

AİLE İÇİ İLETİŞİM

GÖRÜKLE DUMLUPINAR İLKOKULU REHBERLİK SERVİSİ VELİ BÜLTENİ



İletişimi doğru kurmanın ilk adımı karşımızdaki insanı tanımaktır. Aile içi iletişimde de çocuğa ulaşmak, onunla bağ kurabilmek için onu tanımak gerekir. Çocuğun ilgileri, ihtiyaçları, gelişimsel özelliklerine göre onunla iletişim kurmak önemlidir.

Çocuklarımızla beraber daha çok zaman geçirdiğimiz bu dönemde çocuklarımızla ve ailemizle iletişim kurarken faydalı olabilecek önerileri hatırlatmak istedim.

- Çocuğunuzun konuşmaya daha istekli olabileceği anlara dikkat edin. O anlarda onu dinlemeye hazır olun.
- Yoğun bir işiniz ve dar bir zamanınız da olsa çocuğunuz için ulaşılabilir olmanız çok önemlidir. Baş başa olabileceğiniz belli bir zaman dilimini, hiçbir dikkat dağıtıcı araç etkin değilken (TV, telefon vb.) çocuğunuza ayırmanız iyi bir iletişim alışkanlığı kurmanıza yardımcı olacaktır
- Çocuğunuzun dinlerken beden dilinizle, ses tonunuzla onu dinlediğinizi fark ettirin. Göz teması kurmaya özen gösterin.

- Bazen çocuğunuzla konuşmayı siz başlatın. Bu çocuğunuza ilgili olduğunuzu ve hayatında neler olup bittiğini merak ettiğinizi hissettirmenize yardımcı olur. Ancak bu konuşma sorgulayıcı, müdahale edici, yargılayıcı tarzda olmamalıdır.
- Çocuğunuz size endişelendiği, mutlu olduğu, öfkelenildiği bir şeyden bahsediyorsa başka bir şeyle ilgilenmeyin ve onu dinleyin. Duygularına odaklanın.
- Bir şey anlatırken, bir durumdan bahsederken kendinizi onun yerine koyun.

- Konuşmalarını bölmemeye, sözünü kesmemeye özen gösterin ve anlatmak istediği konuyu bitirmesine izin verin.
- Çocuğunuzun anlattıkları sizi mutlu etmeyebilir, öfkeliendirebilir. Bu durumda vereceğiniz tepkiyi kontrol edin. Sert tepkileriniz, çocuğunuzun sizinle paylaşmaya devam etmesini engeller. Bu durum özellikle ergenlik döneminde daha farklı sorunlara neden olabilir.
- Kimin haklı olduğu konusunda uzun tartışmalar işe yaramayacaktır. Bunun yerine "benimle aynı fikirde olmadığını biliyorum ama benim düşüncem bu şekilde" gibi cümleler kurmaya çalışın.
- Özellikle küçük çocuklar taklit, model alma yoluyla öğrenir. Sizin öfkeyle ve olumsuz düşüncelerle nasıl baş ettiğinizi görürler ve sorun durumunda bunu uygularlar. Her davranışımızda bizi örnek aldıklarını unutmayalım.
- Anne baba ilişkisi çocuğun davranışlarının şekillenmesinde temel belirleyicidir. Evde şiddete kötü söze maruz kalan bir çocuğun toplumda uygun davranışlar sergilemesi beklenemez. Aile üyeleri birbirine saygı duyuyorsa, özür diliyorsa, anlayış ve sevgi gösteriyorsa, çocuk da ilişkilerinde bu yolu benimseyecektir.
- Ebeveynler ayrı yaşıyorsa çocukla ilgili konularda ortak tutum sergileyebilmek çok önemlidir.



- Çocuğunuzla konuşurken emretmekten, nutuk çekmekten, eleştirmekten, tehdit etmekten, kırııcı sözlerden kaçının. Çocuğunuzun her söylediğini, her davranışını eleştirmeyin.
- Davranışları takdir edilen çocuk kendini daha önemli hisseder. Ancak bu noktada sonucu, başarılı-başarısız olmasını değil çabasını, davranışlarını takdir etmek önemlidir.

- Çocuğunuzu aşırı övmek, sürekli pohpohlamak onun gelişimine katkı sağlamaz. Takdir etmek ve aşırı övmek aynı şey değildir.
- Hiçbir kıyaslama mutlu son ile bitmez. Her insan özel, eşsiz ve değerlidir. Kıyaslama; çocuğu mutsuz eder, kaygı ve stresini artırır, yetersizlik duygusu geliştirmesine neden olur. Ayrıca kıyaslandığını gören çocuğun sizi başka ebeveynlerle kıyaslaması mümkündür.

Ebeveynlik zaman zaman hepimiz için zorlayıcı olabilir.

Bu zorlukların aşılmasında dinlemek, konuşmak, değerli olduğunu hissettirmek ve en önemli iletişim dilinin sevgi olduğunu hatırlamak çok önemlidir.

Sağlıklı günlerde, çok özlediğimiz öğrencilerimizle buluşmak dileğiyle...



Gülçin CİNGÖZ TEKE
OKUL REHBER ÖĞRETMENİ

YARARLANILAN KAYNAKLAR

- Yozgat Rehberlik ve Araştırma Merkezi Aile içi İletişim Broşürü
- yankiyazgan.com