

Cilt 2, Sayı 11

MOTIVATED

SİZE İLHAM VERECEK BİR DERGI

En Tuhaf Sır

Başarıya Götüren Stratejiler
Size Zirveye Taşıyacak 11 Tavsiye

Everest Dağı Kanunu
Tek Başına Yapma!



3

En Tuhaf Sır

4

Başarıya Götüren Stratejiler

Size Zirveye Taşıyacak 11 Tavsiye

6

Kişisel Limitlerin Üstesinden Gelmek

Bir Başarı Hikâyesi

7

Sonuçlar ve Güller

8

Kalp Sesiyle Çocuk Büyütmek

Kendine Güvenen Çocuklar

10

Everest Dağı Kanunu

Tek Başına Yapma!

12

Düşünmeye Değer Sözler

En Kararlıların Yolu

Sayı
EditörCilt 2, Sayı 11
Christina Lane

Tasarım

UMGraph

İletişim:
Email
Web sitesimotivated@motivatedmagazine.com
www.motivatedmagazine.comCopyright © 2011 Motivated,
Tüm hakları saklıdır

İnsanlar başarıyı farklı durumlara tanımlayabilir ama kim başarılı olmak istemez ki? Ki insanlar bu konuda haklılardır da. Huzur, güven, hayatta anlam bulma ve memnun olma duygularını arzulamamız doğuştan gelir ve evrenseldir. O zaman neden çoğumuz, sadece elimizdekilerle yetiniyoruz? Neden daha aktif bir şekilde hayallerimizin arkasından koşmuyoruz? Buna sebep olan farklı nedenler var, fakat son zamanlarda okuduğum bir makededeki alıntı bunu en iyi şekilde açıklıyor:

“Hem başarı hem de başarısızlık, beklenen mükâfatların ya da kaçınılmaz pişmanlıkların gelecekte doğacak sonuçlarının kapsama alanındadır. Eğer bu böyleyse, neden daha fazla insan gelecek hakkında daha uzun düşünmeye vakit ayırmıyor? Sorunun cevabı basit: İçinde buldukları ana kendilerini o kadar kaptırıyorlar ki, bu soru onlara önemliymiş gibi görünmüyor. Bazı insanlar bugünün sorunları ve mükâfatları içinde o kadar kayboluyorlar ki, yarın hakkında düşünmek için asla yeteri kadar duraksamıyorlar.”

– Jim Rohn, The Five Major Pieces to the Life Puzzle (1991)

Eğer bu kişi sizseniz, Motivated Dergisinin bu sayısı, yeni bir gelecek odaklı ve daha başarılı yol haritası çizmeye başlamanızda size yardımcı olabilir. En Tuhaf Sır (Sayfa 3) nereye gittiğimizi bilmenin önemini bizlere anlatırken, Başarıya Götüren Stratejiler (Sayfa 4) bizlere uygulanabilir tavsiyeler sunuyor. Everest Dağı Kanunu (Sayfa 10) bir takım olarak başarılı olma konusunda bizlere tavsiyeler veriyor. Bütün bu nitelikleri biraraya getirdiğimizde bizi durduracak hiçbir şey olmayacaktır.

Artık o hayallerin tozunu alalım ve heyecan dolu, başarılı bir gelecek için etkinliğimizi arttıralım.

Motivated Dergisi Adına
Christina Lane

En Tuhaf Sır

Hayalini Kurduğumuz Yaşamı Nasıl Yaşarız?

Earl Nightingale'nin eserinden uyarlanmıştır.

Neden diğer insanlar sürekli olarak başarısız gibi görünürken, bazı insanlar başarılı olurlar?

Başarı, sadece öğretmen olmak istediği için okulda ders veren öğretmen midir? Ya da sadece eş ve anne olmak istediği için evlenen ve çok iyi bir anne ve eş olan evhanımı? Ya da sadece en iyi satış elemanı olmak ve şirketi ile birlikte gelişmek istediği için satış elemanı olan birisi? Ya da bir şirkete sahip olma hayaliyle bir girişimcinin kendi şirketini kurması?

Başarı, uğruna değer bir amacın devamlı olarak gerçekleştirilmesi olarak tanımlanabilir.

Başarıya ya da başarısızlığa götüren bir sır var mı? Cevap evet. Olmayı düşündüğümüz kişi oluruz.

Peki, bu nasıl olur? Neden olmayı düşündüğümüz kişi oluruz? İnsan aklına paralel olan bir hikâye bu durumu daha iyi anlatacaktır:

Bir çiftçinin verimli bir toprağı olduğunu varsayalım. Toprak çiftçiye bir seçenek sunar ve kendisinin üzerine ne ekmek isterse ekebileceğini söyler. Çiftçinin ne ekeceği toprağın umurunda değildir. Kararı çiftçi verecektir.

Bu hikâyede insan aklını toprakla karşılaştırıyoruz. İnsan akli da, tıpkı toprak gibi, içine ekeceklerimizi umursamaz. Toprağına ne ekersek onu biçeriz.

Şimdi varsayalım ki, çiftçinin

elinde iki farklı tohum var; birisi mısır tohumu, diğeri ise ölümcül bir zehir olan güzelhatun çiçeği tohumu. Çiftçi toprakta iki küçük çukur açar, tohumları eker, toprağı sular ve toprağına iyi bakar. Sonuç olarak ne olacak? Her iki durumda da toprak kendine ekilenin meyvesini verecek.

Unutmayın, toprak umursamaz. Mısır tohumu ne kadar çoksa, güzelhatun çiçeği de o kadar çok olacak. Ve nihayetinde, iki tohumda toprak üstüne çıkar; bir mısır ve bir zehir.

İnsan akli, toprağına kıyasla, çok daha verimli, inanılmaz ve gizemlidir ama ikisi de aynı şekilde işler. Başarı ya da başarısızlık... İçlerine ne ekeceğimiz, ikisinin de umurunda olmayacaktır. Ayakları yere basan, değerli bir hedef ya da karmaşa, yanlış anlama, korku, endişe...

İnsan akli dünyada keşfedilmemiş en son ve en büyük kıtadır. En uç hayallerimizin ötesinde zenginlikleri içerir. Ona ekmek istediğimiz her şeyi bize meyve olarak geri verir.

Şimdi kararımızı verelim. Ne istiyoruz? Zihinlerimize hedeflerimizi ekelim. Hayatımız boyunca verebileceğimiz en önemli karar bu olacaktır. ✓

Earl Nightingale (1921 – 1989) kişisel gelişim sektöründe bir efsanedir. En Tuhaf Sır eseri, 1 milyonun üzerinde satıldı. Ekonomist Terry Savage, onun kitabıyla ilgili "Tüm zamanların en motive edici kitaplarından birisi!" yorumunu yapmıştır.

BAŞARIYA GÖTÜREN STRATEJİLER

SIZE ZİRVEYE TAŞIYACAK 11 TAVSİYE

Peter Kelly'nin eserinden uyarlanmıştır.

Büyük bir proje ya da zorlu bir engel ile karşı karşıya mısınız? Bir hedefe ulaşma söz konusu olduğunda, büyük ihtimalle birçoğumuz, hangi alanda/alanlarda ilerlemek istediğimiz konusunda genel bir fikre sahibizdir ama hedefimize ulaşabilmek için bir stratejiye, bir plana ve hedefi gerçekleştirmeye yönelik adımlara ihtiyaç duyarız. Planlama bir yatırımdır. İyi ve akıllıca planlama zaman, çaba, sabır, iyi araştırma ve tavsiye alışverişi gerektirir. Duruma maneviyat boyutunu dahil etmek isteyenlerimiz için ise, derinlemesine düşünmeye zaman ayırmayı da bu listeye ekleyebiliriz. Doğru biçimlendirilmiş bir plan kendi masrafını fazlasıyla karşılayacaktır.

1

Uzun süreli hedeflerinizi belirleyin.

Tam olarak neyi başarmayı umut ediyoruz? Umutlarınızı elle tutulur ve “az ama öz” terimlerle tek tek bir kağıda yazın. Başarıya ulaşma şansınızı en üst boyutlara getirebilmek için odağınızı bir veya iki “en önemli” hedefe indirgeyin. Kaynaklarınız dahilinde daha fazla veya daha farklı hedeflere sonra yönelebilirsiniz.

2

Uzun vadeli hedeflerinize ulaşabilmek için kısa vadeli hedefler belirleyin.

Uzun süreli hedeflerimize ulaşma yolculuğumuzda basamak taşlarına ihtiyacımız olacaktır. Bunlar, bizleri uzun süreli hedeflerimizin varış noktasına ulaştıracak detaylandırılmış, açık ve belirgin, somut ve ölçülebilir daha küçük hedefler olmalıdır. Eğer bir hedefi “tamamlandı” olarak işaretleyemiyorsak ve hedef nicel değilse, hedefimiz yeteri kadar belirgin değil demektir.

3

Bütün engelleri tespit edin.

Uzun ve kısa vadeli hedeflerimizi belirledikten sonra, ulaşmayı hedeflediğimiz sonuçlarla aramızda duran engelleri ve kötü durumları gözden geçirmeliyiz. Olası problemlere karşı tetikte olursak, bu sorunlara potansiyel çözümler getirecek önlemleri alabiliriz.

4

Bir strateji oluşturun.

Uzun ve kısa vadeli hedeflerimizi belirledikten sonra, kısa süreli hedeflerimizin her birine ulaşmamıza yardımcı olacak belirgin görevlerin dahil edildiği bir plan yapmalıyız. Plana dahil edilecek görevleri saptayın. Her farklı adım için kimin sorumlu olacağını, o kişilerin işi ne zamana kadar bitirmesi gerektiğini, çalışma aşamalarını ve işin nasıl yapılması gerektiğini kararlaştırın. Sorumluluk almak, başarıya ulaşmada çok büyük bir önem taşır.

5

Tekrardan değerlendirme yapmaya zaman ayırın.

Önceden atılması gereken adımları attıktan sonra yaptıklarımız hakkında

düşünmek, doğru istikamette ilerlediğimizden, önceliklerimizi doğru belirlediğimizden, önemli bir şeyi gözden kaçırmadığımızdan ve uzun – kısa vadeli hedeflerimizin gerçekçi olduğundan emin olmak akıllıca olacaktır.

6

Planınızı belgeleyin.

Planımızı açık bir şekilde belgelendirmedikçe, yapılması gerekenler unutulacak, iş yarım kalacak ve en başından beri planla ilgili çektiğimiz sıkıntıları boş yere yaşamış olacağız. İyi belgelendirme devamlılık, sorumluluk ve gelişmeleri ölçmede çok önemli bir değere sahiptir.

7

Uygulayın.

Planlamalarda en çok karşılaşılan tehlike, planı hayata geçirememektir. İnsanlar çok iyi bir plana yatırım yaparlar, projeyi uygulamak için en iyi amaçlara sahiplerdir ama bir yerden bir işin çıkması, hayat meşguliyetleri derken projeyi uygulayamazlar.

8

Gelişmeleri takip edin.

Gelişmeleri düzenli aralıklarla kontrol edebilmek adına bir sistem geliştirin. İşlerin bitmesi gerektiği zamanda tamamlandığından ve kısa vadeli hedeflerinize ulaşmak için gelişme kaydettiğinizden emin olun. Eğer düzenli aralıklarla durup, “haritamızı” kontrol edip, nerede olduğumuzu görmezsek, bizi başarıya götürecek olan yolda ilerlemeye devam etmek biraz daha zorlaşacaktır.

9

Beklenilmeyen durumları göz önünde bulundurun.

Esnek olun. Olaylar nadiren bizim tam olarak hayal ettiğimiz şekilde gelişir. Gelişmelerimizi takip ederken, yeni faktörlere hazırlıklı olmalı, yeni durumlara ayak uydurmalıyız. Eğer ortaya, bir işin umulduğu gibi devam ettirilmesini imkansız hale getirecek bir durum çıkarsa, alternatifler aramaya başlayın. Eğer bir şeyler yolunda gitmiyorsa, değiştirin. Genel olarak planı takip edin ama planı değiştiremez ya da sabit hale getirmeyin.

10

Basit tutun.

Belirli bir hedefe ulaşmak için tahsis edilmiş zamana ve kaynaklara aşırı yük olacak eklentilere ve güçlülere karşı önleminizi alın. Hedefler genellikle planlamaların ilk boyutunda kolay görünür. Fakat ilerledikçe, ya bizim sürekli olarak yeni fikirler eklememizden ya da olayların düşündüğümüzden daha karmaşık bir hal almasından dolayı proje gereğinden fazla uzar. both.

11

Başarılarınızı kutlayın.

Proje boyunca katettiğiniz kilometre taşlarını kutlayın. Uzun süreli hedeflerinize ulaşıncaya kadar beklemeyin. Kısa süreli hedeflerin tamamlanmasını kutlamak, tatminkarlık ve heyecan uyandırır.

Bir başarı hikâyeniz mi var? Bu prensipleri denediniz ve işe mi yaradı? Mesajlarınızı bekliyoruz! Yazılarınızı motivated@motivatedmagazine.com adresine gönderebilirsiniz.



Kişisel Limitlerin Üstesinden Gelmek

Bir Başarı Hikâyesi

BJ Ghallagher tarafından anlatıldığı üzere




Çocukken dağınık, kıvrıkcık ve turuncu saçlı olduğu için ona "Kinko" lakabını taktılar. Fakat alışlagelmedik turuncu saçından ötürü kendisiyle alay edilmesi, onun yaşadığı problemlerin en küçüğüydü. Paul Orfalea, okuma yazma öğrenme güçlüğü (disleksi) ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (ADHD) sorunları ile boğuştu, 2. sınıfta sınıfı geçemedi, liseden sınıfın en kötüsü olarak mezun oldu ve üniversitede "C" ortalamasını zar zor tutturabildi. Yerinde oturma konusunda zorluklar yaşadı ve hemen hemen hiç okuyamıyor ve yazamıyordu. Hiç kimse onun "büyük ihtimalle başarılı olacağına" inanmadı.

Paul iş başvurularında bulundu ve 2 defa işe girmeyi başardı ama iki işinde de 1 günden fazla çalışamadı. "Sabah 8, akşam 5" klasik memuriyet işi için biçilmiş kaftan olmadığı açıktı. Farklı olduğunun ve

bir şekilde dünyada kendi yolunu çizmesi gerektiğinin farkındaydı.

Paul, 1970 yılında küçük bir üniversite kasabasında yaşarken, fotokopi makinesinde her zaman uzun kuyrukların olduğunu farketti. Kendi kendine "çok öğrenci ama az sayıda fotokopi makinesi" diye düşündü. Birisinden 5000 dolar ödünç aldı ve kampüs yakınlarında 9x12 çapında küçücük bir dükkanda kendi fotokopi işletmesini açtı. Dükkan içindeki alan o kadar küçüktü ki, fotokopi makinesini her gün dışarıdaki kaldırıma taşınması gerekiyordu. Dışarıda, ayakta çalışarak işlerini büyütürken, çantasında taşıdığı kurşun, dolma ve tükenmez kalemleri satıyordu.

İnsanlar Paul'a çıldırmış olduğunu söylediler ama bunu hayatı boyunca duyduğu için onları sadece duymazdan geldi. Fikrinin iyi bir fikir olduğunu biliyordu ve insanlar ne



söylerse söylesin, hedefini gerçekleştirecek kararlılığa, enerjiye ve azime sahipti.

Uzun saatler boyunca çok çalıştı ve 1 yıl içerisinde işini büyütecek kadar para kazandı. 10 yıl sonra, ülkenin her bölgesindeki üniversite kasabalarında toplam 80 Kinko Mağazası vardı. 1990 yılında, bu sayı katlanarak 420 mağazaya çıktı. 1997 yılında ise mağaza sayısı iki katına çıkarak 840'a ulaştı!

Ciddi öğrenme sorunları bulunan bu kıvrıkcık saçlı çocuk, sadece bir ihtiyacı görüp o ihtiyaca çözüm üreterek, kendine çok başarılı bir iş sektörü yarattı. Kendi sınırlarını anladı ve yapamadığı bütün işleri yapmaları

için yetenekli insanları işe aldı. Kendisi fikir adamıydı, planlarını uygulayabilmek için ise diğer insanları işe aldı.

Paul Orfalea, tutkunu olduğu konuları desteklemek amacıyla daha sonraları Orfalea Ailesi Vakfı'nı kurdu ve 2005 yılında öğrenme güçlükleri çeken insanlara ilham kaynağı olmak amacıyla başarılı bir kitabın ortak yazarı olarak kendi hikâyesini paylaştı. (Parlak bir fikri Amerikanın en iyi şirketlerinden biri haline getiren, hiperaktif ve okuma – yazma öğrenme güçlüğü çeken birisinden dersler)

Paul, son olarak 2004 yılında, Kinko'yu 2.4 Milyar Dolar karşılığında FedEx şirketine sattı. Çok iyi okuma yazma bilmeyen bir çocuğa göre hiç de fena değil... 🍷

Sonuçlar ve Güller

Edgar Guest

Güzel, küçük ya da çok büyük
Her yerinde çiçekler olan bir bahçe
İsteyen birisi, sırtını eğip küreklemeli
Yaratmak için o bahçeyi

Dileklerin elde edeceği şeyler
Dünyada çok az vardır
Değeri olan her şey için
Çalışmamız lazımdır

Hedefinizin ne olduğu önemli değil
İşte sırrı burada
Her hafta kazanmanız gerekir
Ulaşmak için güllere ya da sonuçlara

Everest Dağı Kanunu

Tek Başına Yapma!
John C. Maxwell

Zirveyi çıkmak için nelerin gerektiğini, sadece aşılması zor bir dağa tırmanmayı denemiş birisi bilir. 1920 ve 1952 yılları arasında, 32 yıl boyunca, Everest Dağı zirvesine yedi farklı büyük keşif denemesinde bulunuldu ve hepsi başarısızlıkla sonuçlandı. Nepal'in yüksek kesimlerinde doğmuş bir Şerpa (Tibetli) olan Tenzing Norgay, diğer yüksek dağlara yapılan tırmanışların yanı sıra, Everest'e yapılan yedi denemenin altısında da oradaydı. Saygıdeğer biri haline geldi ve birçok şey öğrendi. Öğrendiği en büyük ders hiç kimsenin tırmanmanın zorluğunu hafife almaması gerektiğiydi. İnsanların bu hatayı hayatlarıyla ödediklerini gördü.

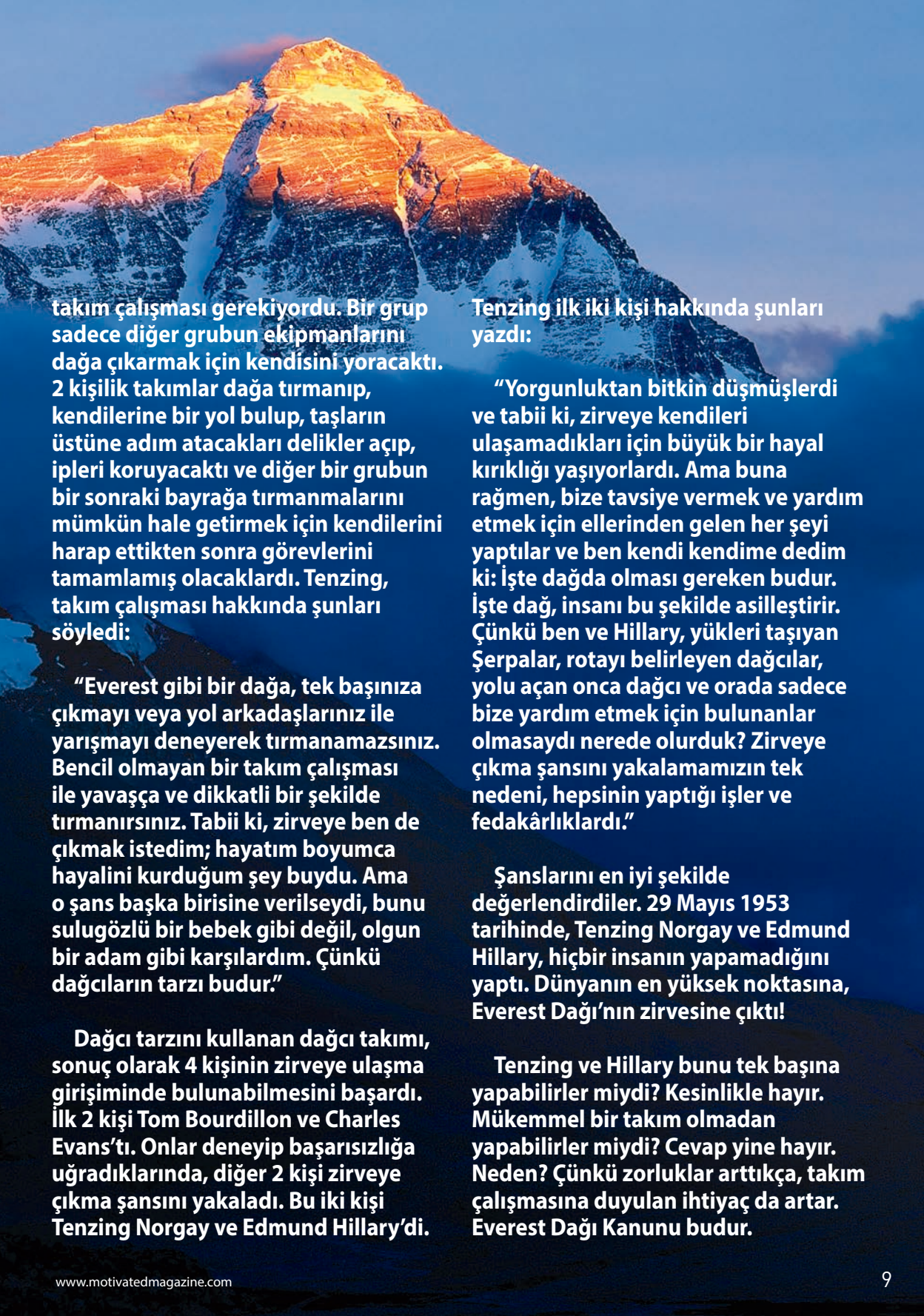
Norgay 1953 yılında, Colonel John Hunt liderliğindeki bir İngiliz grup ile Everest'e sefer düzenledi. Artık, sadece yüksek rakımlara ağır yükler taşıyan birisi olarak değil, ayrıca bir dağcı ve tam donanımlı bir keşif üyesi olarak da ona saygı duyuluyordu ve o zamanlarda Şerpa olan birisi için bu çok alışılmadık bir saygınlık değildi.

Tenzing, yolculukta gereken yükleri taşımaları için işe hamal alan, onları organize eden ve onlara öncülük yapan Şerpa lideri olarak, İngiliz grubun tırmanış başkanı olması için

tutulmuştu. Bu küçük bir iş değildi. Takım, Yeni Zelandalı Edmund Hillary de dahil olmak üzere, kamp alanından zirveye sadece 2 kişinin tırmanabilmesi umuduyla toplam 10 "yüksek rakım" dağcısı ile birlikte Everest'in eteklerine geldi. Bütün herkes için 2,5 ton ekipman ve yiyecek gerekiyordu. Bu gereçler dağa uçak veya kamyon ile taşınmıyordu. Gereçlerin, Nepal'in başkenti Katmandu'ya getirilip, oradan kadınların ve erkeklerin sırtında bir aşağı bir yukarı 290 km. boyunca, Himalaya Sıra Dağlarının ve nehirlerin üzerinden ip ve tahtadan yapılmış dar köprülerden geçirilerek, kamp alanına getirilmesi gerekiyordu. Tenzing'in gereçleri sadece dağın çevresine taşınması için 200 – 300 arası işçi tutması gerekiyordu.

Kamp alanından daha yükseklerdeki takımın ihtiyaç duyacağı gereçlerin ise dağcılıkta çok tecrübeli diğer 40 Şerpa tarafından dağa taşınması gerekiyordu. O 40 kişiden en iyi üçü ise, 340 kiloluk gereçleri 14 kiloluk yükler halinde dağın daha yüksek kesimlerine taşımaya devam edecekti. Sadece Tenzing ve diğer üç hamal zirvenin yakınlarındaki yüksek kamp bölgelerine gidecek güce ve yeteneğe sahipti.

Her bir seviye için daha büyük bir



takım çalışması gerekiyordu. Bir grup sadece diğer grubun ekipmanlarını dağa çıkarmak için kendisini yoracaktı. 2 kişilik takımlar dağa tırmanıp, kendilerine bir yol bulup, taşların üstüne adım atacakları delikler açıp, ipleri koruyacaktı ve diğer bir grubun bir sonraki bayrağa tırmanmalarını mümkün hale getirmek için kendilerini harap ettikten sonra görevlerini tamamlamış olacaktı. Tenzing, takım çalışması hakkında şunları söyledi:

“Everest gibi bir dağa, tek başınıza çıkmayı veya yol arkadaşlarınız ile yarışmayı deneyerek tırmanamazsınız. Bencil olmayan bir takım çalışması ile yavaşça ve dikkatli bir şekilde tırmanırsınız. Tabii ki, zirveye ben de çıkmak istedim; hayatım boyunca hayalini kurduğum şey buydu. Ama o şans başka birisine verilseydi, bunu sulugözlü bir bebek gibi değil, olgun bir adam gibi karşıladım. Çünkü dağcıların tarzı budur.”

Dağcı tarzını kullanan dağcı takımı, sonuç olarak 4 kişinin zirveye ulaşma girişiminde bulunabilmesini başardı. İlk 2 kişi Tom Bourdillon ve Charles Evans'tı. Onlar deneyip başarısızlığa uğradıklarında, diğer 2 kişi zirveye çıkma şansını yakaladı. Bu iki kişi Tenzing Norgay ve Edmund Hillary'di.

Tenzing ilk iki kişi hakkında şunları yazdı:

“Yorgunluktan bitkin düşmüşlerdi ve tabii ki, zirveye kendileri ulaşamadıkları için büyük bir hayal kırıklığı yaşıyorlardı. Ama buna rağmen, bize tavsiye vermek ve yardım etmek için ellerinden gelen her şeyi yaptılar ve ben kendi kendime dedim ki: İşte dağda olması gereken budur. İşte dağ, insanı bu şekilde asilleştirir. Çünkü ben ve Hillary, yükleri taşıyan Şerpalar, rotayı belirleyen dağcılar, yolu açan onca dağcı ve orada sadece bize yardım etmek için bulunanlar olmasaydı nerede olurduk? Zirveye çıkma şansını yakalamamızın tek nedeni, hepsinin yaptığı işler ve fedakârlıklardı.”

Şanslarını en iyi şekilde değerlendirdiler. 29 Mayıs 1953 tarihinde, Tenzing Norgay ve Edmund Hillary, hiçbir insanın yapamadığını yaptı. Dünyanın en yüksek noktasına, Everest Dağı'nın zirvesine çıktılar!

Tenzing ve Hillary bunu tek başına yapabilirler miydi? Kesinlikle hayır. Mükemmel bir takım olmadan yapabilirler miydi? Cevap yine hayır. Neden? Çünkü zorluklar arttıkça, takım çalışmasına duyulan ihtiyaç da artar. Everest Dağı Kanunu budur.



Kendine Güvenen Çocuklar

Alex Peterson'un eserinden uyarlanmıştır.

Çocuklarının gelişimlerinin her aşamasıyla ilgilenen ebeveynlerin, çocukların ileride dönüşecekleri kişi olma yolunda, kendini tanıma faktörünün oynadığı rolün önemini farketmeleri gerekir. Kendileri ile ilgili olumlu düşüncelere sahip olan çocukların başarılı olma ihtimali daha yüksektir.

Çocuklar, kendileri ve yetenekleriyle ilgili ilk yargılarını ev ortamında yaparlar. Aileler çocuklarının kendine güven duygusunu geliştirmek adına her gün farklı fırsatlar yakalayabilir. Kendine güven duygusu ise gelecekte çocukların ayakları yere sağlam basan, çok yönlü yetişkinlere dönüşmesine yardımcı olacaktır.

Problem Çözme

Anne babalar, ufak bir yönlendirmeye çocuklarının kendi problemlerini çözme konusunda ne kadar becerikli ve nitelikli olduklarını keşfettiklerinde, genellikle çok şaşırırlar. Bütün çocuklar problemlerle karşılaşır ve problemler çocukların gelişiminin önemli bir parçasıdır. Çocuklar bu gibi zorluklarla baş etmeyi öğrenerek, hayatta başarıyı yakalamak için önemli olan problem çözme becerilerini edinirler. Çocukların kendi problemlerini çözmeyi öğrenmelerine yardımcı olmak, sabır ve zaman gerektirir ama çocuklar büyüdüğünde, sorunları daha karmaşık bir hal aldığına ve riskli, sonucu ağır olabilecek durumlar ortaya çıktığında, bunun büyük yararlar sağlayacak akıllı bir yatırım olduğu görülecektir.

Ebeveynlerin eğilimlerinden biri problem çözmeye veya cevabı bulmada çok aceleci olmaktır. Bu yöntem o anki ihtiyacı anında karşılayabilir, fakat öğrenme aşamalarını sekteye uğratar. Bu durum şu atasözüne benzer: "Birisine bir balık verirsin, onu bir günlüğüne beslersin; birisine balık tutmayı öğretirsin, onu ömrü boyunca beslersin." Problem çözmeyi öğretmek, uzun vadede çocuklar için çözümler bulmaktan daha önemli ve daha yararlıdır. Çocukların problemleri ile baş etmelerine yardımcı olmak, onlara inandığınızı gösterir ve onların kendine güvenlerini ve özsaygılarını artırır.

Güvensizlik Problemi

Anne babalar çocuklarını ne kadar sevseler ve ihtiyaçlarını karşılamaya çalışsalar da, çocukların güvende olmadıklarını hissedeceği durumlar ortaya çıkacaktır ve güvensizlik duygusu genellikle davranış bozuklukları olarak yansıtacaktır.

Kötü davranışların düzeltilmesi gerekir, ama ebeveynler bu davranışa neyin sebep olduğunu anlamazlarsa, düzeltme eylemi yardımdan çok zararlı olabilir. Kötü davranış çocuğunuza iyi ya da eğlenceli görünen kötü bir fikir gibi, doğal bir çocuksal deneyin sonucu muydu? Yoksa ortama ayak uydurmayı, birisini etkilemeyi ya da yeni bir semte taşındıktan ya da okulunu değiştirdikten sonra yeni arkadaşlar kazanmayı denemenin, yani güvensizlik duygusunun bir sonucu muydu? Kötü davranışlar sadece bir göstergedir. Sadece düzeltme yapmak, yabani bir otun üst kısmını kesmek gibidir; yakın zamanda tekrardan çıkacaktır. Ailelerin problemin özüne inip, problemin altında yatan sebebi belirlemesi ve bunlar üzerinde çalışması gerekir.

Çocuğun yaşı ve olgunluk derecesine bağlı olarak, çocuğun kendi çözümlerine ulaşmasına, duruma problem çözme açısından yaklaşarak yardımcı olmayı deneyin. Olaylar sıcakı sıcakıyken, bunu yapmak kolay olmayabilir ama amacın çocuğu cezalandırmak değil, problemi düzeltmek olduğunu unutmayın. Problem ve çocuk arasında belirgin bir ayırım yaparak ve daha sonraları problemlili durumu bir öğrenme sürecine dönüştürmek için duruma çocuğu da dahil ederek, çocuğun kendine saygısını baltalamak yerine güçlendirmek mümkündür; imkânsız bir şekilde olumsuz gibi görünen durumlarda bile.

Karşılıklı Saygı Geliştirme

Karşılıklı saygı, aile – çocuk ilişkisindeki sevgi bağlarını güçlendirir. Ayrıca birliktelik, bağlılık ve minnettarlık duygusu yaratır.

Aile içerisindeki saygı; nezaketli, anlayışlı, düşünceli ve dinlemeye istekli olmayla, sevgi dolu sözcüklerle açığa çıkar ve bu iki yönlüdür; eğer çocuğunuzun size saygı duymasını istiyorsanız, siz onlara saygı gösterin.

Çocuğunuza saygı duyduğunuzu ona nasıl gösterebilirsiniz?

- Her çocuğa bir birey gibi davranarak
- Onların hislerine karşı hassas olarak ve kendinizi onların yerine koyarak
- Onları küçümsemeyerek veya bocaladıklarında alaycı bir dil kullanmayarak
- Bilerek onları utandırmayarak
- Onlara emir vermek yerine sorular sorarak ve tavsiyeler vererek
- Konuştuğlarında dikkatinizi onlara vererek, onları sonuna kadar dinleyerek ve kendi görüşlerinizi belirtmede çok aceleci davranmayarak
- Onlara gerçekte olduklarından biraz daha olgunlarmış gibi davranarak
- Fikirlerine ciddi değerlendirmeler yaparak ve fikirlerinin işe yaraması için onlara nasıl yardım edebileceğinizi düşünerek.

Olumlu Pekiştirme

Övgü çok kuvvetli bir motive edicidir. Çocuklar övgü ile gelişirler. Bir çocuğu iyi davranışından ötürü övmek, kötü davranışından dolayı azarlamaktan daha önemli ve daha yararlıdır.

Uyarının ve düzeltmenin gerekli olduğu zamanlar vardır, fakat problem durumları ortaya çıkmadan övgü ve diğer olumlu pekiştirme yöntemleri ile sorunları engellemeyi öğrenerek, çocuklarınızda kendine saygı duygusunu geliştirebilir ve kendinizi günün sonunda cesaretiniz daha az kırılmış, daha az bitkin ve usanmış olarak bulabilirsiniz. Bu “bir taşla iki kuş vurma” ebeveynliği stratejisidir.

Olumlu şeyler üzerine ne kadar odaklanırsanız, çocuğunuzun övmek için o kadar fazla neden bulur, kötü davranış problemleri ile o kadar az uğraşırınız. Övgü daha fazla övgüye öncülük edecek eylemleri teşvik eder.

Tutarlı, samimi ve yaratıcı olun ama inandırıcı olun. Örneğin, çocuğunuz korkunç sonuçları olan yeni bir şey yapmayı denerse, sonucu değil çabayı takdir edin. Ya da talihsiz girişimin asıl amacı sizin için yapmayı planladığı bir sürpriz ise, düşünceliliğini takdir edin. Her zaman olumluyu vurgulayın ve iyi olanı unutulmazlaştırın. 🍀

En Kararlıların Yolu

Size her zaman “yapılamaz” olduğunu söyleyenler olacaktır ama gelişme, tarih boyunca, her zaman “yapılabilir” olduğunu söyleyenler tarafından kaydedilmiştir.

– *Başarıya Götüren Deyimler*

En çok başarıyı yakalayan insanlar, problemlerle hiç karşılaşmadıkları için değil, herkes için bir çözüm olduğuna inandıkları için başarılı olurlar.

– *Başarıya Götüren Deyimler*

Tarihteki en mükemmel insanlar, hiç başarısız olmadıkları için değil, başarısızlıklarının onları durdurmasına izin vermedikleri için hatırlanırlar. Onlar başarıya ulaşana kadar devam ederler.

– *Başarıya Götüren Deyimler*

Hiç kimse kuştüyü yataкта uzanarak zafer elde edemez.

– *Yazarı Bilinmiyor*

Tek bir balta darbesi meşe ağacını deviremez ama çok balta darbesi devirir.

– *Spanish proverb*

Yaratıcı bir ruh için kararlılık gerekir.

– *Yazarı Bilinmiyor*

Başarı gömülü bir hazine gibidir: Sadece en çok inananlar ve azmedenler onu bulur.

– *Başarıya Götüren Deyimler*

Mağlubiyet, basitçe, denemeye devam etmeniz için bir işarettir.

– *Helen Keller*

İyi şanslar sözü amaca sıkı sıkıya sarılmanın diğer bir söyleniş tarzıdır.

– *Ralph Waldo Emerson*

Sabır ve azim her zorluğun üstesinden gelir.

– *Anonim*

Başarının kişinin hayatta ulaştığı konum ile değil üstesinden geldiği engellerle ölçülmesi gerekir.

– *B. T. Washington*

Kim sabrı takip ederse, başarı onu takip eder.

– *Yazarı Bilinmiyor*