

HİKAYELERİN İYİLEŞTİRİCİ GÜCÜ

Ümraniye RAM



Yaşadığımız bu zorlu süreçte çocuklarımızı korumanın, onlara bu süreci en iyi anlatmanın yollarından biri de **hikayeler** oldu.

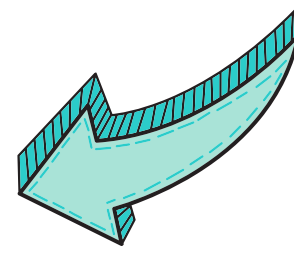
Tüm dünyada ve ülkemizde çocuklarımızı korumak, onlara bu süreci en iyi anlatmak için hikayeler yazıldı ve yazılmaya devam ediyor.

Onlara bu hikayeleri okurken ya da anlatırken hikayenin çocuğa katkısını bilmek, hikayeye hak ettiği değeri vermek anlamında anlamlı.



Hikayeler yetişkinlerle psikoterapide kullanıldığı gibi çocuklarla da kullanılabilir. Hikayelerin çocuklarla terapötik kullanımı üzerine pek çok yazar görüşlerini ortaya koymuştur. Bu yazarlardan Bettelheim (1991) hikayelerin çocukların;

- hayal gücünü harekete geçirdiğini,
 - duygularına netlik kazandırdığını,
 - zihni hareketlendirdiğini,
 - genç okuyuculara yaşamın stresleri, kaygılarıyla ve içsel çatışmalarıyla başa çıkmada mekanizmalar sunduğunu
- ileri sürmektedir.



Bettelheim (1991)'a göre tüm bunların başarılabilmesi; öykülerin çocukların endişe ve umutlarıyla bağlantılı olmasına bağlıdır. Bu yolla çocuklar kahraman ile özdeşim kurarak kendi zorlandıkları hususları fark edebilir, problemlerine dair çözüm yolları bulabilirler.



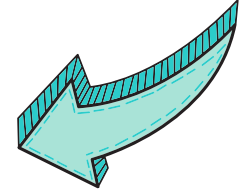
Çocuk hikayeyi dinlerken kendini kahramanlardan birine daha yakın hisseder ve olayları onun gözünden görür. Hikayedeki figürlerle kendini özdeşleştiren çocuğun problem hakkındaki **farkındalığı** artar.

İşte farkındalık iyileşmenin ilk basamağıdır. Uygun hikayeler yardımıyla;

‘korku, kaygı, özgüvensizlik, ölüm, boşanma, uyku ve tuvalet alışkanlığı’

gibi birçok tema işlenerek çocuk için somut hale getirilebilir.

Dinlediği öyküden zamansal ve mekânsal olarak ayrı oluşu, çocuğun anksiyete ile arasına bir mesafe koymasını sağlar. Bu mesafe ile çocuk, kaygıyı ve korkuyu kontrol edebilmeyi öğrenir.



Çizim: Teresa Ong

Katkılarından dolayı Uzm. Psk. Dan. Nurhan Ünder'e teşekkür ederiz.