

SEVGİ



Ay boyunca işlenecek değerle ilgili, öğrencilerin bireysel veya grup oluşturarak sınıf öğretmenlerinin rehberliğinde çalışmalar yapmaları, okul ve sınıf panolarını ayın değeriyle ilgili resim, şiir, karikatür vb. yazı ve görsellerle doldurmaları sağlanır.

A. PANOLARA ASILACAK DÖKÜMANLAR

Sevgi: İnsanı bir şeye ya da bir kimseye karşı yakın ilgi ve bağlılık göstermeye yönelen duygu.

“Sevgi yalın anlamıyla bir duygu ve heyecan türüdür.”

“Sevgi, insanın bir şeye ya da bir kimseye karşı yakın ilgi ve bağlılık göstermesidir.”

A. 1.Ayın Sorusu

Kaç türlü sevgi vardır? Sevgiye sınır koyabilir miyiz?

A. 2. Özlü Sözler



“Sevgi seveni sevilene bağlayan bir bağıdır ve sevgi sevenin var oluşudur.” (İbn Arabî)

“Sevgi her şeyden önce fedakârlıktır, yani hiçbir karşılık beklemeden başkasına kendinden bir şeyler vermek esasına dayanır.”

“Kendini pek çok seven, pek az sevilir.”

“İnsan, ancak sevdiğinden bir şey öğrenir.” (Goethe)

“Sevgi dünyadaki en incelikli güçtür.” (Mahatma Gandhi)

“Sevgi insanlığın, şiddet hayvanlığın kanunudur.” (Mahatma Gandhi)



B. SINIF İÇİ ETKİNLİKLER

B.1. DERSTE İŞLENEBİLECEK ÖRNEKLER

Okuma Metni (Gerçek Sevgi)

Bir gün sormuşlar ermişlerden birine: "Sevginin sadece sözünü edenlerle, onu yaşayanlar arasında ne fark vardır?" Bakın göstereyim demiş, ermiş. Önce sevgiyi dilden gönüle indirememiş olanları çağırarak onlara bir sofraya hazırlamış. Hepsi oturmuşlar yerlerine. Derken tabaklar içinde sıcak çorbalar gelmiş ve arkasından da derviş kaşıkları denilen bir metre boyunda kaşıklar. "Ermiş bu kaşıkların ucundan tutup öyle yiyeceksiniz" diye bir de şart koymuş. Peki demişler ve içmeye teşebbüs etmişler. Fakat o da ne? Kaşıklar uzun geldiğinden bir türlü döküp saçmadan götüremiyorlar ağızlarına. En sonunda bakmışlar



beceremiyorlar, öylece aç kalkmışlar sofradan. Bunun üzerine şimdi demiş ermiş, sevgiyi gerçekten bilenleri çağıralım yemeğe. Yüzleri aydınlık, gözleri sevgi ile gülümseyen ışıklı insanlar gelmiş oturmuş sofraya bu defa. "Buyurun" deyince, her biri uzun boylu kaşığını çorbaya daldırıp, sonra karşısındaki kardeşine uzatarak içirmiş.

Böylece her biri diğerini doyurmuş ve şükrederek kalkmışlar sofradan, işte demiş ermiş, "Kim ki gerçek sofrasında yalnız kendini görür ve doymayı düşünürse, o aç kalacaktır. Kim kardeşini düşünür de doyurursa o da kardeşi tarafından doyurulacaktır şüphesiz ve şunu

da unutmayın, gerçek pazarında alan değil veren kazançtır daima."

B.2. SEVGİ DAVRANIŞLARININ KAZANDIRILMASI

Psikolog Yavuzer' e göre dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamı ve çevrede, yeterli güven, sevgi ve sevecenlik içinde büyüyen çocuklar gelişimleri için gerekli deneyimleri elde edebilirler. Çocuğun sağlam bir kişilik yapısına sahip olması ona yeterli sevgi ve güvenin verilmesiyle mümkün olmaktadır. [1]

Aile Sevgisi

Bebeklerde bağlanma ilk altı ayda gerçekleşmektedir. Bağlanma sevginin ilk hali-



dir. Bebek doğduğu andan itibaren ihtiyaçlarını gideren anne-babayla ya da bakımını üstlenen kişiyle arasında yavaş yavaş bir bağ oluşturmaya başlar ve altıncı ayda bu bağlanma gerçekleşir. Bağlanma sürecini temel güven duygusunun oluştuğu süreç takip eder. Temel güven duygusu ilk iki yılda oluşur. Temel güven duygusu oluşmayan bireyler, ileriki

yıllarda sosyal-duygusal ilişkilerinde karmaşalarla karşılaşır ve sağlıklı bağlar kurmakta güçlük yaşarlar.

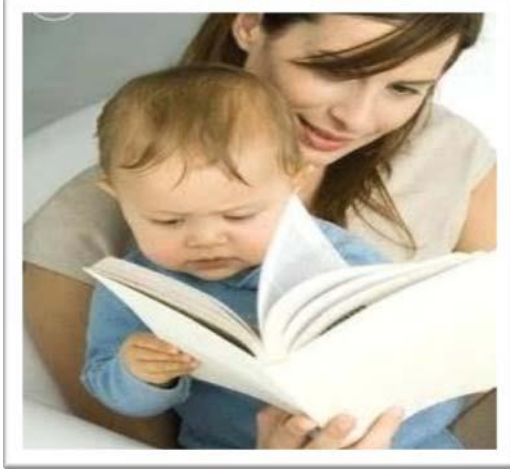
Anne-babanın çocuğuna karşı en temel görevi; çocuğuna karşı sevgi hissettirmek ve sevmeyi öğretmektir. Her anne-baba çocuğunu sevmekle birlikte, pek az anne-baba çocuğuna sevgisini hissettirmeyi başarmaktadır. Oysa hissettirilmeyen sevgi, sevgisizlikle eşdeğerdir.

Gerçek sevgi aktarımının yolu; çocuklarla, onların sevginizi hissedeceği biçimde yakınlıkla paylaşılan saatlerdir. Çocuklar biz yetişkinlerden çok farklı varlıklar değillerdir. Bir yetişkin, bir diğeri tarafından sevildiğinin sonucuna nasıl ki o kişinin sevgisini ifade etmesi, kendisinin kıymet verdiği değerlere kıymet vermesi yoluyla varıyorsa, çocuklar da sevildikleri mesajını bu şekilde alırlar.

Çocuklar yetişkinlerle karşılıklı diyaloglar içinde iç dünyalarını paylaşmak, ayrıca neşe, heyecan, öfke ve hayal kırıklıklarını kendilerinden çok büyük ve önemli gördükleri kişilere aktarmak isterler. Çocuklar bu istekle büyüklerinin yanına geldiklerinde, onların bu ihtiyaçları sevgiyle karşılanmalıdır. Sevgi ifade edilmesine rağmen eğer, eylemlerle pekiştirilmemişse, inandırıcılığı er ya da geç sorgulanır. İfade edilen ancak hissettirilmeyen sevgi “kuru bir sevgidir”, bu durumdaki bir yetişkin birey bile sevildiğine emin olamaz. Davranışlarla sevildiğiniz inancı pekiştirildiğinde karşınızdaki kişinin sevgisinden kuşku duymazsınız. Unutulmamalıdır ki çocuklarda da yetişkinlerde olduğu gibi sevgi depolarının sürekli doldurulması gerekir. Sevmek bir kerelik bir iş değildir, sürekli emek vermeyi gerektirir. [2]

Okuma Sevgisi

"Özgür insan, okuyan insandır. Çünkü okuma, bilgisizliği ve kör inançları yenen



tek güçtür." (Thomas Jefferson)

Evine kitap girmeyen bir ailenin çocuğundan, okumaya meraklı olmasını beklemek kuşkusuz iyimserlik olur. Bu açıdan "Benim çocuğum okumayı sevmiyor." diyen bir annenin ya da babanın öncelikle kendilerini tartması gerekir.

Kendileri okumaya yeterince zaman ayırabiliyorlar mı? Eve ne tür kitaplar, dergiler, gazeteler

giriyor? Okudukları üzerine kendi aralarında konuşup tartışmaya ne denli zaman ayırabiliyorlar?

Çocuk görerek ve yaşayarak öğrenir; eğer evde bütün gün televizyon açıksa, anne ve baba kitap okumaya hemen hiç zaman ayıramıyorlarsa, çocuğu okumaya zorlamak kuşkusuz yersizdir.

Okuyan ailelerin çocuklarında da bazen okumaya tepkiyle karşılaşılabilir. Burada çevrenin, arkadaşların olumsuz etkisi olabileceği gibi, kitabın aile arasında iletişimi engelleyen bir duvar oluşturması da olasıdır. Aile bireyleri kendi içine çekilip kitap okuyor ve okudukları üzerine birbirleriyle hiç konuşmuyorlarsa, çocuk kitaba doğal bir tepki gösterecektir.

Çocuk okuduklarını yetişkinlerle paylaşmak, anlatmak, konuşmak ister, çünkü kitap çocuk için her şeyden önce bir iletişim aracıdır. Bu açıdan anne ve baba, hem kitap alımında doğru seçimi yapma, hem de çocuğun kitabı severek okumasını sağlamak için çocuk yayınlarına ilgi göstermelidir. İyi bir çocuk kitabını belirleyen temel ölçüt yetişkinlerin de severek okumaları değildir, çünkü çocuğun dünyası, okuma ve algılama biçimleri yetişkinlerden farklıdır. Öyleyse her şeyden önce çocuğun dünyasına girmek, onu anlamaya, bulgulamaya çalışmak gerekmektedir.

Ünlü çocuk yazarı Astrid Lingren çocukla aramızdaki diyalog kopukluğunun temel nedenini yetişkinlerin bellek yitiminde görüyor. "Birçok insan basit olanın şaşırtıcıya, şaşırtıcı olanın basite dönüştüğü çocuk dünyası ile kendi dünyaları arasındaki köprüleri yıkmış. Tuhaf şeylere gülündüğü, beklenilmedik durumlara ağlanıldığı çocuk dünyasını artık tanımıyorlar. Çocuklar için yazmak, bütün bunları anımsamak demektir. Çocuklar kitaplarda kendilerini bulmalı ve çocukça gülebilmelidir. [3]



B.3. YARIŞMA

- “Sevgi” konulu şiir ve resim yarışması düzenlenebilir.
- “Aile Sevgisi” konulu hikâye yarışması düzenlenebilir.



B.4. BEYİN FIRTINASI

- Sevgisiz bireylerle sevgi dolu bireylerin davranış farklılıkları.



B.5. MÜNAZARA

- Bireylere sevgi eğitimi kazandırılabilir.
- Sevgi içsel bir olgudur doğuştan gelir.

C. VELİLERLE PAYLAŞILABİLECEK BİLGİLER

Sevgi Sözleri ve Davranışları



Pek çok anne baba, çocuklarına onları sevdiklerini söylemeye ve ayrıca göstermeye gerek olmadığını, onların bunu zaten bildiğini düşünür. Ne yazık ki “Ona yemek yapıyorum, istediğini alıyorum, o bunlarla onu sevdiğimi görüyor” diye düşünen anne babalar çok. Oysa çocuklar, anne babalarından sevgi sözleri duymayı

ne kadar çok ister, bunu sabırsızlıkla bekler. Anne babasının onu öpmesi, kucaklaması, ona sarılıp başını okşaması da sevgi sözleri kadar gereklidir. Çocuk, bu sözleri duymazsa ve anne babası onu sarılıp öpmezse ne yapılırsa yapılsın “Acaba annem-babam beni sevmiyor mu?” diye endişe yaşar.

Anneler zaman zaman sevgi sözleri söyleyip çocuklarına sarılır ama pek çok baba, çocuğuna sevgisini göstermekten, ona güzel sözler söylemekten, onları kucaklamaktan da kaçınır. Anneleri de baba kızmasın diye gizli gizli yapar bunları. Bazı yörelerimizde, bazı ailelerde bu yaklaşımların ayıp olduğuna, öpülen kucaklanan çocuğun şımaracağına, iyi bir kişilik geliştiremeyeceğine inanılır. Bu inanç olmasa bile, o daha küçükken gösterilen sevgi davranışları büyüdükçe buna benzer nedenlerle azalır. Özellikle, babasından duyacağı sevgi dolu sözler çocuk için mücevher gibidir.

Çiçeklerin bile severek sulandığında daha güzel açtığı akla getirildiğinde bu sözlerin çocukların kişiliğinin gelişiminde ne kadar önemli olduğu daha iyi anlaşılır. Bu sözler ve yaklaşımlar, onun özgüven sahibi, kendini, herkesi ve her şeyi seven, doğru kararlar alan, mutlu bir kişilik geliştirmesinin anahtarlarıdır. Tam tersine anne babasından sevgi dolu sözler duymayan çocuklar, hem kendisiyle hem de çevresiyle barışık olmayan, çevresindeki insanları, arkadaşlarını sevmeyen, onlarla geçinemeyen kişiler olmaktadır.

Araştırmalar, annesinin emzirme dışında sarılıp kucaklamadığı, öpmediği bebeklerin daha sık hastalandığını kanıtlamıştır. Yine okula giderken öpülmeyen, kuru sözlerle uğurlanan çocukların dikkatini toplayamadığı, başarılı olamadığı, iyi arkadaşlıklar kurup sürdüremediği, buna karşın öpülüp sarılarak, başı okşanarak okula yollanan çocukların dikkatinin dağınık olmadığı, derslerde ve aktivitelerde başarılı olduğu, arkadaşlarıyla iyi geçindiği de araştırmalarda saptanmıştır.

Sevgi sözleriyle ten temasının çocuk üzerindeki olumlu etkisi şöyle gerçekleşir: Bir çocuk sevildiğinde, sevgiyle dokunulduğunda halk arasında mutluluk hormonu olarak bilinen, *serotonin hormonu* salgılanmaktadır. Bu sayede kalp atışları düzenlenir, kasları rahatlar, stresi ve gerginlikleri azalır. Tüm bunlar, ruhsal olarak çocuğun kendini iyi hissetmesini sağlayıp mutluluk duymasına yol açarken bedensel olarak da sağlığını, hastalıklara karşı bağışıklığını artırır. Onun kişiliğini de olumlu yönde şekillendirir. Yalnız çocuklar için değil her yaştaki insan için aynı sonucu veren bu yaklaşımlar, davranış sorunlarının giderilmesinde, ruhsal tedavilerde uzmanlar tarafından önerilmekte, bu tedavilerde *serotonin* meydana getirdiği değişiklikleri yapacak ilaçlar kullanılmaktadır. Yani sevgiyle dokunuşlar, öpücükler her şeyin ilacıdır. Ona sevgi göstermeden, sevgi sözleri söyleme-

den kuru kuruya dokunmak, sarılmak, tek başına yeterli değildir. Sevgi sözleri, sevgi dolu bakışlar ve dokunuşlar, güzel sohbetler ve uygun eleştiriler birbirini tamamlar.

Çocuğu öpmek, ona sevgiyle sarılıp kucaklamak, ona hiçbir şeyin sunamayacağı güzellikleri, yaşatamayacağı duyguları yaşatır, büyüdüğünde başarı, sorumluluk sahibi, sevgi, saygı dolu, çocuklarını iyi yetiştiren bir birey olmasına yardım eder, zaten tüm anne babalar bunu istemiyor mu? Bu yüzden mümkün olduğunca onları çok sevdiğinizi, sizin için değerli olduğunu söyleyin, bunlarla yetinmeyin “bu elbise sana çok yakışıyor, yemeğini ne güzel yedin, benim tatlı kızım, yakışıklı oğlum, seninle gurur duyuyorum” gibi pek çok sözü her fırsatta söyleyin. Hatta bunu günün her anında yapın. Sabah onu uyandırırken “hadi kalk artık” değil de “güzelim sabah oldu, kahvaltıya bekliyorum canım” deyin.

Anne baba olarak çocuğunuzla birlikte sohbet etmeniz, oyunlar oynamanız, yerlerde yuvarlanmanız onun için sevgi davranışlarıdır. Bunları yapmaktan kaçınmayın, çalışan bir anneyseniz çocuğunuz okuldan gelince onu arayın ama bu görüşmede sadece “sakın bir kaza çıkarma, otur güzelce dersini çalış” şeklinde olmasın, onunla her konuda konuşun, babalar için de aynı durum söz konusu. Akşam eve gelince onunla geçireceğiniz kısa bir zaman bile ona sevginizi hissettirir. Onu okula gönderirken ve okuldan gelince ona sarılın, güler yüzle karşılayın. Baba olmak sadece büyüklük taslamak, güç göstermek, kaşları çatıp bakmak değildir. Bir baba olarak çocuğunuzu sevdiğinizi ve ona saygı duyduğunuzu gösterin ki çocuğunuz da aynı duyguları size karşı duysun ve gösterebilir. [4]

Herkesin Farklı Bir Algılama Sistemi Vardır

Çocukluğumuzdan itibaren gördüğümüz sevgi davranışları ve sevgi sözcükleri, bize sevgiyi en iyi anlayacağımız bir yol oluşturmuştur. Bazı insanlar sevildiklerini duymak isterler. Bazı insanlar dokunulmak isterler. Bazıları da görmek, hediye almak, şık yerlere gitmek isterler. Chapman’a göre insanların 5 sevgi dili vardır.

Bunlar;

- Fiziksel temas
- Onay sözleri
- Nitelikli zaman geçirme
- Armağanlar
- Hizmet davranışları



Çocuklar yukarıda sayılan 5 şekilde sevildiklerini anladıklarını. Küçük yaşta bireyin sevgi dilini keşfetmek, hangi sevgi dilinde olduğunu anlamak ve o yönde çocuğu motive

etmek oldukça önemlidir. Örneğin, Chapman'a göre sevgi dili armağan almak olan bir çocuğu sevginin ifade edilmesiyle yani onay sözleriyle ikna etmek ya da sevgi dili nitelikli zaman geçirmek olan bir çocuğu hizmet davranışlarıyla ikna etmek neredeyse imkânsızdır.

Chapman, çocuğun temel sevgi dilini keşfederken aşağıdaki yöntemlerin takip edilmesini önermektedir.

- Çocuğun size olan sevgisini nasıl ifade ettiğini gözlemleyin.
- Çocuğun başkalarına olan sevgisini nasıl ifade ettiğini gözlemleyin.
- Çocuğun en çok neyi istediğine kulak verin.
- Çocuğun en çok nelerden yakındığına dikkat edin. [5]

D. KAZANIMLAR

1. Sevgi türleri arasındaki ayrımı yapar.
2. Sevginin gücü ve etkisi üzerine yorumlar yapar.
3. Sorunlarını konuşarak çözer.
4. Karşılıklı olarak sevgi gösterir.
5. Çevresindeki varlıklara sevgiyle yaklaşır.

E. KAYNAKÇA

[1] Yavuzer, H. (1998). *Çocuk Psikolojisi, Remzi Kitabevi, İstanbul, 366:137,*

[2] <http://www.kadinlarportali.com/aile-sevgisi>, Erişim: 6.6.2011,

[3] İpşiroğlu, Z. (1994). *Okuma Sevgisi Nasıl Kazandırılır, Afyon K.Ü., Türkiye Sanal Eğitim Bilimleri Kütüphanesi, ÇYDD Yay., İstanbul, 127-139,*

[4] <http://dedesininkuzusu.blogspot.com/2009/10/sevgisözlerivedavranışları.html>, Erişim: 12.04.2011,

[5] Chapman, G ve R. Campbell, (2008). *Çocuklar İçin Beş Sevgi Dili, Sistem Yayıncılık.*