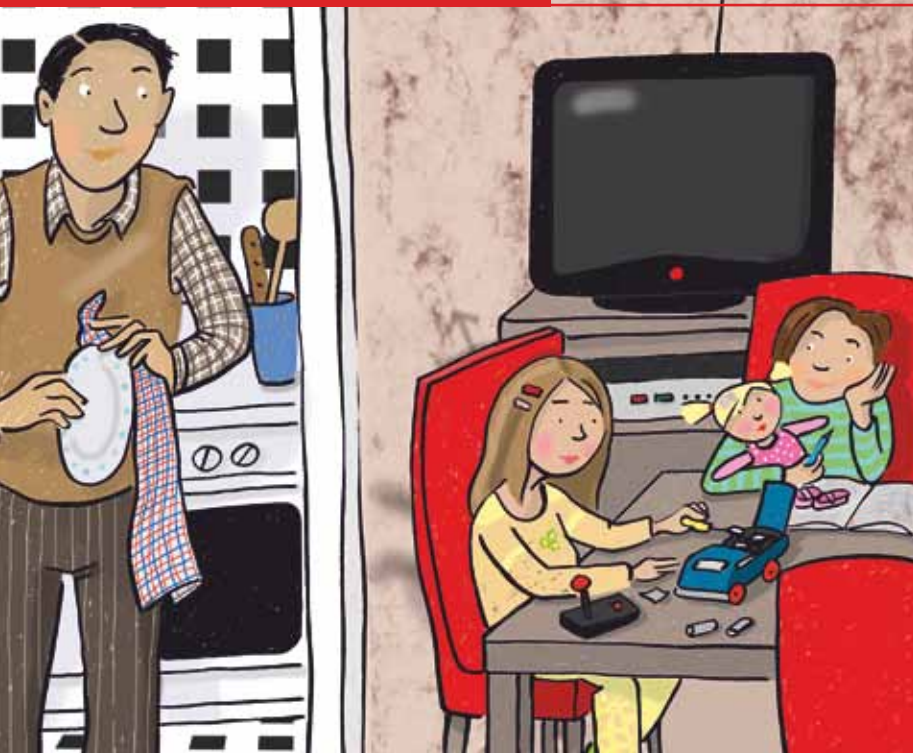
Tipps für Eltern

- Kinder sind von Natur aus neugierig. Geben Sie ihnen die Informationen, die sie brauchen, um eine bestimmte Tradition verstehen und nachvollziehen zu können.
- Erklären Sie, warum die Einhaltung einer bestimmten kulturellen Regel Ihnen wichtig ist.
- Es ist ein Zeichen gesunder Entwicklung, wenn Kinder mit Ideen experimentieren und manchmal auch falsche Entscheidungen treffen. Wichtig ist, dass Sie Ihre Kinder ermutigen, darüber zu sprechen und sich mit Ihnen auszutauschen.
- Erzählen Sie von Ihren eigenen kulturellen Wurzeln und hören Sie Ihren Kindern zu, wenn sie von neuen Eindrücken und Erfahrungen aus dem Kreis der Gleichaltrigen erzählen.
- Traditionen und Rituale, deren Bedeutung nicht gekannt und weiter gegeben wird, verlieren mit der Zeit ihre Kraft. Geben Sie Ihr Wissen deshalb an Ihre Kinder weiter.
- Es macht Spaß, ein eigenes Familienritual zu entwickeln – z.B. jeden Sonntag ein großes Familienfrühstück zu organisieren oder einmal im Monat mit den Kindern einen Ausflug zu unternehmen, um die weitere Wohnumgebung zu erkunden.

WERTE

Werte sind Vorstellungen, die uns Orientierung im Leben geben. Sie helfen uns, uns zu entscheiden – im Kleinen wie im Großen. Um mit Ihren Kindern über Werte zu diskutieren, sollten Sie Klarheit haben, was Ihnen persönlich wichtig ist. Denken Sie wieder einmal über Ihre Werte nach, bieten Sie diese im Gespräch an und seien Sie zur Auseinandersetzung bereit. Stehen Sie zu Ihrer Überzeugung, genau das braucht Ihr Kind, es sucht Ihre Standfestigkeit. Sagen Sie aber auch, andere Menschen denken anders.

Was wollen Sie Ihrem Kind mitgeben – und woran kann es das erkennen? Ein Beispiel: Sie wünschen sich, dass Ihr Sohn, Ihre Tochter einen Beruf lernt und ausübt, der ihm/ihr Freude macht. Sie selbst jammern jedoch über Ihren Job (ohne sich um eine Verbesserung zu bemühen) und sehnen am Montag schon lautstark den Freitag herbei.



Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile

Die Familie ist ein Ganzes, ihre Mitglieder ergänzen einander. Die Rollen sollten dabei nicht durch das Geschlecht eingeschränkt werden. Ein Bub kann sein Bett selber machen und ein Mädchen kann einen Nagel einschlagen!

Nurcan erinnert sich noch gut daran, mit welcher Vorfreude und Aufregung sie nach Wien zu ihrem Ali kam, der aus demselben Dorf wie sie stammt. Sie träumte davon, hier in ihrer neuen Heimat eine gute Ehefrau, Mutter und Hausfrau zu werden.

Nach einem schweren Arbeitsunfall wird Ali jedoch arbeitslos und ihre Träume zerplatzen.

Nurcan beginnt auf Vermittlung einer Nachbarin, als Putzfrau zu arbeiten. Durch die harten Arbeitsbedingungen und die zusätzliche Belastung als Hausfrau fühlt sie sich zusehends überfordert. Sie reagiert gereizt und hat Gefühlsausbrüche. Sie regt sich wegen jeder Kleinigkeit auf und merkt dabei, dass ihr Mann immer stiller wird und sich langsam zurückzieht. Sie reden immer weniger miteinander und beide beginnen sich einsam zu fühlen. Das Thema Geld löst immer häufiger Konflikte aus.

Wie kann man Nurcan und Ali helfen? Es sieht so aus, als hätte Ali dadurch, dass seine Frau arbeiten geht während er keinen Job findet, sein Selbstvertrauen verloren. Gleichzeitig ist Nurcan durch die Mehrfachbelastung überfordert. Auf beiden Seiten gibt es Verunsicherung und Unruhe. Die erwartete und geplante Rollenverteilung zwischen Mann und Frau ist durcheinander geraten. Ali und Nurcan leben nicht das Leben, das sie sich so schön ausgemalt hatten.

Es ist wichtig, auf die neuen Anforderungen zu reagieren. Im Leben ist niemals alles vorhersehbar und planbar. Ali und Nurcan müssen die Arbeitsteilung besprechen und die Verantwortung neu verteilen. Auch wenn das nicht zu dem traditionellen Rollenbild in ihren Köpfen passt: Die Situation macht es notwendig, dass – im Moment – die Frau für das Familieneinkommen sorgt, und der Mann für den häuslichen Bereich zuständig ist. Das offen auszusprechen und umzusetzen, ist ein Zeichen von Verantwortlichkeit und Reife!

Hätten Nurcan und Ali Kinder, wären sie außerdem ein wichtiges Vorbild. Dafür, dass das Leben in der Familie auch nach einem Schicksalsschlag gelingen kann.

Dabei braucht es gar keinen Einschnitt wie Alis Unfall. Auch bei Ihnen zu Hause kann der Vater, der gerne kocht, die Küchenarbeit übernehmen. Der Sohn kann seine Hosen selber bügeln und die Tochter ihr Zimmer selbst aufräumen. Vielleicht bewährt es sich bei Ihnen, dass die Mutter das Haushaltsbudget verwaltet und die Geldgeschäfte erledigt.

Ihre Familie ist so stark wie alle Mitglieder zusammen. Gegenseitige Unterstützung und Solidarität sollten die Grundlage sein. •

Einfach

zum Nachdenken

Zu welchen Personen passen diese Sätze? Ist das gut so?

... schmückt sich gerne

... ist schutzbedürftig, gefühlsbetont und aufopfernd

... spielt mit Puppen

... muss bei der Hausarbeit helfen

Die Frau ...

... spielt mit Autos

Der Sohn ...

Der Mann ...

... versorgt die Familie

Die Tochter ...

... nimmt die Außenkontakte wahr

... ist mutig und sexuell aktiv (untreu?)

... gebärt und ernährt

*... regelt die sozialen
Beziehungen der Familie*

... ist der Familienvorstand

... muss im Haushalt nicht mithelfen

... weint nicht



"Eine Sprache – ein Mensch, zwei Sprachen – zwei Menschen"

Ermöglichen Sie Ihren Kindern, sowohl Türkisch als auch Deutsch zu lernen und zu sprechen. Zeigen Sie Ihre Wertschätzung für beide Sprachen, indem Sie die Kinder beim Spracherwerb mit Spielen und anderen Medien unterstützen.

Das Gehirn des Menschen sucht nach Regelmäßigkeit und Ordnung. Darauf beruht auch das Sprechenlernen. Ein Baby hat das Bedürfnis, Ordnung in die Sprache zu bringen, von der es umgeben ist. In vielen Wiederholungen erkennt es langsam die Regeln der Sprache. In den ersten sechs Monaten sind Wörter und Sätze für Ihr Baby ohne inhaltliche Bedeutung. Es erfasst aber je nach Stimmlage und Sprachmelodie die gefühlsmäßige Botschaft. Mit sechs Monaten erkennt es, dass Namen mit Personen in Verbindung stehen. Danach ordnet es Wörter vertrauten Gegenständen und Ereignissen zu. Es dauert aber noch Wochen oder Monate, bis es die Worte sagen kann.

Wann es das erste Wort spricht, entscheidet Ihr Baby selbst. Die Hälfte der Kinder ist mit einem Jahr so weit, einige erst mit 20 Monaten.

Der Wortschatz wächst in Schüben. Wenn er 20 bis 50 Wörter umfasst (irgendwann zwischen 15 und 40 Monaten), kommen

Zwei-Wort-Sätze. Nun kann das Kind auch von Handlungen und abwesenden Dingen erzählen, sowie Wünsche und Absichten äußern.

Im dritten Jahr nimmt die räumliche Orientierung zu. Das Kind bekommt auch eine Vorstellung von Mengen, Farben und Zusammenhängen. Es fragt „Warum?“ und meint oft „Wozu?“. Gegen Ende des dritten Lebensjahres sprechen die meisten Kinder in vollständigen, richtigen Sätzen. Kleine Ausspracheschwierigkeiten sind normal. Wenn Sie sich Sorgen machen, fragen Sie einen Kinderarzt, eine Kinderärztin oder einen Logopäden, eine Logopädin um Rat.

Eltern, die nach Österreich zugewandert sind und ihre Muttersprache/Erstsprache mitgebracht haben, stehen vor der Frage, wie sie mit der deutschen Sprache umgehen sollen. Als Sprache Ihrer neuen Heimat ist sie genauso wichtig wie die Erstsprache! Sie hilft bei der Neuorientierung und vor allem dabei, in der neuen Umgebung den Wünschen und Gefühlen Ausdruck und

Stimme zu verleihen. Ihre Kinder sollen erfolgreiche Erwachsene und integrierte Mitglieder dieser Gesellschaft werden. Eltern können dabei Vorbild sein, indem sie beiden Sprachen die gleiche Wertschätzung entgegenbringen und die Kinder dabei unterstützen, sich in beiden Sprachen zu Hause zu fühlen.

Wenn ein Baby auf die Welt kommt, kann es jede der etwa 6000 Sprachen der Welt lernen. Es kann alle Laute unterscheiden, die in irgendeiner dieser Sprachen vorkommen. Diese Fähigkeit verliert es mit etwa sechs Monaten. Ab dann übt es nur mehr die Laute, die es in seiner Umgebung hört. Trotzdem sind Kinder noch bis ins Schulalter hinein imstande, eine zweite oder dritte Sprache innerhalb von sechs bis zwölf Monaten grammatikalisch perfekt und akzentfrei zu erlernen.

Wenn das Kind in einem Land lebt, wo nicht die Erstsprache seiner Eltern gesprochen wird, sollte es trotzdem zuerst diese Sprache lernen. Deutsch sollte nach Möglichkeit von jemandem vermittelt werden, dessen Erstsprache es ist, zum Beispiel im Kindergarten.

Durch das Lernen der deutschen Sprache verlieren Ihre Kinder nicht ihre Muttersprache und Identität! Ein zweisprachiges Kind wird sowohl Türkisch als auch Deutsch sprechen, es wird in beiden Sprachen Bücher lesen und Filme ansehen. Lassen Sie Ihre Kinder Gedanken und Gefühle in beiden Sprachen auszudrücken. Dadurch steigen Selbstvertrauen und Selbstwert, die eine wichtige Brückenfunktion im Austausch der Kulturen haben.

Tipps für Eltern

- Sprechen Sie vom ersten Tag an mit Ihrem Baby. Plaudern Sie von Angesicht zu Angesicht, sodass das Baby Ihre Mundbewegungen beobachten kann.
- Sagen Sie dem Baby und Kleinkind, was Sie gerade tun. Benennen Sie Dinge und zeigen Sie drauf.
- Gebrauchen Sie Ihre Muttersprache (Erstsprache) aktiv. Sprechen Sie korrekt und flüssig.
- Sprechen Sie oft und ausgiebig mit ihrem Kind.
- Stellen Sie viele Fragen, die Ihr Kind beantworten kann.
- Geben Sie dem Kind Raum und Zeit für Erzählungen und ausführliche Beschreibungen.
- Korrigieren Sie Fehler nur, indem Sie einen Satz richtig wiederholen.
- Erklären Sie Ihrem Kind die Bedeutung von Zwei- oder Mehrsprachigkeit.
- Zeigen Sie dem Kind Ihre eigene Wertschätzung für verschiedene Sprachen und Kulturen.
- Lesen Sie Bücher und lesen Sie auch Ihren Kindern Bücher vor.
- Bauen Sie Reime und Liedchen in die alltäglichen Tätigkeiten ein.

Das sollte Ihr Kind bei Schulbeginn können...



- Alle Laute richtig bilden (Ausnahme: wenn die Schneidezähne fehlen)
- Fragen mit den Fragewörtern (Wozu, Warum, Wie, ...) formulieren
- Ganze Sätze mit 5 bis 8 Wörtern bilden
- Die Wörter in den Sätzen richtig anordnen
- Manchmal auch Nebensätze bilden
- Die Mehrzahl richtig bilden
- Über Vergangenes und Zukünftiges sprechen
- Auf Fragen selbstständig antworten
- Mit anderen Kindern kurze Gespräche führen und ihnen ein Spiel erklären
- Seine Meinung sagen und verhandeln





Der Baum biegt sich in jungen Jahren

„Je mehr ein Kind sieht und hört, desto mehr wird es sehen und hören wollen.“

(Jean Piaget)

Kinder werden mit bestimmten Fähigkeiten geboren. Weder die Kinder noch die Eltern sind sich anfangs dieser Fähigkeiten bewusst. Doch bald fängt Ihr Kind an, seine körperlichen Besonderheiten, Gefühle und Gedanken, Stärken, Schwächen und Begabungen zu entdecken. Damit es sich selbst kennenlernt und seiner Fähigkeiten bewusst wird, muss es verschiedene Anregungen erhalten. Etwa Spielsachen, die zur Kreativität anregen (Bausteine, Buntstifte, ...), kleine Herausforderungen im Alltag, und ehrliches konkretes Lob.

Gehirnzellen sind von Geburt an darauf ausgerichtet, zu lernen. Dabei vermehrt sich die Zahl der Verbindungen im Gehirn. Sobald ein Kind Gelegenheit findet, seine Fähigkeiten anzuwenden, werden diese Verbindungen gestärkt. Gleichzeitig gehen vorhandene und nicht genutzte Fähigkeiten langsam verloren.

Bemühungen, eine nicht vorhandene Fähigkeit beim Kind mit Zwang zu erschaffen, sind vergeblich: Manche Eltern möchten, dass die Kinder ihre eigenen Wünsche erfüllen und vielleicht die von ihnen verpassten Möglichkeiten nachholen. Ein Beispiel: Eine Mutter, die immer davon

geträumt hat, Klavier zu spielen, bringt ihre Tochter zum Klavierunterricht. Wenn dieses Mädchen keine Begabung zum Klavierspielen hat, wird es nach vielen Anstrengungen einige Stücke spielen können, es wird aber niemals eine gute Pianistin. Oder: Ein Vater, der aus seinem Sohn einen Fußballspieler machen will, bringt ihn schon früh zum Fußballtraining. Ist der Sohn für diesen Sport nicht begabt, werden alle Bemühungen umsonst sein. Dazu kommt eventuell noch, dass in der Zwischenzeit andere Begabungen dieser Kinder brachliegen, statt angemessen gefördert zu werden.

Es gibt keine erfolglosen Kinder, sondern nur Kinder, die ihre Fähigkeiten nicht entdeckt haben. Um den Erwartungen von Eltern und Gesellschaft mühsam gerecht zu werden, leben sie an ihren Begabungen vorbei. Um in Mathematik gut zu sein, übersehen sie, wie gut sie etwa Gedichte schreiben, Musik machen oder ein Handwerk ausüben können. Der Vater von Denis hat das zum Glück rechtzeitig bemerkt. „Wenn er will, schafft er das auch“, hat er oft zu Denis' Mutter gesagt, als die Nachbarstochter ins Gymnasium wechselte. Doch Denis wollte in die Sport-Hauptschule gehen, wobei ihn auch seine Lehrer unterstützten. Dort gehört er

heute zu den Besten. Er ist zufrieden und hat klare Berufsaussichten. Was seine Mutter dazu meint? „Ich bin stolz auf meinen Sohn. Er ist ein guter Sportler und wird seinen Weg gehen.“

Stellen Sie realistische Anforderungen an Ihr Kind. Betrachten Sie es, solange es klein ist, als gerade erst geöffnete Schatztruhe seiner Begabungen. Und wenn es größer ist, als selbstverantwortlichen und wertvollen Menschen – genau so, wie es ist.

Denn diese Wertschätzung steigert das Selbstwertgefühl. Wertschätzung erlebt Ihr Kind in der Art, wie mit ihm umgegangen und gesprochen wird. Sagen Sie daher nicht pauschal: „Du machst das toll“, sondern beschreiben Sie, was es so toll macht.

Weiters stärken gut dosierte Herausforderungen den Selbstwert. Zu schwierige Aufgaben machen mutlos oder aggressiv. So viel Selbst-

bestimmung wie möglich – so viel Hilfe wie nötig, lautet der Grundsatz. Weitere Selbstwertquellen für Ihr Kind sind Anerkennung von Lehrpersonen und Freunden, Hobbies und Kreativität sowie körperliches Wohlbefinden.

Aufpassen heißt es für die Eltern auch bei eigenen Ängsten und Sorgen! Büsra erlaubt ihrem zweijährigen Sohn nicht, mit Wasserfarben zu malen, weil sie nicht möchte, dass er sich schmutzig macht. Und ihre vierjährige Tochter darf nicht aufs Fahrrad, weil sie stürzen und sich verletzen könnte. Natürlich sind die Bedenken begründet. Doch bei den Kindern bewirken sie Unsicherheit und ein Bremsen der Entwicklung. Denn was man nicht ausprobiert, kann man nicht lernen. Besser wäre es daher, wenn Büsra ihrem Sohn zum Malen eine Schürze umbinden und ihrer Tochter einen Helm aufsetzen würde. •

Tipps für Eltern

- Setzen Sie nur realistische Ziele fest, die die Fähigkeiten Ihrer Kinder nicht übersteigen.
- Unterstützen und fördern Sie die Stärken Ihres Kindes, anstatt seine Schwächen zu kritisieren.
- Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit sich auszudrücken.
- Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit sich in verschiedenen Sparten zu versuchen, um verschiedene Fähigkeiten zu entdecken.
- Behindern Sie nicht die Bemühungen Ihres Kindes sich zu behaupten und zu entwickeln. Wenn ein vierjähriges Kind etwa sein Bett alleine machen will, unterstützen Sie sein Bemühen, anstatt zu sagen: „Streng dich nicht an, du bist noch klein“. Wenn das Kind spürt, etwas geschafft zu haben, entwickelt es Selbstvertrauen und hat keine Angst, Neues auszuprobieren.
- Vergleichen Sie Ihr Kind nicht mit anderen Kindern. Jedes Kind ist für sich eigen. Der Vergleich mit Anderen hindert das Kind daran, sich so zu akzeptieren, wie es ist.

(MEHR ZUM THEMA)

KREATIVE FÖRDERSPIELE IM ALLTAG

für Kinder von 0 bis 6 Jahren

von Gerda Pighin

Urania Verlag





„Alle meine Entlein ...“

Der Kindergarten bietet nicht nur Betreuung, sondern auch Förderung der Kinder. Soziales Lernen, Sinnes- und Bewegungsentwicklung stehen dabei im Mittelpunkt. Ihr Kind lernt, seinen Platz in einer Gruppe zu finden, sich einzufügen und durchzusetzen, und Freundschaften zu knüpfen.

Es ist schon das dritte Mal, dass Merts Kindergartenlehrerin seine Eltern zu einem Gespräch einlädt. Merts Eltern machen sich Gedanken, was der Vierjährige wohl wieder angestellt hat. Schon von Anfang an wollte die Mutter Fatma ihren Sohn nicht in den Kindergarten schicken. „Natürlich“, sagt sie sich, „das passiert, wenn man ein Kleinkind von seiner Mama wegnimmt.“ Merts Kindergartenlehrerin ist jedoch in diesem Punkt ganz anderer Meinung, denn mangelnde Kindergartenreife ist nicht das Problem. Sie erzählt allerdings, dass sich Mert in die Gruppe nicht integrieren kann, nicht auf sie hört, immer besondere Aufmerksamkeit wünscht und grantig wird, wenn er diese nicht bekommt. Mert bemüht sich nicht beim Anziehen und Aufräumen und erwartet immer alles von den Anderen. Fatma versteht schon, was die Kindergärtnerin meint, allerdings möchte sie es nicht wahrhaben und nichts Schlechtes über ihr Kind hören.

Fatma bemüht sich wirklich, eine gute Mutter zu sein. Ihren Sohn möchte sie bestmöglich unterstützen und beschützen. Und doch fehlen ihr einige Informationen über kindliche Entwicklung. Denn sie hat es sich angewöhnt, Mert alle Aufgaben abzunehmen und alle Wünsche zu erfüllen. Sie bindet ihm die Schuhe zu, räumt sein Zimmer auf, ja sie füttert ihn sogar noch manchmal. Diese Gewohnheiten können nicht nur die psychologische und soziale Entwicklung eines Kindes, sondern auch seine körperliche Entwicklung verlangsamen. Ein Selbstständigwerden ist unmöglich. Selbstvertrauen geht verloren.

Lassen Sie Experimente und auch Fehler Ihres Kindes zu. Wenn es sich beispielsweise selbst anziehen möchte und das noch nicht schafft, zeigen Sie ihm geduldig immer wieder, wie es geht, statt gleich zu sagen: „Ich mach das schon!“

Drei- bis Sechsjährige lernen sehr viel durch Beobachten. Sie nehmen deshalb auch wahr, wie Sie als Eltern mit dem Thema Kindergarten umgehen. Gespräche über den Tagesablauf, Aktivitäten und Unternehmungen im Kindergarten vermindern die Ängste des Kindes vor dem Unbekannten. Es ist wichtig, dabei am Boden der Realität zu bleiben. Kinder bekommen auch Ängste der Eltern mit, daher sollen Dinge wie „Wird er sich eingewöhnen können?“ oder „Das Mädchen von nebenan ist unglücklich im Kindergarten“ nicht in Anwesenheit des Kindes besprochen werden.

Bevor es in den Kindergarten kommt, soll Ihr Kind öfter neuen Situationen, neuen Spielen und neuen Spielkameraden gegenüber stehen. Dafür eignen sich Spielgruppen hervorragend. Dort lernen Kinder erstmals neue Freundschaften zu schließen, ihr Spielzeug zu teilen, sich an soziale Regeln zu halten und auch ohne Eltern eine schöne Zeit zu verbringen.

Psychologen und Psychologinnen sagen, dass es kein optimales Kindergartenalter gibt, da sich jedes Kind unterschiedlich entwickelt. In Österreich ist das Mindestalter für den Kindergarten 2½ bzw. 3 Jahre – je nach Bundesland. (Für jüngere Kinder gibt es

Kinderkrippen) Seit 2010 muss jedes Kind ab jenem September, der auf seinen 5. Geburtstag folgt, halbtägig (16 - 20 Wochenstunden) einen Kindergarten besuchen. Die Betreuung ist kostenlos.

Beim Eintritt in den Kindergarten sollte Ihr Kind schon über Fähigkeiten verfügen wie seine Bedürfnisse in Worten auszudrücken, ein paar Stunden getrennt von seiner Familie zu verbringen, Beziehungen mit anderen Kindern einzugehen, trocken zu sein (Ausrutscher sind natürlich erlaubt) und kurz alleine zu spielen.

Für jedes Kind bedeutet der Eintritt in den Kindergarten eine große Veränderung. Auch Erwachsene brauchen eine gewisse Zeit, wenn sie in eine fremde Gruppe kommen. Aus diesem Grund sind Reaktionen des Kindes auf diese Veränderungen gesund und sogar nötig. Seien Sie besonders geduldig und verständnisvoll.

Vergessen Sie nicht, auch sich selbst vorzubereiten: Gewöhnen Sie sich an den Gedanken, dass Ihr Schatz nicht mehr die ganze Zeit bei Ihnen ist. Auch Sie müssen loslassen und sich dabei wohlfühlen. •

CHECKLISTE: EINGEWÖHNUNG IN DEN KINDERGARTEN

Nützen Sie schon vor dem Einstieg Schnuppermöglichkeiten wie Tage der offenen Tür.

Besprechen Sie die Eingewöhnungsphase mit Kindergärtnerin oder Kindergärtner.

Bleiben Sie in den ersten Tagen im Kindergarten dabei. Spielen Sie aber nicht mit Ihrem Kind, sondern seien Sie nur als Rückendeckung verfügbar.

Nach einigen Tagen können Sie erstmals für eine Stunde weggehen. Verabschieden Sie sich kurz von Ihrem Kind und kommen Sie nach der vereinbarten Zeit wieder.

Wenn Ihr Kind weint, sich aber rasch von der Betreuungsperson trösten lässt, ist alles in Ordnung. Wenn das Weinen jedoch immer heftiger wird und sich Ihr Kind von niemandem trösten lässt, sollten Sie verständigt werden und rasch zurückkommen. In diesem Fall braucht Sie Ihr Kind noch. Nach mehreren Tagen kann ein neuerlicher Trennungsversuch gemacht werden.

Verlängern Sie langsam die Zeit Ihrer Abwesenheit. In den ersten 14 Tagen sollten Sie noch abrufbereit bleiben.

Wenn Ihr Kind in der Früh eines der ersten ist, hat es die Betreuerin oft fast für sich allein. Das kann den Übergang erleichtern.

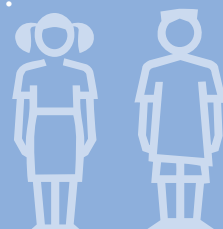
Überlegen Sie sich ein kurzes Abschiedsritual. Sie könnten z.B. Ihrem Kind einen kleinen Gegenstand (eine Murmel, ein Spielzeugauto) dalassen oder noch einmal unter dem Fenster zurückwinken. Verzicht auf lange Abschiedsszenen.

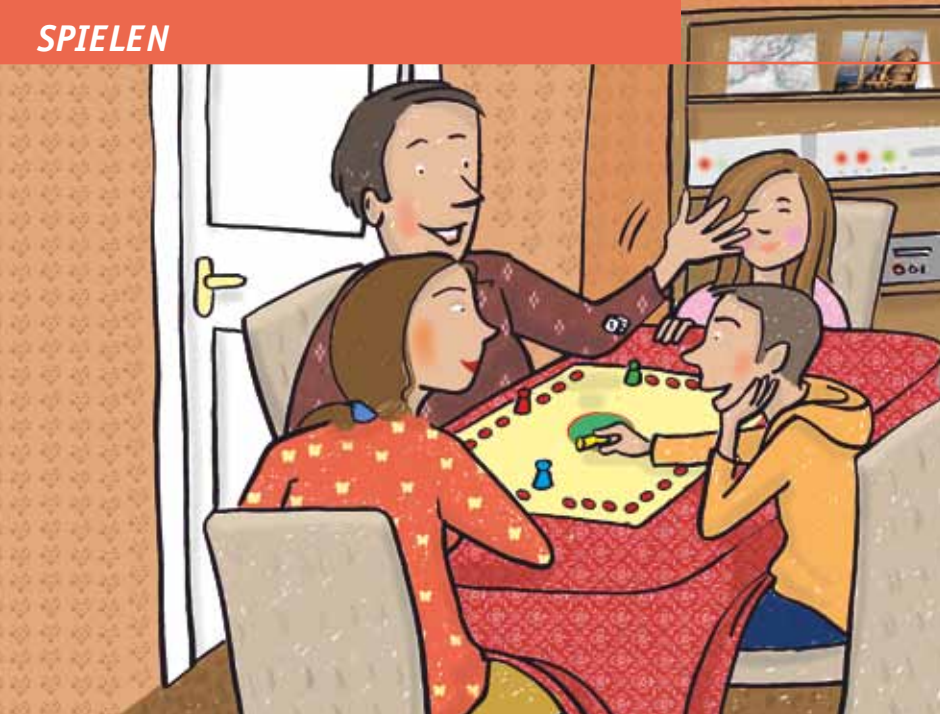
Wenn Sie Ihr Kind abholen, lassen Sie es zu Ende führen, was es gerade macht. Sie sollten jetzt nicht in Eile sein.

Der Alltag Ihres Kindes außerhalb des Kindergartens sollte in den ersten Monaten in gewohnten Bahnen verlaufen. Mehrere Veränderungen auf einmal sind schwer zu verkraften.

„Das soll deine Schwester machen!?“

Ertappen Sie sich auch manchmal dabei, dass Sie Ihren Sohn gegenüber Ihrer Tochter bei der Arbeit im Haushalt bevorzugen? Es ist ungerecht, wenn Mädchen vieles selbstständig erledigen sollen, während Buben spielen und sich bedienen lassen dürfen. Auch in Kindergarten und Schule werden Mädchen und Buben gleich behandelt. Wenn Ihr Sohn daheim lernt, dass er den Chef spielen darf, kann das deshalb zu Problemen führen!





Alles was Flügel hat, fliegt

„Ich sehe einfach nicht ein, etwas zu lernen, was mir keine Freude bereitet.“

Albert Einstein

Kinder müssen spielen, das entspricht ihrem Entwicklungsbedürfnis. In den ersten Jahren gibt es keinen Unterschied zwischen Spielen und Lernen! Leider wird Lernen oft der Erwachsenenwelt zugeordnet und mit Pflicht und Arbeit gleichgesetzt, während Spielen lustvoll und freiwillig sein soll. Für Kinder ist das jedoch kein Gegensatz.

Alle Kinder spielen. Sie üben damit angeborene Verhaltensweisen, ahmen Kulturtechniken der Großen nach und entdecken die physikalischen Eigenschaften ihrer Umwelt. Spielen ist lebensnotwendig. Gespielt wurde zu allen Zeiten und in jedem Land der Welt.

Jeden Tag entdeckt Ihr Kind neue Zusammenhänge und Möglichkeiten, etwas zu bewirken. Dadurch wächst auch sein Selbstvertrauen. Wenn Sie Ihr Kind fördern wollen, geben Sie ihm genügend Spielanregungen, die seinem Entwicklungsstand entsprechen. Oft genügen dazu Alltagsgegenstände und etwas Phantasie.

Lassen Sie Ihr Kind in Ruhe spielen. Zu viele Anweisungen, wie man etwas „richtig“ macht, hemmen seine Kreativität und stören die Konzentration. Wenn etwas nicht sofort

funktioniert, wird Ihr Kind einen anderen Weg zum Ziel finden.

Lassen Sie Ihrem Kind auch die Wahl, was seine Spielsachen betrifft. Es gibt Buben, die mit Puppen spielen und Mädchen, die zu Autos greifen. Versuchen Sie nicht, das zu beeinflussen, sondern bieten Sie beides an.

Spiele fördern die soziale und geistige Entwicklung des Kindes. So lernt das Kind an den Aktivitäten Freude und Spaß zu haben. Und weil es Spaß hat, lernt es umso schneller. Je mehr Sinne eines Kindes ein Spiel in Anspruch nimmt, desto nachhaltiger wird dabei gelernt. Zum Beispiel kann ein Kind eine Zitrone nicht von einem gelben Ball unterscheiden, wenn es nicht Geruch, Geschmack und Oberfläche – zusätzlich zum Aussehen – erforschen darf.

Man unterscheidet folgende Spiele:

In **Rollenspielen** wird die Welt der Großen nachgeahmt. „So tun als ob“ gehört zu den allerersten Spielen. Hilfsmittel dafür sind Kleidungsstücke zum Verkleiden, Puppen und Kaufmannsladen.

Bei **Experimentier-, Bau- und Konstruktionsspielen** üben Kinder schon ab dem ersten Lebensjahr ein Ziel zu setzen, bei der

Sache zu bleiben, Konzentration, Geduld und Frustrationstoleranz.

Ab dem 3. Lebensjahr sind **Regelspiele** möglich, bei denen sich gleichwertige Spielpartner begegnen. Geübt werden Fairness, Teamarbeit und die Steuerung der eigenen Gefühle.

Interessant sind weiters **Bewegungsspiele** für drinnen und draußen, erster Sport, **Basteln** und Gestalten mit diversen Materialien, sowie **Musikmachen** und Tanzen.

Volksschulkinder lieben auch **Wettspiele**. Sie vergleichen sich gern mit anderen und machen aus alltäglichen Situationen (z.B. Aufräumen) einen Wettkampf. Achten Sie bei diesen Spielen auf Vielfalt, damit die unterschiedlichen Fähigkeiten Ihres Kindes eingesetzt werden können. Z.B. Kraft, Geschwindigkeit, Geschicklichkeit, Hilfsbereitschaft, Malen, Musik, Ausdauer, usw.

Lernspiele sollen in erster Linie Spaß machen und dürfen nicht zum Training wer-

den. Dann erwirbt Ihr Kind „nebenbei“ Fertigkeiten, die es in der Schule brauchen wird, wie Aufmerksamkeit, Ausdauer und die Zuversicht Probleme aktiv anpacken und lösen zu können.

Mit Bedacht ausgewählte und altersgemäße **Computerspiele** können Spaß und Herausforderung bieten. Sie müssen jedoch auf den Entwicklungsstand Ihres Kindes abgestimmt sein und sollten an bekannten Lebenssituationen anknüpfen. Altersangaben der Hersteller sind dabei nur eine Richtlinie. Wichtig ist eine sehr einfache Bedienung und dass die zu lösenden Aufgaben konstruktiv (nicht zerstörerisch), vielfältig und bewältigbar sind. Achten Sie auch auf die Bild- und Tonqualität. Gute Computerspiele können logisches Denken, Reaktionsvermögen, Kreativität und Teamgeist fördern. Sie dürfen andere Spiele nicht ersetzen, und nicht zur Hauptbeschäftigung oder gar zur Sucht werden. Computerspiele, die Gewalt verherrlichen oder Vernichtung und Ausgrenzung anpreisen, sind strikt abzulehnen. •

Tipps für Eltern

- Gehen Sie auf Ihr Baby ein und spielen Sie mit ihm, wenn es sich Ihnen zuwendet; lassen Sie es aber auch in Ruhe, wenn es sich abwendet.
- Gehen Sie nicht nur nach Anleitungen vor, sondern verlassen Sie sich vor allem auf Ihre elterliche Intuition und die Signale Ihres Babys.
- Babys lieben Kinderreime und einfache Gestenspiele. Ab dem achten Monat machen sie diese auch mit Begeisterung nach.
- Geben Sie Ihrem Kind Anreize zum Spielen, aber zwingen Sie ihm nie etwas auf. Lassen Sie es auch bestimmen, wann ein Spiel zu Ende ist.
- Wenn Sie Ihr Kind beim Spielen beobachten, können Sie einiges über seinen Entwicklungsstand, seine Probleme, seine Phantasie und Kreativität lernen.
- Kinder müssen entdecken, zerlegen, ausräumen – auch wenn das für die Eltern mühsam ist.
- Stören Sie Ihr Kind nicht beim Spielen. Kündigen Sie Unterbrechungen an, z.B. „Es gibt bald Mittagessen.“
- Lassen Sie Kreativität zu. Wenn Sie etwa mit Ihrem Kind ein Lego-Haus bauen, und es plötzlich doch lieber einen Flugplatz daraus machen will, widersprechen Sie nicht.
- Geben Sie Ihrem Kind jeden Tag genug unverplante Zeit.
- Legen Sie eine altersgemäße Dauer fest, für die Ihr Kind am Computer spielen darf.
- Seien Sie ein Vorbild für Ihr Kind. Erledigen Sie nicht alles am Computer. Schlagen Sie mit Ihrem Kind gemeinsam in Lexika nach, lesen Sie gemeinsam Bücher, usw.
- Spielen Sie gemeinsam im Park oder stellen Sie Ihrem Kind zu Hause Brettspiele wie „Mensch, ärgere dich nicht!“, „Tabu“, „Scrabble“ vor.
- Informieren Sie sich über die Computerspiele, für die sich Ihr Kind interessiert. Lassen Sie auf keinen Fall zu, dass Ihr Kind an Spiele kommt, die nicht seiner Altersgruppe entsprechen. Schauen Sie Ihrem Kind beim Computerspielen einmal zu!



Damit der Einstieg klappt

Informieren Sie Ihr Kind rechtzeitig über den geplanten Umzug und was er bedeutet. Wenn möglich, übersiedeln Sie nicht mitten im Schuljahr.

Entdecken Sie nach der Ankunft gemeinsam die neue Umgebung, Kultur und Sprache. Erwarten Sie Offenheit nicht nur von Ihrem Kind, sondern seien Sie selber offen für Veränderungen!

Nach langen Bemühungen in den vergangenen drei Jahren gelingt es Dileks Vater, seine Familie aus seinem Dorf in Samsun zu sich nach Wien zu holen. Diese große Veränderung für die ganze Familie trifft Dilek am meisten. Nach ihrem erfolgreichen ersten Schuljahr in der Volksschule freute sich Dilek den ganzen Sommerlang darauf ihre Freundinnen im September wiederzusehen. Nun besucht sie seit zwei Monaten eine Volksschule im 16. Bezirk in Wien und ist ziemlich unglücklich. Jeden Tag weint sie nach der Schule und erzählt ihren Eltern, dass sie im Unterricht nichts versteht und nach Samsun zu ihren Freundinnen zurück möchte. Ihre Eltern sind ebenfalls traurig, wissen allerdings nicht, wie sie Dilek helfen können.

Dilek ist nur ein Beispiel von vielen Kindern, die mitten in ihrer Schulzeit nach Österreich kommen. Sie alle haben ähnliche Schwierigkeiten. Dilek muss sich nicht nur mit einer neuen Stadt, einer neuen Schule und neuen Freundinnen auseinandersetzen, sondern auch mit einer ungewohnten Gesellschaft, einer fremden Kultur und einer anderen Sprache zurecht kommen.

Kinder und Jugendliche erleben solche Veränderungen abhängig von ihrem Entwicklungsstand unterschiedlich. Manche

brauchen ein paar Wochen, um mit der neuen Situation klarzukommen, andere dagegen vermissen ihre alte Umgebung monatelang und können nicht loslassen. Meist geht es umso schneller, je mehr Dinge die neue Umgebung für das Kind interessant machen.

Sprechen Sie schon vor dem Umzug mit Ihrem Kind ganz offen über dieses Thema. Erklären Sie ihm, dass sie von nun an in einem anderen Land leben werden und welche Veränderungen es geben wird. Beschreiben Sie die Unterschiede in Kultur und Lebensstil leicht verständlich. „Alles wird besser, alles ist dort schöner“ ist zu allgemein und auch nicht ehrlich. Bereiten Sie Ihr Kind auf Anfangsschwierigkeiten vor, ohne Angst zu machen. Sagen Sie, dass der Umzug für alle Familienmitglieder eine große Herausforderung sein wird.

Nach Ihrer Ankunft können Sie gemeinsam mit Ihrem Kind zuerst die Nachbarschaft, dann den Ort oder die Stadt besichtigen. Geben Sie Ihrem Kind die Sicherheit, dass Sie immer da sind, um ihm zu helfen. Halten Sie sich mit Verboten zurück und erlauben Sie Ihrer Tochter, Ihrem Sohn, selbstständig Kontakte zu knüpfen und Freunde zu finden.

Viele Schulkinder erleben natürlich die neue Sprache als Problem – gerade dann, wenn die Übersiedlung nicht in den Schulferien stattfinden konnte und deshalb keine langsame Eingewöhnung möglich war. Für Kinder, die keinerlei Deutschkenntnisse haben, gibt es Sprachförderungskurse. Es ist sehr wichtig, diese Kurse regelmäßig zu besuchen, das Gelernte zu Hause zu wiederholen und die neue Sprache im Alltag einzusetzen. Gehen Sie als gutes Beispiel voran: Besuchen Sie selbst einen Sprachkurs und zeigen Sie Interesse z.B. an Zeitungen, Büchern und Fernsehsendungen in deutscher Sprache.

Ein Kind, das beobachtet, dass seine Mutter nur zu Hause oder bei türkischen Verwandten ist und sich nicht für die neue Kultur und Sprache interessiert, hat kein gutes Vorbild und leistet Widerstand. Hingegen wird es

• mehr Einsatz zeigen, wenn sich seine Eltern an die neue Umgebung aktiv anpassen.

• Ein weiterer Tipp: Unterstützen Sie Ihre Kinder bei Unternehmungen außerhalb der Schule. Abhängig vom Alter können sie mit Freunden und Freundinnen in den Park oder ins Kino gehen, gemeinsam lernen, usw. Halten Sie sich mit Fragen wie „Ist das unbedingt nötig?“, „Ist das nicht zu teuer?“ nach Möglichkeit zurück.

• Rechnen Sie jedenfalls nach dem Umzug mit Reaktionen Ihres Kindes. Eine so große Veränderung kann nicht spurlos vorübergehen. Wenn Ihnen Verhaltensänderungen zu lange andauernd oder zu heftig erscheinen, nehmen Sie Hilfe von Psychologen oder Psychotherapeutinnen in Anspruch. Das beweist, dass Sie Ihre Verantwortung ernst nehmen. •

UNTERRICHTSPFLICHT IN ÖSTERREICH

Die Unterrichtspflicht beginnt in Österreich am 1. September, nachdem Ihr Kind sechs Jahre alt geworden ist. Es ist an der Volksschule, die es besuchen soll, anzumelden. Die Einschreibfristen hängen von der jeweiligen Schule bzw. dem Bundesland ab. Mitzunehmen sind Meldezettel, Staatsbürgerschaftsnachweis oder Reisepass, Geburtsurkunde, Dokument zum Nachweis des Religionsbekenntnisses und Impfpass.

Nach vier Jahren Volksschule besteht für die nächsten vier Jahre die Wahl zwischen Allgemeinbildender Höherer Schule (AHS) Unterstufe, Hauptschule und Neuer Mittelschule (sozusagen eine Fortsetzung der gemeinsamen Volksschule für alle Schüler).

Für Kinder mit sonderpädagogischem Förderbedarf (d.h. Kinder, die aufgrund einer Beeinträchtigung dem Unterricht ohne besondere Förderung nicht folgen können) gibt es Integrationsklassen und Sonderschulen.

NACH DER ACHTEN SCHULSTUFE GIBT ES VIER GROSSE SCHULRICHTUNGEN:

- ☞ AHS Oberstufe oder Oberstufenrealgymnasium
- ☞ Berufsbildende Höhere Schule (BHS) – HTL, HAK, HLW
- ☞ Berufsbildende Mittlere Schule (BMS) - Fachschule, Handelsschule
- ☞ Polytechnische Schule mit anschließender Berufsschule neben einer Lehre.

AHS und BHS schließen mit Matura ab und ermöglichen damit ein Studium. BHS und BMS bieten eine solide Berufsausbildung und ermöglichen einen direkten Einstieg in den Beruf. Die Unterrichtspflicht endet mit der 9. Schulstufe.

Aktuelle Informationen: www.bildungssystem.at, www.schulfuehrer.at

Schuldatenbank: www.schulen-online.at

Es gibt fast in jedem Bundesland Schulberatungsstellen mit türkischem Beratungsangebot.



Detektive für den Kopf

Psychologische Tests werden eingesetzt, um Kindern, Eltern und Lehrern zu helfen, Problemen auf den Grund zu gehen. Dem getesteten Kind machen sie meistens Spass, und für die Eltern kann das Ergebnis sehr interessant sein.

Hatice ist ein 8-jähriges, körperlich altersgemäß entwickeltes Mädchen, das mit seinen Eltern und Geschwistern gut zurechtkommt. Sie war nie im Kindergarten. Ihre Mutter Emine hatte die Befürchtung, Hatice würde ohne Mama nicht klar kommen. Mit 7 Jahren kam sie in die Volksschule. Trotz ihrer gravierenden Schwierigkeiten beim Lesen und Schreiben drückte die Lehrerin ein Auge zu, sodass Hatice dieses Jahr in die zweite Klasse geht.

Allerdings werden ihre Schwierigkeiten in der Schule größer. Nun ist sie nicht nur im Deutschunterricht eine der Schlechtesten, sondern hat auch Probleme im Rechnen. Sie scheint nicht zu verstehen, wofür die Ziffern stehen. Nach ein paar Gesprächen mit der Mutter schlägt die Klassenlehrerin vor, für Hatice einen Termin beim Schulpsychologen zu machen. Emine gerät in Panik: „Was hat mein Kind beim Narrenarzt verloren? Ist sie unnormale oder was?“ Sie möchte den Vorschlag der Lehrerin ablehnen.

Dabei ist es wirklich nicht nötig, beim Wort *Psychologe* zu erschrecken. Spezialisierte Psychologinnen und Psychologen beschäftigen sich intensiv mit der Entwicklung von Kindern. Sie unterstützen Eltern, Lehrerinnen und Lehrer dabei, Probleme möglichst früh zu entdecken und mit oft einfachen Mitteln zu beheben. Es geht dabei nicht um *normal* oder *nicht normal*! Vielmehr soll zum Beispiel bei Hatice herausgefunden werden, woran es liegt, dass sie sich

in der Schule so sehr anstrengt und trotzdem nicht besser wird. Das passiert dadurch, dass ein Schulpsychologe oder eine Schulpsychologin mit ihr und ihren Eltern spricht und vielleicht einen Test vorschlägt. Danach wird sichtbar, wo Hatice Stärken und auch, wo sie Schwächen hat. Vielleicht liegt – wie bei vielen Kindern – eine Lese-/Rechtschreibschwäche vor, für die es spezielle Übungen gibt. Oder es wird festgestellt, dass sie beim Schuleintritt nicht schulreif war. Vielleicht kommt sie einfach noch nicht mit der deutschen Sprache zurecht. Oder der Umzug macht ihr zu schaffen.

Das Ergebnis einer psychologischen Beratung sind immer konkrete Tipps zur Förderung Ihres Kindes. Genauso wie Sie als Eltern wollen Psychologinnen und Psychologen das Beste für Ihr Kind. Dank ihrer Ausbildung und reichen Erfahrung haben sie Antworten auf viele Elternfragen.

Wenn Ihr Kind hustet, wird die Ärztin oder der Arzt es mit einem speziellen Instrument abhören. Psychologische Tests sind auch nichts anderes als solche Instrumente, die helfen, der Ursache für ein Problem in der Entwicklung auf den Grund zu gehen. Jeder Test ist vielfach überprüft und bereits bei anderen ausprobiert worden. Deshalb können Expertinnen und Experten aus dem Ergebnis viel herauslesen. Für das getestete Kind und seine Eltern kann das spannend sein – schließlich erfahren Sie oft auch etwas über verborgene Begabungen. •

Es gibt drei große Gruppen von psychologischen Tests:

INTELLIGENZ- UND LEISTUNGSTESTS

Diese Tests messen Allgemeinwissen, Wortschatz und Textverständnis, außerdem Fähigkeiten beim Problemlösen, bei der Raumwahrnehmung und beim Rechnen.

PERSÖNLICHKEITSTESTS

Sie geben Auskunft über soziales Verhalten, Kommunikation und Motivation eines Kindes. Oft werden hier auch die Eltern befragt, um ein vollständiges Bild zu erhalten.

PROJEKTIVE TESTS

Diese Tests werden vor allem bei Kleinkindern eingesetzt. Spielerisch sollen sie eine Geschichte zu einem Bild erzählen oder einen Satz vervollständigen („Wenn ich erwachsen bin, werde ich ...“). Auch Kinderzeichnungen kann man psychologisch deuten.

Kinder erleben psychologische Untersuchungen meistens als lustig und abwechslungsreich!

Wenn ein Test geplant ist, halten Sie das vor Ihrem Kind nicht geheim. Ihre eigene – unbegründete – Angst davor überträgt sich sonst aufs Kind. Beschreiben Sie lieber genau, was bei dem Test passiert und wie lange er dauert. Erzeugen Sie keinen Leistungsdruck. Sagen Sie etwa: „Du kennst ja Doktor Meier, er schaut jedes Jahr nach, wie groß und schwer du geworden bist. Genauso soll man regelmäßig nachschauen, wie sich deine Leistungen im Kopf entwickeln, und das geht mit lustigen Spielen“.

Tipps für Eltern

- Halten Sie eine bevorstehende psychologische Untersuchung vor Ihrem Kind nicht geheim.
- Holen Sie sich vor dem Test Information und Unterstützung in einer Beratungsstelle mit türkischsprachigem Angebot.
- Beide Elternteile sollten sich für den Test interessieren und eingebunden sein.
- Informieren Sie sich über die Testverfahren bei dem/der jeweiligen Psychologen/Psychologin.
- Lassen Sie sich bestätigen, dass der Test für Kinder mit nicht-deutscher Muttersprache geeignet ist.
- Zögern Sie nicht, eine zweite Meinung bei einem/einer anderen Psychologen/Psychologin zu holen.
- Fragen Sie genau nach, wenn Sie ein Ergebnis nicht verstehen.



Ist unser Kind hyperaktiv?

Hyperaktive Kinder erkennt man daran, dass sie ständig in Bewegung sind, sich nicht konzentrieren können und schnell frustriert sind. Für die Feststellung, ob Ihr Kind betroffen ist, braucht es Experten/Expertinnen. Denn der Bewegungsdrang bei Kindern ist sehr unterschiedlich ausgeprägt.

Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist eine Entwicklungsstörung, die in der Kindheit beginnt und fortschreitet.

Weder das betroffene Kind noch die Familie können ADHS steuern oder beseitigen. Im Vordergrund stehen bei ADHS ein Mangel an Aufmerksamkeit und ein übermäßiger Bewegungsdrang.

Hyperaktive Kinder haben drei grundlegende Eigenschaften:

1. Übermäßiger Bewegungsdrang

Auffallend sind dem Alter nicht entsprechende, übermäßige und grundlose Aktivitäten. Diese Kinder laufen pausenlos, unermüdlich, sogar unter Missachtung von Gefahren, umher. Sie können in der Klasse nicht das Ende des Unterrichts abwarten. Aufgrund ihres Bewegungsdranges haben sie Schwierigkeiten, etwas Begonnenes zu Ende zu bringen. Beim Spielen wechseln sie ständig die Spiele und Spielsachen. Wegen ihres hektischen Verhaltens sind feinmotorische Fähigkeiten wie etwa Schreiben, Malen, Wasser in ein Glas füllen und Löffelhalten weniger entwickelt als bei Gleichaltrigen.

2. Mangel an Aufmerksamkeit:

Hyperaktive Kinder können ihre Aufmerksamkeit nur schwer auf eine Sache lenken und dabei bleiben. Außerdem zerstreut sich ihre Aufmerksamkeit rasch. Während sie etwas lernen, werden sie durch Kleinigkeiten abgelenkt und finden kaum wieder zurück zum Lernen. Oft verlieren sie ihre Sachen, Schulartikel und Spielzeuge. In ihren Schultaschen herrscht Unordnung. Sie können Anweisungen nicht befolgen. Sagt man ihnen: „Geh in dein Zimmer und hole aus dem Kasten neben deinem Bett die Malstifte“, vergessen sie auf dem Weg, was sie tun sollten oder sie können es nicht in der richtigen Reihenfolge ausführen. Aus diesem Grund haben ADHS-Kinder trotz normaler Intelligenz Lernschwierigkeiten und weniger Schulerfolg. Bei Mädchen ist der Mangel an Aufmerksamkeit deutlicher als der Bewegungsdrang.

3. Impulsivität

Hyperaktive Kinder verhalten sich so, wie es ihnen passt. Ohne den anderen ausreden zu lassen, ändern sie das Gesprächsthema. Beim Spielen warten sie nicht, bis sie an der Reihe sind. Da sie die Spielregeln nicht befolgen können und auf Mitspieler und Mitspielerinnen aggressiv reagieren, schlie-

ßen sie schwer Freundschaften. Auch Selbstgefährdung ist möglich: Zum Beispiel beginnen sie auf der Straße plötzlich zu laufen und geraten auf die Fahrbahn. Schutzbemühungen der Umgebenden haben Wutausbrüche zur Folge.

ADHS beginnt vor dem 7. Lebensjahr, die größten Probleme treten meist mit dem Schulbeginn auf. In der Schule werden das erste Mal gezieltes Vorgehen, Befolgen der Klassenvorschriften und Eigenverantwortung zum Thema. Ein Kind, das diese Situationen nicht beherrscht, wird Probleme haben. Später, in der Pubertät, nimmt der extreme Bewegungsdrang ab und Verhaltensstörungen und psychologische Probleme bis hin zu depressiven Verstimmungen treten auf.

Die Gründe für ADHS sind vielfältig. Bei Geschwistern von ADHS-Kindern ist die Wahrscheinlichkeit des Auftretens zwei bis

dreimal höher als bei anderen Kindern. Studien zeigen, dass bestimmte Hirnregionen (Selbstbeherrschung, Organisieren und Planen) bei betroffenen Kindern kleiner sind. Vermutlich kann dieser Unterschied ADHS begünstigen. Wenn noch bestimmte Umstände dazu kommen, wie Krankheiten oder Medikamentenkonsum während der Schwangerschaft oder im Säuglingsalter, eine lange und schwere Geburt, kann das Risiko für ADHS im Einzelfall steigen.

Entscheidend für das Kind ist, dass Experten und Expertinnen die richtige Diagnose stellen und die Eltern mit ihnen zusammenarbeiten. Darauf baut die bestmögliche Therapie auf. Möglich sind Medikamente, Verhaltensanweisungen und diesbezügliche Schulung der Eltern, sowie Ernährungsumstellung. Persönlichkeit, Lebensbedingungen und familiäres Umfeld des Kindes werden dabei berücksichtigt. •

Vorschläge für die Eltern

- *Behandeln Sie Ihr Kind so, wie es seiner Entwicklung und seinen Bedürfnissen am besten entspricht – und nicht nach seinem Alter.*
- *Strahlen Sie Geduld und Ruhe aus. Ihr Kind „stört“ nicht absichtlich. Helfen Sie ihm mit Augenkontakt und kurzen, verständlichen Anweisungen.*
- *Gestalten Sie das Kinderzimmer mit möglichst wenigen Farben und Bildern.*
- *Übertragen Sie Ihrem Kind einfache Aufgaben, denen es gewachsen ist. Das Nachthemd zu falten oder die Tasche einzuräumen, hilft beim Planen und Regeln befolgen.*
- *Akzeptieren Sie Ihr Kind, wie es ist und vergleichen Sie es nicht mit anderen. Anstatt es ständig zu kritisieren, fördern Sie seinen Eifer und das, was es mit Vorliebe macht.*
- *Meiden Sie Menschenmengen und Orte mit zu vielen Sinnesreizen.*
- *Informieren Sie Lehrerinnen und Lehrer. Ihr Kind sollte weiter vorne sitzen, wo es die Lehrperson leicht sehen und wenn nötig aufstehen kann. Wenn Lehrerin oder Lehrer sich von Zeit zu Zeit speziell dem Kind widmet und ruhig etwas erklärt, wird sich das Kind wohler fühlen.*



Gut Ding braucht Weile

Jede Mutter, jeder Vater wünscht sich ein gesundes Kind. Manchmal geht dieser Wunsch nicht in Erfüllung. Das Leben ist nicht völlig planbar. Ein Kind mit Behinderung bedeutet zweifellos eine große Herausforderung. Es ist aber ebenso einzigartig und einmalig wie ein nicht behindertes Kind und genauso eine Bereicherung für die Familie.

Manche Kinder brauchen wegen einer angeborenen Erkrankung oder Behinderung spezielle Betreuung und Pflege. Aufgrund der großen Unterschiede lässt sich kaum etwas Allgemeingültiges dazu sagen. In jedem Fall ist eine möglichst frühzeitige Behandlung und Förderung entscheidend. Je früher die fachkundige Begleitung beginnt, desto eher ist eine Unterstützung der gesunden Entwicklung möglich.

Ein Kind mit Behinderung verändert den Alltag der Familie radikal. Seine Bedürfnisse stehen im Mittelpunkt und strukturieren den Tagesablauf. Entlastung bringt Ihnen alles, was im Alltag für Normalität sorgt und Ihnen das Gefühl gibt, kein Außenseiter zu sein. Lassen Sie sich helfen und finden Sie Ihren neuen Platz in der Gesellschaft. Tauschen Sie sich mit Müttern und Vätern in einer ähnlichen Situation aus.

Wie schwierig Sie als betreuender Elternteil die Situation empfinden, ist sehr unterschiedlich. Mit folgenden Fragen werden Sie sich wahrscheinlich befassen:

- ◆ Wie gut kann ich vom Traum von einem gesunden Kind Abschied nehmen? Wie schnell gelingt es mir, mich mit der neuen Situation abzufinden?

- ◆ Wie gehe ich mit Trauer und Erschöpfung um?
- ◆ Wie stelle ich die bestmögliche Therapie für mein Kind sicher?
- ◆ Wie werde ich dem Rest der Familie und mir selbst gerecht?
- ◆ Was antworte ich auf unbedachte oder dumme Kommentare von Dritten?

Leider haben fremde Menschen oft wenig Fingerspitzengefühl im Umgang mit „besonderen“ Familien. Um den Reaktionen der Umwelt zu entgehen, würde es sich anbieten, zu Hause zu bleiben. Hier lauert aber eine andere Gefahr: die der Entfremdung von Bekannten und von allgemeinen Treffpunkten von Familien mit Kindern.

Davon sind auch gesunde und nichtbehinderte Geschwister betroffen. Diese müssen sich ohnehin schon dem Tagesablauf und den Bedürfnissen des zu pflegenden Kindes unterordnen. Unzufriedenheit kann die Folge sein, Überforderung, oder sogar Angst. Geben Sie den Geschwistern die Möglichkeit, über Gefühle ehrlich zu sprechen. Erlauben Sie ihnen auch Scham, Neid, Wut und Schuldgefühle.

Achten Sie auf Pausen vom Thema Behinderung. Tun Sie etwas für sich, für Ihre

Beziehung und für jedes Ihrer Kinder. Die Situation verlangt Ihnen viel Energie ab. Tanken Sie bewusst wieder auf.

Weil spezielle Schulen und medizinische Betreuung das Familienbudget zusätzlich belasten, erhalten Familien mit behinderten Kindern in Österreich finanzielle Hilfe: das **Pflegegeld** und die **erhöhte Familienbeihilfe**.

Pflegegeld ist eine finanzielle Unterstützung an Familien, um die Mehrbelastung, die aufgrund einer geistigen, psychischen oder körperlichen Behinderung eines Kindes entsteht, zu decken. Finanzieren Sie damit Entlastung in der Pflege und Betreuung. Der

Umfang ist unter anderem vom Grad der Behinderung und vom Pflegebedarf abhängig.

Anspruch auf Pflegegeld besteht, wenn der ständige Betreuungs- und Pflegebedarf des Kindes für mindestens sechs Monate gegeben ist und mehr als 50 Stunden monatlich beträgt. Das monatliche Pflegegeld ist unabhängig vom Einkommen und wird in sieben Stufen zuerkannt. Zur Festlegung der Stufe ist ein ärztliches Sachverständigengutachten notwendig. Erhöhte Familienbeihilfe gebührt zusätzlich zur allgemeinen Familienbeihilfe, wenn nicht nur vorübergehend eine Behinderung von mindestens 50 Prozent vorliegt.

Tipps für Eltern eines behinderten Kindes

- Suchen Sie eine spezialisierte Beratungsstelle auf. Sie werden dort einfühlsame Begleitung finden.
- Informieren Sie sich über Frühförderinstitute, Selbsthilfegruppen und Familienunterstützung beim Leben mit einem behinderten Kind.
- Suchen Sie sich Entlastung im Alltag, nehmen Sie Hilfe und Unterstützung an. Versuchen Sie, Energie aufzutanken.
- Spezielle Betreuungseinrichtungen helfen dem Kind angemessen und entlasten die Familie. Anstatt sich Vorwürfe zu machen, dass man sich der Verantwortung des Kindes entledigt, sollte man dies als eine Chance sehen.
- Akzeptieren Sie das Kind so, wie es ist. Helfen Sie Ihrer Umgebung, es kennen zu lernen. So kann es sich entfalten und seinen Platz in der Gesellschaft finden.
- Beschäftigen Sie sich nicht ununterbrochen mit dem Thema Behinderung.
- Erkennen und benennen Sie Ihre eigenen Bedürfnisse – z.B. mit einer Freundin zu reden, etwas Zeit für sich zu haben, von zu Hause „raus zu kommen“ – und versuchen sie diese zu befriedigen.
- Setzen Sie in Ihrer Familie ungewöhnliche Prioritäten. Feiern Sie z.B. immer wieder „Feste der kleinen Schritte“.

(MEHR ZUM THEMA)

ELTERNBRIEF
für Eltern von
behinderten Kindern

[DEUTSCHSPRACHIGE INTERNET-LINKS]

www.selbsthilfe.at Selbsthilfegruppen

www.docs4you.at Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde

www.handicapkids.at Für Eltern von Kindern mit Behinderung





„Raue Schale, weicher Kern“

Jahrelang haben Sie die Freuden und Nöte Ihres Kindes geteilt. Und jetzt verstehen Sie plötzlich gar nichts mehr, denn Ihr Kind handelt völlig anders als gewohnt. Die Pubertät hat begonnen! Vertrauen Sie trotz scheinbarer Ablehnung darauf, dass Ihr Kind Sie liebt. Ihre Beziehung muss jetzt zeigen, was sie aushält. Dabei reift sie zu einer Verbindung von Erwachsenen.

Die Mutter der dreizehnjährigen Oya erzählt, dass sich ihre Tochter in letzter Zeit sehr verändert hat, einen rüden Umgangston pflegt, schnell „angefressen“ ist und aus dem Nichts heraus zu weinen beginnt. Außerdem verbringt sie Stunden vor dem Spiegel, um sich schön zu machen und die Mutter beklagt sich, dass sie zu viel Zeit mit ihren Freundinnen verbringt. Weiters ist sie auffällig geschminkt und frisiert unterwegs.

Was die Mutter am meisten kränkt, ist, dass ihre Tochter sie auf der Straße ignoriert und so tut, als ob sie sie nicht kennen würde. „Das hat mir so weh getan, dass etwas in mir zerbrochen ist. Nichts ist so wie früher, ich habe meine süße kleine Tochter verloren!“

Oyas Mutter zählt einige der für die Pubertät typischen Verhaltensweisen auf:

- ✿ Distanzierung von der Familie und Bevorzugung des Freundeskreises
- ✿ Anspannung, Aufbrausen, Weinen, depressive Verstimmung, Wut
- ✿ Träumerei und erstes romantisches Interesse am anderen Geschlecht
- ✿ Mangelndes Selbstvertrauen und Suche nach Anerkennung

Die Pubertät: Eine Entwicklungsphase, die von enormen Veränderungen geprägt ist. Körper, Gefühlsleben, Denken und Beziehungen verändern sich rasant. Mit der Pubertät ist es ähnlich wie mit dem Gehenlernen: Der Beginn ist von Kind zu Kind verschieden und folgt seinem persönlichen Entwicklungsplan. In der Regel geben irgendwann zwischen dem 9. und 14. Geburtstag die Hormone den Startschuss für die Veränderungen; bei Mädchen setzt die Pubertät früher ein als bei Buben. Nach der meist ruhigen, stabilen Volksschulzeit werden die Karten jetzt noch einmal ganz neu gemischt. Ihr Kind wächst nicht nur, sondern verändert sich in seiner Gesamtheit, um erwachsen zu werden.

In der Pubertät pendelt Ihr Kind zwischen Anlehnungsbedürftigkeit und Freiheitsstreben. Es wünscht sich Selbstbestimmung, ist aber noch nicht ganz sicher, was es sich zutrauen kann. Zudem möchte es auf elterliche Geborgenheit nicht verzichten. Für Sie als Mutter oder Vater gleicht das einem Wechselbad. Zum Zahnarzt sollen Sie mitgehen, zum Friseur – bloß nicht. Bleiben Sie geduldig. Freuen Sie sich, dass Sie da und dort gebraucht werden und Ihr Kind die Beziehung zu Ihnen immer wieder sucht.

Als Eltern sollen Sie also Nähe und Geborgenheit bieten, sich aber gleichzeitig überflüssig machen. Das funktioniert nicht automatisch und von selbst. Die Pubertät kann

man nicht „irgendwie durchtauchen“, ignorieren oder passiv über sich ergehen lassen. Weder als Kind noch als Elternteil. In einem Familienleben, das von Respekt und Verantwortungsgefühl geprägt ist, sind die Schwierigkeiten dieser Etappe zu bewältigen.

Auch wenn Oyas Mutter durch ihr Verhalten verletzt ist: Die Abgrenzungsversuche ihrer Tochter dürfen nicht dazu führen, dass sie sich aus der Erziehung zurückzieht. Damit würde sie die Beziehung abbrechen und ihr Kind in seiner Unsicherheit allein lassen. Es würde dann auf verschiedene Weise versuchen, die Zuwendung der Eltern wieder zu bekommen – im Extremfall durch zerstörerische Handlungen.

Ihre Aufgabe ist es vielmehr, die Beziehung gerade in stürmischen Zeiten aufrecht zu halten. Es ist ein Balanceakt: Als Eltern müssen Sie Kränkungen aushalten und zugleich Ihre Grenzen verteidigen. Sie sollen stets in Rufweite bleiben und gleichzeitig Ihr Kind nicht mit zuviel Fürsorge entmündigen.

Haim Omer, ein bekannte Psychiater und Psychotherapeut fasst es in Worte: „Wir sind deine Eltern und sind da und bleiben da, als Freunde, Beschützer, Begleiter, Zuhörer, Schützer der Familie aber auch als Grenzensetzer, Erzieher und Bremser. In diesen Funktionen können wir nicht abgeschüttelt werden, wir können nicht umgangen werden, wir können nicht bestochen werden, wir sind da und bleiben da ...“

Übermäßige Kontrolle kann die Entwicklung des Selbstvertrauens behindern, sie fördert passives Verhalten und Minderwertigkeitsgefühle. Andererseits überfordert grenzenlose Freiheit Jugendliche: Noch sind die Eltern für die Gestaltung des Familienlebens hauptverantwortlich. Helfen Sie Ihrem Sohn, Ihrer Tochter, sich den Herausforderungen des Lebens zu stellen, indem Sie ihm/ihr Schritt für Schritt mehr Verantwortung übertragen und ihn/sie dabei bestärken, für die eigenen Entscheidungen einzustehen. •

Tipps für Eltern

- Denken Sie an Ihre eigene Pubertät zurück und überlegen Sie, wie Sie sich damals gefühlt haben, was Ihnen damals geholfen hat oder gut getan hätte.
- Vertrauen Sie Ihrem Kind, gewähren Sie ihm Schritt für Schritt mehr Freiräume und fördern Sie seine Eigenverantwortung.
- Interessieren Sie sich für die Freunde und Freundinnen Ihres Kindes.
- Mischen Sie sich in Freundschaften nicht ein.
- Klären Sie Ihr Kind über Alkohol, Drogen, Sucht, sexuell übertragbare Krankheiten und ungewollte Schwangerschaften auf.
- Hören Sie zu, wenn Ihr Kind von Freunden enttäuscht ist und helfen Sie ihm, seine Menschenkenntnis zu verbessern.
- Gegenseitiger Respekt und gegenseitiges Verständnis sind die Pfeiler einer erfolgreichen Kommunikation.
- Setzen Sie klare Grenzen. Damit drücken Sie auch die Wertschätzung und die Liebe zu Ihrem Kind aus. NEIN sagen kann man auch in Liebe!
- Konsequenzen müssen vor der Grenzüberschreitung klar sein, damit der/die Jugendliche über sein/ihr Verhalten entscheiden kann. Sie müssen in Ruhe ausgehandelt werden.
- Lassen Sie sich nicht auf Machtkämpfe ein. Es geht nicht um Siegen oder Verlieren. Es geht vielmehr darum, deutlich und nicht ärgerlich zu sagen, was einem wichtig ist.
- Kinder brauchen die Meinung ihrer Eltern, um sich daran zu orientieren, sie brauchen den „Reibebaum“.
- Es ist keine Schande, die Unterstützung einer Beratungsstelle in Anspruch zu nehmen, wenn Sie am Ende Ihrer Kräfte sind.

(MEHR ZUM
THEMA)

ELTERNBRIEF und CD Rom PUBERTÄT





„Wenn das Alte so wertvoll gewesen wäre, hätte der Himmel über dem Flohmarkt geleuchtet.“

Konflikte sind unvermeidlich, weil Menschen verschieden sind. Sie sind notwendig, weil sie Veränderung und Fortschritt bringen. Gerade in der Pubertät muss es Auseinandersetzungen zwischen Eltern und Kindern geben. Glückliche Familien streiten! Was sie anderen voraus haben, sind gute Wege der Konfliktlösung.

„Die Jugend von heute denkt nur an Luxus und Äußeres, ist respektlos und aufbrausend, geschwätzig und gierig.“

„Unsere Jugend ist unerträglich, unverantwortlich und entsetzlich anzusehen.“

Nein, das sind keine Zitate von Zeitgenossen. Das erste ist ein Keilschrifttext aus Ur und rund 4000 Jahre alt. Das zweite stammt von dem griechischen Philosophen Sokrates, der im 4. Jahrhundert vor unserer Zeitrechnung lebte.

Es ist also nichts Neues, dass die jeweils jüngste Generation von den Eltern, Lehrern/Lehrerinnen und anderen Erwachsenen gern als verantwortungslos und rebellisch, schlecht erzogen und ungepflegt empfunden wird.

Umgekehrt haben Jugendliche die „Alten“ immer schon als konservativ, starrköpfig, langweilig, ängstlich und autoritär betrachtet. Sie haben ihnen altmodische Vorlieben, unsinnige Verbote und allgemeine Verständnislosigkeit vorgeworfen. Manchmal scheint

es, als wären gegenseitige Vorurteile die einzige Gemeinsamkeit der Generationen.

Die Ursachen für Generationskonflikte liegen unter anderem in den unterschiedlichen Wertvorstellungen von Kinder- und Elterngeneration. Familien, die in ein anderes Land ausgewandert sind, erleben diese Konflikte besonders stark. Während die Eltern die mitgebrachte kulturelle Identität für die Familie bewahren möchten, wachsen ihre Kinder umgeben von ganz anderen Vorstellungen auf.

Murat erzählt: „Ich habe mit meiner Tochter ständig Streit, weil die Leute reden, wenn sie am Abend alleine unterwegs ist. Sie sagt, ich sperre sie ein, aber ich will doch nur das Beste für sie.“ Die Angst, dass die Kinder sich entfremden, führt zu Druck und Spannungen in der Familie.

Oft verstärken sich diese Spannungen in der Zeit der Pubertät. Denn wenn Kinder erwachsen werden, ändert sich vieles – auch die

Konflikte in der Familie. Was die Eltern vorgeben, wird nicht mehr einfach hingenommen. Sondern hinterfragt, diskutiert, angefeindet und boykottiert. Zum Prozess der Ablösung gehören heftige Konflikte dazu.

Ihr Kind will jetzt Reibung. Das heißt, es möchte nicht nur seinen eigenen Standpunkt finden, sondern diesen auch gut vertreten. Streitgespräche mit Ihnen sind dafür gute Übungsmöglichkeiten.

Meistens geht es um folgende Themen:

- ★ Freiheiten („Wann kommst du nach Hause?“)
- ★ Einmischung der Eltern (Auswahl der Freunde und Freundinnen, Berufswahl, Bekleidung und Lebensstil)
- ★ Teilnahme am Familienleben
- ★ Politisches Engagement
- ★ Gesundheit und Ernährung
- ★ Schule

• Damit Ihre Kinder in Österreich so erfolgreich sein können, wie Sie sich das wünschen, müssen sie gut informiert sein über Schul- und Bildungssystem, gesellschaftliche Regeln und kulturelle Besonderheiten. • Stehen Sie ihnen dabei nicht aus Angst um die mitgebrachte Kultur im Wege.

• Als Eltern stehen Sie vor der Aufgabe, Ihre Vorstellungen neu zu bewerten und der Jugend zu ermöglichen, selbst Verantwortung zu übernehmen. Vergessen Sie nicht, dass viele Neuerungen in Wissenschaft, Kunst und Gesellschaft erst durch die Auflösung des Alten möglich wurden. Immer schon hat Neues auf Gewohntem aufgebaut oder es abgelöst und verbessert. Die junge Generation, die dem Neuen gegenüber vorurteilslos ist, und die Erfahrungen der vorangegangenen Generationen in ihre Ideen integriert, steht für gesellschaftlichen Fortschritt. Voraussetzung ist ein ständiger Dialog zwischen Jung und Alt, Bewährtem und Neuem, damit die Gesellschaft sich insgesamt weiterentwickeln kann. •

Tipps für Eltern

- ☉ Geben Sie Ihren Kindern die Möglichkeit, ihre eigenen Standpunkte darzulegen.
- ☉ Versuchen Sie dabei ohne Unterbrechung zuzuhören und zu verstehen, was Ihr Kind Ihnen mitteilt.
- ☉ Vergessen Sie nicht, dass Ihre Kinder von Ihnen lernen, Konflikte auszutragen.
- ☉ Drücken Sie sich klar und deutlich aus, wenn Sie anderer Meinung sind.
- ☉ Kontrollieren Sie Ihre Gefühle und bleiben Sie ruhig.
- ☉ Bleiben Sie offen für Neues (z.B. Internet, ...) und lassen Sie sich auch einmal etwas von Ihrem Kind beibringen.

[LINKS]

www.familienberatung.gv.at



Gewalt ist nie Privatsache

Opfer von Gewalt in der Familie sind meist Frauen, Ältere und Kinder. Der gefährlichste Ort ist für sie nicht der dunkle Park, sondern – so traurig das ist – das eigene Zuhause.

Ärger, Zorn und Wut wecken unsere aggressive Kraft. Aggression ist die Bereitschaft, eine Aufgabe, ein Hindernis, ein Problem anzupacken, um es zu bewältigen. Aggressive Kräfte braucht jeder. Um ein friedliches Zusammenleben zu gewähren, müssen wir diese Kräfte in sinnvolle Bahnen lenken und Ärger, Zorn und Wort kontrolliert ausdrücken.

Sie sind Ihren negativen Gefühlen nicht ausgeliefert! Als Erwachsene(r) können Sie auch unter Druck überlegt handeln. Im Klartext heißt das: Wenn Sie sich ärgern, wenn Sie wütend oder verzweifelt sind, machen Sie etwas, was Ihnen hilft, die Balance wieder zu finden. Wenn ein Familienmitglied schuld an Ihrem Ärger ist, können Sie es ihm sagen. Z.B. „Es ärgert mich wirklich, wie du dich benimmst. Ich will, dass das nicht wieder vorkommt!“

Wenn Ihnen einmal tatsächlich die Hand ausgerutscht ist, entschuldigen Sie sich, und zwar nicht nur halbherzig. Sagen Sie klar, dass Sie Ihr eigenes Verhalten nicht gutheißen. Denn Schläge verletzen Würde und Selbstwert. Sie können die Vertrauensbasis und das Familienklima nachhaltig stören. Für Gewalt gibt es keine Rechtfertigung.

Wenn Sie selbst in Ihrer Kindheit eine sehr strenge Erziehung, ungerechte Behandlung oder körperliche Strafen erlebt haben, fällt es Ihnen vielleicht schwer, geduldig zu bleiben und in Stresssituationen richtig zu reagie-

ren. In Familien- und Erziehungsberatungsstellen finden Sie Verständnis und konkrete Hilfe für ein gutes Erziehungsverhalten.

Gewalt ist kein Kavaliersdelikt, keine Erziehungsmaßnahme und keine Privatangelegenheit!

Untersuchungen zeigen, dass in erster Linie Frauen und Kinder von Gewalt in der Familie betroffen sind. Die Gewalttäter sind meist Männer. Die Formen der Gewalt sind vielfältig:

- * Körperliche Gewalt wie Schläge, Misshandlung, Würgen
- * Sexuelle Gewalt sowohl an Erwachsenen als auch an Kindern
- * Seelische Gewalt wie Zwang, Drohung, Abwertung
- * Finanzielle Gewalt durch zu wenig Haushaltsgeld oder Missbrauch von Abhängigkeit

Jede Form der Gewalt ist nach dem Gesetz strafbar!

Auch Stalking ist in Österreich seit 2006 unter dem Begriff „Beharrliche Verfolgung“ unter Strafe gestellt. Stalking bedeutet, dass eine Person eine andere Person gegen deren Willen über einen längeren Zeitraum beharrlich verfolgt und dadurch in ihrer Lebens-

führung unzumutbar beeinträchtigt. Dazu gehören etwa wiederholte Verfolgung, Belästigung durch Telefonanrufe, per E-Mail oder auf andere Weise. Sie sollten sich bei Stalking auf jeden Fall an die Polizei wenden und Anzeige erstatten.

Und die Folgen von Gewalt? Kinder reagieren typischerweise mit schlechten Schulleistungen, Depression, Schmerzen, Ängsten, geringem Selbstwert, Rückzug und Aggression.

Bei Erwachsenen besteht Gefahr von Selbstwertverlust, Sucht, Depression bis hin zu Selbstmord.

Gewalt in der Familie ist ein Verstoß gegen die Menschenrechte und keine „private Angelegenheit“. Die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder, die Gewalttaten ausgesetzt waren, selbst wieder Opfer oder Täter werden, ist sehr hoch. Deshalb ist Zivilcourage gegen Gewalt äußerst wichtig.

VERSCHIEDENE EINRICHTUNGEN UNTERSTÜTZEN SIE:

Informationsstelle gegen Gewalt: ☎ (01) 544 08 20

Frauenhelpline: ☎ 0800 222 555
(kostenlos, rund um die Uhr)

Kinderschutzzentren für misshandelte Kinder:
☎ 0800 808088 (www.die-moewe.at)

Kinderschutzzentrum Wien: ☎ (01) 526 18 20
(www.kinderschutz-wien.at)

Österreichische Frauenhäuser (www.aodef.at)

Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs (www.kija.at)

147 – Rat auf Draht: ☎ 147 (kostenlos, rund um die Uhr)

Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie
(www.interventionsstelle-wien.at)

Plattform gegen Gewalt in der Familie (www.gewaltinfo.at)

IHRE RECHTE ALS OPFER VON GEWALT:

• Wenn akute Gewalt droht, rufen Sie sofort die Polizei! (Tel.: **133** oder **112**)

Potentielle Täter werden aus der Wohnung entfernt und haben zwei Wochen Betretungsverbot.

• Wenn Sie länger Schutz brauchen, stellen Sie beim Bezirksgericht einen Antrag auf einstweilige Verfügung. So verlängert sich das Betretungsverbot auf vier Wochen.

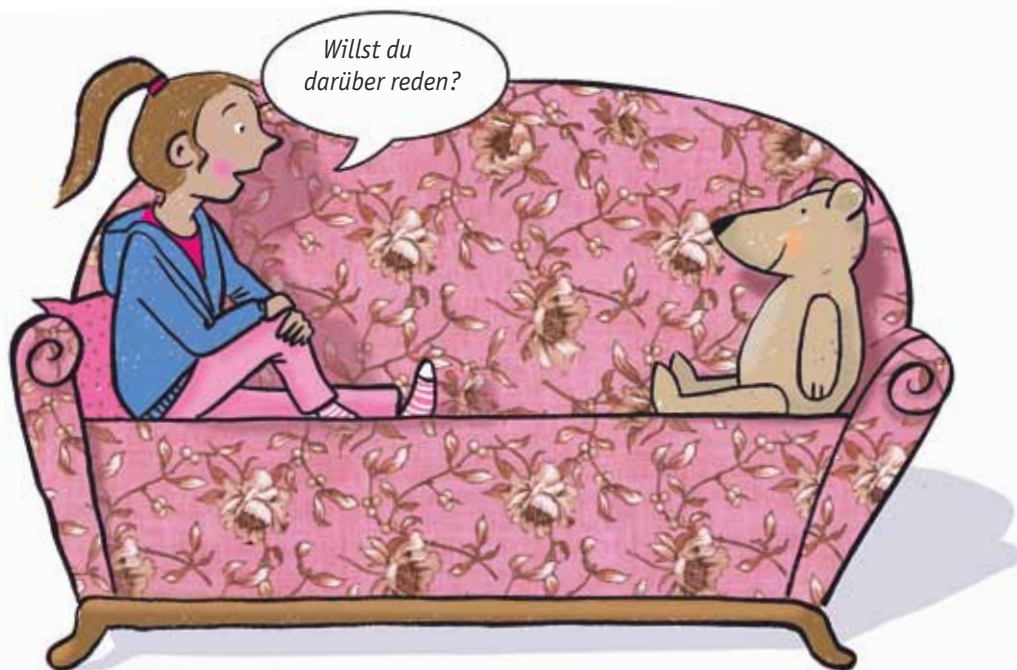
Was tun, wenn ich Gewalt beobachte?

Gewalt geht uns alle an! Wenn Sie Zeuge von einer Gewalthandlung sind (bei den Nachbarn, auf der Straße), legen Sie Zivilcourage an den Tag. Nicht vergessen: Wir haben für unsere Kinder Vorbildfunktion. Daher sind mutiges und selbstbewusstes Einschreiten und der Einsatz für Schutzbedürftige wichtig.

Strukturelle Gewalt wird oft nicht unmittelbar wahrgenommen, weil sie nicht aus einzelnen Attacken gegen jemanden besteht. So gesehen können viele Menschen, sogar unsere Kinder, z.B. Opfer einer rassistischen Einstellung in der Schule sein. Bitte schnell die dafür zuständigen Institutionen kontaktieren!

z.B.: **Beratungsstelle für Opfer und ZeugInnen von Rassismus** ☎ (01) 9291399

Helping Hands ☎ 0699 11338402



Geteiltes Leid ist halbes Leid!

*Psychotherapie,
Familientherapie,
Erziehungsberatung –
Was ist das?
Um bei Problemen die
passende professionelle
Unterstützung finden, und sie
rechtzeitig in Anspruch
nehmen zu können, sollten
Sie über all diese Angebote
informiert sein.*

„Die Nächte sind ein einziger Alptraum. Ich kann nicht einschlafen. Mein ganzes bisheriges Leben läuft vor meinem inneren Auge ab“, sagt Serpil. Ihr Hausarzt hat ihr wegen ihrer Schlafstörung, ihres Unwohlseins und ihrer Lustlosigkeit empfohlen, mit einer Psychotherapie zu beginnen.

Wer seinen Kummer ausspricht, findet Trost: Psychotherapie hilft bei Problemen und Erkrankungen seelischen Ursprungs. Es gibt verschiedene Psychotherapie-Methoden, aber allen ist gemeinsam, dass im Mittelpunkt das Gespräch steht. Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen verschreiben keine Medikamente. (Für diese sind Psychiater, Psychiaterinnen sowie Neurologen, Neurologinnen zuständig.)

Die körperliche und die seelische Gesundheit eines Menschen hängen eng zusammen. Wir können unseren Körper nicht von unserer Seele trennen. Körperliche Krankheiten belasten unsere psychische Gesundheit und umgekehrt. Zum Beispiel können körperliche Beschwerden wie Kopf-, Magen- oder Rückenschmerzen, Herzklopfen, Atemnot, Schweißausbrüche, Zittern, Taubheitsgefühle oder auch Lustlosigkeit, Schlafstörungen und Vergesslichkeit unterschiedlichste seelische Ursachen haben. Der Körper warnt damit, dass etwas in Ihrem Leben nicht stimmt. Das kann etwa ein familiäres Problem, eine Trennung von geliebten Personen, Angst vor

dem Verlust einer geliebten Person oder eine schädliche Lebensumgebung sein.

Psychotherapie unterstützt Sie dabei, die für Sie richtige und beste Lösung für Ihre Probleme zu finden. Voraussetzung ist, dass Sie sich selbst zur Therapie entschließen, dass Sie motiviert mitmachen, und dass Sie Vertrauen und Respekt gegenüber dem Therapeuten, der Therapeutin haben.

Immer noch gibt es dumme Vorurteile wie „Psychotherapie ist für Verrückte“ und falsche Grundsätze wie „Man muss alle Probleme selber lösen“.

Serpil hat zum Glück nicht darauf gehört. Sie besucht zwei Einzelsitzungen bei einer Psychotherapeutin, die ihr empfohlen wurde. Beim dritten Mal lädt die Therapeutin Serpils Mann zur Sitzung ein. Serpil ist mit ihrem Mann Kemal vor zehn Jahren nach Österreich gekommen. Sie führt jetzt den Haushalt und versorgt ihre beiden Kinder. Die Vierjährige geht in den Kindergarten und der Siebenjährige hat gerade mit der Schule begonnen. Kemal ist Schichtarbeiter und verbringt seine Freizeit fern von der Familie im türkischen Kaffeehaus. Serpil fühlt sich einsam und verlassen – das äußert sich bei ihr in Schlafstörungen. Bei der Paarsitzung schlägt die Therapeutin beiden vor, einen Kalender über die gemeinsam verbrachte Freizeit zu führen. Die Vereinbarung wird von Serpil und Kemal eingehalten und

führt dazu, dass bei beiden das Wohlbefinden steigt. Von den gemeinsamen Aktivitäten profitieren auch die Kinder. Serpils Beschwerden lösen sich langsam auf.

Haben Sie keine Angst vor der Psychotherapie und beginnen Sie sie rechtzeitig. Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen stehen unter Verschwiegenheitspflicht. Alles, was in der Therapie besprochen wird, ist vertraulich. Eine Sitzung dauert meist 50 Minuten, Familiensitzungen doppelt so lang. Die Dauer der Behandlung und die Abstände zwischen den einzelnen Sitzungen werden im Einzelfall vereinbart. Eine Altersbeschränkung für Psychotherapie gibt es nicht, sie kann in jedem Alter hilfreich sein.

Wer glaubt, Probleme in der Familie sollten am besten geheim gehalten werden, damit nichts nach außen dringt, schadet sich selbst und den anderen Familienmitgliedern. Die Familientherapie ist eine Form der Psychotherapie, die sich an Paare und Familien richtet. Hier nehmen alle am Problem beteiligten Familienmitglieder teil, das können auch die Großeltern, der Onkel oder eine gute Freundin der Familie sein. Gearbeitet wird an den Beziehungen der Personen untereinander. Schon kleine Änderungen in der Kommunikation können das ganze Fa-

miliensystem beeinflussen und verbessern. Die Erziehungsberatung richtet den Blick auf die Entwicklung Ihres Kindes, berät die Eltern darüber, worauf sie bei der Erziehung achten sollten und begleitet sie bei der Lösung von Erziehungsproblemen.

Eine Auswahl typischer Fragen, die zur Sprache kommen können:

„Meine fünfjährige Tochter ist in letzter Zeit sehr aggressiv geworden, sie verweigert alles und behandelt ihren Bruder schlecht.“

„Mein Sohn will immer seinen Kopf durchsetzen, er brüllt, schreit und weint bitterlich. Ich kann ihn dann nicht mehr beruhigen.“

„Seit der Kleine auf der Welt ist, will der Große auch gefüttert und gestillt werden.“

„Unsere Tochter hat jeden Tag vor der Schule Bauchweh.“

„Unsere 13-jährige Tochter ist total verschlossen, sie spricht ganz wenig mit uns, wir kommen nicht mehr an sie heran.“

„Unser Sohn hebt sein Handy nicht ab, hält sich an keine Vereinbarungen, macht was er will, wir sind in großer Sorge.“

Die Erziehungsberatung kann bei solchen oder ähnlichen Problemen helfen. Die Berater und Beraterinnen wollen Sie bei der Erfüllung Ihrer Aufgaben als Eltern mit Rat und Tat unterstützen.

WANN KANN MIR PSYCHOTHERAPIE HELFEN?

- Ich fühle mich krank oder habe Schmerzen, obwohl mein Arzt, meine Ärztin keine Erklärung dafür findet.
- Ich brauche regelmäßig Aufputsch-, Beruhigungs- oder Schlafmittel.
- Oft habe ich grundlos rasendes Herzklopfen.
- Ich habe Angst, die mich belastet, z.B. vor Kontakt mit Menschen, engen Räumen, Prüfungen.
- Ich habe Scham- oder Schuldgefühle, über die ich mit niemandem sprechen kann.
- Ich bin antriebs- und lustlos, erschöpft oder ständig überfordert.
- Ich habe keine Freude mehr am Leben.
- Eine schwierige Situation (Krankheit, Tod, Arbeitslosigkeit, Trennung, ...) belastet mich.
- Meine Beziehung oder Familiensituation überfordert mich.
- Ich bin süchtig – nach Alkohol, Drogen, Essen, Hunger, Liebe, Spielen.
- Ich fühle mich innerlich gezwungen, ständig dasselbe zu denken oder zu tun (z. B. Waschen, Zusperrern, Grübeln, ...).
- Mein Kind hat eines der genannten Probleme.

[WEITERE INFORMATIONEN]

www.psychotherapie.at



Kinderrechte: Schutz, Versorgung, eigene Meinung

Das umfassende Wohl von Kindern und Jugendlichen gehört in Österreich zu den grundlegenden Zielen des Staates und ist in der Verfassung abgesichert.

Der merkwürdige Zustand der 9-jährigen Ayşe in letzter Zeit fällt sowohl ihren Eltern als auch ihrer Lehrerin in der Schule auf. Die zart gebaute Ayşe isst kaum noch etwas, redet mit niemandem, verbringt die meiste Zeit in gedrückter Stimmung auf der Couch im Wohnzimmer oder zieht sich in ihr Zimmer zurück. Sie lässt die Fragen ihrer Mutter und ihrer Lehrerin unbeantwortet. Es ist offensichtlich, dass etwas Ayşe bedrückt, aber niemand weiß, was es ist. Eines Tages sieht die Lehrerin Ayşe umgeben von einigen älteren Kindern weinend in ihrer Tasche suchen. Als die Kinder sehen, dass die Lehrerin auf sie zukommt, verschwinden sie, Ayşe trocknet ihre Augen und tut so, als wäre nichts gewesen. Allerdings lässt die Lehrerin nicht locker und findet durch Gespräche mit Klassenkameraden von Ayşe heraus, was los ist: Seit einiger Zeit belästigt eine Gruppe von Kindern einer höheren Klasse Ayşe. Sie nehmen ihr in den Pausen das Taschengeld oder die Jause weg und drohen ihr, Schlimmeres anzustellen, falls sie es jemandem verrät. Ayşes Lehrerin benachrichtigt sofort ihre Eltern und organisiert eine Besprechung mit

Eltern und Lehrpersonen der anderen Kinder. Ayşe ist eines der vielen Mobbing-Opfer, von denen in letzter Zeit auch in Medien öfters berichtet wird. Unter Mobbing versteht man nicht einfache Streitereien zwischen Schülern/Schülerinnen oder körperliches Kräftemessen. Es geht dabei vielmehr um gezielte und wiederholte böswillige Handlungen, die eine Schädigung des Selbstwertgefühls und eine Ausgrenzung zum Ziel haben.

Neben Mobbing stellen psychologische und physische Gewalt, sexueller Missbrauch, Zwangsarbeit, Zwangsheirat oder Unterversorgung eines Kindes weitere Beispiele für Verstöße gegen Kinderrechte dar.

Die Konvention über die Rechte des Kindes wurde 1989 von den Vereinten Nationen beschlossen und von 193 Ländern unterschrieben. In Österreich sind die Kinderrechte in der Bundesverfassung verankert. Eltern und Kinder sollten daher über die Kinderrechte und die Ansprechstellen (z.B. Kinderschutzzentren) bei Verletzungen informiert sein.

Die wichtigsten Punkte:

- * Kinder haben das Recht auf ein gesundes Leben, auf die nötige ärztliche Hilfe und auf einen angemessenen Lebensstandard.
- * Kinder sind vor Gewalt, Missbrauch, Erniedrigung und Nötigung zu schützen.
- * Alle Kinder sind gleich. Kinder türkischer oder bosnischer Eltern haben dieselben Rechte wie Kinder österreichischer Eltern. Kein Kind darf aufgrund seiner Hautfarbe oder seines Geschlechts besser oder schlechter behandelt werden.
- * Kinder haben das Recht, ihre Meinung frei auszudrücken. Sie dürfen Vereine gründen und sich friedlich versammeln.
- * Jedes Kind hat ein Recht auf Privatsphäre. Z.B. darf niemand sein Tagebuch lesen.
- * Behinderte Kinder sollen dieselben Möglichkeiten und Angebote haben wie nicht behinderte Gleichaltrige.
- * Kinder haben ein Recht auf Bildung.
- * Kinder dürfen nicht ausgebeutet werden, z.B. durch Kinderarbeit.
- Kinder, die über ihre Rechte Bescheid wissen, können sich bei Verstößen leichter ausdrücken. •

Tipps für Eltern

- Vermitteln Sie Ihrem Kind das Gefühl, dass es ein wichtiger Teil der Familie und der Gesellschaft ist.
- Informieren Sie Ihr Kind über seine Rechte, indem Sie mit ihm darüber reden und ihm schriftliche Informationen geben, usw.
- Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie im Fall eines Verstoßes alles für sein Wohl unternehmen werden.

WAS IST BEI MOBBING (BULLYING) ZU TUN?

- 1 Anzeichen sehen:** Hinweise sind Angst, depressive Verstimmung, Schlafstörungen, morgendliches Erbrechen, Leistungsabfall, Rückzug aus Beziehungen, Minderwertigkeitsgefühle, chronische Schmerzen, Atemnotanfälle oder Essstörungen. Achten Sie auch auf zerrissene oder verschmutzte Kleidung und Schulmaterialien. Wenn Ihr Kind nie Freunde erwähnt oder nicht von der Schule erzählen möchte, kann ebenfalls Mobbing der Grund sein. Bagatellisieren Sie solche Anzeichen nicht, und tun Sie sie auch nicht ab mit Phrasen wie „Du musst dich halt wehren“.
- 2 Nachfragen:** Was passiert, wie lange schon, wann und wo? Wer ist beteiligt? Wenn Ihr Kind nichts sagen will, können vielleicht Lehrer oder Lehrerin, Mitschüler/Mitschülerinnen, Freunde/Freundinnen oder andere Eltern Auskunft geben. Zu Beweis Zwecken ist ein Mobbingtagebuch sinnvoll.
- 3 Selbstvertrauen aufbauen:** Üben Sie mit Ihrem Kind selbstbewusstes Auftreten (Nein sagen, Kritik aushalten, Schlagfertigkeit). Auch Judo, Karate oder Selbstverteidigung stärken das Selbstvertrauen. Das Kind sollte auch außerhalb der Schule Beziehungen zu Gleichaltrigen pflegen und Hobbys nachgehen.
- 4 Kontakt mit der Schule aufnehmen:** Lehrkräfte werden sensibler für Mobbing und Gewalt. Sollten Sie auf taube Ohren stoßen, wenden Sie sich an Schulpsychologen/Schulpsychologinnen, Schularzt/Schulärztin oder Bezirksschulrat.

[SERVICE]

Telefonberatung "Rat auf Draht": 147

Literatur: „Die Rechte von Kindern und Jugendlichen“ (BMWFJ)

Weitere Informationen: www.kinderrechte.gv.at



„Ohne Ende kein Anfang“

Trennung und Scheidung sind eine Belastung für Sie und Ihr Kind. Diese Krise gut zu bewältigen, macht jedoch auch stärker. Alles, was Sie tun, um wieder Sicherheit zu gewinnen, hilft auch Ihrem Kind.

„Bei der Hochzeit dachte ich noch: Alles wird gut, bis an mein Lebensende werde ich mit diesem Mann zusammen bleiben, Kinder kriegen, sie aufziehen, dann gemeinsam alt werden – und was ist jetzt?“

Emine versuchte viele Jahre lang, mit ihrem Mann Yusuf ein harmonisches Familienleben zu gestalten, doch irgendwie gelang es beiden nicht, ihre Streitereien friedlich und ohne gegenseitige Verletzungen zu lösen. In den letzten Monaten war das Zusammenleben schon so schwierig, dass ihre drei Kinder sichtbar darunter litten. Die angespannte Situation zu Hause belastete zunehmend die ganze Familie.

„Ich wollte mich wegen der Kinder nicht trennen. Damit sie nicht ohne ihren Vater aufwachsen. Ich hatte Angst davor, dass meine Eltern mich nicht unterstützen würden und überhaupt – ich hatte einfach Angst vor dieser großen Entscheidung. Außerdem hatte ich keine Ahnung, wie eine Scheidung funktioniert. Eine Freundin hat mir empfohlen, zu einer Beratungsstelle zu gehen. Dort habe ich Informationen über den Ablauf bei Gericht bekommen, ich konnte aber auch über meine verwirrenden Gefühle, Ängste und Sorgen sprechen. Das hat mir gut getan. Ich fühlte mich nicht mehr so unsicher und

auch nicht mehr so einsam. Danach bin ich nach Hause gegangen und habe endlich mit meinem Mann geredet. Nach vielen Gesprächen, die nicht immer friedlich verlaufen sind, und Schlichtungs- und Versöhnungsversuchen seitens unserer Familien, haben wir uns durchgerungen, eine so genannte einvernehmliche Scheidung bei Gericht zu beantragen. Wir wollten unsere Trennung und die familiären und finanziellen Veränderungen unter uns klären.“

Wenn Eltern sich trennen, bedeutet das immer eine große Veränderung für das Leben aller Familienmitglieder. Viele Dinge des Familienalltags müssen neu organisiert werden. Wer bringt das Kind in den Kindergarten? Wer holt das Kind ab? Wann sind die Kinder beim Vater, wann bei der Mutter? Wer behält das Auto? Wer geht zum Elternabend? Wer holt den Sohn vom Fußballtraining ab? Wer bleibt in der Wohnung? Wer zieht aus? Wie werden die Möbel aufgeteilt? Wer bezahlt wie viel Unterhalt? Wer zahlt den Kredit zurück? Können die Kinder weiterhin dieselbe Schule besuchen oder müssen sie die Schule wechseln? Wer kann dabei helfen? Wer fährt wann mit den Kindern auf Urlaub?

Kinder brauchen in dieser Phase viel Aufmerksamkeit und Liebe. Sie glauben oft, an der Trennung der Familie schuld zu sein und entwickeln Ängste. Sie möchten die Eltern gerne wieder versöhnen. Dabei können sie recht einfallsreich sein und die Eltern unter enormen Druck setzen: Das eine Kind kann plötzlich nicht mehr allein in die Schule gehen, das andere wird öfter krank, weint oft, sucht mehr als sonst die Nähe zu den Eltern, hört auf zu reden, schläft schlecht, will die Mama oder den Papa nicht alleine lassen, nässt wieder ein, regt sich über jede Kleinigkeit auf oder streitet viel mit den Geschwistern. Die Entscheidung zur Trennung treffen jedoch immer die Erwachsenen!

Ihr Kind braucht Zeit, um mit der neuen Situation zurecht zu kommen. Es braucht die Sicherheit, dass wichtige Dinge gleich bleiben: seine Versorgung, sein Kontakt zu beiden Eltern. Es braucht liebevolle Gesprächspartner, die seine Anliegen und verschlüsselten Hilferufe verstehen. Zeigen Sie Ihrem Kind oft, dass Sie es lieben und dass sich

• daran nichts ändern wird, auch wenn Sie getrennt vom anderen Elternteil leben.

• Vermeiden Sie unbedingt, über den anderen Elternteil schlecht zu reden oder Ihr Kind in den Paarkonflikt hineinzuziehen. Auch Verwandte müssen sich an diese Regeln halten. • Meistens bleiben jüngere Kinder bei der Mutter. Ältere Kinder können mitreden, wo sie künftig leben möchten. Nehmen Sie die Gefühle und Meinungen Ihrer Kinder ernst und überlegen Sie, was den Kindern zumutbar ist und was nicht (z.B. Schulwechsel, vorübergehende Unterbringung bei den Großeltern in der alten Heimat, Übersiedlung, ...).

• Kinder brauchen bei der Bewältigung dieses einschneidenden Lebensereignisses Unterstützung durch Erwachsene. Wenn Sie selbst gerade nicht die Kraft haben, diese Aufgabe alleine zu erfüllen, können Sie durchaus etwa eine Tante, einen Onkel oder einen anderen vom Kind geschätzten Erwachsenen um Hilfe bitten. •

(MEHR ZUM THEMA)

FAMILIE GEHT AUCH ANDERS

Wie Alleinerziehende, Scheidungskinder und Patchworkfamilien glücklich werden.

von Ochs Matthias, Orban Rainer
Carl-Auer Verlag



Tipps für Eltern die sich trennen

- Es ist wichtig, abzuwägen, ob ein von Aggression, Streit und Respektlosigkeit geprägtes Familienleben wirklich besser ist als eine Trennung im Einvernehmen über die geteilte Elternschaft. Je länger der Trennungsprozess dauert, desto größer wird die Belastung für alle.
- Suchen Sie bei unüberbrückbaren Hindernissen eine Beratungsstelle auf und holen sie sich professionelle Hilfe (Familienberatungsstelle, Mediation, anwaltliche Beratung).
- Informieren Sie die Kinder über die Trennung rechtzeitig und auf altersgerechte Weise.
- Versichern Sie den Kindern, dass sie nicht an der Trennung schuld sind und dass Sie als Eltern immer für sie da sind.
- Nehmen Sie alle Ängste Ihrer Kinder ernst.
- Berücksichtigen Sie bei der Trennungsvereinbarung auch die Bedürfnisse der Kinder.
- Zeigt Ihr Kind über längere Zeit auffällige Verhaltensweisen, wenden Sie sich an Kinderarzt/Kinderärztin, Psychotherapeuten/Psychotherapeutin oder Psychologen/Psychologin.
- Ermöglichen Sie nach einer Trennung Ihrem Kind den regelmäßigen Umgang mit beiden Elternteilen. Tragen Sie Konflikte nie über das Kind aus und machen Sie es auch nicht zum Partnerersatz.
- Das Besuchsrecht besteht unabhängig vom Unterhalt und ist auch ein Recht des Kindes.
- Nehmen Sie sich an den Besuchstagen wirklich Zeit für Ihr Kind. Überschütten Sie es nicht mit Geschenken oder Naschereien, sondern unternehmen Sie etwas, das ihm Freude macht. Interessieren Sie sich auch für Alltagsangelegenheiten. Fragen Sie Ihr Kind jedoch nie aus.
- Wenn Sie selbst die Trennung noch nicht bewältigt haben, können Sie Ihrem Kind ruhig sagen, dass Sie überfordert und hilflos sind. Versprechen Sie ihm, dass Sie sich um Hilfe kümmern. Manchmal genügt Fachliteratur oder der Rat von Freunden. Andere Situationen erfordern fachliche Begleitung.

[SERVICE]

www.rainbows.at

RAINBOWS hilft Kindern und Jugendlichen in stürmischen Zeiten – bei Trennung, Scheidung oder Tod naher Bezugspersonen.



Es ist noch nicht aller Tage Abend

Ein alleinerziehender Elternteil, der das Leben neu plant und dabei nicht auf die eigenen Bedürfnisse vergisst, ist den Kindern ein ermutigender und starker Partner.

„Nach der Scheidung habe ich mich ausschließlich auf die Kinder konzentriert, habe nur für sie gearbeitet, habe mich abgemüht und die ganze Zeit versucht, die Kinder die Abwesenheit des Vaters nicht spüren zu lassen.“ (Tugba, 30)

„Wenn meine Tochter frech oder schlechter Laune ist, möchte ich nicht schimpfen, weil ich immer daran denke, dass ich sie durch die Scheidung vom Vater getrennt habe.“ (Pelin, 25)

„Die Einsamkeit ist manchmal nicht auszuhalten. Auch unter meinen alten Freundinnen fühle ich mich nach der Trennung unverstanden und allein.“ (Lina, 39)

„In den Augen der Menschen lese ich immer wieder Fragen wie: Wird sie das alleine mit den Kindern schaffen? Wird sie es alleine aushalten? Wird sie sich einen neuen Mann anlachen? Offen gesagt habe ich genug von Schuldgefühlen und von der Angst zu versagen. Ich habe genug von den kontrollierenden Blicken der anderen. Manchmal will es einfach aus mir heraus und ich schreie. Dann sehe ich aber die Angst in den Augen der Kinder und bereue es.“ (Derya, 33)

All das sind Zitate alleinerziehender Mütter. Ihre Zahl nimmt zu. Auch alleinerziehende Väter gibt es immer mehr, doch es scheint, dass die Gesellschaft von Müttern noch mehr Aufopferung für die Kinder erwartet. Alleine Kinder aufzuziehen ist kein neues Phänomen, aber die Gründe sind heute andere als früher: Scheidung und Trennung statt Tod des Partners.

Das größte Problem für alleinerziehende Eltern sind Vorurteile und kritische Bemerkungen. Hat zum Beispiel ein Kind in der Schule Probleme, so wird der Grund sofort darin gesehen, dass es ein Scheidungskind ist. Deshalb: Wenn einmal nicht alles läuft wie geschmiert, führen Sie das nicht gleich auf die Familienform zurück! Auch so genannte „intakte“ Familien kennen Schlafmangel, Schulprobleme, Pubertätsstreitereien, kleinere und größere Krisen.

Entscheidend für sein Wohlbefinden und seine Entwicklung ist die Qualität der Beziehungen zu den Personen seiner Umgebung. Gut genug sind Sie, wenn Sie Ihrem Kind Zuwendung, Anerkennung, Geborgenheit und Ansprache geben. Diese Dinge lassen sich nicht in Zeit oder Mühe messen. Der Maßstab ist Ihr Gefühl als der Mensch, der dem Kind am nächsten steht: Wenn Ihr Sohn, Ihre Tochter im Großen und Ganzen ausgeglichen und zufrieden wirkt, sind Sie zweifellos „gut genug“. Verabschieden Sie sich von Schuldgefühlen wegen Dingen, die Sie ihm/ihr vielleicht nicht bieten können. Sie brauchen auch den anderen Elternteil nicht zu ersetzen. Ihr Kind sucht sich männliche und weibliche Vorbilder in der Familie

und in der Umgebung. Was es von Ihnen braucht, sind Geborgenheit, Anerkennung, Ruhe und Abwechslung, Platz für Kreativität und Genuss. All das können Sie ihm selbstverständlich auch als Alleinerziehende(r) bieten.

Bemerkungen wie „Für mich gibt es nur mehr dich in meinem Leben“ oder „Ich will nur mehr, dass du glücklich wirst“, üben hingegen großen Druck auf die Kinder aus und

können die Entwicklung einer unabhängigen Persönlichkeit behindern. Später, bei der notwendigen Loslösung in der Pubertät, leidet dann auch der/die Alleinerziehende. Daher gilt: Nur wer selbst glücklich ist, kann auch andere glücklich machen. Auch wenn eine Ehe glücklos endet, bedeutet das kein Ende. Eine Mutter oder ein Vater, der/die mit Mut und neuer Hoffnung einen Neuanfang wagt, gibt auch den Kindern Mut und Hoffnung. •

Tipps für Alleinerziehende

- Ihre Familie braucht Zeit, sich neu zu organisieren.
- Versuchen Sie, auch die positiven Seiten des neuen Lebens zu sehen.
- Ermutigen Sie Ihre Kinder beim Aufrechterhalten der Beziehung zum abwesenden Elternteil.
- Zeigen Sie den Kindern, dass beide Elternteile in Fragen der Erziehung und der Betreuung um eine gute Zusammenarbeit bemüht sind.
- Offenheit und Ehrlichkeit im Umgang mit den Kindern hilft beim Zurechtfinden in der neuen Familiensituation.
- Machen Sie sich bewusst, dass Sie nicht alleine sind und suchen Sie Kontakt zu anderen alleinerziehenden Eltern.
- Beziehen Sie Probleme nicht gleich auf Ihre Familienform, sondern suchen Sie nach den Ursachen und bemühen Sie sich um eine Lösung.
- Sie sollen und können den anderen Elternteil nicht ersetzen.
- Trauen Sie Ihrem Kind zu, dass es in dieser Familienform glücklich leben kann.
- Machen Sie sich bewusst, dass Ihr Kind einmal erwachsen sein und ausziehen wird und pflegen Sie auch eigene Interessen, Hobbys und Kontakte.
- Pflegen Sie Kontakt zu Freunden und Verwandten, bei denen Sie sich wohl fühlen.
- Erkundigen Sie sich nach Angeboten speziell für Alleinerziehende.
- Machen Sie eine Liste mit hilfreichen Menschen, auf die Sie zurückgreifen können, wenn es eng wird.

KINDERBÜCHER

FÜR KLEINKINDER

Brigitte Weninger: **AUF WIEDERSEHEN, PAPA**, Minedition



FÜR KINDERGARTENKINDER

Claire Masurel, Kady MacDonald Denton: **ICH HAB EUCH BEIDE LIEB!**, Brunnen-Verlag



FÜR VOLKSSCHULKINDER:

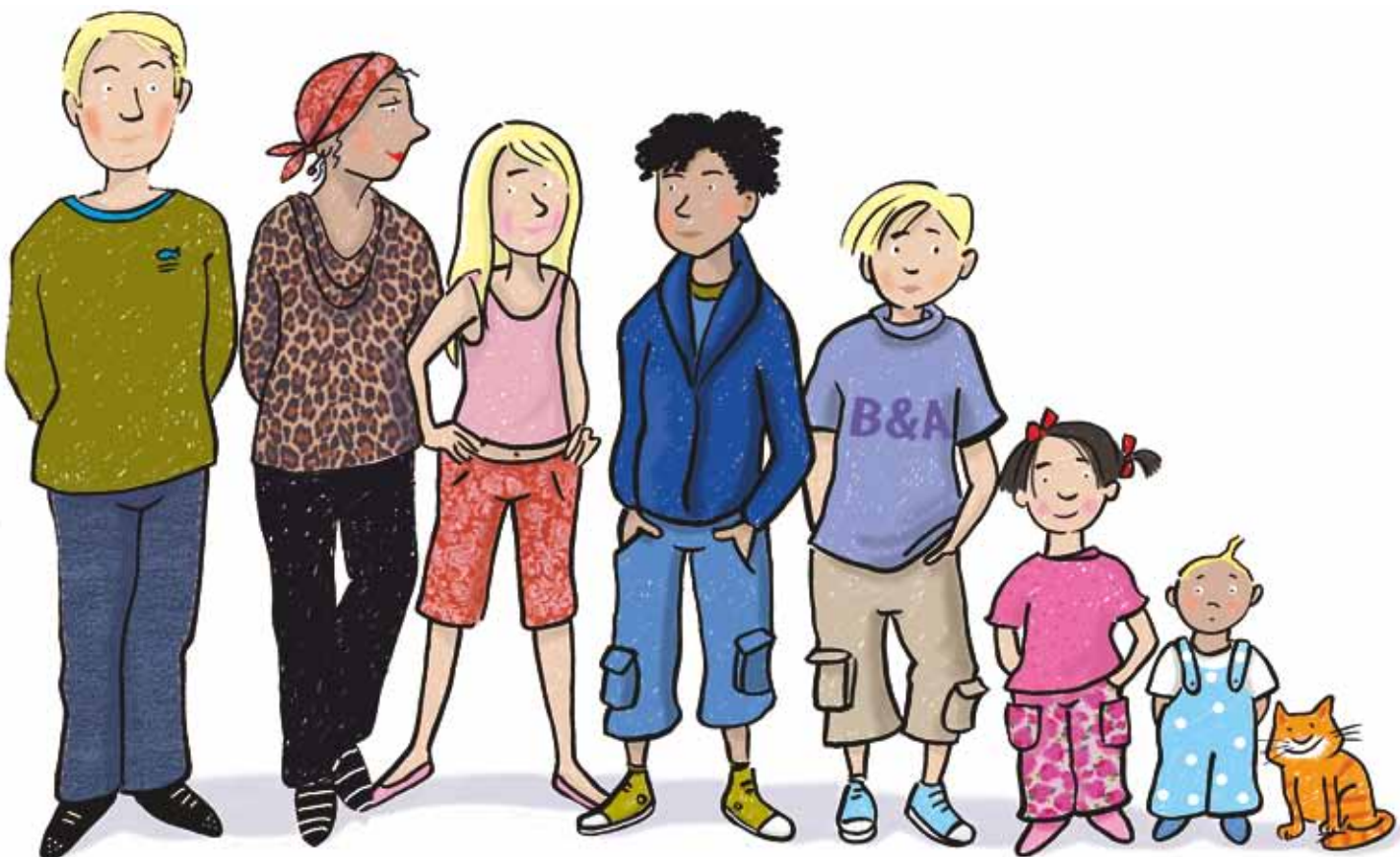
Martina Baumbach: **UND PAPA SEH ICH AM WOCHENENDE**, Thienemann Verlag



FÜR ÄLTERE:

Peter Härtling: **LENA AUF DEM DACH**, Beltz Verlag





Wer die Rose liebt nimmt die Dornen in Kauf!

Versuchen Sie, sich vom Idealbild Vater-Mutter-Kind zu verabschieden. Lassen Sie sich neugierig und zuversichtlich auf Ihre besondere Familienform ein.

Patchworkfamilie (also „zusammengesetzt“) nennt man üblicherweise eine Familie, die entsteht, wenn zumindest ein Partner ein Kind in eine neue Beziehung mitbringt. Das heißt, es müssen weder beide Partner Kinder haben, noch muss es ein gemeinsames Kind geben. Da auch eine Heirat nicht notwendig ist, leben viele Menschen in Patchworkfamilien, ohne es zu wissen.

Patchworkfamilien gibt es schon sehr lange. In früheren Jahrhunderten war das Risiko, jung zu sterben, viel höher. Ein-Eltern-Familien waren keine Seltenheit. Aus wirtschaftlicher Notwendigkeit entstanden in der Folge Patchworkfamilien. Heute wird allerdings den Einflüssen dieser Familienform auf die Kinder viel mehr Aufmerksamkeit geschenkt als früher.

Cemile lebt seit ihrer Scheidung vor drei Jahren mit ihren beiden Kindern Ates (8 Jahre) und Bora (6 Jahre) in Wien. Ursprünglich stammt sie aus Istanbul. Der Vater der Kinder ist nach der Trennung nach Istanbul zurückgekehrt. Die Kinder sehen ihren Vater regelmäßig in den Semester

ferien und im Sommer. Cemile lernt in Wien Vincent und seine achtjährige Tochter Carmen kennen. Nach einem halben Jahr zieht Cemile mit ihren beiden Söhnen zu Vincent. Allerdings haben Cemile und Vincent die Kinder nicht darauf vorbereitet. Diese reagieren sehr ablehnend auf die neue Situation.

Carmen, die nun plötzlich alles mit den Stiefbrüdern teilen muss, beschwert sich bei Vincent, dass er nicht mehr genug Zeit mit ihr verbringt. Ates und Bora spielen miteinander, ohne Carmen mit einzubeziehen und sprechen untereinander oft Türkisch. Vincent will daraufhin den Buben verbieten, daheim ihre Muttersprache zu sprechen, was zu einem Streit mit Cemile führt.

Natürlich gibt es in jeder Familie Konflikte, in Patchworkfamilien jedoch ist das Risiko dafür besonders groß - und die Gefahr des Scheiterns hoch.

Für die Entwicklung von Harmonie und Balance in der neuen Familie sind vor allem Geduld und viel Zeit notwendig. Als Faustregel gilt: Bis zu fünf Jahre braucht es, bis alle Be-

dingungen für ein glückliches Zusammenleben erfüllt sind. Mühe und Ausdauer werden aber sicherlich belohnt. Am Ende erwerben die Kinder gute soziale Fähigkeiten, Kompromissfähigkeit und Toleranz. Und jedes Familienmitglied profitiert vom großen Netzwerk und der gegenseitigen Unterstützung.

Was hilft dabei, den Start in die Patchworkfamilie zu erleichtern?

Beziehen Sie zunächst Ihre Kinder in die Planung der neuen Familiengründung mit ein. Geben Sie sich und den Kindern Zeit, sich an die Veränderungen zu gewöhnen und respektieren Sie alle Gefühle. Stellen Sie die Kinder nicht vor vollendete Tatsachen – sie fühlen sich dann übergangen.

Wenn Mann und Frau Kinder mitbringen, geht es als erstes darum, Balance und Harmonie unter allen Familienmitgliedern herzustellen. Legen Sie Aufgabenteilung und Zuständigkeiten klar fest. Das gibt allen Sicherheit und Orientierung.

Die Kinder müssen die Möglichkeit haben, ihre biologische Mutter oder den biologischen Vater zu treffen und mit ihr oder ihm

Zeit zu verbringen. Sprechen Sie nie schlecht über den abwesenden leiblichen Elternteil.

Wenn Sie auch eigene Kinder haben, stehen Ihnen diese gefühlsmäßig näher. Sie dürfen Unterschiede machen! Solange diese niemanden kränken oder beschämen.

In Cemiles Familie ist zusätzlich die Zweisprachigkeit ein Thema. Natürlich muss es eine gemeinsame Sprache geben, die alle Familienmitglieder verstehen. Es ist aber ebenso wichtig und notwendig, dass die mitgebrachten Erstsprachen weiter gesprochen werden und respektiert werden.

Je besser und genauer sich die Erwachsenen vor der Familiengründung über Wünsche und Pläne austauschen, desto besser werden sie mit Problemen umgehen können. Denn jedes einzelne Familienmitglied ist einzigartig und hat seine eigene Geschichte.

Gegenseitiger Respekt und Anerkennung der Unterschiedlichkeit entscheiden darüber, wie die Puzzlesteine zu einem gelungenen Ganzen zusammengesetzt werden. •

(MEHR ZUM THEMA)

PATCHWORK-FAMILIE

Maja Gerber-Hess
Bertelsmann

DEINE, MEINE UND UNSERE KINDER

Anne C. Bernstein
Herder

Tipps für Eltern

- Geben Sie sich Zeit und haben Sie Geduld bei der Zusammenführung beider Familien.
- Jedes Familienmitglied muss seinen Platz in der neuen Familie finden, dazu gehört, dass Aufgaben und Verantwortung klar verteilt und vermittelt werden.
- Planen Sie neben Zeiten, wo die ganze Familie zusammen ist, auch genügend Zeit für jeden Elternteil mit den Kindern einzeln, und mit den Kindern gemeinsam ein.
- Beziehen Sie die Kinder bei der Gestaltung der Wohnung und beim Entwurf der Familienregeln von Anfang an mit ein.
- Achten Sie bei der Verteilung der Aufgaben im Haushalt auf Ausgewogenheit und Gerechtigkeit.
- Besprechen Sie die Regeln für die Patchworkfamilie gemeinsam mit den Kindern.
- Überlegen Sie die passende Gestaltung von Besuchszeiten bzw. -wochenenden mit allen Beteiligten.
- Besprechen Sie Unklarheiten oder Erziehungsunterschiede mit Ihrem Partner, Ihrer Partnerin und bemühen Sie sich in wichtigen Bereichen um einen einheitlichen Erziehungsstil. Halten Sie die vereinbarte Linie konsequent – auch in Abwesenheit des/der anderen – ein.
- Achten Sie auf respektvollen Umgang gegenüber allen Familienmitgliedern.
- Sagen Sie Ihren Kindern klar, dass Sie Respekt gegenüber Ihrem Partner, Ihrer Partnerin erwarten. Haben Sie aber auch Verständnis für die Gefühle Ihrer Kinder.

BROSCHÜREN

Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend:

Informationsmaterialien (in deutscher Sprache) zu den Bereichen Wirtschaft, Familie und Jugend können auf der Website www.bmwffj.gv.at/publikationen angefordert werden.

*Die Familienberatungsstelle in Ihrer Nähe (teilweise mit Beratung in türkischer Sprache) finden Sie auf: **www.familienberatung.gv.at** oder telefonisch bei der kostenlosen **Familienservice-Hotline 0800 240 262***

ELTERNBILDUNG

Kontaktadresse im Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend

Abteilung II/2
Franz-Josefs-Kai 51
1010 Wien
Tel.: 01/711 00-3225
henriette.wallisch@bmwfj.gv.at
www.eltern-bildung.at

*Auskünfte über Elternbildungsveranstaltungen erhalten Sie auch bei Ihren
örtlichen Bildungseinrichtungen und auf
unserer Website*

www.eltern-bildung.at

Informieren Sie sich über alle Entwicklungsphasen Ihres Kindes sowie über Herausforderungen in besonderen Lebenssituationen und bestellen Sie die kostenlosen Elternbriefe und Tipps für Eltern auf CD-ROM (beides in deutscher Sprache) unter:

www.bmwfj.gv.at/publikationen
www.eltern-bildung.at

ELTERNBRIEFE

- Gut durch die ersten 8 Wochen
- Das 1. Lebensjahr
- Vom 1. bis zum 3. Geburtstag
- vom 3. bis zum 6. Jahr
- vom 6. bis zum 10. Jahr
- Für Eltern von Teenagern
- Alleinerziehend
- Patchworkfamilie
- Späte Eltern
- Für türkische Eltern
- Für Eltern von Kindern mit Behinderung

TIPPS FÜR ELTERN AUF CD-ROM

- Schwangerschaft, Geburt und die ersten 8 Wochen danach
- Die ersten zwölf Monate
- Vom ersten bis zum dritten Geburtstag
- Kindergartenalter
- Volksschulalter
- Pubertät
- Alleinerziehend
- Patchworkfamilie
- Späte Eltern

IMPRESSUM

Herausgeber und Medieninhaber:

Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend
1010 Wien, Franz-Josefs-Kai 51

Redaktion: Abt. II/2, Tel.: 01/711 00-3244; Fax: 01/711 00-933244, post@II2.bmwfj.gv.at

Autorinnen: Mag.^a Katharina Ratheiser, Aslıhan Karabiber, Ayşe Aktuna, Berin Alıcı, Judith Hanser, Mag.^a Nilgöl Şahinli

Illustrationen und Layout: Carola Holland

Druck: Niederösterreichisches Pressehaus



hier endet der türkische teil

anne-baba 'ya mektuplar

Für türkische Familien



İçindekiler

Sáýfa

1	GURBET TE ANNE-BABA OLMAK <i>Her yeni başlangıç, zor olsa da, bir şanstır.</i>		4
2	EĞİTİM MODELLERİ <i>"Seçim yapma şansın mı var, derdin var"</i>		6
3	KÜLTÜR <i>"Benim kültürüm, senin kültürün, bizim kültürümüz ..."</i>		8
4	KADIN ERKEK ROLLERİ VE BU ROLLERDE YAŞANAN KARMAŞANIN YARATTIĞI SORUNLAR <i>Bir elin nesi var, iki elin sesi var</i>		10
5	DİL GELİŞİMİ VE DESTEKLENMESİ <i>"Bir lisan bir insan, iki lisan iki insan"</i>		12
6	ÇOCUĞUN BECERİ VE YETENEKLERİNİN GELİŞTİRİLMESİ <i>"Ağaç yaşken eğilir"</i>		14
7	ÇOCUKLARIMIZI YUVAYA EN UYGUN ŞEKİLDE NASIL HAZIRLAYABİLİRİZ? <i>Ağaç yaşken eğilir</i>		16
8	OYNAMANIN VE OYNAYARAK ÖĞRENMENİN ÇOCUK İÇİN ÖNEMİ <i>Kızma Birader ...</i>		18
9	ÇOCUKLARIMIZI İLKOKULA NASIL EN UYGUN ŞEKİLDE HAZIRLAYABİLİRİZ? <i>Okula başlarken ...</i>		20
10	YUVADA VE OKULDA UYGULANAN PSİKOLOJİK TESTLER <i>Beynimizi keşfederken ...</i>		22
11	GELİŞİM BOZUKLUKLARI, DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU (DEHB) <i>Çocuğum Hiperaktif mi?</i>		24
12	FİZİKSEL VE/VE YA ZİHİNSEL ÖZÜRLÜ ÇOCUĞU OLAN AİLELERİN YAŞADIKLARI GÜÇLÜKLER <i>Doğmadık çocuğa kaftan (don) biçilmez</i>		26
13	ERGENLİK DÖNEMİ <i>"İki arada, bir derede kalmak"</i>		28
14	GÖÇ VE KUŞAKLARARASI ÇATIŞMA <i>"Eskiye rağbet olsaydı, bit pazarına nur yağardı"</i>		30
15	AİLE İÇİ ŞİDDET <i>Şiddet özel hayat meselesi değildir!</i>		32
16	PSİKOTERAPİ, AİLE TERAPİSİ, ÇOCUK EĞİTİMİ DANIŞMANLIĞI NEDİR? <i>Derdini söylemeyen derman bulamaz</i>		34
17	ÇOCUK HAKLARI <i>Çocuk hakları: Korunma, barınma ve şikayet hakkı</i>		36
18	ANNE-BABA AYRILDIĞINDA... <i>Her bitiş yeni bir başlangıçtır!</i>		38
19	YALNIZ ÇOCUK YETİŞTİREN ANNE-BABALAR <i>Gün doğmadan neler doğar!</i>		40
20	PATCHWORK AİLE <i>Gülü seven dikenine katlanır!</i>		42



Sevgili anneler,

Sevgili babalar!

Ne kadar zamandır Avusturya´da yaşıyorsunuz farketmiyor, çocuğunuz varsa daima yeni bir soru ortaya çıkıyor. Nerede bir kreş ya da uygun bir okul var? Hangi evraklar ne için lazım? Eski kültür yenisi ile ne kadar uyumlu?

Her ailede olduğu gibi, sizin ailenizde de günlük yaşamda küçük ya da büyük sorunlar yaşanabilir. Çoğunlukla basit cevaplar sorunları çözerken, bazende bu tür sorunların başka ailelerde de yaşandığını bilmek bize yardımcı olabiliyor.

Ekonomi, Aile ve Gençlik Bakanlığı "Ebeveyn Mektupları" ile sorumluluk sahibi anne-babalara destek ve danışmanlık sunuyor. Gerçi, bröşürler iyi bir arkadaşın, candan bir akrabanın, sağlam bir iletişim ağıının ve danışmanlık bürolarının yerini tutamaz ama değerli önerilerle onları tamamlayabilir.

Ayrıca internet sitesi www.eltern-bildung.at´den de sizin için gerekli bilgilere ulaşabilirsiniz. Çünkü bilgi anne-babanın işini kolaylaştırır!

Size ve ailenize, her şeyin gönlünüzce olmasını diliyor!


Dr. Reinhold Mitterlehner
Ekonomi, Aile ve Gençlik Bakanı

www.eltern-bildung.at



Her yeni başlangıç, zor olsa da, bir şanstır.

*Avusturya'ya adım atar
atmaz nereye bakarsanız yeni
sorunlar ve sorularla
karsılaşırsınız doğaldır. Ama
o kadar çok cevap ve
çözümde var! Danışma
merkezleri, uzun zamandır
burada yaşayan tecrübeli
komşular ve aile bireyleri
size yardımcı olacaktır.*

„Karım ve ben, Avusturya'ya gitmeye karar
verdiğimizde, bu adımın ailemiz ve çocukla-
rımız için ne anlama geleceğini uzun uzun
düşünmemiştik. Almanya'da yaşayan abim
bize oraları anlatmıştı.“

Biraz düşünüp biz de denemeye karar verdik.
Yaşantımızın daha iyi olacağına, çocukların-
nın daha iyi eğitim olanaklarına kavuşacağı-
na, daha fazla para kazanacağımıza, daha
parlak bir geleceğin bizi beklediğine inandık.
Vatanı terketmenin kolay olmadığını
biliyorduk elbette, ama bu konuda fazla
kafa yormadık.“

Yabancı bir ülkeye göç eden ailelerin
öyküleri genellikle buna benzer.

Göç kararı, çoğu zaman hızlı alınan bir
karardır. Bu kararın aile üzerinde nasıl bir
etki yaratabileceği, aile bireylerinin bu
değişikliklerin sonuçlarıyla nasıl baş
edebileceği gibi konular hakkında düşün-
meye zaman kalmaz. Bir taraftan günlük
hayatın meşgalesi, diğer taraftan eksik
bilgilenme nedeniyle bu konular gözden
kaçabilir.

Bir kriz halinde yaşanan bu durumu, her aile
bireyi farklı yaşayıp farklı hissedebilir.
Bireyin yeni çevresine uyum gösterme hızı,
yabancı dili öğrenmesi, toplumsal, sosyal,
ekonomik koşulları tanınması ve buna paralel
olarak kendi ruh sağlığı ve sosyal refahına
özen göstermesi, oldukça yorucu bir süreçtir.
Bazıları bu değişimin üstesinden kolaylıkla
gelirken, bazıları ise epeyce zorlanır.

Birlikte getirilen kültürel, sosyal, dini ve
ailevi değerlerin geçerliliği sınıanır. Aile
bireyleri, bu değerleri yeni yaşamlarına
uydurmaya ve entegre etmeye çalışırken,
birbirlerinden çok farklı davranabilir.
Örneğin kimi adetlerden vazgeçilirken,
kimilerinde değişiklikler yapılır, hatta yeni
adet ve değerler benimsenir. Bu fikir alış
verişi, hem eşler, hem de eşlerle çocuklar
arasında ne kadar açık ve dürüst bir biçimde
yapılırsa, aile bireyleri de kendilerini o kadar
güvencede hissederler.

Özellikle anne-babalar bu geçiş döneminde
zorlanırlar. Bir taraftan yeni koşullara uyum
çabası, diğer taraftan çocuklara güvenilir
ebeveyn kalma isteği hiçte kolay olmaz.

Belki her şey sizin düşündüğünüzden daha başka ama hayal kırıklığınızla çocukların cesaretini kırmak istemeyebilirsiniz. Tüm bunların dışında halledilmesi gerekenler: Çocuklar için yeni yuva, yeni okul bulunacak, çocuklar yeni arkadaşlar edinecektir. Üstelik bu dönemde her zamankinden daha fazla duygusal destek ve güvene gereksinimleri vardır.

“Almanca öğrenme telaşı, ev bulma, iş bulma, devletle ilgili işleri halletme çabaları derken çocuklarımı nerdeyse unutmuştum. Kendi sorunlarımla o kadar meşguldüm ki, çok sevdiğim ninesinden ayrılmak zorunda kalan küçük kızımın acısını, endişe ve korkularını paylaşacak zamanım yoktu. Giderek kendi anneliğimden, çocuk yetiştirme becerimden şüphe etmeye başladım, sanki felç geçirmiştim. Oturduğumuz evdeki bir komşuyla ilişkiye girdikten sonra kendimi daha güvencede hissetmeye başlayıp çocuklarıma karşı olan sorumluluklarımı üstlenebildim. Avusturya’da yerleşik olabilmek için sadece benim değil, eşim ve çocuklarıma da zamana ve sabıra ihtiyacı vardı. Bir danışma merkezinin broşürü elime geçti. Oradaki danışmanla tüm sorunlarımı konuşabilmek bana çok yardımcı oldu. Danışman, göç öykü-

mü ilgiyle dinledi. Ayrılık acılarım, korkularım, dileklerim üzerine rahatça konuşabildim. Bu beni öyle bir rahatlattı ki, yeniden güç ve enerjiyle doldum, umutlandım.”

Korkular ve beklentiler hakkında konuşabilmek... kendinizi vatanınızda gibi hissedebilmeniz için önemli bir adım. Çünkü bu güvendiğiniz insanlar var anlamına gelir. Onlardan fikir ve yardım alabilirsiniz. Bu tür insanları arayın – Ne kadar çok olduklarını görünce şaşıracaksınız. Bir komşu, daha önce göç etmiş bir akraba, ya da bir danışmanlık merkezi size tecrübeli bir rehber olabilir. Onlar sizin yeni yaşam alanınızda kolayca yön bulabilmeniz için yardım etmek isteyeceklerdir.

Kızım bunu halleder

Çocukların çevrelerine uyum sağlamaları ve yeni bir lisan öğrenmeleri genellikle yetişkinlerden daha hızlı ve kolaydır. Kreş, okul, yeni arkadaş çevresi çocuğa yeni vatanının kültürünün, toplumunun ve değerlerinin kapısını açar. Oğlunuzu ya da kızınızı tercüman olarak yanınıza almak, onlardan devlet dairesi işlerini halletmelerini beklemek tabi ki, çok cazip bir fikir. Fakat bu çocuklar için büyük bir yük olacaktır. •

Öneriler

- Okul sistemi ve çevrenizdeki size gerekli ve yardımcı olacak kurumlar hakkında bilgi sahibi olun.
- Bir danışmanlık merkezine başvurun.
- Anne-babalar, her zaman her şeyi bilemiyebilirler. Öğrenmeye ve yeni deneyimlere açık, meraklı kişiler olarak çocuklarınıza örnek olun.
- Gurbetin ilk zamanlarında yaşanan tüm zorluklara karşın, çocuklarınıza şefkat, sevgi ve güven gösterin. Avutmak için ve onu anladığınızı göstermek için kelimelere ihtiyaç yok. Sıkı bir sarılma “beraber her şeyi başarsınız” anlamına gelir.
- Çocuklarınızı yeni çevrelerini tanıyıp, yeni dostluklar kurmak yolunda cesaretlendirin.
- Çocuklarınıza yaşlarına uygun sorumluluklar verin.
- Ailece iyi ve kötü yeni tecrübeleriniz ve edindiğiniz izlenimlerden bahsedin.



„Seçim yapma şansın mı var, derdin var”

Avusturya’da çocuk eğitimi ve bakımı konusunda anne-babalara destek verecek bir çok kurum ve devlet dairesi vardır. Gençlik daireleri ve Aile Danışmanlığı Merkezlerinin görevlerini aşağıdaki yazımızda okuyabilirsiniz.

Eşi işten geldiğinde, Nesrin elinde bir sürü broşür ve bilgilendirme kağıtlarının önünde oturuyordu. Bazıları Almanca, bazılarıysa Türkçeydi. Bir çoğunun üzerinde sevimli çocuk resimleri vardı. Nesrin „Bugün Göçmen Aileleri Danışmanlık bürosundaydım. Çocuklar için gerekli olan diğer evrakları da öğrendim. Bana diğer broşürleri okumamda yardım edermisin? Burada hepsi yazılı: „Okullar, doktorlar, spor, alabileceğimiz destekler v.s.”

Avusturya’ya yeni yerleşen göçmenler ana-baba olarak ilk günden itibaren oldukça zorlanırlar. Çocukları okula alıştırmak, küçükler için bir kreş bulmak zorundadırlar. Çocuğumu nerede ve ne zaman kayıt ettireceğim, bu konularda nereden destek alabilirim, çocuk bakımı mümkün mü,

çocukların boş zamanlarını nerede anlamlı bir şekilde geçirebilirler? Bunlar ve benzeri sorular anne-babaların kafalarını meşgul eder.

Belki farkettiliniz „Doğru” çocuk eğitimi her ülkede aynı değil. Bu farklılıkları görmek önemli, çünkü çocuklarınızın günlük yaşamında önemli bir rol oynar. Bu yüzden cesaretiniz kırılmasın, tam tersine yeni şeyler öğrenebileceğiniz yeni bir alan gibi düşünün. Akraba ve arkadaşlardan yardım alabilirsiniz. Diğer anne-babalar, öğretmen ve kreş görevlileriyle de konuşabilir, sizin için önemli soruları yöneltebilirsiniz.

Ayrıca çocuk eğitiminde ve bakımında ailelere -hemde ana dilde- yardımcı olacak kurumlar da vardır. •

AİLE DANIŞMANLIK MERKEZİ

Avusturya'daki tüm eyaletlerde 400'e yakın Aile Danışma Merkezleri vardır. Bu merkezler yapılarına göre çok farklı hizmetler sunarlar.

Hizmet alanları:

- Her konuda Aile Danışmanlık hizmeti (ör: ilişkiler, Eğitim)
- Hukuk danışmanlığı (ör: Yalnız çocuk yetiştiren anne-babalar için)
- Psikolojik danışmanlık (ör: istenmeyen hamilelik)
- Sağlık danışmanlığı

Diğer sorunlarınızı da açabilir, yardım alabilirsiniz. Danışmanlık görüşmelerinde konuşulanlar orada kalır, üçüncü bir şahısa aktarılamaz. Bir çok Aile Danışma Merkezinde ana dilde görüşme mümkündür (bakınız: www.familienberatung.at) ve çoğunlukla ücretsizdir. Adresinize yakın Aile Terapi Merkezini www.familienberatung.gv.at 'den bulabilir ya da 0800 240 262 'den ulaşabilirsiniz. (anonim ve ücretsizdir)

Göçmenler için Danışma yerleri:

Maiz - Autonomes Zentrum von & für Migrantinnen (Linz)
Tel.: 0732 77 60 70
www.maiz.at

Verein Miteinander Lernen (Wien)
Tel.: 01 493 16 08
www.miteinlernen.at

Verein LEFÖ (Wien)
Tel.: 01 5811881
www.lefoe.at

Caritas-MigrantInnenzentrum (Wien)
Tel.: 01 310 98 08
Caritas-MigrantInnenberatung (Korneuburg)
Tel.: 02262 62355
www.caritas-wien.at

Frauenberatung Belladonna (Klagenfurt)
Tel.: 0463 51 12 48
www.frauenberatung-belladonna.sid.at

Verein Zebra (Graz)
Tel.: 0316 83 56 30 14
www.zebra.or.at

OKUL DANIŞMANLIĞI MERKEZİ

Avusturya eğitim sistemini tanımak önemlidir. Sistemi tanımadığımızdan dolayı önemli bir randevuyu kaçırabilir, ya da çocuğumuzun gitmesi gereken okulda yer bulamayabiliriz.

Birbirinden farklı okul biçimleri (Volksschule, Hauptschule, Kooperative Mittelschule, AHS, Sonderpädagogisches Zentrum gibi) vardır ve bu okullara çocukların kabul edilebilmesi için aranan özellikler birbirinden farklıdır. Tüm bu konularda ayrıntılı bilgi için okul danışma merkezlerinden faydalanabilirsiniz.

Okulda diğer öğrencilerle ya da öğretmenlerle bir sorun olduğunda da danışma merkezlerine başvurabilirsiniz. Bir çok durumda görüşme sadece Almanca değil, başka dillerde de mümkündür.

Ayrıca aşağıdaki durumlarda da hizmet verilir:

- Çocuğumun dersleri konusunda nereden destek alabilirim?
- Hangi okul çocuğum için daha uygun?
- Neden çocuğum teste tabi tutuluyor?
- (10. Bölüme bakınız)
- Çocuğum neden Sonderschule`ye gitmek zorunda?

Göçmenler için Okul Danışma Merkezini Viyana, Stadtschulrat ve diğer eyaletlerdeki Landesschulräten 'lerde bulabilirsiniz: www.landesschulrat.at

GENÇLİK DAİRESİ

Diğer önemli kurumlardan biride gençlik daireleridir. Gençlik dairelerinin (Jugendamt) sosyal hizmet uzmanları, Avusturya'da yaşayan bütün çocuklar reşit olana kadar hizmet verir.

Çocuğun evde iyi bakılmadığına dair işaretler varsa, gençlik dairesi, çocuğu ailesinden alıp bakıcı aileye veya kriz merkezlerine yollayabilir. Ör: Aile içi şiddet söz konusu ise. Tabi ki, bu en son çare olarak düşünülür. Daha önce aile ile ortak bir çözüm aranır.

Ebeveyn olarak Jugendamt`a başvurabilirsiniz, eğer:

- çocuğunuzun nafaka, bakım ve ziyaret hakkı konusunda sorularınız varsa,
- çocuk eğitimi konusunda yardım arıyorsanız,
- çocuğunuz için psikolojik destek gerekiyorsa,
- Herhangi bir çocuğun yardıma ihtiyacı olduğunu düşünüyorsanız.

Magistrat`lardaki birçok gençlik dairesinde (Viyana`da: Amt für Jugend und Familie) sosyal hizmet görevlileriyle, size yardımcı olacak tercümanlar vardır.



“Benim kültürüm, senin kültürün, bizim kültürümüz...”

“Çocuklarımla bizim kültürümüzden kopmaları beni korkutuyor” diyor, Fatih endişeyle kuzenine Benim ülkem, ailemin kültürü benim için çok önemli!”

Avusturya’da kendi kültürümüzle nasıl yaşarız? Çocuklarımıza neler vermek istiyoruz? Hangi gelenek ve adetlerimizden vazgeçecek, hangilerini yürüteceğiz? Bu zor sorulara her aile kendi yanıtını bulmak zorundadır.

Fatih kültürle ne kastediyor? Acaba kültür ve geleneği birbirine mi karıştırıyoruz? Kültür kavramını kullanırken ailemizin kültürünü mü kastediyoruz, yoksa günlük yaşam tarzımızı ya da yaşadıklarımızı mı? Yoksa yetiştiğimiz toplumda yücelttiğimiz, değer verdiğimiz ve sevdiğimiz şair ve sanatçıları mı?

UNESCO (United Nations Educational Scientific and Cultural Organization) kültür kavramını şöyle tanımlıyor:

“Geniş anlamda kültür, bir toplumu ya da grubu karakterize eden tüm maddi, manevi, entelektüel ve hissi karışımıdır. Bu sadece sanat ve edebiyatı değil, yaşam biçimlerini, insanların temel haklarını, değer sistemini, gelenekleri ve değişik inanç biçimlerini de kapsar.”

Fatih bir yıldan beri Avusturya’da. İş, ev, okul sorunlarını hallettiğinden beri, daha çok *kendi* ve “diğerlerinin” kültürleri arasındaki farklılıklarla kafası meşgul. Yavaş yavaş değişimler ve değişiklikleri fark ediyor. Bazıları hoşuna gidiyor, bazıları gitmiyor. Özellikle de eşikle Entegrasyon kavramıyla ilgili tartışmalar yapıyor. Burada kabul görmemiz için tüm değerlerimizden vaz geçmemiz mi gerekiyor? diye geçenlerde sordu.

Hayır tabii ki. Eski iyi değerleri korurken, onu yeni değerlerle tamamlamak aslında hergün yaptığımız bir iş. Bunun içinde meraka, toleransa ve yeniliklere açık olmaya ihtiyacımız var.

Unutmayalım ki, eski vatanımızda da herşey eskisi gibi kalmıyor, değişiyor. Bu değişimlerle de başa çıkmamız gerekir. Bu nedenle yeni vatanımızın kültürel özelliklerini keşfedip alırsak, sadece kazancımız olur, bir şey kaybetmeyiz.

KÜLTÜREL KİMLİK

Her insan kendine özgü bir kültürel kimlik geliştirir.

Kültürel kimlik denildiğinde, bireyin ya da sosyal bir grubun kendini ait hissettiği kültürel birlik anlaşılır. Bu, bir topluluk, belli bir kültürel çevre ya da, herhangi bir alt-kültür olabilir. Kimlik birliğini oluşturan ise, diğer bireylerden ve gruplardan kültürel olarak farklı olma düşüncesidir, örneğin dilde, dinde, ulusta ve değer yargılarında, gelenek ve göreneklerde olduğu gibi.

Buna göre kültürel kimlik *ben* ve *öteki* nin arasındaki değiş tokuş sonucunda oluşur. Bu oluşum büyük ölçüde duygularla biçimlenir. Ait olunan kültür bize güven, güç ve huzur verirken, diğeri güvensizlik, korku gibi olumsuz hisler uyandırabilir.

Göçmen kökenli kişiler, doğaları gereği genel anlamda kültür ve kendilerini ait hissettikleri kültür ile daha çok ilgilenirler. Düşünce ve his dünyasındaki yeni kazanımlardan çok, kayıplar üzerinde dururlar. Göçmen kökenli ailelerde kültür konusu, aynı zamanda bir entegrasyon konusudur. Beraberimde getirdiğim kültürel ölçü ve değerleri yaşadığım yeni toplumda ne kadar hayata geçirebilirim, hangilerini çocuklarıma benimsetebilirim, burada doğan ve büyüyen çocuklarımla hangi değer ve gelenekleri benimseyecekler, hangi değerlerden ailece vazgeçmeliyiz, yeni toplumun hangi değerlerini ve geleneklerini kendi değer sistemime alabilir ve entegre edebilirim?

Bunlar, cevaplamadan önce dikkatle gözden geçirmemiz gereken, çok zor sorular. Çünkü bunlar, bizim kültürel kimliğimizi belirlemekle kalmayıp yaşadığımız ortamda kendimizi iyi hissedip hissetmeyeceğimizi ve dünyaya bakış açımızın saygıyla karşılanıp karşılanmayacağını da belirler. Bunun için, ilgi, açık görüşlülük ve her şeyden önce, farklı düşüncede olanlara karşı hoşgörü çok önemlidir Kültürel kimlik, devamlı devinim halinde olan bir süreçtir. Eskiye ait güzellikleri koruyup yenileriyle tamamlamak, bütün dünyayla iletişim halinde olduğumuz, düşünce ve davranışlarımızı etkileyen sayısız etkiler ve bilgiler aldığımız küreselleşen dünyada kaçınılmazdır.

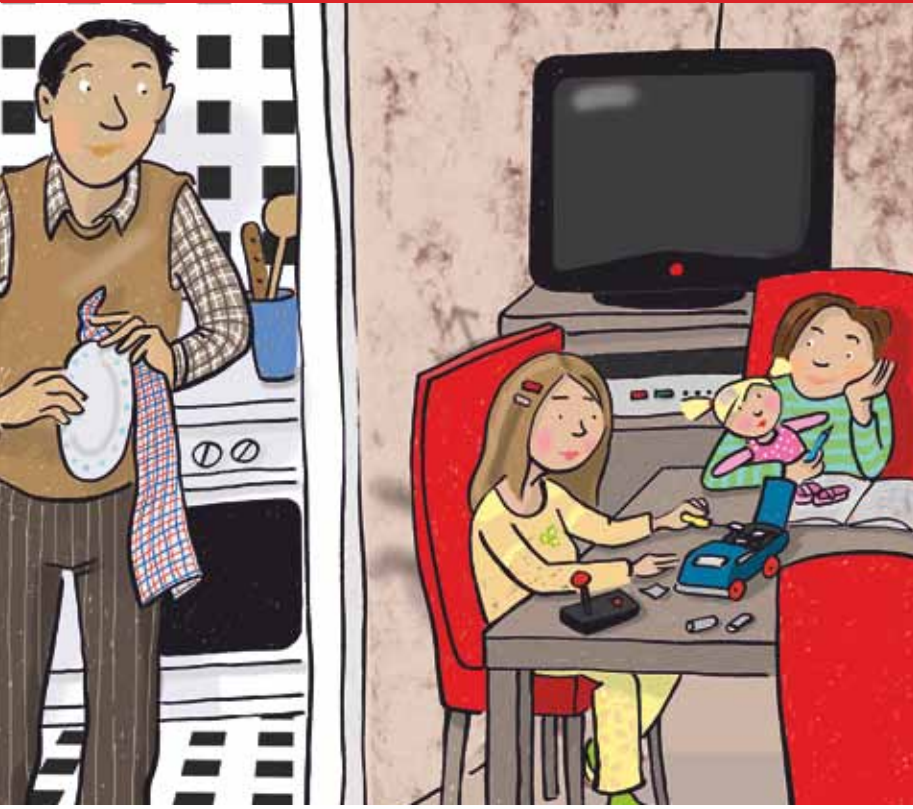
DEĞERLER

Değerler bizi yaşam boyu yönlendirirler. Kararlarımızı etkilerler. Kendi değerlerimizi ne kadar tanırırsak, o kadar açık ve net çocuklarımızla tartışabiliriz. Değerlerinizi gözden geçirin, tartışmaya ve diyalog da kalmaya özen gösterin. Kendi değerlerinizi savunurken, başkalarının farklı düşünebileceğini de söyleyin.

Çocuklarımıza vermek istediğimiz değerleri sadece sözel olarak değil, davranışlarımızda göstermeliyiz. Örn: Çocuklarımızın kitap okumalarını istiyorsak, önce biz kitap okumalıyız.

Öneriler

- Çocuklar, doğaları gereği meraklıdır. Onlara belli gelenek ve görenekleri anlayabilmeleri için gerekli bilgileri verin.
- Bazı kültürel değerlerin korunmasının sizin için önemini açıklayın.
- Onlara kendi tecrübelerini edinmeleri için izin verin, onlarla bu konuda konuşun.
- Çocukların kendilerine özgü bir kimlik geliştirmek istemeleri, sağlıklı kişisel gelişimlerine işarettir. Bu anlamda denemeler yapmaları, fikirler üretmeleri, sonra da bunlardan vazgeçmeleri, bazende yanlış kararlar vermeleri normaldir.
- Çocuklarınıza zaman ayırın. Onlara kendi kültürel bağlarınızdan bahsedip ve size kendi arkadaş çevrelerinden edindikleri yeni deneyimleri anlattıklarında, onları dikkatle dinleyin.
- Önemi ve anlamı bilinmeyen ve yaşama geçirilmeyen gelenek ve ritüeller, zamanla etkilerini ve anlamlarını yitirirler. Bu yüzden elinizdeki miras çocuklarınıza aktarın.



Bir elin nesi var, iki elin sesi var

Aile bir bütündür, aile bireyleri birbirlerini tamamlar. Hayattaki rollerimiz, cinsiyetimizle sınırlı değildir. Çocuklarımızı eğitirken, cinsiyet farklılığını vurgulamadan sorumluluk almalarını sağlayalım. Erkek çocukları da yataklarını toplayabilir, kız çocukları da çivi çakabilir.

Aynı köyden tanıdığı Ali'yle evlenen Nurcan, eşinin çalıştığı Viyana'ya gelirken duyduğu heyecan ve sevinç çok iyi hatırlıyor. Yeni, rahat bir hayatın hayaliyle geldiği yeni ülkede, evinin kadını ve anne olmayı planlarken, Ali'nin inşaatta geçirdiği bir iş kazası sonucu uzun süre çalışamayıp sonrada işini kaybetmesi Nurcan'ın bu planlarını bozar. Ali'nin iş bulması uzayınca, Nurcan komşularının da desteğiyle bir temizlik işine girer. Yeni işinin zorlu çalışma saatleri ve ağırlığı, ev işlerinin yüküyle birleşince, Nurcan eskiden dert etmediği üzülmeyen şeyleri sorun haline getirir. Kendisi sinirli ve hırçın bir kadın, eşi de sessiz, suskun ve içine kapanık bir adam olmuştur. Birbirleriyle konuşmaları, sohbetleri azalmış, aynı evi paylaşan yabancılar dönmüşlerdir. Para lafı kavgaları adeta bir kıvılcım gibi alevlendirmektedir.

Ali ile Nurcan'a nasıl yardım edilebilir? Değişen dünya, sosyal, ekonomik, toplumsal değişimler ve gelişimler, herşeyi olduğu gibi, insan ilişkilerini, bireylerin üstlendiği rolleri, aldıkları sorumlulukları da değiştirir. Bu değişimin hızı, bireyleri bir kimlik krizine, güvensizliğe ve belirsizliğe sürükleyebilir.

Göçle birlikte çok hızlı yaşanan sosyal, kültürel ve ekonomik değişimler, kadın-erkek rollerinde de karmaşaya, belirsizliklere, şaşkınlığa ve güvensizliğe yol açmaktadır.

İşsizlik nedeniyle geçici olarak evine para getiremeyen, bu nedenle de huzursuz olan

erkek, çalışarak aileyi geçindiren eşiyle, ev işleri aksıyor bahanesiyle tartışıp kavgaya çıkartabilir. Kadının, ailenin hazır olmadığı bir anda çalışma hayatına başlaması, aile içinde dalgalanmalara, huzursuzluklara, korku ve endişelere yol açabilir. Erkek, kendine olan güvenini kaybedebilir.

Kadın ise, geleneksel kadınlık rolünün (ev işleri, alış-veriş, çocuk bakımı ve eğitimi gibi) üstüne eklenen evi geçindirme (çalışıp para kazanma) sorumluluğuyla çok ağır bir yük altına girip bu yükün altında ezilebilir.

Ali ile Nurcan bir zamanlar hayal ettikleri evliliği yaşamaktan uzaklaşırlar.

Önemli olan yaşamın yeni taleplerine yanıt verebilmek, uyum gösterebilmektir. Yaşamı önceden planlamak her zaman olası değildir ve yaşam beklenmedik sürprizlerle doludur. Bu nedenle Ali ile Nurcan'ın birbirlerinden beklentilerini, aile içindeki görevlerin paylaşımını ve sorumluluklarını yeniden gözden geçirmeleri çok önemli ve gereklidir.

Aile Hayatının huzuru, iş bölümü ve paylaşmadan geçer. Anne-babanın karşılıklı konuşarak, çocuklarına da örnek olarak, sorumluluklarını üstlenmeleri kaçınılmazdır. Çocuklar evdeki iş bölümünü, kadın işi-erkek işi gibi yapay ayrımlardan çok, severek yapılan, tercih edilen işler olarak algıladıkları, iş bölümünde sorunlar yaşanmaz.

Ali ve Nurcan'ın çocukları olsaydı, böyle bir

önemli kaza dan sonra yaşamın yeniden organize edilebilirliğini onlara da göstermiş olurlardı. Aslında böyle bir değişim için ille de bir kaza geçirmek gerekmez.

Örneğin yemek yapmayı seven babanın mutfak işlerini üstlendiği, oğlan çocuğun kendi giysilerini ütülediği, kız çocuğun odasını topladığı, annenin ise evin bütçesini

idare edip banka işlerini hallettiği bir aile, geleneksel rollerden çok, ailenin işleyişini kolaylaştıran, karşılıklı saygı ve güvene dayalı bir iş bölümünü sergiler.

Kadının güçlenmesi, ailenin güçlenmesi demektir. Kadının gücü, erkeğin onuru ve gururudur. Rekabet, yerini destek ve dayamaya bırakmalıdır.

Düşündüren

Cümleler

Kime hangi iş daha uygun sizce? Nasıl pek de kolay sayılmaz değil mi?

Ailenin reisidir

Ailenin dış işlerini üstlenir

Korunmaya muhtaç, duygusal ve fedakardır

Bebeklerle oynar

Ağlamaz

Erkek...

Arabalarla oynar

Kız evlat...

Kadın...

Erkek evlat...

Ev-işi yapması gerekmez

Doğurgan ve besleyendir

Aileyi geçindirir

Cesur ve cinsel aktiftir (sadık olmayan)

Süslenmeyi sever

Aile içi sosyal ilişkileri belirlere

Ev-işleri yapmaz

(KİTAP ÖNERİLERİ)

KÜÇÜK ŞEYLER
1. Deniz kabukları
Üstün Dökmen (2004)
Remzi Kitabevi

KÜÇÜK SEYLER
2. Suflörlü Yaşamlar,
Tulumacı Sendromu
Üstün Dökmen (2006)
Remzi Kitabevi



„Bir lisan bir isnan, iki lisan iki isnan”

Sevgili anne babalar, atasözümüzün çok anlamlı bir şekilde ifade ettiği gibi, bu yazımızın konusu olan dil gelişimi, insan gelişiminin en önemli faktörlerinden biridir. İnsan beyni süreklilik ve düzen arar. Bu kural dil gelişimi için de geçerlidir.

Bebek, doğduktan iki ay sonra, bütün sesleri çıkarabilecek donanımına sahiptir. Üç-dört aylıkken „cıvıldaama” dönemi başlar. Çocuk, heceye benzer sesler çıkarmaya çalışır ve bunları sık sık tekrarlar. Her dönemde olduğu gibi, bu dönemde de çocukla konuşmak, onu çeşitli sesler çıkararak uyarmak, çok önemlidir. Çocuğun seslere tepkisini gözlemlemek gereklidir. Bu gözlem sayesinde, işitme zorluğu ya da engeli olan bebeklere erkenden teşhis koymak kolaylaşır.

Bebek oniki aylıkken ilk kelimeyi doğru olarak söylemesi beklenir. İlk öğrenilen kelimeler genellikle isimlerdir (çay, süt, su). Daha sonra fiiller (gel, git, dur), sıfatlar (güzel, iyi, sıcak) ve zamirler (ben, sen, biz) duyulmaya başlanır.

Çocuğun aktif (yerinde ve doğru kullandığı kelimeler) ve pasif (anlamını bildiği ve anladığı kelimeler) kelime hazinesi, bir buçuk yaşından itibaren hızla gelişmeye başlar. İki yaşına geldiğinde eşyaların isimleri olduğu prensibini keşfeder. İki yaş

çocuğunun 200 ile 300 kelimelik bir kelime hazinesi vardır, cümle kurmaya başlar.

Üç ya da dört yaşındaki çocuk, dört, beş kelimeden oluşan cümleler kurabilir. İki eylem gerektiren emirlere uyabilir, zamir kullanabilir. Kendi kendine konuşur, çok soru sorar, hikaye anlatabilir. Beş yaş çocukları ise altı, yedi kelimeden oluşan daha düzgün cümleler kurar, yaşlarını, ev adreslerini söyleyebilirler. Geçmiş, şimdiki ve gelecek zamanı kullanabilir, neden, nasıl, ne zaman sorularını yineleyebilirler.

Kız çocukları, dil gelişiminde erkek çocuklarından daha hızlıdır. Sevgili anne-babalar, bilindiği gibi, dil olmadan düşünce gelişemez. Zeka gelişiminde, dil gelişiminin çok önemli payı vardır. Dil gelişiminde aile içinde lisanın kullanım biçimi ve çevre koşulları son derece belirleyicidir. Aile içinde kendini açık ve düzgün ifade etmek, dinlemek ve böylece çocuğa örnek olmak gereklidir. Çevrenin dil bakımından yetersiz olması, zihinsel gelişmeyi etkiler ve fakirleştirir. Çocuğun okula başla-madan önce kazandığı dil gelişimi, okuldaki gelişimini de etkiler. Çocuklarımızla kendi ana dilimizde konuşmak, kitap okumak, sinemaya, tiyatroya gitmek çok önemlidir.

Ancak bizler gibi ana dilinin konuşulduğu ülkenin dışında yaşayan, çalışan göçmenler ve bunların çocukları için, içinde yaşadıkları toplumun lisani da önemlidir.

Avusturya’da doğmuş ya da okul yaşından önce bizimle göç etmiş çocuklarımız, öğrenimlerine Avusturya eğitim sistemi

Çocuklarınıza hem Türkçe hem Almanca öğrenme ve konuşma fırsatı verin. Her iki dile de önem verdiğinizizi çocuğunuz konuşmayı öğrenirken, onları oyunlarla, kitaplarla destekliyerek gösterin.

içinde devam edecekler. Dil, öncelikle taklit etme, tekrar etme, konuşma yoluyla öğrenildiği için, bir kaçı lisanla içiçe yaşayan küçük çocuklar bu dilleri öğrenmede hiç zorluk çekmezler. Çocuklarımıza yeterli destek ve ilgi gösterirsek, hem Almanca, hem de Türkçeyi bir arada öğrenebilirler. İki dille büyüyen çocukların çok önemli bir avantajları vardır. Bu çocuklar, üçüncü ve dördüncü lisanları çok daha kolay ve hızlı öğrenebilirler, çünkü beyinleri lisan öğrenme konusunda deneyimlidir. Çok daha yaratıcı olup yön ve mekan duyguları gelişir. Bu becerilerini, okul ve sosyal yaşamlarında da başarıyla kullanabilirler. Kendilerine güvenleri ve başarıları Kendilerine güvenleri ve başarıları yüksektir. Değişik kültürlerle ilişkiye girebildiklerinden,

farklılıklara karşı hoşgörülü olup kültürler arası alışverişte köprü görevini üstlenirler.

Yeter ki "ana dilini kaybeder, kimliğini oluşturamaz" gibi bize özgü kaygı ve korkularla çocuklarımıza engel olmayalım. Her ikilisana da eşit değer vererek, Türkçe konuşmayı olduğu kadar, Almanca konuşmayı da önemseyerek, her iki dilde de kitaplar okuyarak, oyunlar alarak, çocuk dizileri izlemelerini sağlayarak, Almanca'nında önemli olduğunu çocuklarımıza hissettirelim, onlara destek olalım.

Kendini, duygularını, düşüncelerini, en az iki dilde ifade edebilme hak ve özgürlüğünü çocuklarımızdan esirgemeselim.

Öneriler

- Doğduğu andan itibaren bebeğinizle konuşun. Bebeğinizle konuşurken onun sizin ağzınızı göreceği bir şekilde yüzüne bakın.
- Bebeğinize ve küçük çocuğunuza hep ne yaptığınızı anlatın, nesneleri gösterip adlandırın.
- Ana dilinizi aktif, güzel, düzgün ve akıcı konuşun.
- Çocuğunuzla bol bol konuşun.
- Çocuklarınıza yanıtlayabileceği bol bol sorular sorun.
- Yanlışlarını siz düzgün cümle kurarak düzeltin.
- Çocuğunuz dinleyip anlattıklarına ilgi gösterin, ayrıntılı anlatması için fırsat verin. Çok dil konuşabilmenin, lisan öğrenmenin önemini, ayrıcalığını belirtin.
- Tüm dillere, kültürlere değer verdiğinizi hissettirin.
- Kitap okuyun, okutun.
- Günlük yaşamda şarkılar ve tekerlemelere yer verin.

(KİTAP ÖNERİLERİ)

MIT ZWEI SPRACHEN GROSS WERDEN
Mehrsprachige Entwicklung in Familie, Kindergarten und Schule
 Elke Montanari
 Koselverlag



ELTERNRATGEBER ZWEISPRACHIGKEIT
 Anja Leist-Villis
 Stauffenburg Verlag



Okula başladıklarında çocuklarınızın aşağıdaki becerileri olmalıdır...



- Tüm sesli harfleri söyleyebilmeleri
- Neden, Nasıl, Niçinli ? soru cümleleri kurabilmeleri
- 5-8 kelimeden oluşan cümleler kurabilmeleri
- Kelimeleri cümleye düzgün yerleştirebilmeleri
Yan cümleler yapabilmeleri
- Kelimelerin çoğullarını kullanabilmeleri
- Geçmiş ve gelecek zamanlı cümlelerle konuşabilmeleri
- Sorulara yardımsız cevap verebilmeleri
- Diğer çocuklarla kısa sohbetler edip bir oyunun kurallarını açıklayabilmeleri
- Kendi görüşlerini dile getirip, ona göre davranabilmeleri

KINDER MIT MIGRATIONSGRUND
 von Bernt Ahrenholz
 Fillibach, Freiburg



MEHRSPRACHIGKEIT
Aspekte und Standpunkte
 Çelik Hıdır (Hg)
 Free Pen, Bonn





Ağaç yaşken eğilir

„Çocuk ne kadar çok şey görür ve duyarsa, o kadar çok şey görmek ve duymak isteyecektir.“

(Jean Piaget)

Çocuklar yetenekleriyle birlikte doğarlar. Ancak ne çocuk, ne de anne-baba bu yeteneklerin farkında değildir. Büyüme sürecinde çocuk, fiziksel özelliklerini, duygu ve düşüncelerini, güçlü ve zayıf yönlerini, yeteneklerini ve becerilerini keşfetmeye başlar. Çocuğun kendini tanıması ve yeteneklerinin farkına varması için değişik uyaranlar alması gerekir. Örneğin, çocuğun yaratıcılığını ortaya çıkarmasına yardımcı olacak oyuncaklar seçmek *oyun blokları, boyalı kalemler vb.*, gün içinde küçük buluşlar yapmak ve yerinde ve gerçekçi övgüler gibi.

Beyin hücreleri doğuştan öğrenmeye odaklanmıştır. Her yeni bir şey öğrenildiğinde, beyindeki bağların sayısı artar. Bu bağlar çocuklarda yetişkinlerde olduğundan daha fazladır. Çocuk sahip olduğu yetenekleri kullanma fırsatı buldukça, bu bağlar güçlenir ve var olan yetenek gelişir. Çocukluk yıllarında var olan, ancak kullanılmayan yetenekler ise zamanla körelir.

Çocukta olmayan bir yeteneği zorla ortaya çıkarmaya çalışmak ise boş bir çaba ve zaman kaybıdır. Bazı anne-babalar kendi isteklerini ve belki de fırsat bulamadıkları için geliştiremedikleri becerilerini, çocuklarının gerçekleştirmesi için çaba gösterirler. Örneğin hep piyano çalabilmeyi hayal eden bir anne, çocuğunu isteği ve yeteneği

olmadığı halde piyano dersine götürür. Ancak çocukta piyano çalma yeteneği yoksa, belki uzun uğraşlar sonucu bir iki parça çalmayı başarır, ama asla iyi bir piyanist olamaz. Baba, çocuğunun iyi bir futbolcu olmasını istediği için küçük yaşta kurslara götürür, ama çocuğun yeteneği yoksa onu futbol oynamaya zorlamak sadece zaman kaybıdır. Anne-babalar bunu yaparken, çocuğun belki de başka bir alandaki yeteneğini geliştirmesine engel olduklarının farkında değildir.

Başarısız çocuk yoktur, beceri ve yeteneklerini keşfedememiş çocuk vardır. Kimi çocuk, toplumun ve ailenin kalıp düşünceleri nedeniyle, ille de *matematikte* başarılı olmak için çaba gösterirken, ne kadar iyi şiir yazdığını, müzikte ya da el işlerinde ne kadar yetenekli olduğunu hiçbir zaman bilememiştir. Deniz'in babası şans eseri bunu zamanında farkettiler. Babası sık sık "Kommunun kızı liseye gitmeyi başardı, istersen sen de başarsın" diyordu. Aslında Deniz öğretmeninin de desteklediği gibi Spor Akademisine gitmeyi istiyordu. Su anda Deniz Akademisinin en iyilerinden, memnun ve mesleki olarak ne istediğini biliyor. Annesinin söylediği gibi, "Oğlumla gurur duyuyorum, O iyi bir sporcu ve kendi yolundan gidiyor."

Çocuğunuza gerçekçi hedefler belirleyin. Çocuk doğduğunda kapağı kapalı bir hazine sandığı gibidir. Yeteneklerini keşfetmesi için fırsat verilmiş bir çocuk, yeterli ve yetersiz yönlerinin farkına vararak, kendini gerçekleştirmek için doğru yönde adımlar atar.

Çocuğun takdir edilmesi kendine güvenini artırır. Siz çocuğunuzu nasıl desteklerseniz o da kendini öyle görür. Takdir ederken *sen bunu iyi yapıyorsun* gibi genellemek gerekir. Aksine tam olarak neyi iyi yaptığını tanımlayın. Özgüven gelişimine katkıda bulunacak diğer kaynaklar, öğretmenler ve arkadaşlar, hobiler ve yaratıcılık, ayrıca fiziksel sağlıktır.

Çocuk gelişimine dozunda verilen destek, onun kendine verdiği değeri artırır. Zor görevler onu cesaretsiz ve

agresif yapar. Temel fikir, "Mümkün olduğu kadar özerklik vermek, gerekli olduğu kadar yardım etmektir."

Anne-babalar, çocuklarını büyütürken yaşadıkları kaygılar ve korkulara dik kat etmelidirler. Büşra 2 yaşındaki oğlunun her tarafı kirleteceğinden endişelendiği için sulu boya yapmasına izin vermez. Bisikletten düşüp yaralanmasından korktuğu için 4 yaşındaki kızının bisiklete binmesini engeller. Bu örnekler arttırılabilir, ancak şunu unutmamanız gerekir: Çocuk denemeden hiç birşey öğrenemez. Anne-babalar kaygılarına gerçekçi önlemler almayı öğrenmelidir. Sulu boya yapmasını engellemek yerine, çocuğa önlük takmak ya da bisiklete binmek isteyen çocuğa kask almak hem anneyi rahatlatır, hem de çocuk kendini geliştirme fırsatı bulmuş olur.

Anne-babalar İçin Öneriler

- Çocuğunuzun beceri ve yeteneklerini aşmayan, gerçekçi hedefler belirleyin.
- Çocuğun zayıf yönlerini eleştirmek yerine, güçlü yönlerini destekleyin ve bunları geliştirmesi için yol açıcı olun.
- Çocuğunuzun değişik beceri ve yeteneklerini keşfedebilmesi için değişik alanlarda (Ör; spor dalları, hobiler vb.) denemeler yapmasına fırsat verin.
- Çocuğunuzun kendini gösterme ve geliştirme çabalarına engel olmayın. Örneğin, dört yaşındaki çocuğunuz yatağını düzeltmek istiyorsa, "bırak sen yorulma, sen daha küçüksün" demek yerine, çocuğun bu çabasını destekleyin. Başardığını hisseden çocuk kendine güven duyar ve yeni atılımlar yapmaktan korkmaz.
- Çocuğunuzun kendini ifade etmesine fırsat verin.
- Çocuğunuza vereceğiniz en önemli mesaj: „Sen birçok şeyi kendin başarabiliyorsun. Eğer zorlanırsan bana gelebilirsin, o zaman sana yardım edeceğim“.
- Her çocuğun kendine özgü güçlü yönleri vardır. Bunların neler olduğunu iyi gözlemleyin. Sizin isteklerinizin yönünde ilerlemesini beklemeyin, aksine gerçek isteklerini takip etmesini destekleyin.
- Çocuğunuz başkalarıyla karşılaştırmayın. Her çocuk kendine özgüdür. Çocuğun başkalarıyla karşılaştırılması, kendini olduğu gibi kabul etmesine engel olur.

(KAYNAKLAR)

ÇOCUĞU TANIMAK VE ANLAMAK

von Haluk Yavuzer
Remzi Kitabevi, İstanbul
2. Basım

ÇOCUĞUNUZU TANIYOR MUSUNUZ?

Dr. Fitzhugh Dodson
Düşün Yayınları, İstanbul



Ağaç yaşken eğilir

Yuvalar çocukların yalnızca vakit geçirdiği değil, bir çok şey öğrendikleri yerlerdir.

Sosyal öğrenme, duyu gelişimi ve hareket yeteneği, yuvada öğrenilen en önemli becerilerdendir. Çocuğunuz yuvada, bir gruba katılmayı, gruptaki yerini, kendini kanıtlamayı ve arkadaşlıklar kurmayı öğrenir.

4 yaşındaki Mert'in annesini yuva öğretmeni üçüncü kez yuvaya çağırıyor. Fatma Hanım, telaş içinde yine oğlunun ne yaramazlık yapmış olabileceğini düşünüyor. Zaten başından beri istememişti Mert'i yuvaya vermek, *Tabii*, diyor içinden, "o yaştaki çocuğu anasından ayrı koyarsan olacağı budur." Oysa Mert'in yuva öğretmeni Fatma Hanım'dan çok farklı düşünüyor. Mert'in gruba uyum sağlayamamasından, söz dinlememesinden, bir çok konuda özel ilgi beklemesinden ve beklediği ilgiyi göremeyince hırçınlaşmasından çok şikayetçi. Diğer çocukların kendi başına yapabildiği montunu giymek, oyuncakları kutusuna koymak gibi bir çok konuda sıra Mert'e geldiğinde, Mert'in hiçbirşey yapmaya yeltenmediğini, işlerinin başkası tarafından görülmesini beklediğini anlatıyor. Fatma Hanım, öğretmenin ne demek istediğini anlasa da, anlamamazlıktan geliyor, oğluna toz kondurmak istemiyor.

Fatma Hanım elinden geldiğince iyi bir anne olmaya çalışıyor. Ancak çocuk gelişimi hakkında yeterli bilgi sahibi değil. Oğlunun bütün dileklerini yerine getirmeyi ve onun görevlerini üstlenmeyi alışkanlık haline getirmiş. Mert'in ayakkabılarını bağlıyor, odasını topluyor, hatta bazen hala yemeğini yediriyor. Bu tür davranışlar, yalnızca çocuğun psikolojik ve sosyal gelişimine engel olmakla kalmaz, uç durumlarda fiziksel gelişimini bile etkileyebilir. Çocuk bağımsız olmayı öğrenemez ve özgüveni tamamen yok olur.

Çocuğunuzun deneme-yanılma yöntemiyle bir takım yanlışlar yapmasına göz yumun.

Örneğin ayakkabısını bağlamak isteyen, ancak henüz el becerisi o kadar gelişmemiş bir çocuğa, nasıl yapıldığı tekrar tekrar gösterilmeli, hemen *Sen dur, ben yaparım* denmemelidir.

3-6 yaş arası çocuklar herşeyi gözlemleyerek öğrendiklerinden, bir çok şeyin farkına hemen varırlar. Çocuğa yuvada neler yapıldığı, vaktin nasıl geçirildiği ve benzeri konularda yeteri kadar bilgi verilirse, korkularında büyük oranda azalma olur. Yapılan bu konuşmalarda, gerçekçi olunması çok önemlidir. Çocuklar anne-babalarının korkularını zannedildiğinden çok daha yoğun bir şekilde hissederler ve yaşarlar. Bu yüzden anne babalar yuva hakkındaki konuşmalarını "Kolay alışır mı acaba?", "Komşunun çocuğu yuvaya başladı, hiç memnun değillermiş" gibi çocuğun önünde yapmamalıdır.

Yuvaya başlamadan önce, çocuğunuz yeni durumlara, yeni oyunlara ve oyun arkadaşlarına alışmalıdır. Bir çok dernek ve çocuk gelişim merkezlerinde oyun grubu adını verdiğimiz, yuvaya ön hazırlık mahiyetinde gruplar toplanmaktadır. Çocuklar bu gruplarda, diğer çocuklarla arkadaş olmayı, oyuncaklarını paylaşmayı, sosyal kurallara uygun davranmayı ve anne-baba olmadan hoş vakit geçirmeyi öğrenirler.

Psikologlar, her çocuğun kendine özgü bir gelişimi olduğunu, dolayısıyla belli bir yuva yaşından söz edilemeyeceğini söylüyorlar. Avusturya'daki yuvalar en az 3 yaşından sonra çocukları kabul ediyorlar. (Daha küçükler için *Kinderkrippe* adı verilen kreşler

mevcut). 2010 senesinde yürürlüğe giren yeni bir kanunla, 1 Eylül'den önce 5 yaşını doldurmuş olan her çocuk yarım gün (Haftada 16-20 saat arası) ücret ödeme zorunluluğu olmadan yuvaya gitmek zorunda.

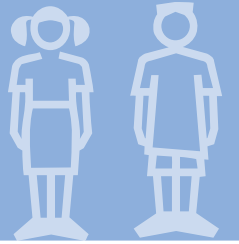
Yuvaya başlamadan önce çocuğunun kendini sözlü olarak ifade edebilme, bir kaç saatliğine de olsa panik olmadan ailesinden ve annesinden ayrı kalabilme, diğer çocuklarla sosyal ilişki kurabilme, tuvaleti geldiğini ifade edebilme (tabii ki bazen altına kaçırabilir), kendi başına da oynayabilme gibi bir takım becerilere sahip olması şarttır.

Her çocuk yuvaya alışma döneminde bir takım değişikliklerden geçer, ve bu

değişikliklere alışmakta zorluk çekebilir. Yetişkinler bile, hiç tanımadıkları bir grubun içine girdiklerinde, belli bir alışma sürecinden geçerler. Dolayısıyla çocukların, hayatlarında girdikleri bu yeni döneme alışma sürecinde bir takım tepkiler göstermeleri kaçınılmaz ve hatta sağlıklıdır. Anne-babaların bu dönemde çocuklarına her zamankinden daha anlayışlı ve sabırlı yaklaşımları gerekir. Anne-baba olarak, kendinizi de hazırlamayı unutmayın. Artık çocuğunuzun her saniye yanınızda olmayacağı düşüncesine alışın, siz de onu özgür bırakabilmeyi öğrenmelisiniz. •

„Kızkardeşin yapar!?”

Siz de bazen ev işlerinde oğlunuzdan ziyade kızınızdan mı yardım istiyorsunuz? Kız çocukları bir çok işi kendi başlarına yaparken, erkek çocuklarının oynaması ve hizmet beklemesi, kızlara yapılan bir haksızlıktır. Yuva ve okullarda kız ve erkek çocuklarına aynı davranılmaktadır. Eğer oğlunuz evde bunu öğrenmezse, ilerde zorlanabilir.



YUVAYA ALIŞMA DÖNEMİNDE DİKKAT EDİLECEKLER

Çocuğunuz yuvaya başlamadan önce, yuvayı tanıma imkanlarından faydalanın.

Alışma döneminde yuva öğretmeniyle kontakta bulunun.

İlk günlerde siz de yuvada kalın, ancak çocuğunuzla oynamayın, geri planda durun.

İlk günler geçtikten sonra, bir saatliğine yuvadan ayrılabilirsiniz. Çocuğunuza veda edip söz verdiğiniz saatte geri gidin.

Eğer çocuğunuz vedadan sonra ağlıyor, ancak öğretmeni tarafından teselli edilebiliyorsa, bir sorun yok demektir. Fakat ağlaması durmuyor ve teselli edilemiyorsa, size haber verilmelidir. Demek ki, hala size ihtiyacı var. Bir kaç gün sonra yeni bir deneme yapabilirsiniz.

Yavaş yavaş yuvada olmadığınız zaman dilimini genişletin. Ancak ilk 14 gün yuvadan gelecek bir telefona karşı hazırlıklı olmalısınız.

Eğer çocuğunuz yuvaya ilk gelenlerden olursa, öğretmeni onunla daha çok ilgilenilebilir. Bu da geçiş dönemini rahatlatılabilir.

Veda sahnesini olabildiğince kısa tutun. Ayrılrken çocuğunuz için bir eşyanızı ona bırakabilir, ya da pencereden el sallayarak vedanızı kısa bir rituel haline getirebilirsiniz.

Çocuğunuz yuvadan almaya gittiğinizde, o an yapmakta olduğu işi bitirmesine izin verin. Aceleci olmayın.

Yuva dışında çocuğunuzun günlük yaşantısının aynı kalmasına özen gösterin. Aynı anda birden fazla değişiklik zor gelebilir.



Kızma Birader...

"Zevk almadığım bir şeyi, neden öğrenmem gereksin ki?"

Albert Einstein

Çocuklar için oyun oynamak bir ihtiyaçtır. Özellikle küçük yaşlarda oynamak ve öğrenmek arasında bir fark yoktur. Maalesef öğrenmek yetişkinlerin dünyasında zorunlu bir kavram olarak değerlendirilirken, oynamak eğlenceli ve isteğe bağlı bir aktivite olarak görülür. Oysa bu iki aktivite çocukların dünyasında zıt değildir.

Bütün çocuklar oynar. Bu sayede değişik davranış biçimlerini dener, büyükleri taklit eder ve çevrelerinin fiziksel özelliklerini keşfederler. Oynamak çocukların hayatta kalabilmesi için gereklidir. Her kültürde ve her çağda oyun kavramı varolmuştur.

Çocuğunuz oyun sayesinde her gün çevresindeki yeni bağlantıları ve imkanları keşfeder. Böylelikle özgüveni artar. Bu konuda çocuğunuzun desteklemek için, onu yaşına uygun şekilde teşvik etmeniz yeterlidir. Bunun için ihtiyacınız olan tek şey, günlük araç-gereçler ve biraz fantazi.

Çocuğunuzun oyun oynarken serbest bırakın. Nasıl 'doğru' oynanacağı hakkında fazla talimat vermeniz, çocuğunuzun yaratıcılığını engeller ve konsantrasyonunu bozar. Eğer birşeyi hemen beceremezse, başka yollar denemesine izin verin.

Oyuncak alırken, çocuğunuzun oyuncaklarını kendi seçmesine izin verin. Bebeklerle oynamayı seven erkek çocuklar veya arabalara ilgi duyan kız çocuklar olabilir. Çocuğunuzun tercihini etkilemeye çalışmak yerine, ona iki seçeneği birden sunun.

Oyun oynamak, çocuğun sosyal ve zihinsel gelişimini desteklerken, onu baskı altına sokmaz. Çocuk bu sayede yaptıklarından zevk alır, zevk alarak yaptığı için de öğrenmesi kolaylaşır. Oyunlar ve çocukların öğrendikleri, ne kadar çok duyularına hitap ederse, o kadar akılda kalıcı olur. Örneğin yalnızca görerek öğrenmiş bir çocuk, bir limonu ve sanı küçük bir topu ayırt edemezken, limonun kokusunu, tadını, yüzeyini tanıyan bir çocuk bu ayırmada zorlanmaz.

Çocukların oynadıkları oyunlar genel olarak şu gruplara ayrılır:

- **Sembolik oyunlar ve rol oyunları:** Bu oyunlarda, çocuklar bir takım rolleri üstlenerek *öyleymiş gibi* yapar ve yetişkinlerin dünyasını taklit ederler. Bebekler, değişik kıyafetler ve evcilik oyuncakları bu oyunlar için en uygun malzemelerdir.

- **Deneysel, tasarımsal ve yaratıcı oyunlar:** Bu tip oyunlar, bir yaşından sonra çocuğun hedef koyma, amaca yönelik çalışabilme,

zorluklar karşısında hedefinden vazgeçmeme, dikkatini tek bir noktaya yöneltme, sabırlı olma ve hayal kırıklıklarıyla başa çıkma gibi becerilerini geliştirir.

• **Kurallı oyunlar:** 3 yaşından sonra, çocuklar bu oyunlarla, duygularını ve hayal kırıklıklarını kontrol etmeyi, diğer çocuklara karşı adaletli olmayı ve takım halinde çalışmaktan zevk almayı öğrenirler.

• **Hareketli oyunlar:** Bedensel aktivitenin ön planda olduğu, tırmanma, yakar top yakalamaca, ip atlama gibi oyunlar, çocukların ince ve kaba motor gelişimlerini destekler.

• **Yarış oyunları:** İlkokul çağındaki çocuklar yarışmayı ve iddialaşmayı çok severler. Kendilerini diğer çocuklarla karşılaştırır ve günlük durumlardan (örneğin odayı toplamak) kendilerine yarışlar yaratırlar. Bu oyunlarda konuların çeşitli olmasına özen göstermelisiniz.

• **Öğretici oyunlar:** Bu oyunlarda da eğlence ön planda bulunmalı, bir çalışma haline dönüştürülmemelidir. Bu şekilde, çocuğunuz

okulda da ihtiyaç duyacağı, dikkat, azim problem çözme yeteneği gibi becerilerini geliştirir.

• **Bilgisayar oyunları:** Çocuğunuzun yaşına uygun seçilmiş kaliteli bilgisayar oyunları çocuğunuz hem eğlendirip hem de öğretmeye teşvik edebilir. Ancak bu oyunlar çocuğunuzun gelişim durumuna uygun olmalı ve onun günlük hayattan tanıdığı durumları konu almalıdır. Üreticilerin verdiği yaş sınırlamaları size bu konuda fikir verebilir. Oyunun kullanımının kolay olması ve oyun sırasında alınan görevlerin yapıcı, çeşitli ve çözülebilir olması çok önemlidir. Ayrıca görüntü ve ses kalitesine de dikkat edilmelidir. İyi seçilmiş bilgisayar oyunları, çocuğunuzun mantığını, tepki becerisini, yaratıcılığını ve bir takımın parçası olma yeteneğini destekler. Ancak diğer oyunların yerini almamalı, çocuğun esas oyun aktivitesi olup bağımlılığa dönüşmemelidir. Şiddeti veya yok etmeyi konu alan oyunlar kesinlikle tercih edilmemelidir.

Anne-babalar için öneriler

- Bebeğinize oyun imkanı sunun, eğer ilgilenirse onunla oynayın, ancak ilgilenmezse onu zorlamayın.
- Talimatlara göre hareket etmeyin, annelik – babalık içgüdünüze ve bebeğinizin size verdiği sinyallere güvenin.
- Bebekler tekerlemeleri ve jest oyunlarını (örneğin ce-e) çok severler. 8 aylıktan itibaren bebeğinizle bu tip oyunları oynayabilirsiniz.
- Çocuğunuzun oyun oynamaya teşvik edin, ancak onu asla zorlamayın. Oyunu kendi istediği zaman bitirmesine izin verin.
- Çocuğunuzun oynarken gözlemleyin, böylelikle onun gelişim durumu, problemleri, hayal dünyası ve yaratıcılığı hakkında önemli bilgiler edinebilirsiniz.
- Sizin için yorucu olsa da, çocuğunuzun keşfetmesine, parçalamasına ve parçaları yeniden birleştirmesine izin verin.
- Oyun oynarken çocuğunuzun rahatsız etmeyin. Eğer bölmek zorundaysanız önceden bildirin: Yemek hazır olmak üzere gibi.
- Çocuğunuzun yaratıcı olmasına izin verin. Örneğin legolarla ev yapmak isterken, birden havaalanına dönüştürmek isterse karşı çıkmayın.
- Çocuğunuza her gün yeteri kadar boş vakit verin.
- Bilgisayar başında geçireceği vakti, yaşına uygun bir süreyle belirleyin.
- Kendi davranışlarınızla çocuğunuza örnek olun, bütün iletişim ve bilgi alma ihtiyaçlarınızı bilgisayardan gidermeyin, örneğin çocuğunuzla beraber ansiklopedi karıştırın, kitap okuyun vs.
- Çocuğunuza başka oyunlardan da zevk alınabileceğini gösterin. Birlikte parka gidip oynayın, kızma birader, tabu, scrabble gibi evde ailece oynanabilecek oyunları kendisine tanıttın.
- Çocuğunuzun oynadığı oyunlar hakkında bilgi edinin. Yaşına hitap etmiyorsa, kesinlikle bu oyunları oynamasına izin vermeyin.



Okula başlarken...

Başka bir ülkeye taşınacağınız konusunu muhakkak çocuğunuzla önceden konuşun. Mümkünse, okul yılının ortasında taşınmayın. Taşındıktan sonra yeni çevrenizi, kültürü ve dili çocuğunuzla birlikte keşfedin. Yalnızca çocuğunuzdan yeniliklere açık olmasını beklemeyin, kendiniz de değişikliklere hazır olun.

3 senelik uzun uğraşlar sonucu, Dilek'in babası nihayet Dilek ve kardeşlerini, Samsun'daki köylerinden Viyana'ya yanına aldrabilmiş. Bütün aileyi fazlasıyla etkileyen bu büyük değişiklik, en çok Dilek'i üzmüş. İlkokul birinci sınıfı geçen yaz başarıyla bitiren Dilek, bütün yaz Eylül ayında arkadaşlarını yeniden görecektir olmanın heyecanı içindeyken, kendini bir anda başka bir ülkede bulunca neye uğradığını şaşırır. Dilek şu an iki aydır, 16. Viyana'daki bir ilkokulda ikinci sınıfa devam ediyor, ancak hiç mutlu değil. Okuldan geldiğinde her gün ağlıyor, hiçbirşey anlamadığını, Samsun'a geri gitmek istediğini, ordaki arkadaşlarını özlediğini anlatıyor. Anne-babası bu durumdan çok üzgün, ancak Dilek'e nasıl yardım edeceklerini bilmiyorlar.

Dilek eğitim hayatının ortasında beklenmedik bir şekilde Viyana'ya gelen bir çok çocuktan sadece bir tanesi, ve bu çocuklardan çoğunun yaşadığı zorlukları çekiyor. Yalnızca yeni bir şehir, yeni okul ve yeni arkadaşlarla değil, yepyeni bir kültürle, tek bir kelime anlayamadığı yeni bir dille yaşamayı öğreniyor.

Çocuklar ve gençler gelişim durumlarına göre, bu tip durumlara uyum sağlama sürecini farklı farklı yaşarlar. Kimileri bir kaç hafta içinde her türlü değişikliğe uyum

sağlarken, diğerleri aylarca eski çevrelerini özler, bir türlü kopamazlar. Özellikle çocuk için yeni çevreyi çekici yapan faktör sayısı fazla değilse, alışma süreci daha da uzar.

Genelde başka bir ülkeye taşınmak gibi büyük kararlar, aylar öncesinden belli olur; çocuğunuzla bu konuyu açık açık konuşun. Artık yeni bir ülkede yaşayacağınızı, orada bir takım değişikliklerin sizleri beklediğini anlatın. Yaşam tarzı ve kültürler arasındaki farkları çocuğunuza anlayacağı bir dille anlatın. *Orası daha iyi, daha güzel* gibi genel ve çocuğu ileride hayal kırıklığına uğratabilecek açıklamalar yapmayın. Bu kararın bütün aileniz için büyük bir değişiklik olduğunu ve bir takım zorluklar yaşayacağınızı, bunun normal olduğunu, çocuğunuza, onu korkutmadan ifade edin.

Ülkeye geldikten sonra, çocuğunuzla birlikte şehri gezin, kültür ve toplum hakkında bilgi toplayın. Onun yanında ve ona destek olduğunuzu belirtin. Komşu çocuklarıyla vs. arkadaşlık kurarken çocuğunuza destekleyin, getireceğiniz yasaklar ve engeller çocuğunuza sadece daha fazla korkutur ve mutsuz eder.

Bir çok çocuğun yaşadığı en büyük problemlerden birisi, geldikten hemen sonra kendini bilmediği bir dille eğitim verilen bir okulda

bulmaktır – özellikle de taşınma tarihi okul yılının ortasına denk geldiyse. Dili hiç bilmeyen çocuklar için ders saatleri dışında, Almanca kursları verilmektedir. Çocuğunuzun, bu kurslardan en iyi şekilde faydalanabilmesi, düzenli gitmesine, evde öğrendiklerine tekrar etmesine ve hepsinden önemlisi, öğrendiği dili günlük hayatında kullanmaya başlamasına bağlıdır. Siz de bu konuda çocuğunuza örnek olun, dil kursuna gidin, birlikte Almanca gazete ve dergiler okuyun.

Annesinin, evden dışarı çıkmadığını, hep akrabalıyla vakit geçirdiğini, yeni kültür ve dille ilgilenmediğini gören bir çocuk, bunları neden kendisinin yapması gerektiğine anlam veremez, ve uyum gösterme konusunda direnir. Oysa anne ve babasını aktif bir şekilde yeni hayata uyum sağlarken gözlemleyen çocuk, bunun bütün bir aile

için gereklilik olduğunu anlar, kendi de bu konuda çaba gösterir.

Alışma döneminde, çocuğun okul dışı aktivitelerle olabildiğince çok katılması da çok önemlidir. Ailesinden bağımsız olarak, yeni arkadaşlarıyla yapmak istedikleri (yaşına göre parka gitmek, sinemaya gitmek, birlikte ders çalışmak vb.) ailesi tarafından desteklenmeli, *Ne gerek var şimdi?*, *Çok pahalı* gibi bahanelerle çocuğa engel olunmamalıdır.

Çocukların böyle büyük değişikliklere, bir takım tepkiler göstermeleri ve başlarda zorluk çekmeleri normaldir. Ancak bu tepkiler, bir süre sonra da hala en baştaki gibi şiddetli olmayı sürdürüyor, hem çocuğu hem de aileyi mutsuz ediyorsa, annebabalar psikolog ve psikoterapistlerden profesyonel yardım almaktan çekinmemelilerdir. •

(KİTAP ÖNERİLERİ)

ENTWICKLUNGSPSYCHO-
PATHOLOGIE DES KINDES-
UND JUGENDALTERS

von F. Resch

Psychologie Verlags Union



AVUSTURYA'DA ZORUNLU EĞİTİM

Avusturya'da zorunlu eğitim, çocuğunuzun 6 yaşını doldurduktan sonraki Eylül ayının 1'i itibariyle başlar. Çocuğunuzun başlayacağı okula kayıt ettirilmesi gerekmektedir. Kayıt tarihleri okuldan okula veya yaşadığınız eyalete göre değişiklik gösterebilir. Kayıt olurken gerekli belgeler, ikametgah senedi, vatandaşlık belgesi veya pasaport, doğum kaydı, mensup olduğu dini gösteren belge ve aşı karnesidir.

4 yıl ilkokuldan sonra gelen sonraki 4 yıl için AHS-ortaokulu, Hauptschule veya Neue Mittelschule (bütün öğrenciler için ortak ilkokulun devamı) arasında seçim yapabilirsiniz.

Özel eğitime ihtiyaç duyan çocuklar için (yani problemleri dolayısıyla özel eğitim görmeden eğitimine devam edemeyen çocuklar için) entegrasyon sınıfları ve Sonderschule adı verilen özel okullar bulunur.

8. SINIFTAN SONRA YİNE 4 TİP OKUL VARDIR:

- ☞ AHS-Lise veya Realgymnasium-Lise
- ☞ Meslek yüksek okulları (BHS) – HTL, HAK, HLW
- ☞ Meslek liseleri (BMS) – Meslek okulu (Fachschule), ticaret okulu (Handelsschule)
- ☞ Meslek eğitimiyle sonlanan poli teknik liseler.

AHS ve BHS okulları, matura sınavı ile biterek, çocuğunuzun üniversiteye devam edebilmesini sağlarken, BHS ve BMS okulları direk meslek eğitimi vererek, çocuğunuzun meslek hayatına atılmasını sağlar.

Zorunlu eğitim 9. sınıfla beraber son bulur.

Daha fazla bilgi için: www.bildungssystem.at, www.schulfuehrer.at

Okullistesi: www.schulen-online.at

Her eyalette Türkçe danışmanlık hizmeti veren eğitim danışmanlık merkezleri bulunmaktadır.



Beynimizi keşfederken ...

Psikolojik testler, çocuklara, ebeveynlere ve öğretmenlere problemlerin köküne inerken yardım etmek amacıyla kullanılır. Bu testler çocuklar için eğlenceli, anne-babalar içinse enteresan bir tecrübe olabilir.

Hatice 8 yaşında, bedensel gelişimi yaşına uygun, kardeşleri ve anne-babasıyla her hangi bir sorunu olmayan pırl pırl bir kız çocuğu. Annesi' Benden uzak kalır' korkusuyla yuvaya yollamamış, 7 yaşına girdiği sene ilkokula başlamış. Okuma-yazmayı öğrenirken yaşatlarına oranla büyük zorluklar çeken Hatice'yi, öğretmenleri yine de ikinci sınıfa geçirmiş.

Ancak bu sene problemler artmış. Hatice Almanca okuma yazma eğitiminde sınıfın en geride kalanlarından olmasının yanı sıra, dört işlemi öğrenmekte zorluk çekiyor, rakamların neyi sembolize ettiğini tam olarak anlayamıyor. Bir kaç veli toplantısından sonra, sınıf öğretmeni Hatice'yi okul psikoloğuna yollamayı önerdiğinde, annesi Emine Hanım panik içinde: „Ne işi var benim çocuğumun deli doktorunda? Benim çocuğum normal değil mi yani?“, diyerek bu öneriye karşı çıkıyor.

Çoğu anne-baba, psikolog kelimesini duyar duymaz ürüyor. Oysa psikologlar uzmanlık alanlarına göre, çocukların gelişimiyle de yakından ilgilenen bir meslek grubudur. Ebeveynlere ve öğretmenlere çocuğun problemlerinin neden kaynaklandığını bulmalarında yardımcı olur, çoğu kez bu problemlerin basitçe çözülmesini sağlarlar. Amaç normallik veya anormallik teşhisi koymak değildir. Hatice örneğinde, önemli olan

derslerde çektiği zorlukların kaynağını bulmaktır. Bunu yapmak için de, önce bir okul psikoloğu Hatice ve ailesiyle görüşmeli, gerekiyorsa psikolojik testlerden geçirmelidir. Bu sayede, Hatice'nin hangi alanlarda iyi olduğu ve hangi alanlarda güçlük çektiği kolayca belirlenebilir. Belki bir çok çocuk gibi Hatice'nin de legasteni – okuma yazma zorluğu var, belki de daha birinci sınıfa başlarken henüz okula hazır değildi, bir başka olasılık ise, başka bir ülkeye taşınmış olmak Hatice'yi hala zorluyor ya da Hatice halen Almanca diline hakim olmadığından zorlanıyor olabilir.

Psikolojik danışmanlık sürecinin sonunda psikologlar, çocuğunuz için somut önerilerde bulunurlar. Tıpkı anne-babalar gibi, psikologlar da çocukların iyiliği için ellerinden geleni yaparlar. Eğitimleri ve tecrübeleri sayesinde, bir çok anne babaya yardımcı olabilirler.

Nasıl ki, çocuğunuz öksürdüğünde, doktor öksürüğünü dinlemek için özel araçlara ihtiyaç duyarsa, psikolojik testler de aynen bunun gibi araçlardır. Psikolojik testler, geliştirilirken ve yayınlanıp satışa sunulmadan önce çok sıkı kontrollerden geçerler. Bu yüzden uzmanlar, sonuçlar sayesinde önemli bilgiler edinebilir, problemlerin sebebini bulmanın yanı sıra, çocuğunuzun gizli kalmış yeteneklerini de keşfedebilirler. •

Genel olarak psikolojik testleri 3 büyük gruba ayırıyoruz:

ZEKA VE YETENEK TESTLERİ

Zeka ve yetenek testleri ile, genel kültür, kelime dağarcığı, okuduğunu anlama, algılama, problem çözme, çözüm geliştirme gibi beceriler tanılanır.

KİŞİLİK TESTLERİ:

Kişilik testleri, psikoloğun, sosyal beceriler, iletişim yeteneği, motivasyon gibi kişisel faktörler hakkında bilgi sahibi olmasını sağlar. Anne-babaya da çocuğun davranışları ve kişiliği hakkında soruların bulunduğu anket kağıtları verilebilir.

PROJEKTİF YÖNTEMLER

Projektif yöntemler, özellikle küçük yaşta çocuklara uygulanır. Bu tip testlerde çocuklar, bir resime uygun hikayeler anlatır, yarım kalmış cümleleri tamamlar veya verilen konuya uygun çizimler yaparlar.

Çocuklar sanılanın tersine, psikolojik testleri eğlenceli ve zevkli bulurlar.

Çocuğunuzdan psikolojik bir muayeneden geçeceği konusunu gizlemenin bir faydası yoktur. Tam tersine bu durum, sizin kendi sebepsiz korkularınızı çocuğunuza da yansıtmanıza sebep olur. Örneğin: „Her sene Dr. Meier’e gidiyoruz ya, hani senin boyunu, kilonu ölçüyor, bu sefer de başka biri yeteneklerin ne kadar gelişmiş diye bakacak, hem de sen oyun oynarken!” gibi açıklamalarla çocuğunuzu rahatlatabilirsiniz. Önemli bir nokta, bu açıklamaları yaparken çocuğu baskı altına sokmamak gerektir.

Anne-babalar İçin Öneriler

- Psikolojik muayeneden geçmesi gerektiğini, çocuğunuzdan gizlemeyin.
- Randevudan önce, Türkçe danışmanlık hizmeti veren yerlerden bilgi edinin.
- Psikolojik muayeneye her iki ebeveyn de katılmalıdır.
- Psikoloğun kullandığı/kullanacağı testler hakkında soru sormaya çekinmeyin, bilgi edinin!
- Kullanılan testlerin ana dili Almanca olmayan çocuklara da uygun olup olmadığı hakkında bilgi edinin.
- Gerektiği takdirde, başka bir psikoloğa giderek, ikinci bir uzman görüşü edinin!
- Her hangi bir sonucu anlamadığınızda, sormaya çekinmeyin.

(KAYNAKLAR)

TÜRKİYE’DE KULLANILAN PSİKOLOJİK TESTLERDEN ÖRNEKLER –

Bir Başvuru Kaynağı

Necla. Öner (2006)

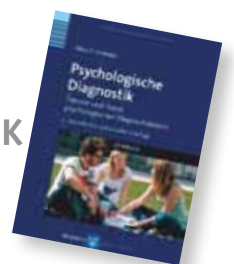
Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi, İstanbul

PSYCHOLOGISCHE DIAGNOSTIK

Theorie und Praxis des psychologischen Diagnostizierens

K. D. Kubinger (2009)

Hogrefe Verlag





Çocuğum Hiperaktif mi?

Hiperaktif olan çocuğun temel özellikleri, sürekli hareket etmesi, konsantre olamaması ve çok dürtüsel davranmasıdır. Tanı koyabilmek için bir uzman hekime ihtiyaç vardır. Çünkü çocuklarda hareketlilik çok değişik nedenlerle görülebilir.

„Kimin sabrı varsa dünya onundur.“

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) çocukluk döneminde başlayan ve ilerleme gösteren gelişimsel bir bozukluktur. DEHB, çocuğun ve ailenin bilinçli çabayla kontrol edemeyeceği; dikkat eksikliği ve aşırı hareketliliğin ön planda olduğu bir rahatsızlıktır.

Hiperaktif çocukların üç temel özelliği vardır:

1. Aşırı hareketlilik

Bu çocuklar, yaşıtlarına göre belirgin düzeyde fazla ve amaçsız hareket ederler. Durmadan, yorulmadan, hatta tehlikeleri göze alarak koşturup dururlar. Sınıfta ders süresinin dolmasını bekleyemezler. Yerlerinde duramadıklarından, bir işe başlayıp sonuna kadar sürdürmekte zorluk çekerler. Oyun oynarken sürekli bir oyundan diğerine atlarlar, oyuncak değiştirirler. Aceleci davranışları nedeniyle yazı yazma, resim çizme, bardağa su doldurma ya da kaşık tutma gibi ince motor becerileri yaşıtlarına göre yeterli gelişmemiştir.

2. Dikkat Eksikliği:

Hiperaktif çocuklar, dikkatlerini bir konuya yoğunlaştırmakta zorluk çekerler. Ayrıca dikkatleri çabuk dağılır. Ders çalışırken

kapının çalması dikkatlerini dağıtır ve tekrar derse dönüp kaldıkları yerden devam etmekte zorlanır. Sık sık eşyalarını, okul malzemelerini ya da oyuncaklarını kaybeder. Çantalarının içi çok düzensizdir. Yönergeleri takip edemez. Örneğin çocuğa, „Odana git, yatağının yanındaki dolaptan boya kalemlerini getir“, denildiğinde, dikkatini yoğunlaştıramadığı için odasına gidene kadar ne yapması gerektiğini unutur veya işlerini yapması gereken sırayla yapamaz. Bu nedenle DEHB'si olan çocuklar, zeka düzeyleri normal olduğu halde öğrenme güçlüğü yaşar ve okulda başarısız olur. Kız çocuklarda hareketlilikten çok, dikkat eksikliği, okul başarısızlığı daha ön plandadır.

3. Dürtüsellik

Hiperaktif çocuklar içlerinden geldiği gibi davranırlar. Karşısında konuşan kişinin sözünü bitirmesine izin vermeden başka bir konuya geçerler. Oyun oynarken sıralarının gelmesini bekleyemezler. Oyunlarda kuralara uyamamak, arkadaşlarına saldırgan davranmak nedeniyle iyi arkadaşlıklar kuramazlar. Böylece kişiler arası ilişkileri bozulur. Dürtüsel davranışları nedeniyle kendinlerini tehlikeye atabilecek davranışlar yaparlar. Örneğin kaldırımda yürürken

birden koşarak caddeye çıkabilirler. Çevresindekilerin engelleme çabaları ise öfke nöbetlerine neden olabilir.

DEHB, 7 yaşından önce başlar, ancak en büyük problem çocuğun okula başlamasıyla birlikte görülür. Çocuğun ilk defa sistemli olarak çalışması, sınıf içi kurallara uyması, sorumluluk alması söz konusu olmuştur. Bu durumla baş edemeyen çocuk, sürekli problem yaşamaya başlar. Ergenlik döneminde ise çevreye uyum problemi yaşayan ve dürtülerini kontrol etmekte zorluk çeken ergende, aşırı hareketlilik çoğu zaman azalmakla birlikte, davranış bozuklukları ve psikolojik problemler ortaya çıkar.

DEHB' nin nedenleri çok çeşitlidir. DEHB sorunu yaşayan çocukların kardeşlerinde de aynı problemin görülme oranının, diğer çocuklara göre iki ya da üç kat daha fazla olduğu saptanmıştır. Yapılan araştırmalarda, kişinin kendini kontrol edebilmesi, dikkatini yoğunlaştırıp sürdürmesi, yapmak istediklerini sıraya koyabilmesi ve planlayabilmesi gibi becerileri gerçekleştirmeye ilgili beyin

bölümünün, normal bireylere göre daha küçük olduğu saptanmıştır. Bu değişikliğin DEHB'nun ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir. Çevresel faktörlerin DEHB'da temel neden olmadığı, ancak yaşanan sıkıntının boyutunu etkilediği ve genetik yatkınlığı olan bireylerde bu hastalığı tetikleyebileceği gözlemlenmiştir. Örneğin gebelikte geçirilen hastalıklar, ilaç kullanımı, doğum sürecinin uzun ve zor geçmesi, erken bebeklik döneminde geçirilen hastalıklar, kullanılan ilaçlar gibi etkenler, genetik yatkınlığı olan bir çocukta bu sorunun ortaya çıkma riskini yükseltmektedir.

Tedavide yapılması gereken en önemli şey, doğru tanının konulması ve ailenin uzman ekiple iş birliği yapmasıdır. Böylece en iyi tedavi planlanır. Tedavide ilaç, davranış tedavisi, anne-baba eğitimi ve beslenme değişiklikleri temel alınmaktadır. Çocuğun problemi ele alınırken, kişisel özellikler, içinde yaşadığı çevre, ailesel özellikler göz önünde bulundurulmalıdır. •

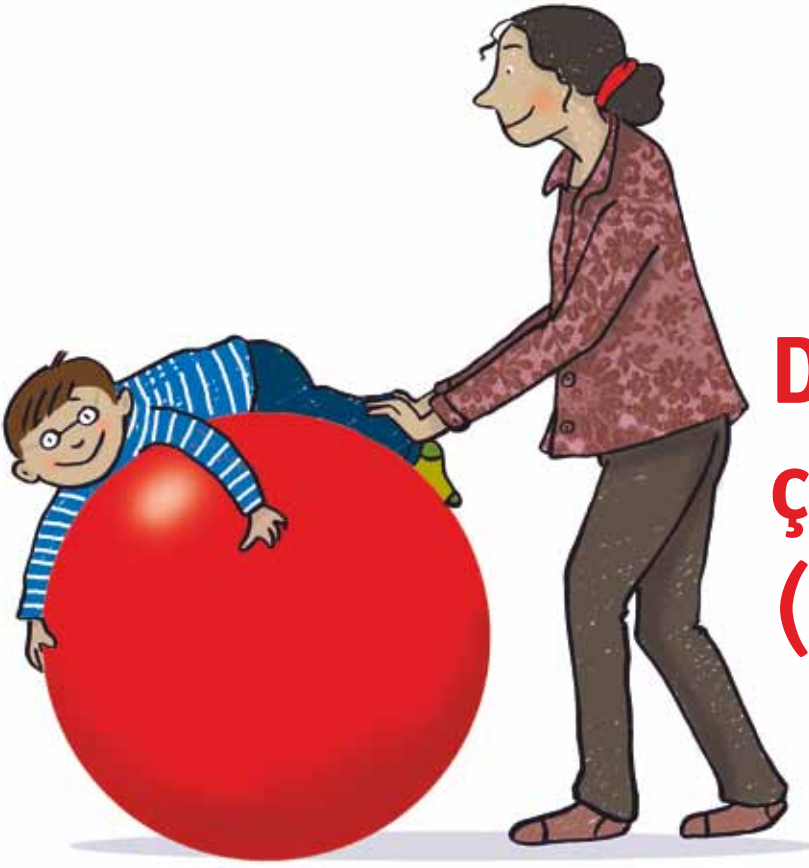
Ebeveynler İçin Öneriler

- Anne-baba, çocuğa yaşına göre değil, gelişimine ve gereksinimlerine göre davranmalıdır.
- Çocuğa karşı sabırlı ve sakin davranılmalıdır. Çocuğun yapmasını istediğiniz şeyi kolay anlaşılan, kısa cümlelerle, gözünün içine bakarak söylemek, sizi anlamasını kolaylaştırır. Çocuğun sizi kızdıran davranışları kasıtlı olarak yapmadığını unutmayın.
- Ev içerisinde çocuğa göre düzenlemeler yapılmalıdır. Odası, dolabı ve kendine ait çalışma ortamı hazırlanmalı, bu mekanlar sade ve gereksiz uyaranlardan arındırılmış olmalıdır.
- Çocuğun üstünden gelebileceği küçük sorumluluklar almasına izin verin. Pijamasını katlamak, çantasına eşyalarını yerleştirmek gibi sorumluluklar, çocuğun plan yapma, kuralları öğrenme gibi becerileri öğrenmesine yardımcı olur.
- Çocuğunuzu olduğu gibi kabul edin ve diğer yaşlılarıyla karşılaştırmayın. Sürekli eleştirmek yerine, yapabildiklerini ve çabalarını sevgiyle destekleyin.
- Kalabalık ortamlar, çocuğun fazla uyaran alarak, daha hareketli ve huzursuz olmasına neden olur. Bu nedenle kalabalık alışveriş merkezleri gibi ortamlardan kaçının.
- Öğretmenle işbirliği yapın ve ona tedavi hakkında bilgi verin. Sınıf yapısı ve okul kuralları hiperaktif çocuklar için çok zorlayıcıdır. Çocuk, ön sıralarda, öğretmeni kolayca görebileceği, gerektiğinde ayağa kalkabileceği bir yerde oturtulmalıdır. Öğretmenin de zaman zaman çocuğa özel zaman ayırarak, sakin bir şekilde açıklama yapması çocuğu rahatlatır.

(KAYNAK)

**DİKKAT EKSİKLİĞİ VE
HİPERAKTİF ÇOCUKLAR**
Orhan Öztürk
Nobel Tıp Yayınları, 2010

**DİKKAT EKSİKLİĞİ VE
HİPERAKTİF ÇOCUKLAR**
Ziya Selçuk
Pegem Akademi Yayıncılık: Ankara.
3. Baskı



Doğmadık çocuğa kaftan (don) biçilmez

Her anne ve babanın beklentisi, sağlıklı bir çocuğa sahip olmaktır. Ancak bazen bu istek yerine gelmeyebilir. Yaşam her zaman planlı değildir. Özürlü çocuğa sahip olmak şüphesiz büyük bir hayal kırıklığıdır. Ancak bu bebekte özürlü olmayan her bebek gibi kendine özgü ve biriciktir ve aile için bir kazanımdır.

Bazı çocukların doğuştan getirdikleri hastalık ve ya sakatlıkları nedeniyle özel bakım ve ilgiye ihtiyaçları vardır. Büyük farklılıklar nedeniyle bu konuda genel birşey söylenmesi doğru değildir. Her durumda mümkün olduğunca en kısa zamanda tedavi ve destek sağlanmalıdır. Ne kadar erken uzman desteği alınırsa o kadar hızlı sağlıklı bir gelişim desteklenmiş olur.

Özürlü bir çocuk ailenin günlük yaşamını tamamen değiştirmektedir. Özürlü çocuğun ihtiyaçları merkezde yer alır ve günlük yaşam buna göre düzenlenir. Günlük yaşamdaki tüm kaygılar size bir yük olarak gelir ve sizin bu olayın dışında olmadığınız hissinin verir. Yardım almaya açık olun ve toplumdaki yeni yerinizi alın. Benzer durumdaki anne ve babalarla tecrübelerini paylaşın.

Bakım veren ebeveyn olarak yaşanan güçlükler farklılık göstermektedir. Aşağıdaki soruların bazıları sizi de ifade etmektedir:

- ◆ Sağlıklı bir çocuğa sahip olma hayaliyle nasıl vedalaşabilirim? Ne kadar sürede yeni duruma alışmayı başabilirim?
- ◆ Yaş ve yorgunluğa karşı ne yapacağım?
- ◆ Çocuğum için en iyi tedavinin bu olduğundan nasıl emin olabilirim?
- ◆ Geride kalan aile üyeleriyle ve kendimle nasıl denge kuracağım?

◆ Başkalarının düşüncesizce sorularına ne cevap vereceğim?

Ne yazık ki diğer insanlar farklı özelliği olan aileyle ilişkilerinde sıklıkla çok az duyarlıdır.

Özürlü çocuğu olan bir ailede, aile içi dengeğin değişiminden diğer çocuklar da oldukça etkilenir. Her durumda günlük yaşamın ve bakım verilen çocuğun ihtiyaçlarına bağımlı olmak zorundasınızdır. Bunların takibinde, memnuniyetsizlik, aşırı yüklenme ve hatta korku gelebilir. Utanma, kıskançlık, öfke ve suçluluk gibi duyguların yaşanmasına izin verin.

Özürlülük konusuna mola vermeye dikkat edin. Kendiniz için, ilişkiniz ve her bir çocuk için birşeyler yapın. Bu durum çok enerji gerektirir. Bilinçli olarak bu enerjiyi depolamalısınız.

Özel okullar ve tıbbi bakımın çok pahalı olması nedeniyle, Avusturya'da özürlü çocuğu olan ailelere, çocuğun özel ihtiyaçlarını karşılayabilmek ve aileye destek olmak amacıyla bakım parası verilmektedir.

Bakım parası zihinsel, psikolojik ya/ya da bedensel özürlü ve sürekli bakım ihtiyacı olan çocukların ailelerine ilgili kurum tarafından, çocuğun bakımından dolayı

artan masrafları karşılamak üzere belirlenen yardım parasıdır. Bu yardım parasının miktarı çocuğun özürlülük düzeyine, özürün kalıcı ya da geçici olmasına, bakım ihtiyacının düzeyine ve daha birçok faktöre bağlı olarak farklılık göstermektedir.

Çocuğun 6 aydan fazla süren, sürekli bakım ihtiyacının olması ve bakım süresinin ayda 50 saatten fazla olması durumunda bakım parası almaya hak kazanılır.

Bakım parasının miktarı doktor raporuna göre belirlenir ve gelir düzeyine bağlı değildir. Çocuğun özürlülük düzeyine bağlı olarak bakım parasının miktarı 7 basamaklıdır ve yılda 12 kere verilir.

Eğer en az %50 kalıcı sakatlık olmuşsa genel aile yardım parasına ek olarak yükseltilmiş aile yardım parası verilir. •

Özürlü Çocuğu Olan Ailelere Öneriler

- Özel danışma merkezi araştırın. Orada sizin ihtiyacınıza duyarlı kişiler bulacaksınız.
- Özürlü çocukla yaşam için erken gelişim kurumları, kendine yardım grupları ve aile desteği konusunda bilgi alın.
- Günlük yaşamda rahatlama için yollar arayın, yardım ve destekleri kabul edin. Enerji depolamaya çalışın.
- Özel bakım merkezleri çocuğa ölçülü şekilde yardım eder ve aileyi destekler. Çocuğunuza karşı sorumluluk alırken kendinizi suçlamak yerine, bunu bir şans olarak görün.
- Çocuğunuzu olduğu gibi kabul edin. Çevrenizin onu tanımasına yardım edin. Böylece o da kendini ortaya koyabilir ve toplumda bir yer alabilir.
- Kesintisiz olarak özürlülük konusuyla ilgilenmeyin.
- Kendi ihtiyaçlarınızı tanımlayın ve adlandırın, Örneğin; arkadaşlarla konuşmak, kendine zaman ayırmak, evden uzaklaşmak gibi, ve bunu tatmin etmeyi deneyin.
- Ailenizde alışkın olmadığınız öncelikler belirlenir. Örneğin, sürekli „Küçük aşamaların bayramını“ kutlayın.

(KAYNAKLAR)

**YAVAŞLA! BU HAYATTAN
BİR DEFA GEÇECEKSİN**
Kemal Saya
Timaş Yayınları, 2007

ENGELLİ ÇOCUK
Valerie Sinason
Füsün Doruker (Çeviren)
Altın Kitaplar, 2002

ELTERNBRIEF
für Eltern von
behinderten Kindern



[ALMANCA İNTERNET SAYFALARI:]

- www.selbsthilfe.at Selbsthilfegruppen
- www.docs4you.at Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde
- www.handicapkids.at Für Eltern von Kindern mit Behinderung



„İki arada, bir derede kalmak“

Yıllarca çocuğunuzun sıkıntısını ve sevincini paylaştınız. Ama şimdi karşınızda bambaşka bir çocuk var. Ergenlik başladı.

Çocuğunuzun soğuk tavırlarına rağmen sizi sevdiğinden emin olun. Bu süreç ilişkinizin ne kadar güçlü olduğunu ortaya çıkaracak. Ve iki yetişkin insanın ilişkisine dönüşecektir.

13 yaşındaki Oya'nın annesi büyük bir çaresizlikle, kızının son zamanlarda çok değiştiğini, hırçınlaştığını, sert bir dille konuştuğunu, her şeyden hemen sıkıldığını, olur olmaz şeylere ağladığını anlatıyor. Ayrıca Oya'nın ayna karşısında saatlerce vakit geçirip süslenmesinden ve arkadaşlarıyla çok vakit geçirmesinden şikayetçi. Ayrıca, acaip saçlarla ve yüzünde bir ton boyayla sokaklarda dolanıyormuş.

Anneyi en çok üzen olaylardan birisi de, tesadüfen yolda karşılaştığı kızının, arkadaşlarının yanında onu görmezden gelip yanına gelmemesi olmuş: „0 günden sonra ona çok kırlıdım, içimde bir şey koptu, artık hiç bir şey artık eskisi gibi değil, biricik tatlı kızımı kaybettim“ diyor.

Oya'nın annesinin şikayet ve korkularını, çocukları ergenlik çağına giren bir çok anne-babadan duyarız. Bu dönemin tipik belirtileri:

- ✿ Ergenin aileden uzaklaşması ve arkadaşlarını aileye tercih etmesi.
- ✿ Tedirgindir, çabuk tepki gösterir, duyguları karışık, karamsardır, öfkeli.

- ✿ Daha yoğun hayal kurar, cinselliğe ilgisi artar, sık sık aşık olabilir
- ✿ Özgüven problemi olabilir, takdir edilme ihtiyacı artar.

Ergenlik: Ergenlik dönemi, her bireyin hayatında çok önemli bir yer tutup bir anda başlayabilir. Ergenliğe girme yaşı ve ergenliğin süresi, genetik ve çevresel faktörlere göre kişiden kişiye değişir. 11 ile 14 yaş dilimleri erenlik olarak tanımlanır. Kızlarda erkek çocuklara nazaran daha erken başlar. Bu dönemde gençler fiziksel gelişimin yanı sıra, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan da gelişir, olgunlaşırlar ve yetişkin olma yolundaki ilk adımları atılır.

Bu dönemde çocuğunuz bir yandan özgürlük arayışı içerisindeyken, diğer yandan da sizin desteğinize çok ihtiyaç duyar. Kendi belirleyici olmayı arzular ama tam olarakta kendine güvenemez. Ayrıca ailenin koruyucu sıcak ortamından da vazgeçmek istemez. Bu değişkenlik anne ve babayı şaşırır. Ör: Diş doktoruna yalnız gitmek istemezken, berbere beraber gitmenizi kesinlikle istemez. Sabırlı olun. Sevinin ki, çocuğunuz sizinle bir şeyler yapmak istiyor.

Bu süreç çocukların en çok ilgi ve sevgiye ihtiyaç duydukları, çok hassas bir dönemdir. Göz ardı edilemez, dondurulamaz, öylece geçirilemez. Ne çocuk ne de anne-baba için. Karşılıklı saygı ve sorumluluk bu zor dönem daha rahat geçirmenizi sağlayacaktır. Oya'nın annesi onun kışkırtıcı davranışlarına kırılsa dahi, eğitimci fonksiyonunun

bilincinde bir anne olarak çocuğuna mesafe koymamalı. Bu tavır onu çok tedirgin edecektir. Anne-babasının tekrar ilgisini çekmek için çocuklar böyle durumlarda kendine zarar verecek şeylerde yapabilirler.

Sevgi her sorunun üstesinden gelir. Aile içinde sevgi bulamayan çocuk öfkelenir. Öfkeyi kendine yönelttiğinde ise bu keder ve ümitsizliğe dönüşebilir. Ergenlik döneminde çocuklar anne-babaya mesafelidirler. Yine de onlara sevginizi göstermekten kaçınmayın. Sevginizi dokunarak, söyleyerek, zaman ayırarak gösterirseniz, çocuklarınızın üzerindeki olumlu etkiniz çok daha fazla olacaktır.

Tanınmış psikiyatrist ve terapist Haim Omer „Şiddetsiz Eğitim ve Otorite” adlı kitabında, etkili anne-babayı tanımlarken, ergene şu mesajın verilmesinin önemle altını çiziyor:

„Sen bizim çocuğumuzsun, hep senin yanındayız ve yanında olacağız. Ne olursa olsun! Arkadaş, koruyucu, refakatçi, dinleyici, eğitimci, yeri geldiğinde de sınırları koyan ve belirleyen olarak yanındayız. Kimse ve hiç bir güç bunu değiştiremez!”

Aşırı kontrol ve koruma ergende bağımlı ve kendine güveni olmayan bir kişiliğin oluşmasına sebep olabilir. Hiç bir hareketi sınırlandırılmayan ergen ise bencil yetişebilir. Baskıcı bir tutumla yaklaşan anne babaların çocuklarında ise, pasif girdiği ortamlarda hep arka planda kalan bir kişilik gelişebilir. Ancak çocuğa belli sorumluluklar veren, onu başarması için destekleyen, cesaretlendiren, aldığı kararların ve davranışlarının sorumluluğunu taşıma becerisini kazandıran ailelerin çocukları, başarıyı daha kolay yakalayabileceklerdir. •

Öneriler

- Kendi ergenlik döneminizi, kendinizi nasıl hissettiğinizi, nelerin size iyi geldiğini, nelere ihtiyacınız olduğunu iyice bir düşünün.
- Ergene güvenin, yaşına uygun sorumluluklar verin ve özgürlüklerini genişletin.
- Çocuğunuzun arkadaş çevresine karşı ilgi gösterin.
- Arkadaşlarıyla ilişkilerine karışmayın.
- Arkadaşlık ilişkilerinde hayal kırıklıkları yaşıyorsa ona insanları anlamalarında destek olun.
- Gençin sınırları zorladığı bu dönemde karşılaşılabileceği tehlikeler (alkol, uyuşturucu madde ve otomat bağımlılığı, cinsel ve bulaşıcı hastalıklar, istenmeyen gebelik) açıkça konuşulmalı ve genç bu konularda bilgilendirilmelidir.
- Anne-babanın ortak tavrı ve ergenle beraber alınan kararlardaki duruşu çok önemlidir.
- Ergen, anlaşmalara uymadığı takdirde bunun sonuçlarını önceden bilmelidir. Örneğin, eve geç gelirse, o akşam internete giremez.
- Çocuğunuzla iktidar savaşına girmeyin. Olay kazanmak ya da kaybetmek değil, önemli olan herşeyin açık ve net söylenmesi.
- Çocukların, itiraz etseler bile anne-babalarının fikirlerine ihtiyaçları vardır.
- Gerekğinde profesyonel yardım almaktan çekinmeyin.

AUTORITÄT DURCH BEZIEHUNG Die Praxis des gewaltlosen Widerstands in der Erziehung

Omer H. Schlippe (2004)
Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen



AUTORITÄT OHNE GEWALT

Omer H. Schlippe (2004)
Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen



KİTAP (ÖNERİLERİ)

ÇOCUĞUN DUYGUSAL SORUNLARI

Bebeklikten-Yetişkinliğe

Salk Lee (1992)

Remzi Kitabevi, İstanbul

BAKINIZ: Brosür ve CDRom
„ERGENLİK”





“Eskiye rağbet olsaydı, bit pazarına nur yağardı.”

İnsanoğlunun bulunduğu her yerde çatışma, yani anlaşmazlık, karşıtlık, uzlaşmazlık vardır ve bu doğaldır. Çatışmalar, düşünce, duygu, çıkar ve amaç ayrılıklarından ortaya çıkar, gelişim ve değişim için gereklidir. Çatışma yaşamın ayrılmaz bir parçasıdır. Özellikle de ergenlik döneminde ebeveynlerle gençlerin çatışması kaçınılmazdır. Gerçek hayatta çatışmasız aile yoktur ve çözüm üretebildikleri için de diğer ailelerden daha ileride ve mutludurlar.

Çağlar boyunca anne-baba, öğretmen ve yönetici tüm yetişkinler gençlik çağını yüceltip gençleri küçümsemiş, onlara tepeden bakıp eleştirmiş, sorumsuz, haylaz ve asi bulmuştur. Eski yunan filozofu Sokrates bile, „Bugünün gençliği lüks ve gösteriş düşkünü, saygısız, başkaldıran, geveze ve obur yaratıklardır,” derken, Hesiod isimli bir düşünür de „Günümüz gençleri öyle sorumsuz ve uçarlar ki, yarı ülke yönetimini üstleneceklerini düşündükçe umutsuzluğa kapılıyorum. Bize ağırbaşlı ve büyüklüğümüze saygılı davranmayı öğretmişlerdi. Şimdiki gençler, kuralları hiçe sayıyor, çok duyarsızlar ve beklemesini bilmiyorlar. Üstelik doyumsuz ve düşüncesiz davranıyorlar”, diyerek gençliği eleştirmiştir.

Gençler de tarih boyunca yaşlı kuşakları hep tutucu, geri kafalı, uyuşuk, bencil, korkak, iki yüzlü ve buyurgan olarak tanımışlardır. Düşüncelerini eksik, zevklerini bayaat, anlayışsızlıklarını ise katlanılmaz bulmuşlardır. Yetişkinlerin kuralları sıkı, yasakları saçmadır, her şeye hayır demeyi alışkanlık haline getirmişlerdir. Genç ve yaşlı kuşakların yargıları değişik,

ön yargılı tutumları ise ortaktır. Çatışma, gençlerin düşünce, duygu ve davranışları ile yetişkinlerin değer yargılarının örtüşmesinden kaynaklanır.

Özellikle yurt dışında yaşayan ailerde kuşaklar arası çelişki ve çatışmalar, kültürel farklılıklardan dolayı daha da yoğun yaşanır. Çünkü kuşakların sosyalle oldukları topluluklar farklıdır. Türkiye’de yetişmiş, Türk örf, adet ve geleneklerini özümsemiş ve benimsemiş olan birinci kuşak, kimliğini kaybetmeme telaşıyla, yurt dışında doğmuş, büyümüş ikinci kuşaktan, kayıtsız şartsız bu kuralları üstlenmesini beklerken, bu gençlerin yaşadıkları ülkenin değerleri ile sosyalle olduklarını gözden kaçırmaktadır.

Murat, akşamları eve geç geldiği için çevresinin diline düşen kızıyla sürekli çatıştığını anlatıyor. „Kızım onu eve kilitlediğimi söylüyor, halbuki ben onun sadece iyiliğini istiyorum”.

Yurt dışında yaşayan ailelerin en büyük korkuları, çocuklarının kendi kültürlerini ve dini değerlerini öğrenememesi, alkol ve uyuşturucu bağımlısı olmaları ve aile-

den uzaklaşabilecekleri endişesi oluşturur. Bu endişeyle de daha baskıcı ve kontrol edici davranırlar. Bu da aile içi gerilimin artmasına neden olur.

Çocuk yetiştirmek, en az üç farklı kuşağın etkileşim ve iletişimini içeren dinamik bir süreçtir. Aile, içinde yaşadığı kültürü yetiştirdiği kuşağa aktaran bir yapıdır. Kültürün bir kuşaktan diğerine geçişi, yaşam pratiği içindeki ilişki dinamikleri ile olmaktadır. Hem geleneklere bağlılık hem de çağdaş yaşama uyum, anne-babalar için bir ikilem oluşturur.

Eski kuşakların bilgi ve görgüsü, değişen toplumda gence kılavuzluk etmeye yetmemektedir. Kültürel gelişme teknolojik gelişmelerin gerisinde kaldığı için yeniy ve değişikliğe yönelen gençler, bildiklerinden ve alıştıklarından ayrılmayan anne-babalarıyla karşı karşıya gelmektedir.

Bu dönem, gelişim aşamalarının en zoru olan ergenlik dönemine denk gelir. Ergenlik dönemi, kuşaklar çatışmasının en yoğun ve belirgin olduğu dönemdir.

Gençler anne-babalarıyla en çok şu alanlarda çatışma yaşarlar:

- * Özgürlüğün kısıtlanması, (eve geliş-gidiş saatlerinin belli olmaması, gece dışarı çıkma yasağı)
- * gencin seçimlerine karşılanması (arkadaş seçimi, meslek ve eş seçimi, kılık-kıyafet ve yaşam biçimi)

- * aile yaşamının yürütülmesindeki beklentiler
- * politikayla uğraşma
- * sağlığa ve beslenmeye dikkat etmeme,
- * okul sorunları

Yaşanılan ülkede başarılı olabilmek için, o ülkenin eğitim sistemine uyum göstermek ve bu sistemin gereklerini yerine getirmek zorunludur. Bu nedenle yetişkinler, kendi değersistemlerini ve kurallarını yeniden gözden geçirmelidirler. Gençler, kendilerinden beklenenleri, sorumluluklarını anlayıp üstlenebilmelidir.

Kuşaklar arası farklı beklentiler, eğitim ve kültür farklılıkları ve toplumsal gelişmelere uyumdaki farklılıkların yol açtığı kuşaklar arası çatışmanın olumsuz sonuçlarının yanı sıra, olumlu sonuçları da vardır. Bilimde, sanatta, toplumsal alanda bir çok yenilik eskinin yok sayılmasıyla başlamış ve gerçekleşmiştir. Gençlerin yenilik tutkusu ve ilerici görüşleriyle eski kuşakların deneyimlerinin birleşmesi toplumu zenginleştirir. Kuşaklar arasındaki çatışmanın kötü sonuçlar doğurmaması için, yetişkinlerin gençlere el uzatması, onlara kulak vermesi, onlarla iletişime girmesi, gençlere sorumluluk verilmesi ve böylece topluma katkılarının sağlanması şarttır. Kuşaklar arasındaki çatışmayı en aza indirebilmek için, gençlerle yaşlıların birbirlerinden beklentilerini, nedenleri ile birlikte ortaya koymaları ve çatışmaların çözümünü diyalogda aramaları gerekir.

Öneriler:

- ☉ Gencin kendini ifade etmesine izin verin.
- ☉ Onu, sözünü kesmeden dinleyin ve anlamaya çalışın.
- ☉ Tartışmayı öğrenebilmesi sizin tutumunuza bağlıdır, unutmayın.
- ☉ Farklı düşünüyorsanız bunu açık, net, ama sakince belirtin.
- ☉ Öfkenizi kontrol edin.
- ☉ Yeniliklere açık olun, (örn: İnternet) Çocuğunuzun size yeni şeyler öğretmesine izin verin.

[İNTERNET SAYFALARI:]

www.familienberatung.gv.at

(KİTAP ÖNERİLERİ)

GENÇLİK ÇAĞI

Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu (1985)
Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, Ankara

DEĞİŞEN TOPLUMDA AİLE VE ÇOCUK

Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu (1983)
Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, Ankara

DAHA SESİMİZİ DUYURMADIK.

Avrupa'da Türk işçi çocukları

Gündüz Vassaf (1983)
Bilge Yayınları, İstanbul



Şiddet özel hayat meselesi değildir!

Aile içi şiddete maruz kalanlar, öncelikle kadınlar, yaşlılar ve çocuklardır. Tehlikeli şiddet ortamları ise karanlık parklar değil, genellikle malesef evlerimizdir.

Öfke, şiddet agresif gücü harekete geçirir. Agresyon ise bir sorunun ya da engelin aşılmasında gerekli bir güçtür. Barışçıl bir ortamda yaşayabilmek için bu gücünüzü yapıcı yönde kullanıp öfke ve hiddetinizi kontrol edebilmelisiniz.

Olumsuz hislerinizin karşısında çaresiz değilsiniz! Yetişkin bireyler olarak baskı ve stres altında da düşünerek hareket edebilirsiniz. Kızgın, öfkeli ya da çaresiz iseniz, sinirinizi bastırarak bir şeyler yapın. Eğer sizi öfkeliyen bir aile bireyi ise ona nedenini söyleyin. Ör: «Davranışların beni çok sinirlendiriyor. Bir daha böyle davranmanı istemiyorum» gibi.

Buna rağmen kendinize hakim olamıyorsanız, hemen çok içten özür dileyin. Açıkça kendi davranışınızı doğru bulmadığınızı belirtin. Çünkü dayak haysiyet ve onuru zedeler. Bu yüzden aile içi güven ve sıcak ortamını bozar. Şiddeti haklı çıkaracak hiç bir neden olamaz.

Eğer çocukluğunuzda kötü olaylar yaşayıp şiddete maruz kaldıysanız gergin ortamlarda sükunetinizi koruyup sabırlı olmanız zor olabilir. Bu durumda Aile ve Eğitim Danışmanlığı Merkezlerinden destek ve yardım alabilirsiniz.

Şiddet göz yumulacak yasal bir ihlal,

bir eğitim biçimi ve özel hayat meselesi değildir !

Araştırmalara göre, aile içi şiddete maruz kalanlar, öncelikle kadınlar ve çocuklar olup şiddet uygulayan kişiler de öncelikle erkeklerdir. Şiddetin çok değişik biçimleri vardır :

- ✱ Dayak, kötü davranmak ve boğmak gibi fiziksel şiddet,
- ✱ Yetişkinlere ve çocuklara uygulanan cinsel şiddet,
- ✱ Zorlama, tehdit ve aşağılama gibi psikolojik şiddet,
- ✱ Ekonomik özgürlüğün kısıtlanması ve bağımlılığın istismar edilmesi.

Şiddetin her türü cezaya tabidir !

Israrla takip-psikolojik terör (Stalking), Avusturya'da 1 Temmuz 2006 tarihinden itibaren „Israrla Takip" adı altında suç olarak ceza kanununda yerini almıştır.

Buna, yolda takip etmek, telefonla, E-mail ya da buna benzer eylemlerle rahatsızlık vermek de eklenebilir. Her halikarda polise başvurup suç duyurusunda bulunmalısınız. Acil olan durumlarda ise mutlaka polis çağrılmalıdır.

Şiddetin sonuçları?: Çocuklarda en çok görülen sorunlar, okul başarısızlığı, depresyon, stres bozukluğu, somatik yakınmalar,

düşük benlik saygısı, fobiler, anti-sosyal davranışlar, içe kapanma, saldırganlıktır.

Yetişkinlerde ise benlik saygısında azalma, kendini değersiz hissetme, madde kötüye kullanımı, depresyon, intihar düşünceleri tehlikesi yüksektir.

Aile içi şiddet insan hakları ihlalidir ve asla özel hayat meselesi veya aile içi bir sorun

olarak geçirilemez. Şiddet yaşayan çocukların, gelecekte de mağdur duruma düşme (kız çocuklar) veya şiddet uygulayan kişi olma (erkek çocuklar) riskleri yüksektir. Bu yüzden şiddete karşı sessiz kalmamak, müdahale etmek çok önemlidir.

DİĞER BAŞKA KURUMLARDAN DA DESTEK ALABİLİRSİNİZ :

Informationsstelle gegen Gewalt: ☎ (01) 544 08 20

Frauenhelpline: ☎ 0800 222 555 (Avusturya çapında yaygın, gizli, her zaman ulaşım mümkün, ücretsiz)

Kinderschutzzentren für misshandelte Kinder:

(Çocuk Koruma Evleri) ☎ 0800 808088 (www.die-moewe.at)

Kinderschutzzentrum Wien: ☎ (01) 526 18 20 (www.kinderschutz-wien.at)

Österreichische Frauenhäuser : (Kadın Sığınma Evleri) (www.aof.at)

Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreichs: (www.kija.at)

147 – Rat auf Draht: ☎ 147 (rund um die Uhr)

Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie:

(Şiddete Karşı Müdahale Merkezi)

(www.interventionsstelle-wien.at)

ŞİDDET MAĞDURU OLARAK HAKLARINIZ

- Akut bir tehlike varsa, hemen polisi arayın ! (tel : 133 ya da 112) Tehlikeli kişi hemen evden uzaklaştırılır ve iki hafta eve ayak basma yasağı konur.
- Daha uzun süreli koruma isterseniz, bölge mahkemesine dilekçe verdiğinizde (Antrag auf einstweilige Verfügung) bu süre dört hafta daha uzatılır.

Şiddete tanık olursam ne yapmalıyım ?

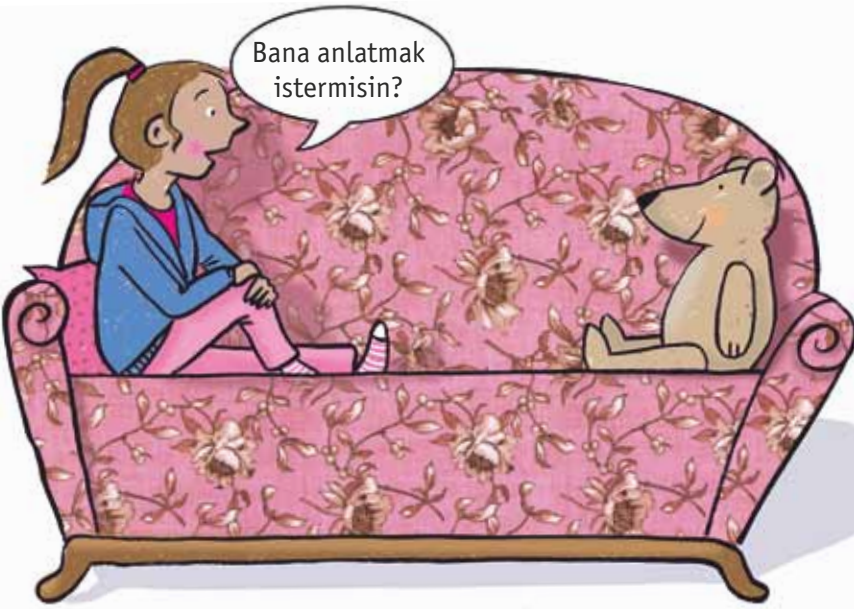
Şiddet hepimizi ilgilendirir! Komşuda ya da sokakta şiddet olayına tanık olduğunuzda, şiddete maruz kalan kişiye yardım etmek ve yardım çağırmak çok önemlidir. Olaya karşı kayıtsız kalmanız, şiddet kullananın işini kolaylaştırır. Ayrıca şiddete karşı bilinçli ve cesur müdahale ile çocuklarımıza da iyi örnek oluruz.

Yapısal ve psikolojik şiddet her zaman kaba şiddet gibi açık seçik görünmez. Bu yüzden ayrımcılık, ırkçılık bir çok insanı zor durumlara düşürebilir. Bu durumlarda da hassasiyet ve mağdurlara destek önemlidir. Hatta kendi çocuğunuz bile okulundaki ayrımcı bir yaklaşımın mağduru olabilir. Bu yüzden bilinçli ve cesur müdahale ile mağdurlar için insiyatif kullanmak çok önemlidir.

Ör: **Beratungsstelle für Opfer und Zeuginnen von Rassismus**

(Ayrımcılığın Mağdurları ve Tanıkları için Danışma Bürosu): ☎ (01) 9291399

Helping Hands (yardım Eli): ☎ 0699 11338402



Paylaşılan dertler azalır

„Geceleri bana uyku haram, bir türlü uyuyamıyorum, geçmişim, eskiden yaşadıklarım bir bir gözümün önünden geçiyor“ diyen Serpil hanımın yaşadığı halsizlik, bitkinlik, isteksizlik ve yorgunluk halinin bedensel değil, psikolojik kökenli olduğunu düşünen aile doktoru, kendisini Psikoterapiye yönlendirdi.

İsminden de anlaşıldığı gibi (Psiko = psikolojik, Terapi = tedavi) psikoterapi, kökeni psikolojik olan hastalıkları, sorunları, çatışmaları, psikolojik yöntemlerle gidermek, çözmek amacıyla uygulanan, konuşma ağırlıklı bir tedavi yöntemidir.

Bu yöntemde gerekli görülmediği sürece ilaç kullanılmaz. Yani psikoterapistler ilaç yazmaya yetkili değildir, ilaçla tedaviyi psikiyatrlar ve nörologlar uygular. Ancak bazı psikolojik rahatsızlıklarda, ilaçla tedavi ve psikoterapi bir arada yürütülür. Nasıl bir tedavinin gerekli ve yararlı olduğuna uzmanlar karar verir.

İnsanoğlunun ruhsal ve bedensel sağlığı birbirleriyle iç içedir. Ruhumuzu bedenimizden, bedenimizi ruhumuzdan ayıramayız. Bedensel rahatsızlıklar ve hastalıklar ruhumuzu, ruhsal sıkıntılar ise bedenimizi etkiler.

Birçok bedensel sıkıntının (başağrısı, mide ve bel ağrıları, kalp çarpıntısı, nefes darlığı, ateş basması, terleme, titreme, el ve ayaklarda uyuşma gibi) ve ruhsal sıkıntının (yaşamdan zevk alamama, isteksizlik, umutsuzluk, uyku bozuklukları, unutkanlık gibi) kaynağı, ruhsal kararsızlık ve çatışmalarımız, ailevi sorunlar, sevdiklerimizden ayrılmak, sevdiklerimizi kaybetmek, yaşam koşulları, endişe ve korkularımız ve kaygılarımız olabilir.

Derdini söylemeyen derman bulamaz

Bedenimiz sinyal vererek, birşeylerin yolunda gitmediğini söyler, bizi uyarır.

İşte psikoterapi, kişinin sorunlarına, kendine göre en doğru ve en uygun çözümü bulmasında yardım eden, yol gösteren ve eşlik eden bir tedavi yöntemidir.

Bu nedenle psikoterapist ve hasta arasında kurulacak ilişkide güven, sempati ve karşılıklı saygı çok önemlidir. Psikoterapi ilişkisi, ancak saygı ve güven ortamında gelişebilir.

Özellikle danışmaya gelen kişinin motivasyonu ve sorunu üzerinde çalışmaya kararlı ve azimli olması tedavinin başarısında çok önemli rol oynar.

En önemli adımlardan biri, kişinin sadece çevresindekileri değil, kendini de anlamaya ve değiştirmeye hazır olmasıdır. Akıllı insan, bilinçli olduğu için sorununa çare arar.

„Ya akrabalar veya tanıdıklar terapiye gittiğimi duyarsa“, „Ben deli miyim ki, terapistle gideyim“, „Kendi sorunumu kendim çözmeliyim“ gibi endişe ve korkular bu önemli adımı atmanızı engellemesin.

Serpil hanımda doktorunun önerisiyle bu ilk önemli adımı atar.Yalnız yapılan iki oturumdan sonra, psikoterapist eşinin de terapiye katılmasını ister. Eşiyle birlikte on yıl önce Giresun'dan Viyana'ya göç eden Serpil hanım, ev işlerinin yanı sıra, dört ve yedi yaşındaki iki çocuğunun da eğitimini üstlenmişti. Eşi Kemal bey, vardiya çalıştığı işten kalan zamanlarını arkadaşlarıyla kahvede geçirmeyi tercih ediyordu. Eşi ve çocuklarıyla geçirdiği zamanın kısıtlı oluşu zamanla Serpil hanımda büyük bir yalnızlık ve terk edilmişlik duygusuna neden olmuş, bu da uykusuna yansımıştı.

Serpil hanım ve eşi Kemal beyle yapılan oturumlarda, her iki tarafında ihtiyaçları göz önüne alınarak, haftalık çalışma ve birlikte zaman geçirme takvimi hazırlandı. Yapılan anlaşmaya uyan Kemal Bey, hem eşi ve çocuklarıyla daha fazla zaman geçirdiği

Sorunlarımızın çözümünde başvurabileceğimiz profesyonel danışmanlık hizmetlerinden yararlanabilmek için, bu hizmetlerin içeriklerini bilmek gerekir ki yanlış adım atmayalım, geç kalmayalım.

için mutlu olurken, Serpil hanımın da uyku sorunu ortadan kayboldu, daha dinamik aktif bir şekilde günlük hayatını sürdürmeğe başladı. Anne-babanın huzuru da elbette en çok çocuklara yansdı.

Terapiden korkma geç kalmaktan kork!

Psikoterapistlerin de doktorlar gibi susma zorunluğu vardır. Terapi sırasında konuşulanlar hiç kimseye iletmez.

Psikoterapide bir oturum, tek kişiyle çalışılıyorsa, 50 dakika sürer. Çiftlerle (karı-koca) çalışılan aile terapisi ise 1 saat 40 dakika, yani iki oturum olarak yapılır.

Terapinin uygulanma sıklığı ve toplam süresi, uygulanan psikolojik yöntemlere ve psikoterapist ile hasta arasında yapılacak anlaşmaya göre değişebilir *Sistem Aile Terapisi*, haftada bir kez olmak üzere başlar, onbeş günde ya da üç haftada bir olarak devam eder.

Özellikle aile içi çatışmalara ve sorunlara, „kol kırılır yen içinde kalır“, „kan kusup kızılık şerbeti içtim derim“ gibi yanlış yaklaşmak çok zararlıdır. Tüm ailenin hastalanmasına ve yaşam kalitesinin düşmesine neden olur. Aile Terapisinde, adından da anlaşıldığı gibi, oturumlara aile bireyleri katılır. Aileyi geniş anlamda, aile ilişkilerine dahil herkes olarak belirliyoruz. Örneğin teyze, nine, amca, hatta evdeki yardımcı kadın bile gerektiğinde oturumlara dahil edilebilir.

Sistem Aile Terapisi, kişiyi içinde bulunduğu ilişkiler çerçevesinde ele alır, bu ilişkilerin birbirleriyle iletişimini, etkileşimini inceler. İlişkilerde yaşanan aksaklıkları belirleyerek, gerekli davranış değişikliklerinin gerçekleşmesini ve katılımcıların aktifleşerek bu değişiklikleri uygulamasını sağlar. Davranışlarda yapılan en küçük değişiklik bile

bütün sistemi, ilişkileri etkiler, yeni gelişmelere neden olur. Bu değişim bütün sistemin katılımıyla olduğundan, bütün aile bireyleri bundan etkilenir ve bu etki kalıcı olur.

Birlikten kuvvet doğar

Çocuk Eğitimi Danışmanlığının amacı ise, çocuk gelişimindeki aşamaları göz önünde bulundurarak anne ve babayı çocuklarını eğitirken nelere dikkat etmeleri konusunda bilgilendirmek ve yaşanan sorunların çözümünde aileye eşlik etmektir.

Bu konuda en sık rastlanan sorular şunlardır:

- * Beş yaşındaki kızım son zamanlarda çok hırçınlaştı, her şeye itiraz ediyor, kardeşine kötü davranıyor.
- * Oğlum istediklerini yaptırabilmek için bağırıp çağırıyor, avaz avaz ağlıyor, onu sakinleştiremiyorum.
- * Küçük kardeşi doğduğundan beri oğlum da bezlenmek istiyor.
- * Öfke nöbetleri geçiren oğlum, kafasını duvarlara vuruyor, kendi canını yakıyor.
- * Karanlıktan korkan kızım, bizim yatağımızda yatmak istiyor. Önceleri izin veriyorduk ama artık büyüdü.
- * Kızımın her sabah okula gitmeden önce midesi bulanıp ağrıyor.
- * Onüç yaşındaki kızım içine kapandı, benimle çok az konuşuyor, onun arkadaşı olmak istiyorum ama olmuyor.
- * Oğlum odasından çıkmak istemiyor, saatlerce telefonda konuşuyor, çaresiz kaldık.
- * Telefonlarımı açmıyor, eve istediği zaman geliyor, endişe içindeyiz.

Bu gibi sorularınız varsa, pedagoglar ve çocuk eğitimi danışmanları en doğru çözüm yollarını bulmanızda size yardımcı olacaktır. •

PSİKOTERAPİ BANA NE ZAMAN GEREKLİDİR?

- Aile hekiminin çare bulamadığı ağrıların varsa, kendimi bitkin ve hasta hissediyorsam
- Sürekli uyku hapı ve sakinleştiricilere ihtiyaç duyuyorsam
- Nedensiz kalp çarpıntılarım varsa
- Kapalı yerlere girmekten, insanlarla biraraya gelmekten, sınavlardan korkuyorsam
- Kimseyle konuşamıyacağım suçluluk ve utanç duygularım varsa
- Sürekli isteksiz, bitkin ve yorgunsam
- Yaşama isteğimi, zevkimi kaybetmişsem
- Zor bir durumda (hastalık, ölüm, işsizlik, ayrılık) isem
- Ailevi sorunlarım varsa
- Bağımlılıklarım (alkol, uyusturucu, Kumar ...) varsa
- Sürekli aynı şeyleri düşünüp aynı şeyleri yapmaya kendimi zorunlu hissediyorsam, takıntılarım varsa

[İNTERNET SAYFALARI:]
www.psychotherapie.at

(KİTAP ÖNERİLERİ)

KIZLARIMA MEKTUPLAR

Yaşamdan Satırbaşları

Emre Kongar (2002)

Remzi Kitabevi

YAŞAMA YERLEŞMEK

Üstün Dökmen (2008)

Remzi Kitabevi

GERÇEKTEN BENİ DUYUYOR MUSUN?

Leyla Navaro (2009)

Remzi Kitabevi

AİLE VE ÇİFT TERAPİSİ

Murat Dokur/ Zael Profeta (2006)

Morpa



Çocuk hakları: Korunma, barınma ve şikayet hakkı

Çocuk ve gençlerin haklarının korunması Avusturya Devleti'nin temel amaçlarından ve bu haklar anayasa ile de korunmaktadır.

9 yaşındaki Ayşe'nin son günlerdeki garip davranışları, hem anne-babasının hem de okul öğretmeninin dikkatini çekmiş, herkesi üzüyor. Zaten zayıf olan Ayşe, artık daha da az yemek yiyor, kimseyle konuşmuyor, vaktinin çoğunu koltukta veya odasında üzgün üzgün oturarak geçiriyor. Ne annesinin ne de öğretmenin bu konu hakkındaki sorularına cevap vermeyen Ayşe'nin bir derdi olduğu belli, ancak kimse ne olduğunu bilmiyor. Bir gün okul öğretmeni teneffüs sırasında, başında üst sınıflardan bir kaç çocuğun toplanmış olduğu Ayşe'nin çantasını karıştırıp ağladığını görüyor. Öğretmenin onlara doğru geldiğini gören çocuklar dağılıyorlar, Ayşe hemen gözlerini silip hiçbir şey yokmuş gibi yapıyor, öğretmenin sorularına direniyor. Ancak öğretmeni bu işin peşini bırakmıyor, ve nihayet diğer çocuklarla konuşarak durumunu öğreniyor: Son bir kaç haftadır, üst sınıflardan çocuklar, Ayşe'nin başına musallat olmuş, teneffüslerde parasını alıyorlar, beslenmesini yiyorlar, birine söylerse başına daha kötü şeyler geleceğini söyleyerek tehdit ediyorlarmış. Ayşe'nin öğretmeni, hemen anne-babasını okula çağırıp diğer

çocukların öğretmenleri ve velileriyle bir toplantı düzenleyerek duruma el koyuyor.

Ayşe, son dönemde sık sık gündeme gelen *mobbing* kurbanlarından biri. Mobbing öğrenciler arasındaki ufak kavgaların veya güç savaşlarının adı değildir. Mobbing karşıdaki kişinin özgüvenini yaralamak veya onu dışlamak için yapılan kötü niyetli davranışların bütünüdür.

Mobbingin yanı sıra, çocuğa uygulanan fiziksel şiddet, cinsel taciz, eğitim hakkından mahrum bırakma, çocuğun sağlıklı yaşamı için gereken imkanları sağlamama, zorla çalıştırma gibi durumlar da çocuk hakları ihlalinin başka örnekleridir.

Çocuk Hakları Sözleşmesi, 1989 senesinde Birleşmiş Milletler tarafından imzalanmış ve 193 ülke tarafından kabul edilmiştir. Bu bildiride sözü geçen hakların her türlü (kişiler veya devlet tarafından) ihlali yasadışı bir suç teşkil etmektedir. Çocuk hakları konusunda, yalnızca anne-babaların ve yetişkinlerin değil, çocuklarının kendilerinin de bilgilendirilmesi çok önemlidir.

Çocukların bilmeleri gereken en önemli haklar ve bilgiler şunlardır:

- * Çocukların sağlıklı bir yaşama, gereken durumlarda tıbbi yardım almaya ve uygun bir hayat standardına sahip olmaya hakları vardır.
- * Bütün çocuklar eşittir. Annesi babası Boşnak veya Türk olan çocuklar, Avusturyalı çocuklarla aynı haklara sahiptirler. Hiçbir çocuk derisinin rengi veya cinsiyeti yüzünden daha iyi veya daha kötü olamaz.
- * Bütün insanlar gibi, çocukların da düşüncelerini ifade etme özgürlükleri vardır. Çocukların ve gençlerin dernek kurma ve barış içinde toplanma hakları vardır.

- * Her çocuğun özel yaşantısına saygı duyulmasına hakkı vardır. Örneğin kimse, gizlice bir çocuğun günlüğünü okuyamaz.
 - * Zihinsel veya bedensel engelli çocuklara, yaşatlarıyla aynı imkanlar sunulmalıdır.
 - * Eğitim, çocukların temel hakkıdır.
 - * Çocuklar, örneğin işçi olarak kullanılarak, sömürüye maruz kalamazlar.
- Hakları hakkında yeteri kadar bilgiye sahip çocuklar, hakları ihlal edildiğinde, bu durumu daha kolay dile getirirler. •

Anne-babalar için öneriler:

- ☀ *Çocuğunuza, ailenizin ve toplumun değerli bir parçası olduğunu hissettirin!*
- ☀ *Çocuğunuzu, konu hakkında konuşarak veya ilgili toplantılara götürerek, hakları hakkında bilgilendirin!*
- ☀ *Haklarının ihlali durumunda, çocuğunuza, yanında olduğunuzu ve onun iyiliği için herşeyi yapacağınızı açıkça belli edin!*

MOBBİNG (BULLYING) DURUMUNDA NE YAPILMALI?

- 1 İşaretleri görün:** Çocuklarda gözlemlenen en önemli belirtiler, korku, depresif ruh hali, uyku bozuklukları, sabahları kusma, ders notlarında düşüş, içine kapanma, değersizlik hissi, kronik ağrılar, nefes alamama ve yeme bozukluklarıdır. Çocuğunuzun okul eşyaları veya kıyafetlerinde kır veya hasar olup olmadığını kontrol edin. Çocuğunuz okul hakkında konuşmak istemiyor veya hiç arkadaşlarından bahsetmiyorsa, bu da mobbinge maruz kaldığını gösterebilir. Bu tür işaretleri görmezden gelmeyin.
- 2 Sorular sorun:** Tam olarak ne oluyor, nerde ve nasıl, ne zamandan beri? Yapanlar kim? Eğer çocuğunuz bu konuda konuşmak istemiyorsa, öğretmenler, arkadaşları veya diğer ebeveynler bilgi verebilir. Kanıt olarak kullanmak için, mobbing günlüğü tutabilirsiniz.
- 3 Çocuğunuzun özgüvenini destekleyin:** Çocuğunuzun özgüvenini arttıracak konularda çalışın (Hayır diyebilmek, eleştiriye katlanabilmek, hazırcevap olmak vb.) Judo, karate ve diğer kendini savunma sanatları da özgüveni artırır. Çocuğunuz, okul dışında da yaşatlarıyla görüşmeli, hobi edinebilmelidir.
- 4 Okulla kantağa geçin:** Artık öğretmenler de mobbing konusunda daha hassas davranmaktadır. Öğretmenlerden beklediğiniz ilgiyi görmediğiniz takdirde, okul psikoloğu, doktoru veya müdürüyle görüşün.

[SERVİS]

Acil çocuk hattı: 147

Kaynak: „Çocuk ve gençlerin hakları“ (BMGFJ)

Daha fazla bilgi: www.kinderrechte.gv.at

(KAYNAK)

KINDER HABEN RECHTE
Netzwerk Kinderrechte (Hrsg.)
Akzente Salzburg



Her bitiş yeni bir başlangıçtır!

Ayrılık ve boşanma hem yetişkinler, hem de çocuklar için zorlu bir süreçtir. Bu krizin üstesinden gelebilmek, bizleri güçlendirir. Tekrar kendimizi bulmak için yaptığımız her şey çocuklarımıza da iyi gelir.

„Düğünümde, çocuklarımızı birlikte büyüteceğimizi ve beraber yaşanacağımızı hayal etmiştim. Ama şimdi...”

Emine, yıllar boyu kocası Yusuf'la uyumlu bir aile yaşantısı sürdürmeye çalıştı. Ama malesef sorunlarını birbirlerini incitmeden çözmeyi başaramadılar. Özellikle son aylarda günlük yaşam, çocukların davranışlarındaki olumsuz değişiklikler nedeniyle de, çekilmez hale gelmişti. Sürekli gerginlik ve çatışma, tüm aile bireylerini olumsuz etkilemişti.

„Çocuklarımdan dolayı ayrılmayı hiç düşünmedim, onları babasız büyütmek ve ailemin desteğinden mahrum kalmak beni çok ürkütüyordu. Ayrılma kararını almaktan korktuğum gibi, nasıl boşanabileceğimi de bilmiyordum.” Güvendiğim bir arkadaşım, bir danışmanlık merkezine gitmemi önerdi. Böylece boşanma davasıyla ilgili gerekli tüm bilgileri aldım, hatta orada korkularımı ve endişelerimi de dile getirdim. Bu bana çok iyi geldi. Güvensizliğim ve yalnızlığım kayboldu. Eve gelince eşimle konuşabildim. Uzun konuşma ve tartışmalardan ve ailelerimizin barıştırma çabalarından sonra anlaşmalı boşanma için mahkemeye başvurma kararını alabildik. Ayrıca boşanma

sonrası olacak ailevi ve ekonomik değişiklikleri de açıklığa kavuşturmak istedik.

Anne-babanın ayrılık kararı, tüm aile bireylerinin hayatında önemli değişikliklere neden olur.

Aynlıktan sonra günlük hayatı yeniden organize etmek gerekir. Örneğin çocuğu yuvaya kim getirip götürecektir, çocuk ne zaman annede ne zaman babada kalacak, veli toplantısına kim katılacak, oğlanı idmandan kim alacak, ortak evde kim kalacak, kim taşınacak, mobilyalar nasıl pay edilecek, arabayı kim alacak, kim ne kadar nafaka ödeyecek, kredi borcunu kim üstlenecek, çocuklar aynı okula mı devam edecek, yoksa okul değiştirmek zorunda mı kalacaklar, kim çocuklarla tatile gidecek?

Çocukların bu dönemde özellikle sevgi ve ilgiye ihtiyacı vardır. Ayrılığın sorumlusu olarak kendilerini görüp suçluluk duygularına kapılabilirler, korkular geliştirebilirler. Ya da kendilerini ortada bırakılmış hissedip boşluğa düşebilirler. Anne-Babalarının barışmasını istediklerinden akla gelmedik çaba ve oyunlarla onları baskı altına alabilirler. Örneğin sık sık hastalanır, karınları ağrır, mi-

deleri bulanır, uykuları kaçır, tek başına hiç bir iş yapamaz hale gelebilir ya da geceleri yataklarını ıslatabilirler.

Ama yine de ayrılık kararını yetişkinler verir. Çocukların anne babayı kaybetmeyeceklerine dair bir güvenceye ihtiyaçları vardır. Yetişkinlerin ayrılma nedenlerini anlayabilmek için desteğe ve açıklığa gereksinim duyarlar.

Ayrılma süresi uzadıkça bütün aile bireylerinin, özellikle de küçük çocukların sıkıntısı artar. Çocuklar, bir an önce kiminle ve nerede yaşayacaklarını bilmelidirler. Küçük çocuklar, genelde annelerinde kalır, gençler ise kimde yaşayacaklarına kendileri karar verebilir. Çocuklarının düşünce ve

duygularını ciddiye alan anne-babalar, herkes için daha doğru kararı, çok daha çabuk alabilirler. Çocuklar için neyin daha doğru olup olmadığını kestirebilirler. Örneğin çocukların arkadaşlarını kaybedecekleri bir okul değişikliği söz konusu olabilir, ya da geçici olarak ana vatanında yaşayan büyük- anne ve büyükbabanın yanına yollanabilirler. Bu da alıştıkları okul ve sosyal ortamdan uzaklaşmaları anlamına geldiğinden ve onları olumsuz etkileyebilir.

Bu dönemde çocukların, anne baba olmasa da, amca, teyze, hala gibi güvendikleri kişiler tarafından desteklenmeleri gerekir. Zaman tüm yaraları kapatır, ama yetişkinlerin yapıcı yaklaşımları bu iyileşme sürecini hızlandırır.●

Öneriler:

- Aile içi iletişimin çok yıprandığı, karşılıklı yaralama ve suçlamaların arttığı bu dönemde, çocukların da anne ile baba arasında kalıp yıpranma riski yüksektir. Bu nedenle anlaşmalı ayrılık, kavgalarla dolu bir birliktelikten çok daha hayırlıdır.
- Çözemediğiniz sorunlar için bir danışma bürosuna başvurup profesyonel yardım alın.
- Onları ayrılık konusunda yaşlarına uygun bir şekilde bilgilendirin.
- Onların ayrılık olayında hiç bir suçları olmadığını, ayrıldıktan sonra da daima yanlarında olacağınızı söyleyin.
- Korkularını ciddiye alın.
- Çocuklarınıza, kontrolün elinizde olduğunu, ne yaptığınızı bildiğinizi hissettirin.
- Ayrılık anlaşması yaparken çocukların ihtiyaçlarını da göz önünde bulundurun.
- Herhangi bir gelişim bozukluğu yaşadıklarında, bir doktora, psikoterapist ya da psikoloğa başvurun.
- Sorunlarınızı çocuk üzerinden yürütmeyin ve onu eşiniz yerine koymayın.
- Ayrılıktan sonra çocuğunuzun eski eşinizi düzenli olarak görmesini sağlayın. Ziyaret hakkı nafakadan ayrı bir haktır.
- Çocuklarınızla birlikteyken onları gereksiz hediye, oyuncak ve yiyeceklerle boğmak yerine, gerçekten çocuğunuzun ihtiyacı olan, onu mutlu eden faaliyetleri birlikte yapın. Onun günlük yaşamı ile ilgilenin ama onu sorguya çekmeyin.

[SERVİS]

www.rainbows.at RAINBOWS hilft Kindern und Jugendlichen in stürmischen Zeiten – bei Trennung, Scheidung oder Tod naher Bezugspersonen.



Gün doğmadan neler doğar!

*Kendini ihmal etmeyen
anne-baba çocuklar
için güçlü ve örnek
ebeveyledir.*

„Boşandıktan sonra kendim için hemen hemen hiç bir şey yapmadım, kendimi tamamen çocuklarıma adadım, onlar için çalıştım, didindim, onlara babalarının yokluğunu hissettirmemeye çalıştım.” (Tuğba, 30)

„Kızımın canı sıkınsa ya da sinirliyse ona fazla kızamıyorum, çünkü onu babasından ben ayırdım diye düşünüyorum.” (Pelin, 25)

„Yalnızlık duygusu... Bu bazen dayanılır gibi değil. Eski dostlar arasında olsam bile, kendimi eşi olmayan biri olarak eksik görüyorum.” (Lina, 39)

“İnsanların gözlerinden hep Tek başına çocuklarla baş edebilecek mi?” düşüncesini okuyorum. Açıkcası, suçluluk duygularından, hata yaparım korkusuyla yaşamaktan, başkalarının kontrolcü bakışlarından, mükemmel olmaya çabalamaktan yoruldum. Bazen kendimi kaybedip bağırıp çağırıyorum, ama o anda çocukların gözlerinden korkularını okuyup yaptığımdan pişmanlık duyuyorum. (Derya, 33)

Bunlar, tek başına çocuk yetiştiren, annelerin sözleri. Günümüzde yalnız çocuk yetiştiren annelerin ve henüz az sayıda olmakla birlikte, babaların sayısı gittikçe artıyor. Ama özellikle annelerin işi çok zor, çünkü yetiştirdiğimiz toplum, halen

kadınlardan çocuklarını kendilerini feda edercesine sevmelerini, kendilerini tamamen onlara adanmalarını bekliyor. Yalnız çocuk yetiştirmek aslında yeni bir durum değil. Eskiden eşlerden birinin ölümü bu duruma neden olurken, günümüzdeki neden daha çok boşanmalar ve ayrılıklar.

Küçük ailelerdeki en büyük sorunlardan biri ise, insanların tek ebeveynli ailelere önyargılı ve eleştirel bakışı. Örneğin: Okul başarısızlığı söz konusu ise, anne babanın ayrılığı hemen ilk neden olarak görülebiliyor. Oysaki ayrılıkların yaşanmadığı ailelerde de uykusuzluk, okul sorunları, buluş çağı sorunları, çeşitli krizler olabiliyor.

Aslında çocukların mükemmel değil, mutlu bir anneye, babaya ihtiyacı vardır. Yeni yaşamınızı kurarken yalnız çocuklarınızın değil, kendi ihtiyaçlarınızı da göz önüne alırsanız, onlara gerçekten iyi bir anne-baba ve dost olabilirsiniz. Eğer çocuklarınızı sevgi dolu, güvenli bir ortamda büyütüyor ve onlara hem iyi bir arkadaş hem iyi bir yol gösteren kişi olabiliyorsanız ne mutlu size. Hisleriniz size en iyi yol göstericidir. Eğer oğlunuz, kızınız genelde memnun ve huzurlu ise, ebeveyn olarak rahat olun ve onlara sunmadığınız olanaklardan dolayı suçluluk duygularından vazgeçin.

Çocuklarınızın hem annesi hem babası olamazsınız. Onlar aile içinde ve çevresinde kendine örnek alacağı bireyler bulacaktır. İhtiyaçları olan tek şey: Güven duygusu, tak-

dir edilmek, sukunet. Aynı zamanda yaratıcılık ve keyifli ortamlar için ortam yaratmak.

„Benim için yalnız sen varsın. Tek düşüncem senin mutlu olman. Hayattaki tek gayem bu” diyen bir anne ya da baba, çocuk üzerinde istemeden baskı oluşturur. Çocuk özellikle ergenlikle başlayan çözülme sürecinde daha çok zorluk yaşar. Çocuğunun bağımsız olma çabaları, anne ya da babayı yaralar.

Uzun sözün kısası, ancak mutlu insan sevdiklerini mutlu edebilir. Evlikler hüsrarla bitse de, her şeyde bir hayır vardır deyip çocuğunuzla yeni yaşamınıza olumlu bakar ve kendinizi ihmal etmezseniz, gün doğmadan neler neler doğabilir. Her doğan güne ve her yeni başlangıca umutla bakabilen anne ya da baba çocuk için her şeyden daha önemlidir. •

Öneriler:

- Ayrılıktan sonra her şeyin yeniden düzenlemesi için zamana ihtiyaç vardır.
- Bu yeni düzeni yeni bir şans olarak görüp, olumlu yönlerini görmeye çalışın.
- Çocuklarınızın, ayrı evde yaşamaya başlayan anne ya da babasını düzenli olarak görmelerini destekleyin.
- Çocuklarınıza, ayrı olsanız dahi, anne-baba olarak eğitimlerinde iş birliği yaptığınızı gösterin.
- Tartışmalara açık olmak, sabır ve istikrar, çocukların geçmişi daha kolay atlatıp, yeni hayata daha çabuk adapte olmalarını sağlar.
- Yalnız olmadığınızı bilin ve yalnız çocuk yetiştiren anne babalarla iletişime geçin.
- Bir sorun ortaya çıktığında hemen ayrılığınızı neden olarak görmeyin, asıl nedeni araştırın.
- Hem anne hemde baba olamazsınız, olmamalısınız.
- Çocuğunuzun yeni yaşamınızda da mutlu olacağına inanın.
- Bir gün çocuğunuzun büyüyüp, kendi yaşamını kuracağını unutmayıp, kendi ilgi alanlarınızı, hobilerinizi ve arkadaş çevrenizi ihmal etmeyin.
- Kendinizi huzurlu hissettiğiniz akraba ve arkadaşlarınızla olan ilişkilerinizi besleyin.
- Yalnız çocuk yetiştiren anne-babalar için özel aktiviteler hakkında bilgi alın.
- Yardıma ihtiyacınız olduğunda size elini uzatabilecek kişilerin listesini yapın.

KİTAP ÖNERİLERİ

KÜÇÜK ÇOCUKLAR İÇİN

Brigitte Weninger: **AUF WIEDERSEHEN, PAPA**, Minedition



KREŞ ÇOCUKLARI İÇİN

Claire Masurel, Kady MacDonald Denton: **ICH HAB EUCH BEIDE LIEB!** Brunnen-Verlag



İLKOKUL ÇOCUKLARI İÇİN

Martina Baumbach: **UND PAPA SEH ICH AM WOCHENENDE**, Thienemann Verlag



DAHA BÜYÜK ÇOCUKLAR İÇİN

Peter Härtling: **LENA AUF DEM DACH**, Beltz Verlag



YETİŞKİNLER İÇİN

Atalay Yörükoglu: **ÇOCUK RUH SAĞLIĞI**, Özgür kitabevi



Gülü seven dikenine katlanır!

Klasik aile modelinde (anne-baba-çocuk) ısrarcı olmak yerine, başka modellere ilgi duyup kendi ailenizi kurun!

Yeni bir ilişkide eşlerden birinin çocuğu varsa bugün Patchwork dediğimiz aile ortaya çıkıyor. Eşlerden birinin çocuğunun ya da ortak bir çocuklarının olması gerekmiyor. Evlilikte zorunlu olmadığından, zamanımızda bir çok insan farkında olmadan patchwork aile kuruyor. Geçtiğimiz yüzyıllarda, erken ölüm riskinin günümüze göre daha yüksek olması ve ekonomik nedenler patchwork ailelerin kurulmasına neden oluyordu. Günümüzdeki Eklenti Ailenin tarihteki örneklerinden farkı, sadece bu modelin çocuklar üzerindeki etkilerinin dikkate alınmasıdır.

Şimdi bir Eklenti Aile modeli örneği düşünelim: Cemile üç yıl önce eşinden ayrıldıktan bu yana, oğulları Ateş (8) ve Bora (6) ile Viyana'da yaşıyor. Aslen İstanbullu olan Cemile'nin eski eşi sonra İstanbul'a geri döndüğünden, oğulları sadece sömestr ve yaz tatillerini babalarının yanında geçiriyor. Cemile, 8 yaşındaki kızı Carmen ile yaşayan Vincent ile tanışıyor. İki yetişkin, beraber yaşamaya karar veriyorlar. Cemile, iki oğlu ile Vincent'in evine taşınıyor. Şimdi oluşabilecek bir kaç sorundan söz edelim: Cemile ve Vincent, aile kurma isteklerini çocuklarla ayrıntılı olarak konuşmayıp

kararlarını emrivaki olarak açıkladıklarından, çocuklar çok tepkili davranıp her şeye huysuzlanıyor ve olmadık yerde sorun çıkarıyorlar.

Daha önce babasıyla yalnız yaşayan ve onu hiç kimseyle paylaşmak zorunda kalmayan Carmen ise, babasını kendine az zaman ayırdığı için suçluyor. Ateş ve Bora onu oyunlarına dahil etmeyip aralarında Türkçe konuştuklarında Carmen kendini dışlanmış hissediyor ve sorun çıkartıyor.

Tabii ki, her aile modelinde, çocuklar olmasa da sorunlar yaşanabilir. Fakat Eklenti Ailelerde sorun potansiyeli daha fazla olduğundan, çiftlerin dayanamayıp pes etme ihtimalleri de o nispette daha yüksek. Ancak yine de bazı temel önlemler, bu zor işi aile bireyleri için daha kolay hale getirebilir.

Yeni kurulan ailenin öncelikle sabır ve çok zamana ihtiyacı var. Araştırmalar, eklenti ailelerin tam olarak oturması için ortalama 5 seneye ihtiyaç olduğunu söylüyor. Ama bu sabretmeye değer, çünkü bu tür ailelerde yetişen çocukların sosyal yeterlilikleri, aile bireylerinin sayısı ve dinamiğinden dolayı

diğer çocuklara nazaran daha çok gelişiyor. Bu yeni oluşumda nelere dikkat edebiliriz? Eğer yeni eşlerin her ikisinin de çocuğu ya da çocukları varsa, aile içinde yeni dengeleri oturtmak zor ama imkansız değil. Bu durumda eşlerin kendi aralarında görev dağılımı yapmaları ve kimin neden sorumlu olduğunu saptamaları işleri biraz olsun kolaylaştırabilir. Herkesin bir sorumluluğu, evin yaşantısına bir katkısı olmalı ve herkesin hakları net olarak tanımlanmalıdır.

Biyolojik anne ve babaların çocuklarına zaman ayırmaları da çok önemlidir. Eski eşiniz hakkında çocuğunuzun yanında kesinlikle olumsuz ve kötü konuşmayın. Kendi çocuklarınıza duygusal olarak daha yakın olmanız doğaldır. Kimseyi incitmediğiniz sürece bu ayrıcalık bir sorun yaratmaz.

Örneğin yukarıdaki örnekte iki dillilik bir sorun olarak yaşanıyor: Elbette hep beraberken herkesin anladığı ortak dil kullanılmalıdır. Ama anne ve babanın zaman zaman çocuklarıyla ana dillerinde konuşmaları da onların en doğal hakkıdır.

Aile kurulmadan önce yetişkinler açıkça istek ve arzularını dile getirirlerse, o kadar kolay çıkabilecek sorunların üstesinden gelinebilir. Çünkü her aile bireyi geçmişi ve yaşadıklarından ötürü özeldir.

İlişkiyi bir pazzl oyununa benzetebiliriz: Aile bireyleri, farklılıkları saygı ve takdir ile karşıladıklarında tüm tek tek taşlar güzel bir bütün haline gelir. •

Öneriler:

- Ailelerin kaynaşması için sabır ve zamana ihtiyaç vardır.
- Yeni düzen oluşturulurken herkesin görevleri ve hakları açıkça konuşulmalıdır.
- Tüm ailenin beraber olabileceği ama bazende anne-babaların kendi çocuklarıyla yalnız kalacağı ortamlar yaratın.
- Evinizin döşenmesinde çocuklarında fikrini de alın ve kurallar belirlenirken onların görüş ve isteklerine önem verin.
- Ev işlerindeki sorumlulukların paylaşımında adil olun.
- Patchwork yaşamın ortak kurallarını çocuklarınızla konuşun, onların da isteklerini göz önünde bulundurun.
- Çocuk eğitimi konusunda ortaya çıkabilecek sorunları ayrıntılı olarak eşinizle konuşun ve mümkün olduğunca ortak bir tavır sergileyin.
- Tüm aile bireylerine karşı saygılı olun.
- Çocuklarınıza yeni eşinize saygı göstermeleri beklediğinizi açıkça belirtin. Onlarında duygularını ciddiye alın.