

HAYIR DEME BECERİSİ

NİSAN 2025

REHBERLİK BÜLTENİ



KENDİN OLMAK

"Hayır" demeyi öğrenmiş olan çocuklar, genellikle aile içinde ve sosyal çevrelerinde kabul görmüş, mutlu çocuklardır. Önceden yaşadıkları olaya benzer bir durumla karşılaştıklarında doğru kararı verebilirler. "Hayır" diyebilen çocuklar, kendi yaşam tarzlarını oluşturabilen, kararlar alabilen, kendilerine güvenen, öz saygısı yüksek bireyler olarak büyürler. Kendilerine saygı gösterilmesini bekledikleri gibi, başkalarına da saygı gösterirler. Bireysel farklılıkların, temel insan haklarından olduğunu kabul ederler. "Hayır" diyebilen insanlar, kendi yaşam gemilerinin kaptanıdırlar.

SINIR KOYMAK

Yerinde ve zamanında kullanılan "evet" ve "hayır"lar, kişileri birçok tehlikeden koruyabilir. Özellikle "hayır" diyebilen çocukların, istismardan, kötü alışkanlıklardan, kötü arkadaşlıklardan daha çok korundukları bilinmektedir. Çocuklarımıza gerektiğinde "hayır" demeyi öğretmeliyiz. Çünkü "hayır" diyebilmek, oturmuş bir kişiliğin ve karakterin; cesaretin, özgüven ve öz saygının; özgürlüğün ve yanlışa karşı direnişin en somut ifadesidir. "Hayır" demek, istenmeyen bir duruma karşı direnç ve kararlılık göstergesidir.



SOSYAL BECERİ OLARAK "HAYIR" DEMEYİ ÖĞRENMEK

"Hayır" diyebilmek bir yetenek değildir, öğrenilebilen, öğretilebilen bir sosyal beceridir.

Ailenin tutumu; sosyal ilişkilerde, “evet” veya “hayır”ın doğru bir biçimde kullanımında önemli bir etkiye sahiptir. Özellikle tutarsız, kuralsız, baskıcı aile ortamlarında yetişen çocukların “hayır” deme becerisini edinemedikleri tespit edilmiştir. Sevgiye ve ilgiye muhtaç çocuklar, sevgi ve ilgi görebilmek uğruna, istemedikleri halde kendilerine sunulan her teklife “evet” diyebilmektedir. Baskıcı aile ortamında yetişen çocuklar, şiddet görmemek ve cezadan kurtulmak için “hayır” demeleri gereken birçok konuda “evet” demeyi tercih edebilmektedir. Aile içinde kabul görmeyen çocukların, onaylanmak adına sokakta arkadaş gruplarının olumsuz tekliflerine “evet” dedikleri bilinmektedir. Çocuklar, “hayır” demeleri gereken yerde, dışlanma ve yalnız kalma korkusuyla “evet” diyebilmektedir.



TUTARLI AİLE

Çocuk, çelişkilerden en az etkilendiği ortamdır. Fikirleri kabul gördüğü için, cezalandırılma veya dışlanma kaygısından uzaktır. Çocuk, “evet” ve “hayır” sözcüklerini bilinçli kullanır. Kendini özgür hisseder, başkaları tarafından yönetilmeyi, yönlendirilmeyi kabul etmez. Tutum ve davranışları ilkelidir; yerine göre “hayır” diyerek kendisini koruyabilmektedir.

ÖNERİLER

Çocuklarınızla farklılıklarınız hakkında konuşun, onların fikirlerine önem verdiğinizizi kendilerine hissettirin. Bireysel farklılıkların normal olduğunu, her insanın, bir konuyu, bir davranışı onaylama veya reddetme hakkı olduğunu ve bu haklara saygı göstermek gerektiğini onlara anlatın

Çocuğunuzun “hayır” deme hakkı olduğunu, ona sadece söylemekle kalmayıp tutum ve davranışlarınızla da bunu gösterin. Bu konuda sabırlı davranın.

Çocuğunuz bir kusur işlediğinde, kusurlu davranışın olası kötü sonuçlarını analiz edin. Bunu yaparken çocuğunuzun kişiliğine yönelik hakaret ve alay içeren sözler kullanmayın. Kötü olan çocuk değildir, kötü olan çocuğun yaptığı davranıştır, bunu unutmayın.

Çocuğunuzun kararlı “hayır”larına asla itiraz etmeyin; onu “evet” demeye zorlamayın.

Olası tehlikeler hakkında onlara fikirlerini sorun, verdikleri cevapları birlikte değerlendirin. Çocuklarınızı asla tehdit etmeyin ve onlara hiçbir zaman psikolojik baskı uygulamayın.

Aile içindeki ilişkileri, “severim-sevmem” koşuluna bağlamayın.