



EGE CORTEX
Danışmanlık 

AİLELER İÇİN ÇOCUK DAVRANIŞLARI HAKKINDA BİLGİLENDİRİCİ KİTAPÇIK



ANNE-BABALAR İÇİN 1 ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMA KILAVUZU

- 1. Çocuğa kendine yetmeyi ve kendi kendini yönetmeyi öğretin. Özgür bir ortam hazırlayın ki, kendi ayakları üzerinde durmayı öğrensın.**
- 2. Çocuğa yaşına ve gelişim düzeyine uygun görev ve sorumluluklar verin. Başarması için onu destekleyin.**
- 3. Çocuğun seçim yapmasına izin verin.**
- 4. Bu konularda, çocuğun gösterdiği çabaya saygı duyun.**
- 5. Onu görev ve sorumluluğuyla baş başa bırakın.**
- 6. Onun adına düşünmek yerine, kendi başına düşünmesini sağlayın.**
- 7. Çocuğunuza sevildiğini, istendiğini ve sizin için önemli olduğunu hissettiriniz. Bilinçli sevgi ve sevecenliğin çocukları şımartabileceğini düşünmeyiniz.**
- 8. Çocuğunuza iyi davranın ve yumuşak bir sesle konuşun.**
- 9. Fizyolojik ve ruhsal gereksinimlerinin karşılanmasını geciktirmeyin.**



ANNE-BABALAR İÇİN 2

ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMA KILAVUZU

10. Çocuğa yaşamın ilk aylarında koyduğunuz yasaklamalar olabildiğince az olmalıdır. Bu ileriki yaşlarda sizin yöneliminize daha yatkın bir kişiliğe sahip olmasını sağlar.

11. Çocuğun sizlere yardımcı olmak ve bağımsız olarak bir iş yapmak için gösterdiği belirtilere dikkat ediniz. Onu bu girişimlere özendiriniz. Bu deneyimlerle elde ettiği yanlış sonuçları kırıcı bir biçimde eleştirmeyin yapıcı yönlendirmelerle girişim isteğini kırmadan konuşun.

12. Çocuğunuzun daha büyük ve önemli sorumluluklar almaya hazır ve istekli olduğu zamanları kollayın. Buna elverişli bir ortam hazırlayınız.

13. Gösterilen başarıyı ve harcanan çabayı övünüz. Çaba çocukta sorumluluk bilincinin geliştiğini gösterir. Belirli bir hatayı sürekli yapan çocuğa ceza vermektense yapacağı işi nasıl daha iyi yapabileceğini özendirin.



ANNE-BABALAR İÇİN 3 ÇOCUKLARA SORUMLULUK KAZANDIRMA KILAVUZU

14. Cezayı hiçbir zaman korku ve baskı aracı olarak kullanmayınız. Uyarmalar zaman zaman gereklidir.

15. Övgü ve beğenilerinizin içten gelen bir duygu olması çok önemlidir. Çocuklar yalancı övgüleri çabuk anlarlar.

16. Yapılmasını istediğiniz şeyler karşısında ödül vaat etmeyiniz. Bu bir rüşvettir ve yarardan çok zarar getirir.

17. Yanlış düzeltmenin önemli olduğu kuralını çocuğunuza benimsetin.

18. Kendisinden ne beklediğinizi çocuğunuza açık bir dille anlatın.



Sözel-Olumsuz Disiplin Yöntemleri

*Çocuğun davranışlarını kontrol etmek ve istediğini yaptırabilmek için **KIZMA, BAĞIRMA, AZARLAMA, TEHDİT, BEDDUA, SÖZLE HOR GÖRME, SEVGİYİ ESİRGEME** gibi yöntemlerdir.*

01 KIZMAK VE BAĞIRMAK:

Bağırarak **"Ben sana ayakkabılarınınla eve girme demedim mi?"** **"Ne laf anlamaz çocuksun!"** bu tür yaklaşımlar aslında aile bireyinin kızgınlığını boşaltmasını sağlar. Sık sık azarlanan çocuklar, bir süre sonra alışkanlık geliştirip bağırmalara aldırılmazlar. Bağırıldığı için, aile bireyini suçlar, ondan uzaklaşırlar.

02 TEHDİT ETMEK:

Olumsuz davranışı yapmaması için çocuk, gerçekten hoşlanmayacağı korktuğu bir şeyle tehdit edilir. **"Bir daha ellersen, ellerini kırarım!", "Geberteceğim!"** gibi tehditler, çocuk küçükken korkutucudur. Korku konusunda çok hassas olan çocuk bunları gerçek sanabilir. Ancak büyüdükçe sürekli kullanılan tehditlerin etkisi geçer, çocuk artık aldırmaz.

03 BEDDUA ETMEK:

"Allah belanı versin!", "Bana çektirdiklerinin cezasını bir bir göresin." Çocuk zamanla bunlara karşı aldırılmaz bir tavır takınır.



Sözel-Olumsuz Disiplin Yöntemleri

04 SÖZLE HOR GÖRMEK:

Çocuğu aşağılayıcı, küçük düşürücü, güvenini sarsıcı, kırıcı sözler sarf ederek istediğini yaptıрма. **"Gerizekalı, ne olacak!", "Karneye bak! Utan utan!"** Çocuğun kendine olan güvenini sarsıcı bir durum yaratır, zamanla çocuk **"gerizekalı, beceriksiz"** olduğuna inanır.

05 SEVGİYİ ESİRGEMEK:

Çocuk beklenen davranışlı göstermediği zaman, **"Seni artık sevmiyorum, git. Benim çocuğum değilsin.", "Git komşunun çocuğu ol."** Çocuk bu gibi söylenenlerin gerçek olduğuna inanır, kendini aile dışına itilmiş hisseder.

Sonuç olarak; aşırı bir dış kontrol ile bütün davranışları başkaları tarafından kontrol edilip düzenlenen çocuklar, hiçbir iç kontrol (öz denetim) geliştirme olanağı bulamadıklarından, ev dışı yaşamlarında, yani anne-baba kontrolü yokluğunda kendilerini kontrol etmekten acizdirler.

Bu çocukların ileriki yaşamlarında sorumsuz, kontrolsüz, aşırı davranışlarda bulunan veya başka birinin kontrolü altına kolaylıkla girebilen pasif, tepki göstermesini bilmeyen, her şeyi kabullenici kişilikler geliştirmesi muhtemeldir.



Olumsuz Davranışlara Cezasız Nasıl Engel Olabiliriz?

1

ÖNLEYİCİ AÇIKLAMA YAPMAK:

Evde konuşurken, anne/babanın beklentilerini davranıştan önce açıklaması. Bu açıklamalar öğüt veya nasihat verme şeklinde olmamalıdır. Davranış çığırından çıkmadan çocuğun durdurulması durumudur. Kesin bir dil ve kararlı bir ses tonuyla yapılmalıdır. Uzun söylev ve çocuğun suçunun sonuçlarını abartarak anlatmak etkisiz bir yoldur.

"Gece sütünü içtikten sonra beni bir daha çağırma olur mu?" "Sokağa çıktığımızda bir şeyin alınması için ağladığın zaman çok sinirleniyorum. O zaman seninle çıkmak artık keyif vermiyor."

2

ÇEVREYİ DEĞİŞTİRMEK:

Çocuğa kızmamak için önceden tedbir alma.

Çocuğun özellikle yemediği bir yemek varsa, bir müddet o yemek için zorlamamak veya değişik bir şekilde sunmak. Annenin/babanın kızının dolabına eşyalarını koyması için yazılı ikaz asması veya kazakları beraberce dolaba koymaları.



Olumsuz Davranışlara Cezasız Nasıl Engel Olabiliriz?

3

ÖRNEK OLMAK:

Anne/baba çocuğundan beklediği davranışlara önce kendi örnek olmalıdır.

"Ben sana küfür etme demedim mi? Geri zekalı." diyen anne veya baba herhalde pek inandırıcı olmaz.

4

ÇOCUĞUN İYİ ALIŞKANLIKLAR GELİŞTİRMESİNE YARDIMCI OLMAK:

Çocuklar kendilerinden beklenen davranışların neler olduğunu ve nasıl yapacaklarını büyük çoğunluklar bilmezler. "Odanı topla." Dediğimiz çocuk, küçük yaşta nasıl toplanacağını bilmez.

"Odan çok dağılmış, gel beraber toplayalım. Bak kitapları şu rafa kaldıralım, arabalarını da şu tarafa yerleştirelim. Şu köşe de kutulu oyunların yeri olsun." diyerek bir iki kere beraber yapmasına yardımcı olmak, çocuğa neyi nasıl yapacağını gösterir ve çocukta bir alışkanlık başlangıcı olur.



Sorun Olan Davranış Hakkında:

OLUMSUZ DAVRANIŞIN NEDENİNİ DÜŞÜNÜN:

Çocuk olumsuz davranıyorsa yaramazlıktan başka nedenleri de olabilir.

Yemek yemiyorsa nedenini düşünmeliyiz.

Belki çok yorgun, uykusuz veya bir hastalık başlangıcı olabilir. Çocuğun iştahı kesilmiştir veya bir derdi vardır; anneye kızgın ve mahsus yapıyor olabilir.

Aslında çocuklar laf olsun diye olumsuz davranmaz. İyice bakıldığı zaman bunun arkasında giderilmemiş bir ihtiyacı vardır. Onun nedenini düşünerek çocuğa yardımcı olmak, hem sorunu daha etkili bir şekilde halletmeye, hem de ebeveyn çocuk ilişkisini zedelemekten güzel bir düzeyde korumaya yardımcı olur.



Sorun Olan Davranış Hakkında:

ALTERNATİF SUNUN:

Olumsuz davranışın yerine yapabileceği olumlu bir davranışı göstermek. Yani, sadece "yapma" demek yerine neyi yapmasını beklediğimizi açıklamak veya seçim yapmasına yol göstermek olarak düşünülebilir.

Giysi dolaplarını karıştırıyorsa, oynayabileceği, giyerek eğleneceği birkaç eşya vermek ya da süpermarkette her şeyi elliyorsa satın almak istediğiniz eşyaları yiyecekleri ona gösterip onun sepete koymasına müsaade etmek gibi.



Çocuklarımıza öğüt vermek yerine davranışlarımızla örnek olmalıyız.

Çocuklar duyduklarını değil, gördüklerini öğrenirler ve uygularlar. Çocuklarımıza ceza vermeden önce dinlememiz; yersiz, haksız ya da aşırı cezalandırma olasılığını azaltır ve ebeveyn olarak bizlere düşünme süresi verir. Onların duygu, düşünce ve isteklerinden dolayı değil, davranışlarından ötürü cezalandırılması gerekir. Ayrıca çocuklarımızı öfkesinden ve olumsuz duygularını açığa vurduğundan ötürü ayıplamaktan kaçınmalıyız. Çocuklara ceza vererek yola getirmeye çalışmak etkili bir yöntem değildir. Böyle bir yöntem çocukları bir süreliğine de olsa, uysal, söz dinleyen, uyumlu, sorumlu çocuklar yapsa da belli bir zaman sonra etkisini yitirir. Önemli olan, çocuklarımızda öz denetimi (iç kontrol) geliştirebilmektir.





ÇOCUKLARLA İLETİŞİM KURARKEN SORU SORMAK HATALI MIDIR?

Tehdit etmeyen ve engellemeyen sorular açık uçlu olanlar olduğu için bu tarz sorular sorulmalıdır.

Örneğin;

"Onun hakkında konuşmak ister misin?"

"Bu konu hakkındaki duygun nedir?"

"Bu konu hakkında bazı düşüncelerin var mı?"

"Ne olup bittiği hakkındaki en iyi tahminlerin neler?"



AYRICA...

Yapılan araştırmalara göre; takıntılı düşünce ve davranışlara sahip çocukların annelerinin sıklıkla aşırı koruyucu, endişeli, normal aktiviteleri tehlikeli bularak sınırlayıcı tutum gösteren anneler olduğunu ortaya çıkmıştır. Babalar ise genellikle mesafeli, yoğun ya da uzak duan babalardır.

Çocuğunuzun tekrar eden davranış talepleriyle aşırı derecede meşgul olduğunuzda, farkında olmadan çocuğunuzun bu zorluğuna hizmet edebilirsiniz. Yani  ocuk tarafından yapılan istenmeyen davranışı, bütün ilginizi çocuğa vererek pekiştirmiş olursunuz.

Çocuğun bu problemini tamamen reddedip öfke gösterdiğinizde artan endişe, durumu kötüleştirir.

Çocuğunuz konusunda risk almayı öğrenin ve çocuğunuzun da risk alması konusunda onu cesaretlendirmeye çalışın. Bir birey olarak yetişmesi ve sorumluluklarını almasını istiyorsanız, teşvik  ocuk için önemli bir unsurdur.

Ev içindeki aşırı titizliklerinizin ve beklentilerinizin çocuğunuza nasıl yansıdığını gözden geçirin. Eğer bu titiz davranışlarınız çocuğunuzu etkiliyorsa, bu konu hakkında mutlaka  nlem alın.



DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

13

Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB); en az 6 ay boyunca gelişimsel düzeye uygun olmayan ve gündelik yaşamı olumsuz etkileyen **aşırı hareketlilik, dikkat eksikliği ve dürtüsellik** olarak isimlendirilmiş üç temel belirti kümesini içeren nörogelişimsel bir bozukluktur. DEHB çocukluk çağının iyi tanımlanmış ve en önemli psikiyatrik sorunlarının başında gelir.

Dünya Sağlık Örgütü ve Amerikan Psikiyatri Birliği başta olmak üzere tüm sağlık ile ilgili otorite kuruluşlar bu hastalığı tanımışlardır. Erken tanı ve tedaviden elde edilen sonuçlar oldukça yüz güldürücüdür. Bu nedenle sağlık ve eğitim alanında çalışanlar, çocuk ile ilgili tüm profesyoneller ve aileler tarafından bilinmesi gereken bir bozukluktur.

Günümüzde çoğumuzun hiperaktivite olarak işittiği bir klinik tablo aslında ilk olarak 1900'lü yılların başında tanımlanmıştır. Ancak son 30 yılda yapılan çok sayıda bilimsel çalışma, DEHB'nin biyoloji kökenli yapısal bir bozukluk olduğunu ortaya çıkarmıştır.

DEHB belirtileri genellikle 4-5 yaşlarında gözlenmeye başlanır. Ancak çocukta okul dönemi ile belirgin hale gelir. Ancak belirtilerin mutlaka 10 yaşından önce başlaması gerekir. DEHB'ye erkek çocuklarda kızlara oranla daha sık rastlanır. Erkek çocuklarda genellikle hiperaktivite ve dürtüsellik belirtileri, kız çocuklarında ise daha çok dikkat eksikliği belirtileri ön plandadır. DEHB her kültür ve toplumda görülen bir bozukluktur



Belirtileri

1. Dikkatsizlik:

- Çoğu zaman ayrıntılara özen göstermez; okul çalışmalarında, işlerinde ya da diğer etkinlikler sırasında dikkatsizce hatalar yapar.
- Çoğu kez, iş yaparken ya da oyun oynarken dikkatini sürdürmekte güçlük çeker.
- Çoğu kez, doğrudan kendisine konuşulurken dinlemiyormuş gibi görünür.
- Çoğu kez, verilen yönergeleri izleyemez ve okulda verilen görevleri, sıradan günlük işleri ya da işyeri sorumluluklarını tamamlayamaz (kendisinden isteneni anlamamaya bağlı değil).
- Çoğu kez, işleri ve etkinlikleri düzenlemekte güçlük çeker (dağınık ve düzensiz çalışır; zaman yönetimi kötüdür; zaman sınırlamalarına uyamaz).
- Çoğu kez, sürekli bir zihinsel çaba gerektiren işlerden kaçınır, bu tür işleri sevmez ya da bu tür işlere girmek istemez.
- Çoğu kez, işi ya da etkinlikleri için gerekli nesneleri kaybeder (örn. kalemler, kitaplar vs.).
- Çoğu kez, günlük etkinliklerinde unutkanıdır (örn. telefonla aramalara geri dönmede, randevularına uymakta vs.).



Belirtileri

2. Aşırı hareketlilik ve dürtüsellik:

- Çoğu kez, kıpırdanır; ellerini veya ayaklarını vurur ya da oturduğu yerde kıvranır.
- Çoğu kez, oturmasının beklendiği durumlarda oturduğu yerden kalkar (örn. sınıfta yerinden kalkar).
- Çoğu kez, uygunsuz ortamlarda, ortalıkta koşturur durur ya da bir yerlere tırmanır.
- Çoğu kez, boş zaman etkinliklerine sessiz bir biçimde katılamaz ya da sessiz bir biçimde oyun oynayamaz.
- Çoğu kez, “her an hareket halindedir ya da bir motor tarafından idare ediliyormuş” gibi davranır.
- Çoğu kez aşırı konuşur.
- Çoğu kez, sorulan soru tamamlanmadan yanıt verir.
- Çoğu kez sırasını bekleyemez.
- Çoğu kez, başkalarının sözünü keser ya da araya girer (örn. konuşmaların, oyunların ya da etkinliklerin arasına girer).

DEHB'Lİ BİR ÇOCUK YETİŞTİRİRKEN NORMALDEN DAHA FARKLI YAKLAŞIMLARIN BENİMSENMESİ GEREKİR. ÇOCUĞUN SEMPTOMLARINA GÖRE DEĞİŞEBİLEN YAKLAŞIMLAR ÖNE ÇIKSA DA ŞİMDİ VERECEĞİMİZ ÖNERİLER ÇOCUĞUN İSTENMEDİK DAVRANIŞLARININ ÖNÜNE GEÇMEDE VE KENDİSİNİ DAHA İYİ HİSSETMESİNDE YARDIMCI OLABİLİRLER.



DİKKAT EKSİKLİĞİ HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞUNDA; DAVRANIŞ DÜZENLEME BECERİLERİNİ İÇEREN YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLERDE BOZUKLUK VE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİ GÖRÜLMEKTEDİR. BU NEDENLE DEHB'Lİ ÇOCUKLARI OLAN EBEVEYNLERİN, ONLARIN İHTİYAÇLARINI KARŞILAYABİLECEĞİ BİR ORTAM HAZIRLAMALARI, BU ÇOCUKLARIN ÇEŞİTLİ ALANLARDA YAŞAYACAĞI SORUNLARLA BAŞ ETMELERİNDE KRİTİK BİR ÖNEME SAHİP OLACAKTIR.

1. Duygu Düzenleme:

Çocuğunuzun duygularını fark etmesine ve onları düzenlemesine yardımcı olabilirsiniz. Öncelikle çocuğunuzun duygularını kabul etmeli ve buna uygun yanıtlar vermelisiniz. Çocuğunuzun duygularını önemsememekten ya da cezalandırmaktan kaçının. Ayrıca ebeveynlerin de duygu düzenleme konusundaki performansının çocuğa yansıdığını unutmayın.



2. Eylemlerinin Sonuçlarını Gösterin:

Çocuğunuz dürtüsel davranışlarının çevresi tarafından neden olumsuz olarak karşılandığını anlamakta güçlük çekebilir. DEHB’li çocuklar neden ve sonuç ilişkisini kavramakta zorlandıkları için bu durumu adaletsizlik olarak görebilme ihtimalleri de yüksektir. Bu nedenle çocuğunuza eylemlerinin bir sonucu olduğunu göstererek onların davranışları hakkında düşünmelerine ve onları gözden geçirmesine yardımcı olabilirsiniz.



3. Tutarlı ve Açık Kurallar Belirleyin:

Çocuğunuzun anlayabileceği ve uygulayabileceği tutarlı kurallar belirleyin. Davranışı bir gün reddedip diğer gün izin vermek çocuğunuzun gelişimi için zararlıdır.

Bu çocuklar davranışları sebebiyle sıklıkla şikayet edilmekte ve sınırlı olarak onaylanmaktadırlar. **Bu nedenle çocuğunuzun istendik davranışlarını mutlaka pekiştirin.** Bu bir övgü, başını sevmek, olumlu bir yorum ya da sadece bir gülümse olabilir.

Esneklik payı bırakmayı unutmayın



İstendik davranışları ödüllendirirken istenmeyen davranışta çok katı olmamaya çalışın. DEHB'li bir çocuğun öğrenirken hata yapması diğer çocuklara göre daha olasıdır. Olumsuz bir davranışta bulunması halinde ne olacağını açıklayıp bu davranışa alternatif ne olabileceğini düşünmesini sağlayabilirsiniz.



3. Rutin Oluşturmak Önemli:

DEHB'li çocukların bir düzeni olması ve neyi ne zaman yapacağını bilmesi onların görevlerdeki başarılarını arttırmaktadır. Bu nedenle çocuğunuzun da görebilmesi için masaya ya da duvara bir takvim asabilir ve her aktivite için birlikte plan oluşturabilirsiniz. Her şeyin bir yeri ve zamanı olduğunu bilmesi önemlidir.

Örneğin; sabah kalkma saati, yemek saatleri, ev ödevlerinin yapılacağı zaman dilimlerini belirleyin. Mümkün olduğunca düzenli olmaya çalışın.

Boş zamanlardan kaçının!

Çok fazla boş zaman bırakmak DEHB semptomlarını arttırabildiği için çocuğunuzu çok bunaltmadan yoğun tutmaya çalışın. Evdeyken yemek hazırlamaya yardımcı olmasına izin verebilir ya da enerjisini atmasına yardımcı olacak fiziksel aktivitelere yönlendirebilirsiniz.



4. Doğa Saatleri:

Çocuğunuzla doğada vakit geçirmeye özen gösterin. Doğal ve yeşil dış ortamlarda yürüyüş yapmanın DEHB semptomlarına iyi geldiği; dikkati arttırdığına yönelik bulgular mevcuttur.

5. Kaliteli Uykunun Önemi:

DEHB'li çocuklar aşırı uyarıldıkları için uykuya dalmakta zorluk çekebilirler ancak uykusuzluk herkes gibi DEHB'li çocuklarda da ciddi dikkat problemlerine neden olabilmektedir. Bu nedenle çocuğunuzun **uyku hijyenine özen göstermelisiniz.**

Düzenli yatma saatleri belirleyebilir, akşamları yansıttığı mavi ışık sebebiyle melatoninin salınmasını yavaşlatan bilgisayar ve televizyondan kullanımından uzak tutabilir ve gün içinde çocuğunuzun enerjisini atmasına izin verecek egzersizler yapmasını sağlayabilirsiniz. Ayrıca iyi bir uyku için çocuğunuzun gün içerisinde yeterli miktarda gün ışığına maruz kalması da önemlidir.



6. Sosyalleşmesine Yardımcı Olun:

DEHB'li çocuklar sık sık duygularını düzenlemekte sorunlar yaşayabilir, karşısındakinin sözünü kesebilir ve bağlama uygun olmayan şekillerde (örneğin, bağırarak konuşabilirler ya da ortada bir sebep yokken gülebilirler) iletişim kurabilmektedirler. Bu tür davranışlar ise DEHB'li çocukların sosyal etkileşimler kurmasını zorlaştırmaktadır. Çocuğunuzun sosyal becerilerini geliştirmesine ve sosyal ipuçlarını okumasına yardımcı olabilirsiniz.



Sosyal senaryolar oluşturabilir ve rol canlandırmaları yapabilirsiniz. Böylece çeşitli durumlarda nasıl davranılacağına ilişkin çocuğunuzun pratik yapmasını sağlarsınız.

Çocuğunuzun karşılaştığı zorluklar ve bunların nasıl üstesinden gelebileceği hakkında konuşun.



KENDİNİZİ DE UNUTMAYIN!

Ebeveynler, çocuğun en çok etkilendiği rol modellerdir. Bu nedenle çocuğunuzun iyi bir modeli benimsemesi için kendinize de dikkat etmeniz gerektiğini unutmayın.

Sabrinız artık tükenme noktasına geldiyse birilerinden destek isteyin ve yardım aramaktan çekinmeyin. Çocuğunuzun öğretmenleri, terapistleri ya da sizinle benzer durumları yaşayan kişiler ile görüşebilirsiniz.

Kendi bakımınızı ihmal etmeyin! Siz kendinizi iyi hissetmezken maalesef çocuğunuza da iyi bir model olamazsınız. Bu nedenle size iyi gelebilecek aktiviteleri arayıp bulun ve kendinize de zaman ayırmaya özen gösterin. Egzersiz yapabilir veya farklı hobilerle ilgilenebilirsiniz.

Son olarak...

Bazen öfkelenmeniz de onun karşılaştığı zorlukları kabul ederek ona rehberlik etmeyi sürdürün ve her koşulda sevginizi göstermeye devam edin.

