

## ÇOCUĞUN EMPATİ GELİŞİMİNDE AİLENİN ROLÜ

Bireyin yaşamında kişilik, yaşam boyu devam eden bir gelişim içerisinde. Bu süreçte, erken çocukluk yılları kişiliğin temelini oluşturması nedeniyle ayrı bir öneme sahiptir. Bu dönemdeki etkenlerin, kişilik yapısının oluşmasında çok önemli bir yeri vardır. Gelişim sürecinde bireylerin edindikleri yetenek ve beceriler tüm hayatlarında olumlu veya olumsuz etkin rol oynar. İletişim ve iletişim kurma süreci de bireylerin gelişiminde önemli bir beceridir. İletişim sürecinde kullanılan önemli yetenek ve becerilerden biri, kişinin empatik becerisidir. İnsanların empatik beceri düzeyi onları birbirlerine yaklaştırma özelliği ile iletişimin kalitesinde oldukça önemli olmaktadır. Başkalarıyla empatik iletişim kurma becerisi gelişmiş olan kişiler, çok daha iyi bir iletişim kurabilirler. Bu nedenle, empatinin gelişimini bilmenin, erken çocukluk döneminden itibaren çocukların empatik iletişim becerilerinin desteklenmesine yönelik çalışmaların yapılmasını kolaylaştıracağından, önemli olduğu düşünülmektedir.

Empati, olaylar ve durumlar karşısında bireyin, kendini karşıdaki kişinin yerine koyarak onu anlaması olarak tanımlanabilir. Empatinin günümüze kadar değişik şekillerde tanımlandığı görülmektedir. Günümüzde empatinin en çok kabul gören tanımlarından biri Carl Rogers tarafından yapılmıştır. Rogers'a göre, empati; "bir kişinin kendisini karşıdaki kişinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısı ile bakması, o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi" sürecidir.

Çocukların diğer bireylerin duyguları ile ilgilenmeleri yaşla birlikte değişmektedir. Yedi yaşında olan bir çocuk, okul öncesi çocuklarına oranla diğer insanların duygularını anlamada ve üzüntüler ile ilgilenmede daha yeteneklidir. Büyük çocuklar üzüntülü olan bireyi rahatlatmada ya da onlara yardım etmede daha başarılıdır. Empatinin ilk belirtileri bebeklik dönemine kadar uzanmaktadır. Yaşamın ilk haftasında bebeklerin bir diğerinin ağlamasına karşı üzüntüyle ve ağlayarak karşılık vermesinin diğer bebekler karşısında sergilenen duygusal uyumun ve empatinin ilk habercisi olduğunu ifade etmektedir. Zihinsel gelişim aşamalarının her birinde bireylerin gösterdikleri empatik tepkiler farklı olmaktadır. Bir ya da iki yaşlarındaki çocukların empatik tepkilerinde bireysel farklılıklar görülmektedir; bazı iki yaş çocukları çok sevecendirler, bazıları diğerlerinin üzüntüsüne tepki vermezler, bazıları ise diğerlerinin üzüntüsüne karşı hoşgörüsüdürler. Çocukların başkalarının rollerine girebilmelerinde onların ben merkezilikten uzaklaşmalarının etkisi büyüktür. Empati, çocuk-ona bakan kişi çiftinden meydana gelen bir sosyal çevre içerisinde gelişmektedir. Diğer insanların duygusal durumlarına karşı gösterilen bireysel tepkilerdeki farklılık, ebeveynlerinin çocuklarına gösterdikleri tutumlardan, çocukların kendilerine model aldıkları anne, baba ve diğer yakın çevredeki bireylerden kaynaklanmaktadır. Empati düzeyi yüksek olan

ebeveynlerin çocukların, empati düzeyi düşük olan ebeveynlerin çocuklarına oranla empati düzeylerinin daha yüksek olduğu, yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur. Altıncı yaşın, empatinin yani olayları başkasının açısından görme ve uygun bir şekilde davranabilme evresinin başlangıcı olduğu belirtilmektedir. Altı yaşından sonra çocuk kendisini karşısındaki bireyin yerine koyabilmekte ve artık onu dahi iyi anlamaya başlamaktadır. Bu da empatinin gelişimi için çok önemli olmaktadır. Diğerinin duyguları için empati aşaması olarak da adlandırılan bu dönemin sonuna doğru, çocuk artık herkesin kendi iç dünyası olduğunu ayırt edebilmektedir. Artan yaşla birlikte, başkalarının aynı olaya farklı duygusal tepkiler verebileceğini anlamaya başlamakta ve başkasının bakış açısından bakma yeteneği gelişmektedir.

Empatinin gelişiminde çocuğun sağlıklı aile ortamında yetişmesinin önemli olduğunu görülmektedir. Empatinin erken temellerinden biri bebek ve ona bakan kişi arasındaki yoğun duygusal ilişkiyle ilgilidir. Çocuğun başkalarının duygularına empatik yaklaşımı, annenin duyguları ve ruh hali erken dönemde doğar. Çocuğa bakan kişinin çocuğa karşı olumlu duygusal tepkileri güvenli bağlilik oluşturmaktadır. İlk güvenli bağın oluşmasındaki en önemli katkı maddesi çocuğa verilen koşulsuz sevgi ve bakımdır. Ebeveynlerin ya da onların yerine geçen kişilerin sevgisi ve şefkati bu şekilde empatinin gelişiminde önemli bir rol oynar. Annelik empatisi içgüdüsel sezgileri içermektedir ve annenin çocuğun ne yapmak istediğini anlamasını sağlamaktadır. Aynı durum baba için de söz konusudur. Erkeklerde varolan içgüdüsel sezgi gücü babanın, kendi çocuğuna olduğu gibi diğer çocuklara da empatik tepkiler verebilmesini sağlamaktadır. Güvenli bağlanan çocuklar, kendisine bakanlara sıcaklıkla, sevecen yaklaşmakta, duygusal gereksinimlerini doyurmaktadırlar. Güvenli bağlanan çocukların duygusal gereksinimleri karşılandığı için böyle çocuklar kendi ihtiyaçlarıyla daha az meşgul olurken, diğerlerinin ihtiyaçlarına karşı daha duyarlı olabilmekte ya da böyle çocuklar sevecen davranış gösteren yetişkinleri gözleyerek diğerlerine tepki verirken benzer davranışları gösterebilmektedirler. Anne-baba ve çocuk arasında sıcak ve güvenli bağlanma ilişkisi olduğunda ailenin duyarlılığı empatik ilginin uyanmasını arttırabilmektedir. Duyarlı davranış sergileyen aileler, empatik ilgiyi öğretmede bebeklerine ilk ve çok güçlü örneği oluşturmaktadırlar. Ayrıca aile çevresi; çocuğu değişik duygular yaşamaya ve hissetmesi için desteklemekte ve çocuğun duygusal duyarlılığı ve istekliliği destekleyen kişileri gözlemesi ve iletişime girmesi için seçenekler sağlamaktadır. Güçlü bir bağın kurulması ilk olarak bir başkasına karşı ilgi duyma konusundan daha önce gelir ve bu durum empati gelişiminde daha sonra gerekli bir ön şart olarak ortaya çıkar. Yani çocuk önce kendi güvenliğini garanti eder, daha sonra başkasına ilgi duymaya başlar. Güçlü bir güven ve koruma duygusuna sahip olan çocuklar, güvenli bağlar içeren ailelerden gelirler, güven bağları zayıf olan çocuklara göre başkalarının hislerine ve ihtiyaçlarına daha çok cevap verebilirler.

Çocuğun empati gelişiminde ailenin samimiyeti de önemlidir. Aile samimiyeti genellikle anne ve babanın çocukla iletişimde ona gösterdiği tutumun bir yönü olarak görülmektedir. Samimiyet, anne ve babanın çocuğun ihtiyacına destekleyici, sevecen ve duyarlı olan genel eğilimlerinin yansımasıdır ve aynı zamanda çocuğa karşı direkt olarak olumlu duygu ve davranışların gösterilmesidir. Ailenin destekleyici ve samimi olmasıyla çocukların empatisi arasında ve ailenin samimiyetiyle ailenin empatisi arasında olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür. Empatik olmayan bir ailenin, samimi ve duyarlı olmasını düşünmek oldukça güçtür. Çocuğun empati gelişiminde diğer önemli aile faktörü, ailenin çocuğa duygularını açıkça ifade etmesidir. Anne-babaları ve çevrelerindeki yetişkinler tarafından duyguları anlaşılan, ifade edilen çocuklar empatiyi daha kolay öğrenirler. Çünkü empati becerisinin gelişimi için öncelikle kişinin kendi duygularının farkında olması, duygular arasındaki farkları hissedebilmesi önemlidir. Genelde duygularını ifade eden ailelerden gelen çocuklar, kendileri de duygularını ifade etme eğilimindedirler. Bunun nedeni, aile üyeleri tarafından biyolojik devamlılık olabilir ya da çocukların anne ve babalarıyla etkileşimlerinde anne ve babalarını taklit etmeleri ve duygusal bulaşma olabilir. Dolayısıyla olumlu ya da olumsuz duyguları daha fazla yaşayabilen ve ifade edebilen çocuklar muhtemelen diğerlerinin duygularını daha iyi hissedebilirler ve duygularını daha az ifade eden çocuklardan daha fazla empatiktirler. Çocuğun empatik olmasında etkili olabilecek aileyle ilgili bir başka unsur, anne –babanın çocuğa karşı kullandığı disiplin yöntemidir. Yapılan araştırmalarda, anne-babanın uyguladığı disiplin yöntemiyle çocuğun empatisi arasında güçlü ilişkiler olduğu bulunmuştur (Krevans and Gibbs, 1996). Anne-babanın, çocuğun değiştirilmesi gereken davranışıyla ilgili gerekli açıklamayı yapmasını, nedenleri açıkça belirtmesini içeren disiplin tekniğinin çocuğun empatik eğilimlerini desteklediği ifade edilmiştir. Hoffman(1975) da, çocuğun hareketlerinin bir başkasına zarar verdiği durumlarda zarar gören kişinin sıkıntısına dikkat çeken ve çocuğun kendini onun yerine koyması için cesaretlendiren bu tekniğin çocukta empatiyi arttırabileceğini belirtmiştir. Yapılan araştırmalarda anne-babaların davranışlarını değiştirmede bu şekilde açıklayıcı disiplin yöntemi uyguladığı çocukların empati düzeyinin, anne-babalarının baskıcı, cezalandırıcı disiplin yöntemi uyguladığı çocukların empati düzeyinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Görüldüğü gibi, anne baba disiplin yöntemi de çocukta empatinin gelişmesinde olumlu veya olumsuz etki edebilmektedir.

Bebeklik ve erken çocukluk dönemlerinde çocuklarda empatinin geliştirilebilmesi, ileride daha karmaşık ve olgun empatinin geliştirilmesinin ve dolayısıyla sağlıklı kişiliğin, sağlıklı kişilerarası ilişkilerin, sağlıklı iletişimin ve sağlıklı etkileşimin kurulmasının temel koşuludur. Empatik anlayış iletişim çatışmalarını engelleyerek daha olumlu ilişkilerin kurulmasını sağlamaktadır. Empati kurma becerisini kazanmış bireylerin sosyal çevreleri, okul yaşamları, iş yaşamları ile kuracakları ailelerdeki

yaşamlarının, toplumu olumlu yönde etkileyeceği açık bir gerçektir. Böyle bireyler iletişim çatışmalarını engellemek ve daha olumlu ilişkiler kurabilmek açısından da farklılıklar gösterirler. Bu nedenle empatik bir toplum oluşturulabilmesi için bireylerin empatik becerilerini geliştirmeye yönelik çalışmaların yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir. Özellikle okulöncesi dönemden itibaren çocukların diğer tüm becerilerde olduğu gibi empatik becerilerinin de geliştirilmesi oldukça önemlidir. Toplumun en küçük sosyal grubu olan aile, bireyin yaşantısında çok önemli bir yer tutmaktadır. İlk çocukluk yıllarından itibaren birey pek çok şeyi ailesinden öğrendiği gibi, empatinin temelleri de ailede atılır. Çocuk ile annesi ya da ona bakan kişi arasındaki güçlü duygusal ilişkinin yeri; empati gelişiminde varlığı kabul edilen ilk olgudur. Çocuğa başlangıçta temel güven duygusunun verilmesi, sağlıklı bağlanmanın güvencesi; sağlıklı bağlanma, sağlıklı ayrılmanın güvencesi ve sağlıklı ayrılma bağımsız kişiliğin güvencesi olabilir. Anne-babalar, empatik iletişim kurarak çocuklarını anladıklarını ve onlara değer verdiklerini hissettirirler, çocuklarına güvendikleri mesajını verebilirler.

Başak Naz YILDIRIM  
Psikolojik Danışman  
Hürriyet Ticaret ve Sanayi Odası İlkokulu  
Rehberlik Servisi

#### Kaynakça:

Erken Çocukluk Dönemde Empatinin Gelişimi ve Ailenin Rolü

<http://ijecer.net/pfi-depo/v1n1/sali.pdf>

ALTI YAŞ GRUBUNDAKİ ÇOCUKLARIN BAKIŞ AÇISI ALMA BECERİLERİ İLE ANNE BABALARIN EMPATİK BECERİLERİNİN İNCELENMESİ

[http://apbs.mersin.edu.tr/files/vuslat.oguz/Theses\\_001.pdf](http://apbs.mersin.edu.tr/files/vuslat.oguz/Theses_001.pdf)

#### Kitap Önerileri:

Çocuğun Duygusal Dünyası - Isabelle Filliozat

Empatiyle Gelişmek Empatiyi Geliştirmek: Çocuk ve Empati - Kollektif

İletişim Çatışmaları ve Empati Sanatta ve Günlük Yaşamda - Prof. Dr. Üstün Dökmen

#### Makale Önerileri:

Akkoyun, F. (1983). Empatik Olmak, Değeri Anlaşılmayan Bir Varoluş Şeklidir. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 16 (1), 103-124.

Köksal, A. (2000). Çocuklarda empatinin gelişmesi. Yaşadıkça Eğitim Dergisi, Nisan-Haziran, 66, 2-7.

TEMUR, B. (2006). Empatiyi öğretmek

<http://maviailedanismamerkezi.com/makale/belgin%20temur/Empatiyi%20%C3%96%C4%9Fretmek/21/1>

EVLIÇOĞLU, A. (2007). Empati sosyal gelişimi kolaylaştırır mı? Bebeğim ve Biz Dergisi, Temmuz, sayı:19.

<http://www.agape.com.tr/psikolojik/Empati-Sosyal-Geli%C5%9Fimi-Kolayla%C5%9Ft%C4%B1r%C4%B1r-m%C4%B1?:id-49-hid-69>