

Bülten

Sevgi

NEDEN SEVERİZ?

Bu soruyu yaşamamız boyunca zaman zaman kendimize sormuş ve durumumuza uygun cevaplar vermişizdir. Bu cevaplar gelişigüzel seçilmiş cevaplar değildir. Anne-babamızdan öğrendiğimiz, süreç içinde algılamalarımızla şekillendirip meydana getirdiğimiz sevgi anlayışımıza dayanan cevaplardır.



Sağlıklı bir sevgi iletişimi kurabilmek için bunları bilmek gerekir.

Sevgi edilgen değil etken bir olaydır. Bir şeye kapılmak değil o şeyin içinde olmak demektir. Sevginin etken özelliği almak değil vermektir. Çünkü güçle dolu olmanın en iyi anlatımıdır vermek. Ve sevgi deposu dolu olan bir kişi güçlüdür ve verebilir.

*İnsanlar seçim yapan varlıklardır. Hem seveceğimiz kişileri belirleme açısından hem de sevdiğimiz kişilere göstereceğimiz davranışlar bakımından **sevgi bir seçimdir** ve bunların hepsi bilinçli bir şekilde disiplinli bir çabayı gerektirir. O zaman sevmeyi seçen bir kişi bu kararını ifade edecek uygun yolları bulacaktır.*

Sevgiyi ifade edebilecek beş sevgi dilini anlatmadan önce sevgi deposundan bahsetmek istiyorum. Çünkü bu diller kişilerin sevgi depolarını sevgi ile doldurmak için tercih ettikleri dillerdir.

SEVGİ DEPOSU

Sevildiğini hissetmek insanın birinci derecedeki duygusal ihtiyacıdır.

Sevgi deposu sevgi gereksinimimizi gidermek için geliştirdiğimiz bir alandır. Yakın ilişki içinde bulunduğumuz insanlarla sağlıklı bir sevgi iletişimi kurmak için bu deponun bildiğimiz sevgi diliyle doldurulması gerekir.

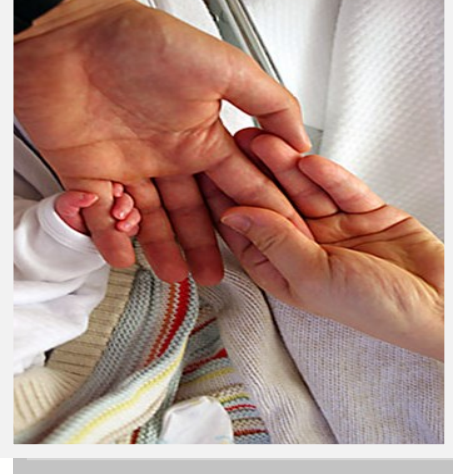
Erken çocukluk gelişiminde her çocuğun kendine özgü duygusal bir kalıp geliştirdiğini biliyoruz. Bazıları duygusal güvensizlik kalıpları geliştirirken bazıları güven duyarak büyür. Gerekli sevgi ve ilgi ortamında büyüyen çocuklar sevgilerini ifade etme yollarını temel alan bir dil geliştirir ve sevgi depoları doludur.

Diğer yandan gerekli sevgi ve ilgi ihtiyacı karşılanmamış çocuklar da sevgi dili geliştireceklerdir. Fakat bu az kelime ile bir dili kullanmak gibi yetersiz olacaktır ayrıca sevgi depoları yeterince dolu olmayacaktır. Bu da bu insanların diğerlerine göre daha fazla çaba harcayarak sevgi depolarını doldurmaları anlamına gelir. İlişkilerimizin sağlıklı ve uzun süreli olabilmesi için sevginin gereklerini yerine getirebilmeli ve sevgi depolarımızı dolu tutabilmeliyiz. Bunu da kendimizin ve sevdiğimiz insanın kullandığı sevgi dilini konuşarak yapabiliriz.

ÇOCUKLAR İÇİN SEVGİNİN 5 DİLİ

Sevgiyi çocuğun anlayabildiği bir dilde göstermek büyük önem taşımaktadır. Bazı anne-babalar sevgilerini göstermek için oyuncaklar, toplar, bisikletler alsalar da çocuklarını hiçbir türlü doyuramadıklarından, onları mutlu edemediklerinden yakınır. Oysa çoğu zaman çocuğun yakınması "Kimse benimle oynamayacak mı, kimse benimle gezmeyecek mi?" yönündedir. Çocuğa bir top almakla onunla top oynamak arasındaki fark, boş bir sevgi deposuyla dolusu arasındaki fark kadar büyük ve önemlidir. Anne babalar çocuklarını gerçekten ve çok sevebilirler fakat çocuklarının sevgi gereksinimini tam olarak karşılamak istiyorlarsa, onların birincil sevgi dillerini konuşmayı öğrenmelidirler. Chapman ve Campbell, sevgimizi ifade edecek temel sevgi dilini konuşmadığımız sürece çocuklarımızın sevildiklerini hissetmeyeceklerini söylemişlerdir.

Beş sevgi dili olduğu düşünülmektedir: fiziksel temas, onay sözleri, nitelikli zaman, armağanlar ve hizmet davranışları. Beş yaşın üstündeki çocuklar, bu sevgi dillerinden birisini temel sevgi dili olarak seçerler ve ebeveynler sevgilerini öncelikli olarak bu sevgi dilinde ifade ederlerse sevildiklerini daha iyi hissederler. Beş sevgi diline çocuklar açısından bakalım:



1. Fiziksel Temas

Kucağa alınan ve öpülen bebeklerin duygusal hayatı diğer bebeklere nazaran daha sağlıklıdır. Aslında fiziksel temas sevgi dilleri arasında en kolay uygulanabilenidir; çünkü fiziksel temas için özel bir olaya veya mazerete gerek yoktur. Ancak, dokunmak sadece kucaklamak ve öpmekle sınırlı değildir. Çocuğun sırtını sıvazlamak, kolunu veya omzunu tutmak, sırtınızda taşımak, masal okurken kucagınıza oturtmak, güreşmek de fiziksel temas içerir. Araştırmalar birçok ebeveynin çocuklarına sadece giydirmek, soymak, arabaya bindirmek, yatağına taşımak gibi gereklilikler halinde dokunduğunu göstermektedir.

Ergenlik öncesinde kızlar babaları tarafından sevildiklerine dair bir takım işaretler ararlar ve bu ihtiyaç on bir yaş civarında doruğa ulaşır. Kızların karşı cinsle sağlıklı bir ilişki kurabilmelerinin anahtarı babanın kızına fiziksel temas yoluyla da sevdiğini göstermeye devam etmesidir.

Çocuğunuz ergen olduğunda kucaklanmak veya öpülmek gibi fiziksel temaslardan kaçınabilir. Özellikle arkadaşlarının yanında bu tür davranışlar sergilenmesinden hoşlanmazlar. Ancak, bu durum ergenlerin fiziksel temasa ihtiyaç duymadığı anlamına gelmemektedir.

Bu nedenle çocuğunuz ergen olduğunda kucaklamak ve öpmek dışındaki dokunma şekilleriyle ona ulaşmanız gerekir.

Örneğin, ergen çocuğunuza masaj yapmak veya omzunu sıvazlamak da fiziksel temastır.

Temel sevgi dili fiziksel temas olan çocuklar ne diyor?

Yedi yaşında bir çocuk diyor ki: "Annemin beni sevdiğini biliyorum, çünkü bana sarılıyor."

On iki yaşında annesiyle yaşayan bir çocuk özellikle babası tarafından sevildiğini hissediyor ve "Çünkü babamı her görmeye gittiğimde babam bana sarılıyor, öpüyor. Annemin de beni sevdiğini biliyorum, benim için bir sürü şey yapıyor, ancak keşke annem de babam gibi sarılsa" diyor.

2. Onay Sözleri

Sevgimizi ifade ederken sözcükler çok önemlidir. Çocuklar genellikle söylediğimiz her söze yürekten inandığımızı düşünürler. Bir çocuk onay sözlerinden ömrünün sonuna kadar faydalanır, ancak geçici kızgınlıklarla söylenen kırıcı sözler çocuğun özgüvenini zedeleyebilir ve yeteneklerinden şüphe duymasına neden olabilir.

Somut düşünme eğiliminde oldukları için küçük çocuklara "seni seviyorum" derken fiziksel yakınlık kurulmalıdır. Çünkü küçük çocuklar sözcüklerin anlamından çok daha önce duygusal mesajları alırlar.

Fiziksel yakınlıkla birlikte ifade edilen şefkatli sesleri daha iyi algırlarlar. Şefkat ve sevgi sözcüklerimiz çocuğumuzun kendisine dair tüm özelliklerine ve yeteneklerine duyduğumuz hayranlığımızı ifade ederken, övgü sözcüklerimiz başarı, davranış ve bilinçli hareketler gibi çocuğumuzun yaptıklarına yöneliktir.

Övgü sözcüklerini çok sık kullanırsak bir süre sonra olumlu etkisini kaybeder. Zamanla çocuğumuz hak etmediği halde övüldüğünü ve bu övgünün kendisini iyi hissetmesini sağlamak için yapıldığını anlar. Ayrıca sık sık övülen bazı çocuklar bu duruma öyle alışırlar ki, övgünün doğal olduğunu düşünüp sürekli olarak övülmeyi beklerler ve övülmedikleri zaman hatalı olduklarını düşünürler.

Biz sözlerimizle çocuğumuzu ya cesaretlendiririz ya da cesaretini kırarız. Bu nedenle, yeni beceriler kazanırken çocuğumuzu **"çok iyi, harika, başarmak üzeresin"** gibi sözlerle cesaretlendirmeliyiz. Öte yandan, paylaşmak gibi sosyal beceriler kazanırken de çocuğumuzu cesaretlendirmemiz gerekir. Örneğin, oyuncağını arkadaşıyla paylaşan çocuğumuza **"oyuncağını paylaştığını fark ettim, çok hoşuma gitti"** veya arkadaşını dinleyen çocuğumuza **"insanları dinlemen çok güzel"** diyerek paylaşmak ve dinlemek konusunda cesaretlendirebiliriz. Çocuklarımızı yüreklendirirken yumuşak bir ses tonuyla konuşmalıyız.

Teşvik sözcükleri özellikle çocuğumuzun belli bir konudaki gayretine yönelikse daha etkilidir. Çocukların yol gösterilmeye ihtiyaçları vardır. Belli bir dile yönlendirilerek konuşmayı öğrenirler. Eğer ebeveynler yönlendirmezse, bu rolü okul, televizyon, diğer büyükler veya başkalarının yönlendirdiği çocuklar üstlenecektir. Örneğin, anne ve babalar çocuklarına uyuşturucudan uzak durmalarını söylerken, sert ve acımasız bir tavır içinde olurlarsa



tam aksine çocuklarını uyuşturucuya itebilirler. Olumsuz bir tavırla verilen olumlu bir mesaj daima olumsuz sonuçlara yol açacaktır. Sevecen bir tavır içinde olunmalı.

Uyuşturucu kullanan kişiler için endişelendiğinizi, böyle bir yanlış seçim yapmaları nedeniyle üzülüğünüzü gösteren sevecen bir yaklaşım sergilemek "uyuşturucudan uzak dur" demekten daha etkilidir.

Onay sözleri çocuğumuzun temel dili ise, "seni seviyorum" sözleri daima tek başına kullanılmalı. Örneğin, "seni seviyorum, ... bunu benim için yapar mısın?" demek sevgi sözcüklerinin gücünü düşürür.

Temel sevgi dili onay sözcükleri olan çocuklar ne diyor?

Temel sevgi dili onay sözcükleri olan çocuklar için ebeveynlerinden duydukları sözel onaydan daha önemli herhangi bir şey yoktur. Aynı şekilde sert ve kırıcı sözler de onları çok daha fazla yaralar ve onlar için çok yıkıcıdır. Bu kelimeleri kafalarından atamazlar. O nedenle bu tür sözler için özür dilenmesi gerekir.

Sekiz yaşında bir çocuk, **"Annemi seviyorum çünkü o da beni seviyor. Her gün bana beni sevdiğini söylüyor. Sanırım babam da seviyor, ama bana bunu asla söylemiyor."** diyor.

On iki yaşında kolu kırılan bir çocuk **"Annemle babamın beni sevdiğini biliyorum. Kendimi iyi hissetmediğim zamanlarda ev ödevimi yapmam için beni asla zorlamadılar, daha sonra yapabileceğimi söylediler. Gösterdiğim gayretten dolayı benimle gurur duyduklarını ve başaracağımdan emin olduklarını söylediler."** diyor.

3. Nitelikli Zaman

Bütün çocuklar anne ve babasının dikkatini sadece kendilerine çekmek ister. Anne ve babayla daha çok vakit geçirmek için ebeveynlerini çileden çıkaracak yaramazlıklar yapmaktan çekinmezler. Zira negatif ilgi bile çocuğun anne ve babasından hiç ilgi görmemesinden iyidir.

Nitelikli zaman dikkatin odaklanması anlamına gelir. Bir çocuğa bölünmemiş ilgi göstermek demektir. Bebeklerin pek çoğu beslenirken, altı değiştirilirken nitelikli zamanı yaşarlar, anne sadece bebeğine konsantre olur. Ancak, çocuk büyüdükçe nitelikli zaman ayırmak zorlaşır.

Anne ve babanın nitelikli zaman için ciddi fedakârlıklar yapması gerekir. Fiziksel temas veya onay sözcükleri kullanmak nitelikli zaman ayırmaktan çok daha kolaydır. Zira pek az anne ve babanın istediklerini yapacak kadar zamanları vardır ve anne-babaların çocuklarına nitelikli zaman ayırmak için öncelikli bazı ihtiyaçlarından vazgeçmesi gerekir.

Çocuklarımız ergenlik çağına yaklaştıkça, çoğunlukla yorgun olduğumuz ya da acelemiz olduğu zamanlarda ya da duygusal olarak zayıf olduğumuz zamanlarda kendilerine zaman ayırmamızı isterler ve böyle zamanlarda nitelikli zaman geçirmek bizim için oldukça zordur.

Nitelikli zaman aslında anne ve babaların çocuklarına var olma armağanıdır. Nitelikli zaman geçirildiğinde, anne ve babalar çocuklarına **"sen önemlisin, seninle birlikte olmaktan hoşlanıyorum."** mesajını iletirler. Çocuk gerçekten sevildiğini hisseder. O anlarda anne ve babası tamamıyla ona aittir.

Nitelikli zaman dikkatin odaklanması anlamına gelir. Bir çocuğa bölünmemiş ilgi göstermek demektir.

Nitelikli zaman geçirilirken önemli olan yapılan faaliyet veya gidilen yer değildir, birlikte olunmasıdır.

En verimli nitelikli zaman evde çocuk ile yalnız olduğunda birlikte geçirilen zamandır. Birden fazla çocuk sahibi olduğunda her çocuk ile yalnız kalınacak vakit bulmak kolay değildir, ancak her çocukla baş başa zaman geçirilmesi gerekmektedir.

Nitelikli zaman geçirilirken anne ve babalar çocuklarını daha iyi tanırlar. Bir ebeveyn topa nasıl vurulacağını veya bulaşıkların nasıl yıkanacağını gösterirken genellikle çocuğunun daha önemli konulardan bahsetmesini sağlamak için gerekli ortamı yaratmış olur.



Kaliteli sohbetler özellikle anne ve babanın geçmişinden bahsettikleri zamanlarda gerçekleşir. Anne ve babasının flört dönemini bilmek veya ergenken yaşadığı kaygıları bilmek çocuğun duygusal gelişimine önemli katkılar sağlar.

Ancak, küçük çocuklarla kaliteli sohbetler dikkatlerinin yoğunlaştığı yatma saatinde yapılmalıdır. Çocuklar hikayelere bayılır. Hikaye okumak uykuya hazırlamak için harika bir yoldur. Bunu bir alışkanlık haline getirmek, ergenlik çağında çocuklarımızla daha kolay iletişim kurmamızı sağlar.

Küçük çocuklarımızın hikayedeki olaylar ve karakterler hakkındaki hislerini ifade etmesini sağlamalıyız. Çocuklar, böylece davranışları ile duyguları arasındaki ilişkiyi keşfederler. Duygularının farkında olarak davranışlarını kontrol etme becerisine sahip olurlar. Çocuklarımız büyüdükçe nitelikli zaman konusunu planlamak gerekmektedir. Örneğin, yemek saatleri planlanabilir ya da ayda bir kez bir gecelik seyahatler yapılabilir. Çocuk büyüdükçe önceden planlanmadığı sürece birlikte geçirilen zaman giderek azalacaktır.

Temel sevgi dili nitelikli zaman olan çocuklar ne diyor?

Temel sevgi dili nitelikli zaman olan çocuklar, kendisine yeterince vakit ayrılmadığı veya ilgi gösterilmediği zaman ailesinin onu gerçekten sevmediğini düşünerek büyük bir huzursuzluk yaşarlar.

O nedenle çocuğumuzun temel sevgi dili nitelikli zamansa, ihtiyacı olan nitelikli zamanı sağlamak için elimizden geleni yapmalıyız.

Sekiz yaşındaki bir çocuk "Annemle babamın beni sevdiğini biliyorum, çünkü benimle birlikte zaman geçiriyorlar." diyor. On yaşındaki bir çocuk ise "Annem beni seviyor. Benim futbol maçlarıma geliyor ve sonra birlikte yemeğe gidiyoruz. Babamın beni sevip sevmediğini bilmiyorum. Benimle pek zaman geçirmiyor." diyor.

4. Armağanlar

Çocuklarımıza sadece armağan vermek, çocuklarımızın sevildiklerini hissetmesini sağlamaz. Armağanla birlikte, önemsendiklerini de hissettirmemiz gerekmektedir. Bu nedenle, armağanın yanı sıra diğer sevgi dillerinde de sevgimizi göstermeye devam etmeliyiz. Özellikle temel sevgi dili armağan olan çocukların diğer sevgi dillerinde de sevildiklerini hissetmeye ihtiyaçları vardır.

Gerçek bir armağan, alınan bir hizmet karşılığı verilmez. Karşılıksız ve kişiye duyulan sevginin bir ifadesidir.

Eğer anne ve baba çocuğuna odasını temizlemesi karşılığında bir armağan veriyorsa bu armağan bir hizmet karşılığıdır ve karşılıksız değildir. Aslında sevildiğini hissetmeyen bir çocuk armağanı yanlış yorumlayıp koşullu verildiğini düşünebilir. Bu nedenle, armağanlara değer vermez.

Armağanın büyüklüğü ve fiyatı önemli değildir. Önemli olan ifade ettiği sevgidir. Örneğin, sıradan bir eşya olarak çocuğumuzun okul kıyafetlerini bir hediye paketi yapıp vermek çocuğumuzu heyecanlandıracaktır. Zira armağan paketi açmak her çocuğu heyecanlandırır.

Çocuklarımız için oyuncak alırken reklamlar gibi dış uyaranlardan etkilenmemeliyiz. Aldığımız oyuncaktan çocuğumuzun nasıl etkileneceğini iyice düşünmeliyiz. Her oyuncağın eğitici olması gerekmez, ama olumlu bir etkisi olmalıdır.

Çocuklarımızı armağanlara boğup diğer sevgi dillerini ihmal etmek sakıncalıdır. Genellikle çocukları ile yeterince ilgilenemeyen anne ve babalar bu açıklarını hediye olarak telafi etmeye çalışırlar. Böyle bir durumda, çocuklar armağanlar ile insanların duygu ve davranışlarını kontrol etmenin mümkün olduğunu öğrenirler ve çıkarıcı, materyalist birer insan olup çıkabilirler. Öte yandan, çocuğumuza çok fazla armağan almak, odasını adeta bir oyuncakçı dükkanına çevirmek armağanın özelliğini kaybetmesine neden olur. Çocuk için armağanlar bir yük haline gelmeye başlar ve çocuk armağanlara duyarsız hale gelir.

Bayram, yılbaşı ve doğum günü hariç armağanların çocuklarımızla birlikte seçilmesi gerekir. Özellikle çocuklarımız büyüdükünde armağanları birlikte seçmeye gayret etmemiz gerekir.



Zira büyüdükçe çocuklar kendi giyim tarzlarını ve zevklerini oluştururlar.

Temel sevgi dili armağan olan çocuklar ne diyor?

Temel sevgi dili armağan olan çocuklar armağanı aldıklarında daha farklı davranacaklardır. Armağanlarına daima önem verirler. Armağanın paketlenmesini veya en azından benzersiz ve yaratıcı bir sunumla verilmesini beklerler. Çoğunlukla armağanlarının paketlerini sevinç çığlıkları ile açarlar. Kendilerini paketi açarken çok özel hissederek ve o anı bizimle paylaşmak isterler. Armağanı açtıklarında bize sarılıp bol bol teşekkür ederler. Armağanı görmek onlara sevildiğini hatırlatır. Onlar için armağanın kendisi çok da önemli değildir, önemli olan bizim onları düşünmüş olmamızdır. Bu yüzden armağanın zarar görmesi ya da yerinin değiştirilmesi travmatik olabilir. Bu tür çocuklara diğer sevgi dillerinde de sevgimizi göstermek konusunda daha hassas olmalıyız.

Beş yaşındaki çocuk anaokulu öğretmenin onu sevdiğini düşünüyor, çünkü öğretmeni ona bir hediye vermiş.

On sekiz yaşında üniversiteye yeni başlayacak bir genç kız, kendisine hediye edilen arabayı gösterip anne ve babasının kendisini sevdiğini her zaman hissettirdiklerini söylüyor.

5. Hizmet Davranışları

Anne ve baba olmak çocuklarımıza hizmet etmeyi gerektirir, 24 saat ve bir ömür boyu devam eden bir iş gibidir. Bu işten hayat boyu ayrılabilmemiz de mümkün değildir. Ama bir o kadar da keyifli bir iştir.

Çocuklarımıza hizmet ederken amacımız onu en fazla sevindiren şeyi değil, en iyi olanı yapmaktır. Örneğin, çikolata vermek çocuğumuzu mutlu edecektir ama en

doğru besin kaynağı değildir. Öte yandan, amacımız yine çocuklarımızı bizim istediğimiz kalıplara sokmak olmamalıdır. Çocuklarımızın armağan ve yardım taleplerine teslim olursak, onların çocukça bencilliklerine devam etmelerine ve ileriki hayatlarında egoist bireyler haline gelmelerine yol açabiliriz. Armağan ve hizmet davranışı yoluyla sevgimizi göstermeye tabii ki devam etmeliyiz, ama uygun bir şekilde kullanıp onların gelişimlerinin sağlıklı bir şekilde devam etmesini sürdürmeye çalışmalıyız.

Hizmet davranışlarımız çocuğumuzun hizmet ve sorumluluk anlayışı için bir model olacaktır. Hizmet davranışı ile daha çok kastedilen çocuklarımızın yapamayacakları şeyleri onlar adına yapmaktır. Örneğin, iki ya da üç yaşındaki çocuğumuza kendimiz yemek yedirebiliriz, ancak altı yaşındaki çocuğumuza halen bizim yemek yedirmemiz uygun bir davranış değildir. Dört yaşındaki çocuğumuzun yatağını biz yapabiliriz, ancak on yaşındaki çocuğumuz yatağını artık kendisi yapabilir.

Yapacağımız hizmet davranışı çocuğumuzun yaşına, yapabileceklerine uygun olmalıdır. Bir de çocuklarımıza önce hizmet ederiz ama hazır olduklarında önce kendilerine sonra başkalarına nasıl hizmet edeceklerini öğretiriz. Fakat bilirsiniz çocuklara bir şey öğretmek zaman alır. Örneğin, çocuğumuza yemek yapmasını öğretmek yemeği kendimizin hazırlamasından daha çok vakit alır. Ama hayat akışı içerisinde bir takım becerileri kazanması açısından yaşına uygun bazı yemekleri yavaş yavaş öğretmek gerekir.

Sevgiyle verilmiyorsa aslında hizmetin pek bir anlamı yoktur. Çocuklarımıza veya eşimize kızarak sert bir tavırla hizmet ettiğimizde, fiziksel gereksinimleri karşılanırsa bile duygusal gereksinimleri karşılanmamış olmayacaktır. O yüzden içimizden gelerek sevgiyle hizmet etmeliyiz. Ancak o zaman içimizdeki sevgiyi, enerjiyi başkalarına doğru bir biçimde aktarırız.

Çocuklarımız büyüdükçe ve minnet duymayı öğrendikçe, yavaş yavaş emir vermek yerine ricada bulunmaya başlayabiliriz. Zira onlar için yapılanların daha çok farkındadırlar. Ricalar zorunluluk içermez. Kendilerine bir şey yapmaları emredildiğinde çocuklarımızın minnetlerini ifade etmeleri zor olacaktır. Örneğin, "Babana teşekkür et" demekle "babana teşekkür eder misin?" demek arasında fark vardır. Ricada bulunmak daha yatıştırıcı ve sinirlenmeyi önleyicidir.

İnsanlara olumlu ve iyi davranmamıza yardımcı olur.

Hizmet davranışları esnasında asla koşullu sevgi göstermemeliyiz. Ebeveynler sadece çocuklarının davranışlarından memnun kaldıklarında kendilerinden bekleneni yapıyorlarsa bu koşullu bir hizmet davranışıdır. Bu durumda, çocuklarımız kendi çıkarları varsa başkalarına yardım edilmesi gerektiği mesajını alacaklardır.

Hizmet davranışları esnasında asla koşullu sevgi göstermemeliyiz. Ebeveynler sadece çocuklarının davranışlarından memnun kaldıklarında kendilerinden bekleneni yapıyorlarsa bu koşullu bir hizmet davranışıdır.

Misafirperver bir anne ve babanın çocuğunun misafirperver olması büyük olasılıktır. Misafirperver bir aile insanları daha iyi tanırlar ve daha güçlü dostluklar geliştirir.



Misafirlerimizi restoranlar yerine evimizde ağırlamaya gayret etmeliyiz. Evin sıcaklığı ve samimiyeti başkadır. Çocuklarımıza her zaman bize yardım etme fırsatını vermeliyiz. Örneğin, omlet yaparken çocuğumuz yumurtaları kırmak istiyorsa bırakalım o kırsın. İstekliken ona bize yardım etmesine olanak tanıyalım. Temel sevgi dili hizmet davranışı olan çocuklar, bizden bir şey isterken bizden sadece bu işlerin yapılmasını istemezler, sevgimizi hissetmeye çalışmaktadırlar.

Temel sevgi dili hizmet olan çocuklar ne diyor?

On iki yaşında bir erkek çocuk "Annemin beni sevdiğini biliyorum, çünkü düğmem düştüğünde diyor ve her gece ödevlerime yardım ediyor. Giysi ve yemek alabilelim diye çok çalışıyor." diyor.

Uzun süreli sağlık problemleri olan yedi yaşındaki bir çocuk, "Annemin beni sevdiğini biliyorum, ödevim için yardıma ihtiyacım olursa yardım ediyor. Doktora gitmem gerektiğinde işten izin alıp doktora götürüyor. Hasta olduğumda bana çorba yapıyor." diyor.



ÖNCE KENDİNİZİN BİRİNCİL SEVGİ DİLİNİ KEŞFEDİN

Bu noktaya kadar bazılarınız kullandığınız sevgi dillerini ve sevdiğiniz kişinin sevgi dillerini anlamıştır. Eğer sevdiğiniz kişinin sevgi deposunu dolu tutmak istiyorsanız onun birincil sevgi dilini bilmeli ve onu konuşmalısınız. Bunu yapmazsanız Çince bilen biriyle Türkçe konuşmaya çalışmanız kadar anlaşılmaz bir iletişim olur aranızda ki.

Öncelikle kendi sevgi dilinizi keşfetmenizi öneririz. Size sevildiğinizi en çok ne hissettirir? En çok neyi arzularsınız?

Eğer bu soruların cevabını hemen veremiyorsanız o zaman belki de eşiniz sevgi dilinizi yanlış kullanıyordur. Bunu anlamak için sevgi dillerinin olumsuz kullanımlarına bakmanın da yararı olabilir. O zaman kendinize şu soruyu sorun "Bana en çok ne acı veriyor?"

Eğer sevdiğiniz kişilerin olumsuz eleştirileri sizi yaralıyorsa o zaman sevgi diliniz onay sözcüklüdür.

Sevdiğiniz kişilerin siz yanınızdayken başka şeylere dikkatini vermesi sizi rahatsız ediyor ve sevilmediğinizi hissini uyandırıyorse sevgi diliniz nitelikli birlikteliktir.

Size armağan almamasına içerliyorsanız sevgi diliniz armağan vermedir.

Size sarılmamasını ya da elinizi tutmamasını sevgisini göstermiyor şeklinde değerlendiriyorsanız fiziksel temastır.

İsteddiğiniz bir şeyi yapmaması sizi kırıyorse sevgi diliniz hizmet davranışları olacaktır.

Sevdiğiniz kişiye sevginizi ifade etme biçiminiz de kendi sevgi dilinizi keşfetmek için anahtardır. Çünkü bildiğiniz sevgi dilini kullanıyorsunuz.

Kendi sevgi dilinizi keşfetmek için kullandığınız bu yöntem sevdiğiniz kişinin sevgi dilini keşfetmek için de geçerlidir.

Kaynakça:

Gary CHAPMAN, (2003) Çocuklar için beş sevgi dili, Sistem Yayıncılık, İstanbul

gelişime ulaşmak için

GELİŞİM KOLEJİ

Menemen Yolu Ulukent-İZMİR

Tel: 0 232 833 22 22

Faks: 0 232 833 22 32

GELİŞİM KARŞIYAKA ÇOCUKEVİ

1746 Sokak No:19 Karşıyaka-İZMİR

Tel.0232 3688034

Faks.0232 3693404

GELİŞİM IAOSB ÇOCUKEVİ

10006 Sokak No:42/35 IAOSB Çiğli-İZMİR

Tel.0232 3283358

Faks.0232 3283359



www.gelisim.k12.tr

www.facebook.com/IzmirGelisimKoleji

www.twitter.com/gelisimkoleji

www.youtube.com/glsmlkj