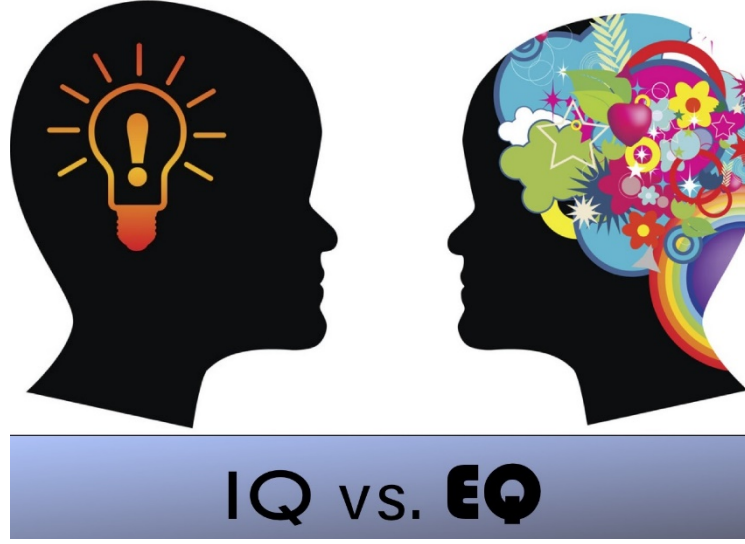


ÇOCUK ŞİDDETİNİN NEDENİ (EQ EKSİKLİĞİ)



EQ EKSİKLİĞİ

Özellikle ilk beş yılda anne babanın çalışmasından dolayı onlardan ayrı kalan, hayatlarında bu boşluğu televizyonla dolduran, duygusal zekâyı, empatiyi geliştirecek gerekli ilgi ve sevgiyi göremeyen çocuklar, büyümeye başladıklarında çok çabuk, acımasız birer insana dönüşebiliyorlar.

Sevgisizlik duygusal zekâyı köreltiyor

Çocukluktan itibaren öğrenilmeye başlanan duygusal zekâ (EQ)'nın gelişiminin, çocuk 15 yaşına gelmeden tamamlanmış olması gerekiyor. Duygusal zekâyı geliştiren bir ortamda büyüyenler, EQ'su yüksek kişiler olarak, başkalarıyla iyi geçinen, uyum yeteneği yüksek, öz disipline sahip, hayatla barışık bir birey olmanın tadını çıkarıyorlar. Eğer çocuk duygusal zekâsını geliştirecek bir ortamdan mahrum kalmışsa, biraz büyüdüğünde, kolaylıkla şiddete başvurabiliyor hatta bir dizi cinayetler işleyen acımasız bir katile bile dönüşebiliyor.

Hayatta kalmanın kilit mekanizması olan duygusal zekâ, aynı zamanda insanların içinde yatan hainliğin de en büyük engelleyicisi. Duygusal zekânın normal zekâdan farkı; beyin, alt ve üst olmak üzere iki kısma ayrılıyor. Üst beyin düşünen beyin, ama her şey üst beyinle halledilemiyor. Beynin kalbi dediğimiz alt beyin ise, buna öğrenen, duygusal beyin de deniyor, sağ kalmanın, insan olmanın, insan gibi davranmanın temelini oluşturuyor. Çünkü başımıza gelmiş olan her olay, öğrenilen her duygu alt (öğrenen) beyinde hatırlanıyor. Örneğin sevinçli olduğunuzda ya da öfkelendiğinizde ne yapmanız gerektiğini bilirsiniz. Hiç sevinçliyken, etrafına kızan birini gördünüz mü? İnsanların tüm bu duyguları öğrenmesini ve hatırlamasını sağlayan beyin alt kısmı duygusal beyindir. Bir anlamda bizim tepkilerimizi düzenleyip, hayatta kalmamızı sağlar. Ama çocukken kişi duygusal beyin geliştirecek; yani duyguları öğrenecek bir ortamda büyümemişse, büyüdüğünde başkalarıyla olan ilişkilerinde sorunlar yaşar. Genelde başkalarına söz hakkı tanımayan, uyum yeteneği gelişmemiş bir birey olur. Duygusal zekâyı körelten en büyük etken de sevgisiz bir ortamda yetişmektir.

Dünyada EQ düşüyor

Ünlü duygusal zekâ uzmanı Daniel Goleman, son yıllarda özellikle çocuk şiddetini, duygusal zekanın eksikliğine bağlıyor. Goleman'a göre, "gelişmiş ülkelerde anne ve babalar iş yaşamına kendilerini fazla kaptırdıkları için çocuklarıyla geçirecek vakit bulamıyorlar. Fakat bunun bedeli her şeyden daha ağır oluyor. Anne babanın olmadığı bir ortamda, çocuk bütün vaktini televizyon karşısında geçiriyor. Hatta zamanla dışarıda kendi yaşitlarıyla oynamak bile istemiyor. Böylece sevgi, arkadaşlık, sadakat, ilgi, merhamet, dostluk, empati tüm bu duyguların hiçbirisiyle karşılaşmadığı için öğrenemiyor. Hatta bunun yerine televizyon karşısında tersi yönde acımasızlık, nefret, öç gibi duygularla besleniyor. Sonuçta duygusal zekası gelişmemiş, empati yeteneği olmayan bireyler olarak, topluma zararlı hale geliyorlar."

Empati eksikliği tehlikeli!

Empati karşınızdaki duygularını söylemeden, ses tonuyla, hareketleriyle, sizin onu anlamanızdır. Aslında empati bir anlamda, başkalarına acıma duygusudur. Empati yeteneği olmayan çocuklar kendilerine nasıl davranılırsa karşısındakine de öyle davranırlar. Düşen bir arkadaşlarının teselli etmek yerine ona bağırır hatta vururlar. Çünkü empati karşınızdakinin ıstırabını hissedebilmektir. Empatisi olmayan kişiler yalnız kendilerini düşünürler. Birisine kızdıklarında bunu şiddete başvurabilirler.

Duygusal zekâ eğitimle geliştirilebilir. Eğitim ailede başlar. Çalışan anne babalar, geç kalmayınız!

Özel Sultan Fatih Anaokulu
Rehberlik Birimi