

Eğitici Ninniler

Uzm. Psikolojik Danışman
Mehmet Akif AYDIN





Mehmet Akif AYDIN

Uzman Psikolojik Danuşman

İstanbul Üniversitesi, Hasan Âli Yücel Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danuşmanlık bölümünü bitirmiştir. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uygulamalı Psikoloji bölümünden yüksek lisans derecesini almıştır. Bitirme tezi konusu Çocukluk Çağı Depresyonudur. Bütüncül Psikoterapi, Hipnoz, Kişilik Psikoterapisi, Fobiler, Kaygı Bozuklukları, Travma ve Yas Terapisi eğitimlerini tamamlamıştır. Çeşitli illerde sertifikalı Ana Baba Okullarını yürütmüştür. Çocuk ve Ergen Psikolojisi ile Yetişkinlerde Kişilik Sorunları konularında uzmanlaşmıştır. Evli ve bir çocuk babasıdır.

Verdiği Çeşitli Seminerler

Evlilik Öncesi Süreçte Sağlıklı Çift İlişkileri
Ana Baba Tutumlarına Göre Çocuğun Kişilik Gelişimi
Eşler Arası Sağlıklı İletişim
Ergenlik Çağı Özellikleri ve Ebeveyn Ergen İletişimi
Temel İletişim Becerileri ve Çatışma Çözme Yöntemleri
Alan ve Meslek Seçiminde Altın Kurallar
Zekâ Alanını Keşfetme: Çoklu Zekâ Yöntemi
Ana-Baba Okulu Paket Programı (Çeşitli özel kurum ve kuruluşlarda, sporculara sunulmuştur)
Üniversite Sonrası Kariyer (Üniversite öğrencilerine)
Yeni Yüzyıl Liderinin Özellikleri ve Beden Dili
Hedefe Doğru SBS (İlköğretim öğrencileri)
Çocuğumuzun Altın Yılları (Okulöncesi öğretmenleri ve anne babalara)

*Kişilik Gelişiminde Anne Babanın Rolü
Çocuklarda Korkular ve Travma İle Baş Etme Yöntemleri
Başarıya Motivasyonel Adım
İş Dünyasında Etkili Personel İletişimi*

İletişim İçin: info@mehmetakifaydin.com.tr

Resmi web sitesi: www.mehmetakifaydin.com.tr

Twitter: [aydinpsikolog](https://twitter.com/aydinpsikolog)

Facebook: [psikolojikdanismanmehmetakifaydin](https://www.facebook.com/psikolojikdanismanmehmetakifaydin)

*Anneme & Kayınvalideme
Sabır kahramanı sevgili eşime
Sevgili kızım Rûmeysa'ya*

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	9
BAŞLARKEN...	11
NİÇİN EĞİTİCİ NİNNİ?	16

I- BÖLÜM

DANDİNİ DANDİNİ DASTANA

İNCİLİ BEBEK EFSANESİ	32
---------------------------------	----

II. BÖLÜM

EĞİTİCİ NİNNİLER

1- AZİM VE ÇALIŞKANLIK	53
NEDEN AZİM VE ÇALIŞMAK	54
2- CESARET VE GAYRET	56
NEDEN CESARET VE GAYRET	57
3- SAYGI VE HOŞGÖRÜ	58
NEDEN SAYGI VE HOŞGÖRÜ	59
4- SABIR VE ÖFKESİNE HÜKMETME	61
NEDEN SABIR VE ÖFKESİNE HÜKMETME	61
5- SEVGİ	63
NEDEN SEVGİ	63
6- TEBESSÜM	65
NEDEN TEBESSÜM	65
7- ÜRETKENLİK	67
NEDEN ÜRETKENLİK	68
8- DOĞRUDA KARARLILIK	69
NEDEN DOĞRUDA KARARLILIK	70
9- ANNE SEVGİSİ	71
NEDEN ANNE SEVGİSİ	72
10- BABA SEVGİSİ	73
NEDEN BABA SEVGİSİ	74
11- NEZAKET	75
NEDEN NEZAKET	76
12- YARDIMLAŞMA VE ŞEFKAT	77
NEDEN YARDIMLAŞMA VE ŞEFKAT	78
KAYNAKÇA	80

Teşekkür

Bu kitabın oluşmasında bana ilham veren Dr. Şaban Kızıldağ'a, değerli fikirlerini benimle paylaşan Muslim ve Sümevra Terzi'ye, Ahmet Savaş Tüfekçi, Cihan Tüfekçi, Halil Yayla ve ailelerine, müziğinin demosunu çekmemizi sağlayan ve bu yolda bize rehberlik eden değerli sanatçı Mehmet Akman'a, eğitici ninnilerin profesyonel aranjisi için yaptığı rehberlik ve verdiği cesaret konusunda değerli sanatçı ve aranjör Gündoğar Bey'e, besteleri büyük bir titizlikle notalara döken ve profesyonel aranjörlüğü ile kitaba renk katan sevgili kardeşim Serdar Hızal'a, sesinin güzelliği ile ninnileri okuyan sevgili Fatmagül Erdinç'e...

Beni dünyaya getirerek, verdikleri maddi manevi eğitimlerle ve destekleriyle hayatımda önemli izleri olan sevgili aneme ve babama,

Girdiğim bu yolda beni destekleyen, teşvik eden sevgili kayınpederim ve kayınvalideme,

Ve...

Bana en başından bu yana destek veren, moralimi yükselten, verdiği motivasyonla beni cesaretlendiren, çalışmalarımı sabırla dinleyen, iki cihan hayat arkadaşım ve sevgili kızımın annesi Merve Aydın'a sonsuz teşekkürler...

Başlarken...

Her şey bir seminerle başladı...

2006 senesinde bir okulun konferans salonu...

Bütün dinleyiciler sabırsızlıkla konuşmacıyı bekliyor.

Ve içeri orta boylu, kıvrıkcık saçlı, kalın karakaşlı, gür bıyıklı bir konuşmacı giriyor ve başlıyor...

Kısa ama çok hareketli ve latifeli bir girişten sonra kendini tanıtıyor; “Ben Dr. Şaban Kızıldağ...”

İyi bir konuşmacı anlatmak istediği bir konuyu dinleyenlere tam verebilmek adına, başlarken gerekli motivasyonu sağlar ve izleyenlerin dikkatini o âna yoğunlaştırır. Ben de -kendi lâtifesi olduğu için affına sığınarak kullanacağım- “kaportası Urfa, dili İstanbul” olan bu beyefendiye kulak kabartıyor ve söyleyeceklerini dikkatle takip ediyorum. Konuşmasının bir bölümünde, bize motivasyon ve büyük hedef aşılması gereken ebeveynlerimizin bilerek yahut bilmeyerek motive kırıcı, hedef küçültücü davranışlar sergileyebildiğini kendine has üslubuyla anlattı. Şöyle demişti orada; bazı toplumlar çocuklarına “Oğlum büyük adam olacak, büyük düşünecek, uçaklara binecek, uzaylara çıkacak, ee ee bebeğim” diye ninni okurken, bizdeki ninniler; “Dandini dandini dastana, danalar girmiş bostana, kov bostancı danayı, yemesin lahanayı” şeklindedir. Sonra da o hoş şakacı

üslupla “Dana yese ne olur, yemese ne olur, altı üstü lahana” demişti. Evet, birkaç nesil dana peşinde koşturmuştuk, biraz yorulduk bu koşturmadan. Artık farklı erdemlerin peşinde koşturma zamanının çoktan gelip geçtiğinin ve bir bebeğin ilk yıllarından itibaren bu erdemlerin temelini kazandırılması gerektiğinin bilincindeyiz.

Şaban Kızıldağ Bey’in anlattığı hem çok ilginç hem çok manidardı. Bu gerçekten böyle miydi? Eğer böyle ise bizim neden ninnilerimiz çocuklarımıza yüksek idealler ve hedefler vermezdi? Bu konunun önemli ve çalışmaya değer bir alan olduğuna inanarak beş yıldır çeşitli düşünce ve çalışmalarla pişirdiğim bu eserin ilham kaynağı, minnetle andığım Dr. Şaban Kızıldağ oldu...

Bir ön çalışma yaparak ninnilerle ilgili yazılmış kitapları karıştırarak incelediğim dört bine yakın ninni bu durumun doğruluğunu ispatlıyordu. Hiç şüphesiz bütün ninnilerimiz bu şekilde değildi. Ancak üzülererek belirtmeliyim ki bebeğimize olumlu telkin veren ninniler olumsuz telkin veren ninnilere oranla azınlıkta kalıyordu. Var olan güzel telkinli ninniler ise muhtemelen kendi yöresinde kalmış veya unutulmuştu. Kitabın birinci bölümünde bununla ilgili çeşitli örnekler okuyacaksınız...

Dünyanın birçok kültüründe ninniler mevcuttur. Yabancı kaynaklardan alınan ninniler kısmen bizim ninnilerimize benzese de genel olarak bebeğe telkin edilen şey; “*Annen yanında, rahat rahat uyu, emin yerdesin, her şey düzen içindedir.*” İfadeleridir. (Çelebioğlu, Türk Ninniler Hazinesi, 1982) Zaten ninni söylemede esas maksat çocuğun rahat ve huzurlu bir uykuya dalması değil midir?

Bu kitabın oluşmasına ilham veren ikinci kaynak Dr. Emoto Masuro'nun, yapmış olduğu "Su Kristalleri Deneyi"nden elde ettiği ilginç sonuçlardır. Kısaca bu deneyden bahsedecek olursak Dr. Masuro ve arkadaşları çeşitli su kaynaklarından aldıkları suların bir kısmına güzel sözler, bir kısmına çirkin sözler söyleyerek suyu -20° derecede dondurup daha sonra -2° seviyesine getirmiş, daha sonra elektro mikroskop aletleriyle suyun kristallerini inceleyip kayıt altına almışlar. Gördükleri manzara karşısında adeta şok olmuşlardır. Güzel sözler söylenmiş suların oluşturduğu kristaller çok güzel, simetrik ve ahenkli şekiller oluştururken, kötü sözler söylenen sular bulanıklı, dağılmış ve kötü bir görünüm arz etmiştir. Sonuç çok şaşırtıcı fakat bir o kadar ilginçtir. Daha sonra bu çalışmalarını genişleten Dr. Masuro suyu farklı etkilere maruz tutarak incelemiş ve fotoğraflamıştır. Bazen suya klasik müzik dinletmiş, bazen heavy metal, bazen bir din adamına dua ettirmiş bazen ilahi okutturmuştur. Suya güzel sözler söylendiğinde su kristalleri simetrik ve hoş bir desen olarak fotoğraflanırken, kötü sözler söylendikten sonra elde edilen fotoğraflar ise dağılmış, rengi bulanmış ve herhangi bir desen oluşturmamıştır. Bununla yetinmeyen Dr. Masuro suya güzel ve çirkin resimler göstererek de incelemiş ve sonuçlar paralel çıkmıştır. Arzu ederseniz bu deneye benzer bir çalışmayı çocuklarınızla siz de bir aile etkinliği olarak yapabilirsiniz. Örneğin iki kavanoz alın ve içine ıslatılarak şişirilmiş nohut koyun ve her gün kapaklarını açarak birine kötü sözler, diğerine iyi sözler söyleyin. Aradaki farkı hafta hafta çok net göreceksiniz. Kötü sözler söylenen kavanozda bulunan nohutlar iyi sözler söylenen nohutlara göre daha çabuk bozulacaktır. (Emoto, Suyun Gizli Mesajı, 2004)

Dr. Masuro ve arkadaşlarının yapmış oldukları bu deneyden elde edilen bulgu suyun olumlu ya da olumsuz dış etkiye açık olduğudur. Ancak buradan ulaşılabilecek en önemli sonuçlardan biri insan bedeninin yaklaşık olarak %70'inin sudan oluştuğu ve bu etkilere maruz kalabilen suyun, insanın fiziksel ve ruhsal sağlığını da ciddi anlamda etkileyebileceğidir. Bu zaten anlaşılabilir bir durumdur. İsterseniz deneyelim. “Kızım su getir” ifadesi ile “ Tatlı kızım bana su getirir misin?” hitabı karşısında bir çocuk hangisini severek, hangisini zoraki yapacaktır? Yahut “Senden bir şey olmaz” ifadesi ile “Azmedersen çok şey başarabilirsin” ifadesinden hangisi bizi daha çok mutlu eder ve geleceğe dair motive eder? (Emoto, a.g.e 2004)

Bu kitabın oluşmasında üçüncü büyük etki, Bütüncül Psikoterapi Eğitimi aldığım sırada Psikiyatri uzmanı Dr. Tahir Özakkaş hocamın hipnoz ve hipnoterapi konusundaki çalışmalarıyla tanışmam olmuştur. Hipnoza alınan kişiye verilen olumlu telkinlerde kişi gevşemekte ve kendini daha rahat hissetmektedir. Aynı zamanda hipnozdan çıkan kişi problem alanının derinliğine göre aldığı olumlu telkinler vasıtasıyla olumlu davranışlar sergilemektedir. Söz gelimi ders çalışma konusunda motivasyon eksikliği yaşayan bir çocuğa hipnoz altında ‘derslerin ve ders çalışmanın güzel ve hoş bir eylem olduğu, her ders çalışmanın akabinde görevini yerine getirmiş olmanın mutluluk ve huzurunu’ duyacağı şeklinde olumlu telkinler verilerek, ders çalışmada yaşanan motivasyon sorunu aşılabilmektedir. (Özakkaş, Bütüncül Psikoterapi, 2009) Ninniler de yapısı itibariyle bilinçaltını olumlu besleyen bir nevi hipnotik telkin olarak kullanılabilir.

Afrika'da yaşıyan bazı kabileler bir bebek dünyaya geldiğinde ve bir yaşını doldurduğunda ona tören hazırlarlar. Onun için toplanan kabile büyükleri ona bir şarkı bestelerler. Bu şarkının içinde onu ümitlendiren, gayrete sevk eden, kısacası olumlu duygular barındıran sözler mevcuttur. Bu şarkı annesi tarafından bebeğe sürekli okunur. Yıllar sonra büyüyüp yetişkinliğe adım atan bu insan herhangi bir olaydan ötürü iç sıkıntısı yaşadığında, ümitsizliğe kapıldığında bu şarkı ona yakın çevresi tarafından okunur. Ümitsizliğe kapılan o insan yeniden kendine gelir ve pozitif bir enerjiyle sorunlarını aşmaya çalışır.

Bebek dünyaya ilk geldiği andan itibaren annesi ile iletişim halindedir. Sağ beyni henüz yeni gelişmekte olan, sol beyin lobu ise daha sonra gelişecek olan bebeğin, anne ile girdiği olumlu ve olumsuz iletişimler daha sonraki kişilik ve kendilik yapısını etkilemektedir. Anne memesini sevgi ve minnetle sunuyorsa, gözleriyle onu çok sevdiğini belli ediyorsa, onu olduğu gibi kabul ediyor, bedensel teması esirgemiyorsa bu bebek annesine olumlu bir bağlanma gerçekleştirecek ve değerli olma duygusunun ilk çekirdeğini oluşturacaktır. Bebeğini olduğu gibi kabullenmeyen, ihtiyaçlarının farkında olmayan, ilgisiz bir anne ise bebekte olumsuz bir bağlanma gerçekleştirir. Bebeğin “Temel Güven Duygusu” oluşmamış olur. Temel güven duygusu oluşmuş bir çocuk hayata daha anlamlı bakacak ve çevresine (işine, arkadaşına, eşine vb.) güvenli bir şekilde bağlanacaktır. Başkalarına aşırı bağımlı olarak yaşamak yerine kendi iradesiyle özerk davranışlarını şekillendirecek ve aldığı kararlardan memnuniyet duyacaktır. Temel güven duygusu oluşmamışsa çocuk her davranış karşısında annesine babasına yönelecek ve na-

sıl davranması gerektiği konusunda hep ebeveynini referans alacaktır. Onlara bağımlı olacak, okulunu, alanını, mesleğini, işini ve hatta kimi zaman eşini seçerken bile kendi iradesini kullanmak yerine çevresinin istekleri doğrultusunda hareket edecektir. Kendi iradesiyle bir eylem yapmaya kalktığı sırada ise içinde suçluluk duygusu hissederek yaptığı faaliyetten zevk alamayacaktır. Bir kadın danışanımın bana ifade ettiği şu cümle çok anlamlıydı: “*Ben eşimle nişanlıyken bile hâlâ ayakkabısını annesi bağlıyordu .*” Çünkü anne, oğlunun bağımsız hareket etmesine, kendi işini kendisinin görmesine fırsat vermiyordu.

Ninniler ilk bebeklik çağlarından itibaren daha çok anneler yahut bakıcılar tarafından uyutmada kullanılan en etkili araçlardan biridir. Anne yahut bakıcı, bebeği uyutmak için salladıklarında ona söyleyecekleri sözlerin anlamı çok önemlidir. Ninninin içinde sevgi, saygı, kardeşlik ve büyük hedef veren ifadeler varsa bunu söyleyen annede de olumlu duygular oluşacak ve bu duygu iki dünya arasında (anne ve bebeğin dünyası) salınıp gidecektir. Olumsuz telkin içeren ifadelerin var olduğu ninniler ise anneye olumsuz bir duygu katacak ve bu duygu bebeğe aktarılacaktır. Çocuk psikolojisi ve sağlıklı ebeveyn konusunda ülkemizde büyük emekler vermiş olan Prof. Dr. Haluk Yavuzer’ e göre ebeveynin ruh hali bebeğin ruh halini olumlu ya da olumsuz etkileyebilir. Her bebeğin, ebeveyninin ruh halini anlayabildiğini ve buna bağlı olarak da huzursuzluk yaşayabildiğini, dolayısıyla sınırlı hareketlerden, tavırlardan veya seslerden kaçınmak gerektiğini anlatmaktadır. Çocuk psikolojisinde müziğin ve ritmin çok önemli olduğunu, çocuğa aktif dinlemeyi ve duymayı öğrettiğini, ona bir sevinç kaynağı olduğunu, hayal gücünü

besleyip üretken düşünmeye elverişli bir zemin hazırladığını belirtmektedir. Şarkı, ninni söylenen çocuğun konuşma ritmini daha iyi anladığını, şarkılı ritimli oyunlara katılmış olan çocukların diğerlerine göre daha çabuk ve kolay konuştuklarını, dolayısıyla ebeveynlerin bu durumu önemsemeleri gerektiğini tavsiye etmektedir. (Yavuzer, Çocuk Psikolojisi, 2001) Prof. Dr. Adnan Kulaksızoğlu da bu konuya değinerek çocuklara verilebilecek iyi bir müzik kültürünün onun toplumsal kurallara uymasını da kolaylaştıracağını, art arda gelen melodi ve ritimlerin düzenliliği ve çocuğun bunu duymasının, onda bir iç disiplin geliştireceğini belirtmiştir. (Kulaksızoğlu, Ergenlik Psikolojisi, 2001)

Niçin Eğitici Ninni?

Ninni ne işe yarar? Ninni sadece uykuya dalmayı kolaylaştıran bir olgu mudur?

Ninni bebeğin annesiyle birebir zaman geçirdiği ve annenin bedensel sıcaklığını hissettiği, göz göze, beden bedene ve en önemlisi gönülden gönüle oluşan önemli bir iletişim kaynağıdır. İlk yıllarında özerk davranışlarıyla annesinden tam ayrışmamış bebeğin temel güven duygusuna destek veren çok ciddi bir paylaşımdır. Annenin bebeğine söylediği ninniler, dil gelişimine, kelime kaynağının zenginliği ile de akademik ve duygusal zekâsının gelişimine olumlu katkılar yapar. **Akademik zekâ** bilindiği üzere bir olayı yahut olguyu kavrama, analiz ve sentez (yani bir olayı tahlil edebilme, ayrıştırarak inceleyebilme ve bir ya da birkaç bilgiyi birleştirerek bir sonuca varabilme gücü) yapabilme becerileridir. **Duygusal zekâ** ise kişinin kendi duygularının farkında olma-

sı, onları tanıyabilmesi, kelimelerle tanımlayabilmesi ve karşısındaki insanın da hangi duyguyu yaşadığı hakkında farkındalık geliştirebilmesidir. Sakin, dinlendirici bir müzikle verilen telkinler beynin sadece anlama ve kavrama alanlarını değil duyguları yöneten alanı da çalıştırdığından kişinin olaylara bakış açısı, sorunların çözümü konusunda yetkinlik kazandırmaktadır.

Bir aile danışmanına 35 yıllık eşi ile artık anlaşamadığını ve ayrılma noktasına geldiklerini aktaran bir danışana, icra ettiği herhangi bir hobisinin olup olmadığı sorulmuştur. Danışan evlenmeden önce gitar çaldığını söyleyince aile danışmanı neden şu an gitar çalmadığını sorar. Ona diğer odada bulunan bir gitar getirir ve çalmasını ister. Önce bu becerisinin artık zayıflamış olabileceğini söyleyen danışan, biraz teşvikle gitar çalmaya başlar. Birkaç hafta sonra bu danışan tekrar aile danışmanına gelir ve ona şu anlamlı sözü söyler: “Size gelmeden önce 35 yıllık eşimden ayrılmayı düşünüyordum. Ancak gitar çalmaya başladığımdan beri eşime daha farklı bir gözle bakmaya başladım. Aramızdaki olumlu duygular yeniden canlandı. Ona yeniden âşık oldum. 35 yıllık evliliğimi siz kurtardınız.”

Ninninin belli bir ezgi ile söylenmesi, bebeği, kendi kültürüne ait ses ve müzik tarzına alıştırmaktadır. Bu da bebeğin kendi kültürel kimliğini edinmesi ve onu benimsemesi, kendini bir topluma ait hissetmesi gibi büyük faydaları temin eder.

İnsan gelişimi uyku esnasında da devam etmektedir. Sağlıklı bir gelişim için düzenli ve rahat bir uykunun önemi yadsınamayacak bir durumdur. Gergin olduğumuz zamanlarda yahut gün içinde yaşadığımız yorgunluk ve sıkıntılar sebebiyle bazen uykuya dalmakta güçlük çektiğimiz, uykularımızın bölündüğü, kötü rüyalarla irkildiğimiz zamanlar ol-

muştur. Bununla birlikte huzurlu ve rahat olarak daldığımız uykularımız sayesinde zinde olarak kalkmış ve güne güzel devam etmişizdir.

Dinlediğimiz müzik türlerinden hangilerinin bizi gerdiğini, hangilerinin üzüntüye boğduğunu ve hangilerinin rahatlattığını incelersek meseleyi daha iyi anlarız. Söz gelimi arabesk olarak nitelenen türde bir ayrılık şarkısı dinleyen insan daha önce sevdiği ile bir ayrılık yaşamamış olsa bile ayrılmış bir insanın ruh haline girebilirken, içinde umut dolu sözler barındıran bir şarkıyı dinleyen insan içinde mutluluk hislerinin uyandığının farkına varır. İşte Mehter Takımımız buna verilebilecek en güzel örneklerden biridir. Mehterde, savaşılan askere moral aşılacak ve onu aşka, şevke getirecek melodiler eşliğinde marşlar söylenir. Eğer canlı olarak dinlediyseniz eminim bu duyguları siz de yaşamışsınızdır.

Peki, sevgi, üretkenlik, paylaşma, hoşgörü, insanlık, çalışkanlık gibi olumlu aktarımları verecek olan ninniler yerine, ayrılığı, savaşları, bitmeyen hasreti, şikâyetleri, içinde bebeğin bağımsız davranışlarını engelleyici ifadeler bulunan ninnileri okumamız ne kadar doğru olabilir sizce?

Neden bebeğimizi rahatlatan ve onun uykuya huzurla dalmasını sağlayan ninnileri okumayalım?

Bir bebek kendisine okunan ninninin içeriğini nasıl bilebilir ve hissedebilir sorusu akla gelebilir. Burada verilebilecek en güzel cevap bebeğin ninninin içeriğini bir yetişkin gibi anlamasa bile annenin ninni ile beraber yaşadığı **duygu tonunu** hissederek tepki verdiği gerçeğidir. Söz gelimi annenin söylediği ninnide acıklı sözler varsa anne de o duyguyu yaşamakta ve bebeğine iletmektedir. Anne, kızgınlık, keder, pişmanlık, bitmeyen hasret gibi duygularla meydana getirilmiş ninnileri okuduğunda bu duygulardan bebeğin et-

kilenmemesi mümkün değildir. Şöyle bir düşünün; bir insan her gün kapınızı çalıp size misafir oluyor. Bu bir komşunuz yahut akrabanız olabilir. Bu insan, hayatında yaşadığı şeyleri sürekli acıklı, pişmanca, öfkeli duygularla anlatıyor olsa o insana kaç gün tahammül edebilirsiniz? Çok az, dediğinizi duyar gibiyim. Bu misafiriniz sizin olumlu enerjinizi bir hayli tüketecektir. İşte bebeğimiz de sözlerin ne anlama geldiğini henüz bilme bile o anki duygunun iyi veya kötü bir duygu olduğunu anlayabilmektedir. Bu konu artık tartışma götürmez bulgularla ispat edilmiştir. Ne demişti Mevlana bir sözünde “ *Aynı dili konuşanlar değil, aynı duyguları paylaşanlar birbirlerini anlayabilirler.*”

Artık sizler de bu kitap rehberliğinde bebeğinizi motive eden, ona yüksek ideal aşlayan, bedenini rahatlatan Eğitici Ninnilerle onu büyütebilirsiniz.

Ninnilerin şekil yönünden tenkiti yapılabilir. Kafiye ve rediflerin uygunluğu tartışılabilir. Ancak şunu belirtmekte fayda var ki bebeklerin annelerinden bekledikleri temel konu sıcak iletişim, güven ve hoşluk duygusudur. Bu iletişimde bebekler kafiye ve redifi düşünmezler. Zaten ninnilerimiz çoğu zaman annelerin doğal olarak söyledikleri melodik cümlelerdir. **Bir şiir gibi edebi olması beklenemez ancak edepli olması beklenir.**

Sizlerin de bir anne baba olarak çocuklarınıza okuduğunuz güzel ninniler vardır elbette. Ancak biz bu kitabı yazarken güttüğümüz en büyük maksat ninnilerin içeriğine dikkatlerin çekilmesidir. **Ninniler eğer çocuklarımıza telkin mahiyetinde tesir ediyorsa acaba biz okuduğumuz ninnilerle neleri telkin ediyoruz, hiç düşündünüz mü?**

Kitabımız içerik yönünden iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde kültürümüzden çeşitli örnekleri ve ifade

ettikleri duyguyu paylaşıyoruz. Ancak daha önce de ifade edildiği üzere incelediğimiz yüzlerce ninni içinde olumlu duyguları ihtiva eden ninni sayısını yeterli bulamadık. Bu ninnileri aktarırken içinde barındırdığı duyguları da yazdık. Siz, şüphesiz bunlardan olumlu duyguları ihtiva eden ninnileri bebeğinize okumaya devam edebilirsiniz. Ancak olumsuz duygular aktaran ve kişilik gelişimine faydalı olmayacak ninnileri okumamanızı tavsiye ederiz. İkinci bölümde ise bu ninnilere alternatif olarak geliştirdiğimiz ve içinde barındırdığı olumlu duyguları aktardığımız **Eğitici Ninnileri** bulacaksınız. Bu on iki tane ninni tarafımdan kaleme alınmıştır. Alternatif olarak yazılan bu ninnilerin aktarmayı hedeflediği duygu ve davranışlar şunlardır;

- 1- **AZİM ve ÇALIŞKANLIK**
- 2- **GAYRET ve CESARET**
- 3- **SAYGI ve HOŞGÖRÜ**
- 4- **SABIR ve ÖFKESİNE HÜKMETME**
- 5- **SEVGİ**
- 6- **MUTLULUK ve TEBESSÜM**
- 7- **ÜRETKENLİK**
- 8- **DOĞRUDA KARARLILIK**
- 9- **ANNE SEVGİSİ**
- 10- **BABA SEVGİSİ**
- 11- **NEZAKET**
- 12- **YARDIMLAŞMA ve ŞEFKAT**

I- BÖLÜM



DANDINI DANDINI
DASTANA...

1

*Dandini dandini dan ister
Bey babasından don ister
Basmadan beğenmez oğlum
Kadifeden don ister.*

(Ege)

Anne, muhtemelen eşinin getirdiği basma kumaşı beğenmediğini doğrudan söylemek yerine araya bebeğini koyarak sanki o beğenmemiş gibi ninnide aktararak babaya mesaj göndermektedir. Bu çocuk ileride tatminsiz veya aşırı mükemmeliyetçi bir çocuk olabilir mi sizce? Meçhul...

