ÇOCUĞU ANLAMAK

Yazar : Said GEZER

Yayınevi : Çağlayan

Baskı : İzmir / 1996 / 170 shf.

Genel Değerlendirme: Kitap, ebeveynlere çocuk bakımı ve eğitimi konusunda yardımcı olmak gayesiyle hazırlanmış. Çocuk sağlığı bölümünde, doğumdan başlayıp büyüyünceye kadar olan sürede sağlık olarak dikkat edilmesi gereken hususlar anlatılıyor. Ayrıca çocukların davranış bozuklukları, çocukların eğitimi ve eğitimde karşılaşılan problemlere yer veriyor.

1. BÖLÜM

ÇOCUK SAĞLIĞI BEBEĞİN TEMEL GIDASI

Anne Sütü: Bebeğin büyüme özelliklerine ve ihtiyaçlarına en uygun gıda anne sütüdür. Zaruri durumlar olmadıkça anne sütünden vazgeçilmemelidir. Bu konu üzerinde peygamberimiz hadisi şeriflerinde bebek anne sütünden mahrum edilmemeli, ondan daha hayırlı süt yoktur buyurmuşlardır. Anne Sütünün Oluşumu: Doğumdan sonra anne beyninde bulunan Hipofiz adlı salgı bezinden salgılanan prolakdin adlı maddenin uyarısıyla annenin memelerinde süt yapımı başlar. Bebeğin memeyi emmesi sırasında beyindeki merkezden oksitosin denilen hormonun salgılanmasıyla süt kanalları kasların kasılmasıyla kasılmasını sağlayarak sütün dışarı akmasını sağlar. Memeden geçen her 300 mililitre kandan 1 mililitre süt oluştuğu hesaplanmıştır. Anne Sütünün İçinde Neler bulunur: Anne sütünün içinde bebeğin ihtiyaçlarına cevap verebilecek oranda şeker, protein, yağ, madensel tuzlar ve vitamin bulunur. Anne sütünün faydaları sayısızdır. En belli başlıları ise kolay sindirilmesi, ishal, kabızlık, gaz sancısı gibi rahatsızlıklar daha az olur. Bebek hastalıklarından çocuk felci, solunum ve bağırsak hastalıkları daha az görülür. Anne sütünde demir, kalsiyum ve D vitamini bulunduğundan bebekte kansızlık ve kalsiyum eksikliğiyle ilgili kemik zayıflığı görülmez. Beynin gelişmesine lüzumlu olan yağ asidi anne sütünde daha fazla bulunur. Bebeğin anne sütüyle beslenmesi anne ile çocuk arasında psikolojik bir yakınlıkla manevi yönde de gıdasını alır.

ÇOCUĞUN SÜTTEN KESİLMESİ

Çocuğun sütten kesilmesi dinimizde Kur'an-ı Kerim'de Ahkaf ve Lokman surelerinde 30 ay ile iki yıl arasında belirlenmiştir. bakara suresinde iki yıl olarak hükme bağlanır. Anne ve babanın anlaşarak daha önce de sütten kesmeleri halinde sorumlulukları yoktur. Vaktinden önce bebeğin sütten kesilmesi çocukta uykusuzluk, heyecan, kızgınlık, iştahsızlık ve kusma gibi durumlar meydana getirebilir, çocuğa alıştırarak kademeli olarak sütten kesmelidir. Yolculuk, iş çıkarma, koruyucu aşı zamanlarında sütten kesmemelidir. Sütten kesilen çocuğun bir yıl içinde demir eksikliği olacağından ara sıra yağsız et, yeşil sebzeler verilmeli sağlık yiyeceklerden, pirinç; patates, meyve verilmeli, ayrıca bir yiyecek günlüğü tutmanın faydası vardır.

ÇOCUĞUN SAĞLIĞI İÇİN YETERLİ UYKU ŞART

Yeni doğan bebekler günün büyük bir kısmını uykuda geçirir. İlk iki ay süresince 16-18 saat uyurlar. Bazan uykusu geldiği halde huzursuzlaşır. Yemekten önce ağlarlar. Bunlar normal sayılmalıdır, fakat bir rahatsızlığı olup olmadığı araştırılmalıdır. Bezinin kirli olması, bir yerinin ağrıması, üşümek veya terlemek gibi rahatsızlığı varsa ortadan kaldırılmasıyla rahat ve normal olarak uyur. İlk aylarda gaz sıkıntıları olacağından kucağa alıp gaz sıkıntısından kurtarmalıdır. İyi bir uyku alışkanlığı kazandırmak için, belli saatlerde odasının havalandırılarak kendi kendine uyumaya alıştırılmalıdır. Çocuğun uykusunun sünnete göre tanziminde ise, çocuklar sabah namazında uyandırılmalı kerahat vakti çıkıncaya kadar uyku uyumalarına müsaade edilmemeli, yatsı namazına kadar yatırılmamalıdır. Çocuğunuz uykuya dalmakta zorluk çekiyorsa bunun sebepleri araştırılmalıdır. Çoğu zaman organik bir hastalığın belirtisi olabilir. Yeni doğan bebekler zamanının beşte dördünü uykuda geçirir. Uykusuzluğun başlıca sebepleri ateş, karın ağrısı, kulak ağrısı, açlık ve öksürük olabilir. Çoğu zaman azarlanan ve dövülen ailedeki kavgalara şahit olan çocuklar kolaylıkla uyuyamaz, uykusuzluk çocukta sert mizaç geliştirir. Uykusuzluğa karşı ebeveynlerin alabileceği tedbirler ise yatmadan önce çocuğa korkulu masallar anlatmamalı, uyku kaçıracak oyunlar oynamaması sağlanmalı, aile içi kavgalar çocuk önünde yapılmalıdır. Yatmadan önce bir bardak süt uyumasını sağlayabilecektir.

ÇOCUKTA İŞTAHSIZLIK PROBLEMİ

Çocuklarda iştahsızlık sebebi olarak ateşli hastalıklar sarılık, nezle, grip, sinir hastalıkları, düzensiz yemek, çocukta iştahsızlık yapabilir. Bu durumda sevdiği ve yenmesi kolay yemeklerle beslemeli, fazla ısrarcı olunmamalıdır. Üzüntü ve kaygıda çocuklarda iştahsızlık yapabilir. İştahsızlık karşısında alınabilecek tedbirler ise bir hastalığa bağlı iştahsızlık götürülen bir hekimin tavsiyelerine uymakla mümkündür. Sofrada çocuğa baskı ve abur-cubur yemesini önlemekle, sofrada samimi bir hava estirmekle kötü haber konuşmamakla, kardeşler arasında ayırım yapmamakla ve damak zevkini yemekler çocuğun yemesini sağlayabilecek tedbirler olarak düşünebiliriz.

ÇOCUKLARDA BÜYÜME GELİŞME

Çocuğun ilk yılları büyüme ve gelişmesinin en hızlı olduğu dönemlerdir. Çocuğun bakımı çocuğun sağlıklı gelişmesini sağlamaktır. Yeni doğan çocuk doğumdan 4-6 hafta sonra süt çocuğu özelliğini alır. Yenidoğan çocuk ortalama 50 cm boyundadır, bundan bir kaç cm eksik veya fazla olabilir. İki yaşını bitiren çocuk oyun çocukluğu dönemine girmiştir. 6 yaşını bitiren çocuk ise okulu çocuğu çağındadır. Çocuk doğduğunda 270 kemiği vardı. Normal çocuklarda kemik olgunlaşması belirli yaşlarda belirli aşamalara ulaşır, buna kemik yaşı denir. Ergenlik çağında kemik sayısı 350'ye ulaşır tam gelişmiş vücutta bazı kemiklerin birleşmesiyle 206 kemik bulunur. Kas gelişimi: Bebeğin kas ağırlığı tüm vücudun %23 kadarken 15 yaşına doğru %33'e, 20 yaşına doğru bu oran %45'i bulur. Kaslar sinir sistemi ile aynı paralellikle gelişir. Diş gelişimi ise çocuğun çıkan ilk dişlerine süt dişleri denir. Bunlar 20 tanedir. İlk çıkan dişler alt orta kesicilerdir. Çocuk 7 yaşına geldiğinde süt dişleri düşer, kalıcı dişler çıkar, çocuk 12 yaşına geldiğinde 28 tane kalıcı dişi vardır. İlk Aylarda: Çocuk ilk ayda ışık kaynağına bakar, zil sesine tepki göstermek, Avucuna konan parmağı tutmak gibi özellikler gösterir. 2. ayda dolaşan birini takip eder kendi kendine sesler çıkarabilir. İlk aydan 24. aya kadar çocuk aşamalar halinde ismini öğrenmekle beraber sandalyeye tutunmak, oyun yapmak, emeklemekten tutun yürümeğe kadar gelişim sürecini tamamlamağa çalışır.

2 BÖLÜM

DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

Kardeşler Arasında Geçimsizlikler: Ailenin çocuklar arasında ayırım yapması çocukları geçimsizliğe ittiği görülmektedir. Kardeşler birbirinden farklı karaktere sahip olabildiği gibi ailenin birini diğerinden üstün tutması ona farklı davranması diğerinde karakter bozukluğuna sebebiyet vermektedir. Aralarındaki bir anlaşmazlığa kendi aralarında çözümlemeleri sağlanmalıdır.

ÇOCUK VE KORKU:

Aile açısından kolay bir yol olduğu için kullanılan korku çocuğun geleceğini etkilemektedir. Korkunun bazı belirtileri ise kalp ve nabız atışlarına artış, mide kasılması, nefes alıp verme düzensizleşir, kan deri yüzünden çekilir, yüz sararır. Çocuklar neden korkar?: Okul çağındaki çocuklar sınavdan korktuğu gibi, ana babanın hasta olmasından, vahşi hayvan, yangın, karanlık gibi sebepleri de sayabiliriz. Korkuyu yenebilmek için en iyi çare onu doğrudan ele almaktır. Hayvandan korkan çocuğu hayvanı sevdirmek gibi yollara başvurmaktır.

ÇOCUK VE YALAN:

Çocuk doğuştan yalancı olmaz, yanında sık sık yalan söylenmesi ve baskı altında yalan söylemeğe sebebiyet vermemek, en iyisidir. İslamiyet yalanı tasvip etmemiştir. Çocuğun yalan söylemesinin önlenebilmesi çocuklara İslami bir terbiye vermekle mümkündür. Onların yanında büyüklerin yalanlarını söylememeli ve yalan söyleyene mükafat kabilinden davranışlardan kaçınılmalıdır.

SOLAKLIK ÖNLENEBİLİR Mİ:

Solaklığın sonradan edinilen bir alışkanlık olduğunu Dr. A Blau Ana el kitabında bazı deliller ileri sürmüştür. 1860 yılında Broca solaklığın beyin ile ilişkisi olduğunu beyan etmiştir. İnsan beyninin iki yarım küreden ibaret olduğu, sağ taraftaki organları sol küreden idare edildiği söylenmektedir. Sağ elle kullanma zorlanan çocukların geçici bir süre kekemelik gösterdiği görülmektedir. Kazalarda sol eli kullananların daha fazla kaza yaptığı belirtilmektedir. Solak çocuklara yardımcı

olabilmek için sağ ellerini kullanmaları teşvik edilmelidir. Sünnette de tavsiye edilen sağ eldir. Hadisi şerifte bu konuya dikkat çekilerek peygamberimiz sağ elinizle yiyin ve içiniz demiştir.

ÇOCUKLARDA ÖFKE NÖBETLERİ:

Çocukların öfke nöbetleri, ailelere bazı mesajlar vermektedir. Öfke nöbetlerini işaret olarak kullanan çocuklar ailenin kendilerini yatıştıracağını bildikleri için öfkelenirler. Çocuğun aç ve susuz yorgun olması fizyolojik ihtiyaçları karşılanmayan çocuklar bu durumu giderinceye kadar öfkelenirler, çocuklara sık sık cezalar ve gururunu rencide edici davranışlar çocuğun öfkelenmesine sebebiyet verir. Öfke nöbetlerini önlemek için sıkıntı veren rahatsızlıklardan korunmak haksız yere ceza verilmemeli, arkadaşları arasında ayırım yapılmamalı, öfkenin zayıflık belirtisi olduğu kadar kuvvet belirtisi olduğunu da söylemek durumundayız. Öfkeli çocuklar oyuna ve teskin edici durumlara yönlendirip kendine güven sağlanması sağlanmalıdır.

ÇOCUKTA TUVALET TERBİYESİ

Çocuğa tuvalet terbiye verebilmek için en uygun zaman bir veya bir buçuk yaş arasıdır. Bu dönem çocuğun yürümeye başladığı zamandır. Çocuk bir yaşın altındayken tuvalet ihtiyacını farkedemez. Çocuk tuvalet ihtiyacını hissettiği zaman bazen düşünceli, bazen de abdest mahallini tutarak belirtir. bu zamanda çocuğa baskı yapmak sinirli olmasına yol açar. Tuvalet eğitiminde önemli faktörlerden birisi de mesafe kontrolünün farklı dönemlerde edinilmesidir. Bu konuda ebeveyne tavsiyeler ise çocuğa hem yemekten sonra ve yatmadan önce yataktan kalktıktan sonra çocuğa oturağa oturtulmalı ve oturak rahat olmalıdır. Bu hususta baskı uygulanmamalıdır. Kesinlikle azarlanmamalıdır, bu denemeler sonuç vermezse vaktin erken olduğu düşünülmelidir.

BEBEKLER NİÇİN AĞLAR?:

Bebeğin ağlaması onun bir rahatsızlığını belli eder. Bebekler 3-4 haftalık oluncaya kadar gözünden yaş gelmez ve sadece bağırır. Ağlamasının veya bağırmasının sebepleri ise aç olması, altının ıslak olması, karnının ağrıması, hazımsızlık, yorgunluk, bir yerine iğne veya bir şeyin batması, karanlık, hareketlerini kısıtlayacak şekilde fazla giyinik olması, diş çıkarma döneminde bulunması gibi sebeplerden başka sevilmek arzusu bebeğin ağlama sebepleridir. Bu durumda ağlama sebepleri araştırılıp, kucağa alınıp gerekli ilgi gösterilmelidir.

BEBEKLER İÇİN KORUYUCU TESTLER:

Yeni doğmuş bebekler muhtemel bir hastalığa karşı doğumdan sonra yapılan muayenelerdir. Doğumdan sonra 5-10 gün sonra muayene yapılmalıdır. Doğuştan olma kalça çıkığı ve fenilketonri denilen zeka geriliği için Guthrie Deneyi yapılmalıdır. Çocuğa yapılabilecek testlerden birisi de idrar muayenesidir. Kanda aşırı derecede birikmiş bulunan oksijenin körlüğe sebebiyet verecek fibroplozi adı verilen durumunun önlenmesi gibi bir çok sıhhi testlerin uygulanması gereklidir.

ÇOCUKLAR İÇİN KORUYUCU AŞILAR:

Çocuk sağlığı için gerekli bir aşı takvimi uygulanmalıdır. Buna göre tüberküloz, boğmaca, difteri, tetanoz, çocuk felci, çiçek, kızamık, kızamıkcık, kabakulak ve tifo aşısını yaptırmalı ve çocuğun sağlığı için bütün tedbirler zamanında olmalıdır. Hoşa gitmeyecek durumların meydana gelmemesi için üzerinde önemle durulmalıdır.

AŞIRI HAREKETLİ ÇOCUKLAR:

Çocuğun aşırı hareketli olması, çocuğun yerinde duramaması bir sorunu var demektir. Tıp dilinde bu çocuklara Hiperkinetik çocuk denilmektedir. Bu çocuklarda zeka üstün orta ve geri olabilir. Aşırı hareketlilik okulda ve evde bazı baskılara maruz kalması sebebiyle çocuğun hareketlilikle dışa vurmasıdır. Aşırı hareketliliğin belirtileri saklanmak, kaçmak, asi olmak, kavga etmek, uyumsuz davranışlarda bulunmak gibi durumlardır. Bu durumlar çevresini de rahatsız ederler. Zeki olmalarına rağmen bazıları toplum dışına itilmektedir. Araştırmalar neticesinde beyindeki bazı maddenin oranlarının değişik olması hareketliliği meydana getirmektedir. Bunun tedavisi için, Hekim pedagog psikolog sosyal hizmet uzmanları ile aile ve öğretmenlerin de bu tedaviye katılmaları önemlidir. İlaçla tedavi ise bir uzman tarafından yapılmalıdır.

SIKILGANLIK ÇOCUĞUN BAŞARISINI ETKİLER:

Sıkılgan çocuklar çekingen davranırlar. Cümle kurmakta zorlanır ve fazla duygusaldır. Bildikleri bir şeyi söylemeğe cesaret edemezler. Çocuğun sıkılgan olma sebepleri ise kendi başına iş yapmasına izin verilmeyişi, ölüm, boşanma gibi sebeplerle sevgine mahrum olması, sakatlık gibi

bir şekil bozukluğu sıkılgan olma sebepleri, bunu önlemek için öncelikle çocuğunu kendine güven duymasını sağlamak, okumaya teşvik, kabiliyetine göre sorumluluk verilmesiyle önleme yoluna gidilebilir.

ÇOCUKTAKİ SALDIRGAN DAVRANIŞLAR ÖNLENEBİLİR Mİ?:

Çocuğun saldırgan olup olmadığı davranışlarına bakılarak karar verilir. ruhi sorun ve çevresiyle uyum sağlayamayan çocuklar saldırgandır. Sebepleri ise; çocuğun üzerine fazla düşme, aile fertlerine saygısızlık, annenin rolünü az bulmaktır. Ana okuluna, eşya kırma ilkokulda arkadaşlarına saldırma, serbest yetişmiş çocukla saldırgan olma sebeplerindendir. Saldırgan davranışları önlemek için saldırganlığın hoş olmadığı anlatılmalı, her fırsatta eğitilmelidir. Her isteği yerine getirilmemelidir. Her isteği yerine getirilirse onu bir vasıta olarak kullanabilir:

BİR TÜR KONUŞMA BOZUKLUĞU: KEKEMELİK

Konuşma akışında telaffuz duraklaması şeklinde ortaya çıkan bozukluğu kekemelik diye tanımlayabiliriz. kekemelik büyük oranda ruhi sebeplere dayanmaktadır. Aşırı heyecanla ilgisi büyük önemli sebeplerden birisi de ailenin çocukla iletişimidir fazla baskı çocuğun konuşmasına izin vermeme gibi sebeplerdir. Bu çocuğun kendine güvensizliğine, arkadaş ilişkilerinin bozulmasa okuldaki başarısızlığına sebep olabilir. Bunun fiziksel bir özellikten mi, ruhi bir rahatsızlıktan mı kaynaklandığı belirlenmeli ve gereken yapılmalıdır.

TİKLERİN YOK EDİLMESİ MÜMKÜN MÜ?:

Tik bir kas kümesinin katıldığı tepki ya da hareketi hiçbir amacı olmadan içten gelen zorlamalarla istek dışında yapılan harekettir. Kanner'e göre belirgin özellikleri ise Huzursuz, Hassas, alıngan, bencil, yılgınlık ve kolayca yorgunluk gösterir. Başlıca sebepleri sıkı disiplin uygulanan hareketini izin verilmeyen çocuklarda hem gözünü oynatışına gerilimden kurtulma isteğini belirtir. Nasıl yok edebiliriz? Bunun için huzurlu bir ortam sağlamalı hareketlerinden dolayı baskı yapmamalı sorunlarına inilmeli ve gerekli endişeleri azaltılmalı, ilaç tedavisi ile hekim reçetesiyle uygulanmalıdır.

ÇOCUK TIRNAKLARINI MI KEMİRİYOR

Tırnak yeme daha çok sinirli ve endişeli çocuklarda görülen ailenin baskısı ve sert öğretmenin etkisine kalan çocuklara görülür. Önlenebilmesi için bu tırnak yemeye iten sebepler ortaya çıkarılmalıdır. Buna göre çare ve tedavi uygulanmalıdır. Tırnak yemenin kötü bir alışkanlık olduğu anlatılıp kendine inandırılmalıdır.

ÇOCUKTA PARMAK EMME:

Çocuğun emme isteğinin çeşitli sebeplerle vaktin öne sona erdirilmesi çocuğun psikolojik ihtiyacı parmak emmekle giderdiği bir durumdur. Emzirilen bebeklerde parmak emme isteği yeterince doyurulmayan bir çocukla başlangıçta görülen emme alışkanlığı zamanla başka hareketlerde eşlik edebilir. Saçını çekebilir. Lorenze göre parmak emme davranışı stres durumunda ortaya çıkan bir yer değiştirme hareketidir. Çocuğu parmak emmekten vazgeçirebilmek için en iyi tedavi yolu, çocuğun ilgisini başka yere çekmek ve kendisine telkinlerde bulunmak ve onun anlayabileceği bir şekilde anlatmak olacaktır.

ÇOCUĞUNUZ OKULA GİTMEKTEN KORKUYOR MU:

Çocuğun okul korkusu bir endişe sebebiyle okula gitmeyi reddetmesi, bu konuda isteksiz görünmelidir. Kimi çocuk okula gitmemek için evde oyalan bazen de bir hastalık uydurur. Biz buna okul korkusu diyoruz. Okul korkusunun sebepleri ise, evden uzakta olma, anne şefkatinden uzakta bulunma, öğretmen öğrenci ilişkisi başarılı olamıyorsa bu da okul korkusunun sebeplerindendir. Çocuğun okuldan korktuğunun başlıca belirtileri okul korkusu olan çocukların mide bulandırıcı, karın veya baş ağrısı şeklindedir. Elinden tutulup okula götürüldüğünde ağlayarak gider. Evde kalan çocuk bir süre sonra yatışır. Okul korkusu karşısında alınacak tedbirler ise aile çocuğa soğuk-kanlılıkla yaklaşmalıdır. Dişi ağrıyan kimsenin dişçiye gitmekten korkması ne kadar yararlı olursa çocuğun evde kalması da aynı şekilde olur.

3 BÖLÜM

ÇOCUK EĞİTİMİ VE KARŞILAŞILAN PROBLEMLER

Hepimizin Ortak İhtiyacı; Sevgi: Çocuklardaki sevgi ihtiyacını hiçbir dönemde ihmal edilmemeli ve esirgenmemelidir. Çocuğun en önemli psikolojik ihtiyacı içten sevilmektir. Sevginin eksikliği kadar aşırısı da tehlikelidir. Sevgiyi açığa vurmamanın bir çok yolları vardır. Sıcak bir bakış, bir gülüş gibi kolaylıkla sevgi belirtilebilir. Dinimizde bile sevginin ayrı bir önemi vardır. Bir hadisi şerifte "Biriniz mü'min kardeşini sevdiği zaman sevgisini ona bildirsin" denilmektedir.

SEVGİDEN SONRA ÇOCUĞUN EN ÖNEMLİ İHTİYACI OYUNDUR

Oyun çocuğun duygularını, özlemlerini, kokularını, kısacası iç dünyasını yansıttığı bir tiyatro sahnesidir. Oyunun çocuğun sağlıklı bir şekilde gelişmesi ve yetmesinde önemli bir etkendir. Oyun yoluyla çocuk duygularını ve ihtiyaçlarını ifade imkanı bulur. Oyunun sünnette de yeri olduğunu ilgili rivayetler incelendiğinde görülmektedir. Bunlar gayeli ve hoş vakit geçirici oyunlar olarak sınıflandırılmaktadır.

KADININ ÇALIŞMASI, ÇOCUK ve BAZI MESELELERİ

Kadın şerefli bir mahluktur. İslam dini kadının toplumda önemli bir yeri olduğunu belirtir. Bir hadisi şerifte peygamberimiz "Hangi bir ana evinde oturur ve çocuklarının terbiyesi ile uğraşırsa o ana cennette benimle beraberdir." denilmektedir. yapılan araştırmalar ülkemizde çalışan kadınların büyük çoğunluğunun ekonomik sıkıntı ile çalışma mecburiyetinde olduğunu belirtmektedir. Maalesef çalışan kadınlara büyük tuzaklar kurulmaktadır. Bunlardan birisi de modadır. Moda altında evvela kadının yuvasını yıkmak, aile yuvasından ayırmak, kadının maddi güzelliğini ortaya koyarak onu orta malı haline getirerek aileyi yıkmaktır. Güzellik yarışmaları adıyla çağdaş cariye pazarlarının büyük coşkuyla televizyonlarda gösterilmesiyle kölelik anlayışını egemen kıldırdığını ortaya koymaktadır. Kadın erkeğe göre daha zayıftır. İş görme kapasitesi erkeğinkinden %30 daha azdır. Çalışan kadın evine, erkeğine, çocuğuna zaman ayıramamaktadır, bu yüzden ailede sosyal statü bozulmaktadır. İşten dönen kadın yorgun hayliyle ev işlerini aksatmakta ve evinde hasta olan çocuğuna zaman ayıramamakta, işine de gerekli dikkati verememektir, bu yüzden çocuk istememektedir. Çalışan kadınların çocuklar evdeki kadınların çocuklarından daha çok hastalanmaktadır. Yapılan pek çok araştırma çalışan anne çocuğunun ne kadar erken yaşlarda yabancı eline verirse ruh sağlığının tehlikeye girme ihtimalini yükseltmektedir. Anne ilk yıllarda çocuğu ile kuramadığı iletişimi son yıllarda telafi edemez bir çok sorunların çıkmasına sebebiyet verir. Peygamberimizin çocuklara İslami terbiye verebilecek olanlar önce annelerdir demiştir. Çocuklara rasgele isim verilmemeli, çocuğa anlamı güzel olan güzel şeyler hatırlatan isimler verilmelidir. Aile içi kavgalar çocuğun ruh dünyasını etkiler, bu yüzden kavgaların çocuk önünde olmamasına dikkat edilmelidir. Eşler arasında arzu edilen sağlıklı ilişki ancak İslami eğitim ile sağlanabilir. Araştırmalar televizyonun çocuklar salgıdan hale getirdiğini göstermekte ve zamanını çalmaktadır. Türk toplum yapısına uygun programlar olmamaktadır. Aileye düşen çocuklara örnek olmaktır. Belli saatlerde televizyon kapatılıp, birlikte kitap okunmalıdır.

TEK ÇOCUK VE PROBLEMLERİ:

Araştırmalar tek çocuğun içtimai hayata uyumunda çeşitli problemlerle karşılaşabileceğini göstermektedir. Müslüman nüfusun artmasından endişe eden batılılar tek çocuk yapmayı tavsiye etmektedir. Tek çocuğun çoğu zaman kardeş özlemi çekmesidir. Bu da çocuğun ruh sağlığını olumsuz şekilde etkilemektedir. Dayak çocuğu terbiye eder mi?: Çocukluk yıllarında dövülen kişinin içine kapanık ve suç işlemeye temayülle olduğu yapılan araştırmalardan anlaşılmaktadır. Çocuğa sevgi ve şefkatle yaklaşmalı, dayak en son çare olmalıdır. Sünnette ise çocuğa dayakla sadece korkutmaya cevaz vermiştir. Çocuklar Arkadaş Seçiminde Yönlendirilmelidir: Çocuğun sevgi ve güven gibi bazı ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyaçlarını arkadaşları giderir. İyi arkadaş işi alışkanlıklar kazandırır. Çocuk yeteneklerini arkadaşları ile birlikte iken ortaya koyar. Çocuğun salih kişiler ile arkadaşlık kurması sağlanmalıdır. Zira Allah'ın emirlerine muhalif kişilerden uzak tutmalıdır. Çocuk kitapları nasıl olmalı: Çocuk kitapları yaşına göre ve ilgi çekici olmalı, çocuk kitap okurken olay ve kahramanları çoğu olumlu yönde etkilemeli. Kahramanlıklar abartılmamalı, kin ve düşmanlık olmamalı çocuğa olumlu bir mesaj vermelidir. Sigara zararları ve kurtulma yolları: Tütün bünyesinde insanlar için 400'e yakın zehirli madde bulunmakta. Dudak dil kanserinden tutun, sinir sisteminin tahribatına kadar sayısız hastalıklara davetiye çıkarmaktadır. Yapılan araştırmalarda sigarayı bırakmaya yardımcı ürünlerin yetersiz olduğu görülmektedir. Buna karşın uzmanlar sigarayı bırakmada güçlü bir irade en etkili silah olduğu kanısındadırlar.

