

AİLE İÇİ İLETİŞİM



Aile içi iletişim, anne-baba ve çocuğun birbirlerine bilinçli veya bilinçsiz olarak iletmek istedikleri duygu, düşünce ve bilgileri aktardıkları bir süreçtir. Birçok anne baba bu süreçte çocuğuyla doğru iletişim kurmakta, o çocuğun davranışlarının temelini anlamakta ve çocuğa karşı yaklaşımını belirlemekte zorlanmaktadır.

Oysa sadece çocukla değil, tüm kişilerle iletişimin temel basamakları vardır ve bunlar sıklıkla atlanmaktadır.

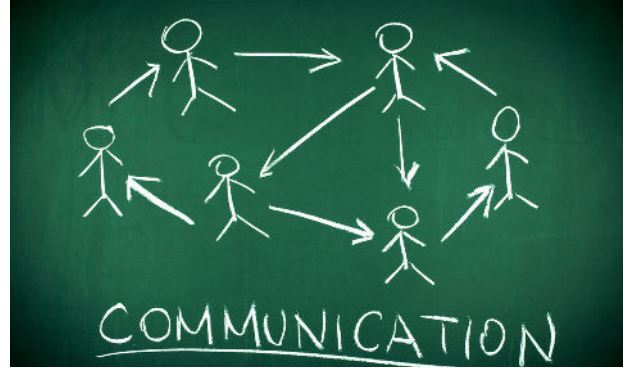
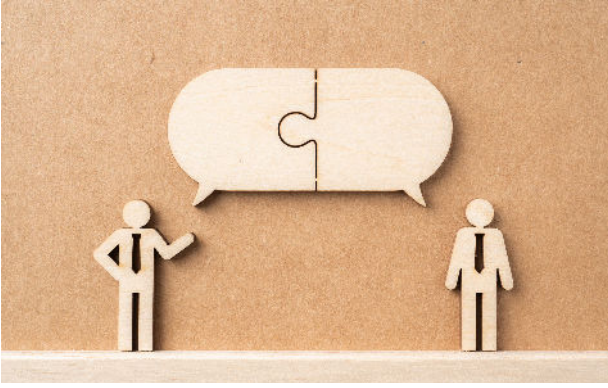
Çocuğun aile ile olan iletişim sürecinde anne ve babalar yaşam için gerekli bütün iş ve eylemleri çocuklarına rol model olarak bazen bilinçli bir şekilde bazen de fark etmeden aktarmaktadırlar. Geçerliliğini koruyan doğru söylemle: bireyin eğitimi ailede başlar. Peki ailede başlayan bu bilinçli eğitim “ Nasıl” verilmeli? İşte bu soruya verilecek cevaplar irdelendiğinde ‘etkili iletişim’ faktörü de cevap içinde yerini alacaktır.

Bültenimizde Yer Alanlar:

Aile İçi İletişim

Aile İçi İletişim Engelleri

Etkili İletişim İçin Yapılması Gerekenler



İletişim becerilerinin öğrenilebilir ve geliştirilebilir olduğu unutulmamalıdır. Aile içi iletişim becerilerinin geliştirilmesi/arttırılması demek, iletişim becerileri güçlü olan çocukların yetişmesi demektir. Bu çocuklar kendini iyi ifade eden, özgüveni yüksek, çevrelerine saygı duyan, kişilerle iletişim ve sosyalleşme sürecinde bir adım öne çıkan çocuklardır. Sağlıklı iletişim kurabilen bireyler için, sağlıklı aile içi iletişim ön koşuldur. Ön koşul sağlanamadığında çocuklar aile için de gördüklerini, yaşadıklarını çevrelerine yansıtırlar.

AİLE İÇİ İLETİŞİM ENGELLERİ

Anne babalar çocuklarını dinlerken veya konuşurken farkında olmadan bir takım iletişim engellerini sergileyebilmektedirler. Bu engeller çocukların duygu ve düşüncelerine zarar verdiği gibi ilerleyen süreçlerde derin psikolojik sorunlara yol açabilmektedir. Anne babaların çocuklar karşısındaki iletişim engelleri ve bunların çocuklar üzerindeki etkileri aşağıdaki gibi sıralanabilir.



İletişim Engelleri



Gözdağı Vererek Konuşma Biçimi;

Korku, boyun eğme, itaat etme davranışı yaratabilir ya da "deneme" isteğini tetikleyebilir. Gücenme, kızgınlık öfke ve düşmanlık duygularının oluşmasına neden olabilir.



Sürekli Öğüt Verme, Çözüm Önerileri Getirme;

Bu yaklaşım anneye babaya bağımlı çocuklar yaratabilmektedir. Ayrıca kendi çözüm yollarını oluşturmaya katkı sağlamayacaktır.



Çocuğu Sürekli Övmek

Çocuğun kendilik algısına uymayan değerlendirmelerin yapılması çocukta kızgınlık yaratır. Çocuklar bu iletleri anne babanın kendilerini yönlendirme ve isteğini yaptırma girişimi için kurnazlık olarak yorumlarlar. "Siz böyle söyleyince sanki ben daha çok mu çalışacağım?" gibi düşünebilirler. Ayrıca övgü başkalarının yanında yapılıyorsa çocuğu utandırabilir ya da aşırı övgü sonucunda çocuk buna alışır ve övülmeye gereksinim duymaya başlar.



Sürekli Soru Sormak, Sınamak, Sorgulamak;

Soruları cevaplama genellikle eleştiri veya zorunlu çözüm getirdiğinden çocuklar genellikle hayır demeye, yarı doğru cevap vermeye, kaçmaya yönelir veya yalan söyler Sorular genellikle soru soranın nereye varmak istediğini açıklamadığından, çocuk korku ve endişeye kapılabilir.



Ad takmak, alay etmek;

"Koca bebek....", "Hadi bakalım Süpermen", "Hadi sende sulu göz", gibi cümleler kurmak çocuğun gelişiminde değerli hissetmesine yol açmaz. Sevilmediği kanısının oluşmasına yol açabilir, kendilik gelişiminde olumsuz etkileri olabilir.



Sıklıkla Emir Cümleleri Kurmak

Kalk, yüzünü yıka, sütünü bitir, dişlerini fırçala, ağzın doluyken konuşma, televizyonu kapa, büyüklerinle konuşurken sesini yükseltme, öğretmenini dinle...

SİZCE ÇOCUKLARIMIZLA ETKİLİ BİR İLETİŞİM İÇİN NELER YAPILMALI?



1.Çocuğunuza zaman ayırın. Çocuğu sevmek, ona bolca ve pahalı oyuncak almak değil onunla ortak faaliyetleri paylaşmak, ona zaman ayırmak, onunla oyun oynamaktır. Çocuğu sevmek sözle sevgiyi ifade etmenin ötesinde, eylemle bu duyguyu ona yaşatmaktır.

2.Çocuğunuzla birlikte olduğunuz zaman tüm dikkatinizi ona yoğunlaştırın. Bu nedenle de, başka bir işle meşgulken değil, kendinizi rahat hissettiğinizde çocuğunuzla ilgilenerek, anne ya da baba olmanın keyfini çıkarın.



3. Aşağılamak, suçlamak, çocuk adına karar vermek yerine, çocuğu dinleyin. Dinlendiğini düşünen çocuk kabul edildiğini, dolayısıyla sevildiğini düşünen çocuktur.

4. Göz kontağı kurarak, gülümseyerek kabul belirtisini beden diliyle pekiştirin. Böylelikle çocuk "kişiliğine saygı duyulduğunu" düşünerek iletişimini sürdürür.

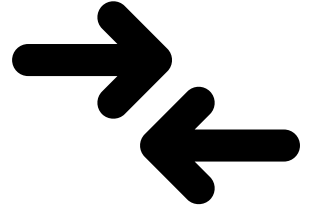


SİZCE ÇOCUKLARIMIZLA ETKİLİ BİR İLETİŞİM İÇİN NELER YAPILMALI?



5. Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun. Kendi içinde çelişkili davranışlarda bulunmanız ya da anne ve babanın birbiriyle çelişen biçimde davranması, çocuğu "doğruyu bulma" konusunda zorlar.

6. Çocuğunuzu başka çocuklarla karşılaştırmayın. Çocuk, anne babası tarafından önemsenmek, değerli bir insan olarak kabul edilmek ihtiyacındadır. Onun diğer çocuklarla karşılaştırılması, kendini değerli bir insan olarak görmesini engeller. Çocuğun kendine özgü, bağımsız bir birey olarak kabul edilmesi, ruh sağlığının temelini oluşturur.



7. Doğru “Ben dili” Kullanımı : Sıklıkla bahsedilen, ancak sıklıkla da eksik kullanılan “Ben dili” doğru kullanıldığında çocuğa verilebilecek en etkili mesajdır.

Doğru Ben Dili: “Oyuncaklarını arkadaşınla paylaşmadığın için (davranış) arkadaşının canı sıkıldı ve eve gitmek istedi (sonuç), ben de böyle davranmana çok üzüldüm (duygu).”

8. Çocukların gelişim dönemleri hakkında bilgi sahibi olunmalı. Kimi zaman çocuklarının davranışının sebebini anlamlandırabilmek için çocuğun bulunduğu gelişim döneminin özelliklerini bilmek gerekir. 3 yaşına kadar çocuk sahiplenme duygusu nedeniyle eşyalarını, oyuncaklarını arkadaşlarıyla paylaşmayı tercih etmeyebilir. Davranışının altında yatan sebebini bilmesi çocuğun ebeveynleri tarafından anlaşılmasına olanak sağlar.



SİZCE ÇOCUKLARIMIZLA ETKİLİ BİR İLETİŞİM İÇİN NELER YAPILMALI?



9. Çocuğun konuşmasına izin/fırsat vermek Çocuklarla konuşuyorken hem bir yetişkinle konuşuyormuş gibi saygılı, hem de bir çocukla konuşulduğu unutulmadan sabırlı, şefkatli olunması gerekmektedir. Çocuğun anlatacaklarını bitirmesini beklemeden, direkt çözüm önerileri sunmak ya da hak vermek değil, bazen sadece dinlemenin de çok etkili olduğu göz ardı edilmemeli.

10. Ebeveynler kendi iletişim becerilerini büyüteç altına almalı. Çocuğun sağlıklı, sıcak iletişim ilişkileri içinde olan ebeveynleri varsa, aile bireyleri birbirine değer veriyorsa, zaman ayırıyorsa, birbirlerini olduğu gibi kabul ediyorsa çocuk da onların davranışlarını model alır. Unutulmamalıdır ki, çocuk yaşadığını yansıtır. İletişim becerileri güçlü çocuklar için önce ebeveyn olarak kendi iletişim kurma biçiminizi göz den geçirmelisiniz.



11. İletişimi Güçlendiren Sihirli Cümleler Kullanmak:

Kuşkusuz ki ne söylenildiği de, nasıl söylenildiği de çok önemlidir. Ancak öyle cümleler vardır ki hem ebeveyn çocuk arasındaki ilişkiyi güçlendirir, hem de çocuğun kişilik gelişimine etki eder.

“Balıklarına yem vermeni, onların bakımını üstlenmeni takdir ediyorum.”

“Paylaştığın için teşekkür ederim.”

“Seninle oyun oynamak çok eğlenceli.”



KAYNAKÇA

1. https://caydaciraanaokulu.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/23/01/752934/dosyalar/2021_12/13104517_aile-ici-iletisim.pdf
 2. https://sorgunram.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/66/07/963633/dosyalar/2020_12/16140839_aile_ici_iletiYim_broYur.pdf
 3. https://yavruvatananaokulu.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/38/13/851498/dosyalar/2020_03/06091542_aile_ici_iletiYim.pdf
-