



ANNE-BABA TUTUMLARI

Aile İçi İletişim

- Aile üyelerinin birbirleriyle olan etkileşimleridir.
- Aile içinde sevgi, mutluluk, neşe, kızgınlık, üzüntü, korku vb gibi duyguların aktarılması ancak üyeler arası etkileşim ile olur.
- Anne-Babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocukla olan iletişimi ve etkileşimi çocuğun aile içindeki yerini belirler.
- Anne-baba ve çocuk arasındaki olumlu iletişim ailenin mutluluğunu arttırır.



Ebeveyn – Çocuk İlişkisi

- Önemli olan çocuğun içinde bulunduğu dönemi sağlıklı yaşayabilmesi ve sağlıklı bir kimlik oluşturabilmesidir.
- Çocuğun yaşadığı dönemlerin özellikleri dolayısıyla ihtiyaçları birbirinden oldukça farklıdır.
- Çocukla iletişimde çocuğun yaşı, cinsiyeti ve kişilik özellikleri oldukça önem taşımaktadır.



Ebeveyn – Çocuk İlişkisi

- Çocuk aileyi yansıtır. Aile içindeki bireylerin kişilik yapısı çocuğun kişiliğini şekillendirir.
- Aile iletişim becerilerini kullanamıyorsa çocukta iletişim becerilerini kullanamaz.



Ebeveyn – Çocuk İlişkisi

- İyi bir iletişimin gerçekleştiği aile ortamında; çocuklar daha özerk ve bağımsız bir kişilik geliştirirler. Düşünme, düşünce ve duygularını açıklama özgürlüğü ve alışkanlığı kazanırlar.
- Buna karşılık etkili bir iletişimin oluşturulmadığı, iletişim engellerin yer aldığı bir ortamda; çocukların gelişimi engellenir. Çocuklar özgürce düşünemeyen, düşünce ve duygularını açıkça dile getiremeyen bağımlı bir birey olurlar. İleride çeşitli sorunlarla karşılaşılırlar.
- Bu nedenle aile bireyleri arasında, özellikle anne-baba ile çocuklar arasında etkili bir iletişimin kurulması çok önemlidir.

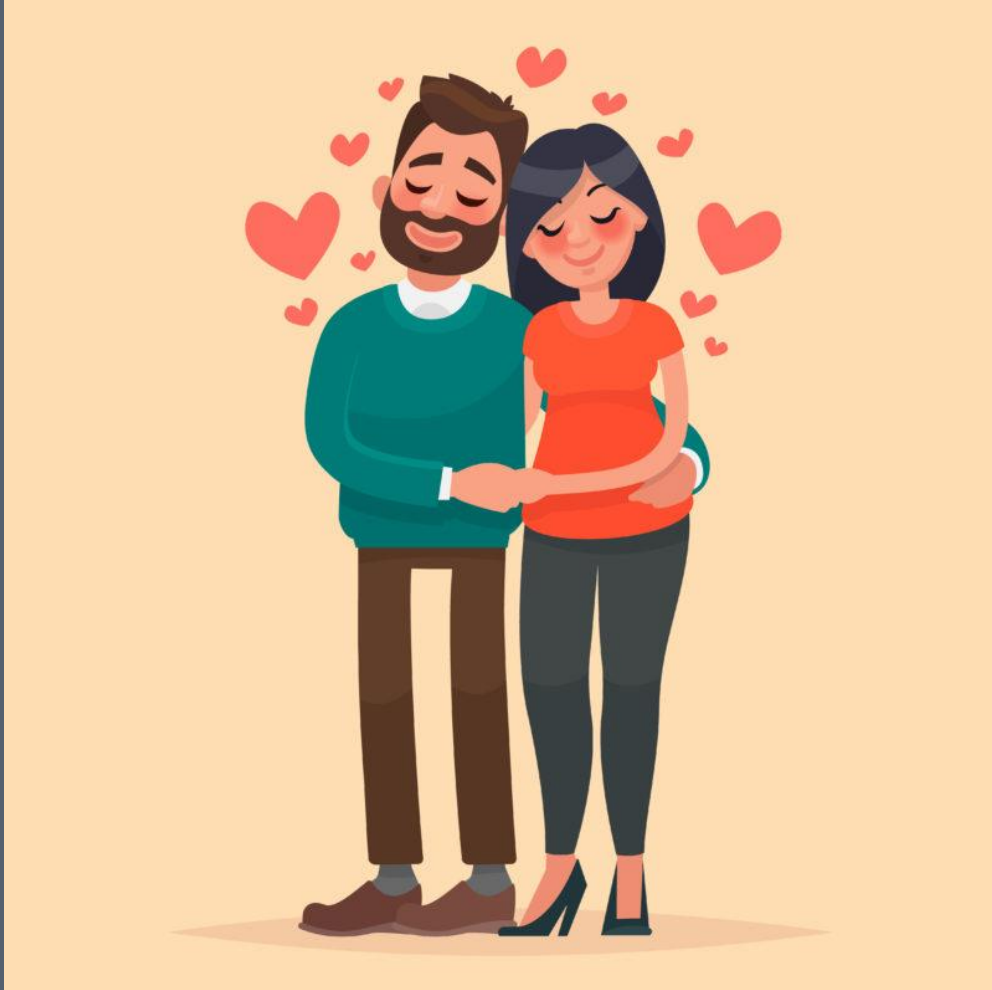


Eşler Arası İletişim

- Sağlıklı iletişim içine giren bireyler, diğerini değerli ve onurlu görür, onu olduğu gibi kabul eder ve bu kişiler kendi sınırlarının farkındadırlar. Sürekli etkileşim ve dayanışma içinde olmaktan çekinmezler, olgun insanlardır.
- Eşlerin arasında ki anlayış ve davranış bütünlüğü iletişimi güçlendirerek çocukların sosyal rollerin benimsemelerine yol açar.



Eşler Arası İletişim



SÜREKLİ TARTIŞAN, KAVGA EDEN ANNE BABALARIN ÇOCUKLARI, ANA- BABALARINA DUYDUKLARI GÜVENİ VE SAYGIYI ZAMANLA YİTİRİRLER. ÇOCUKTA...

ENDİŞE VE KORKU OLUŞUR.

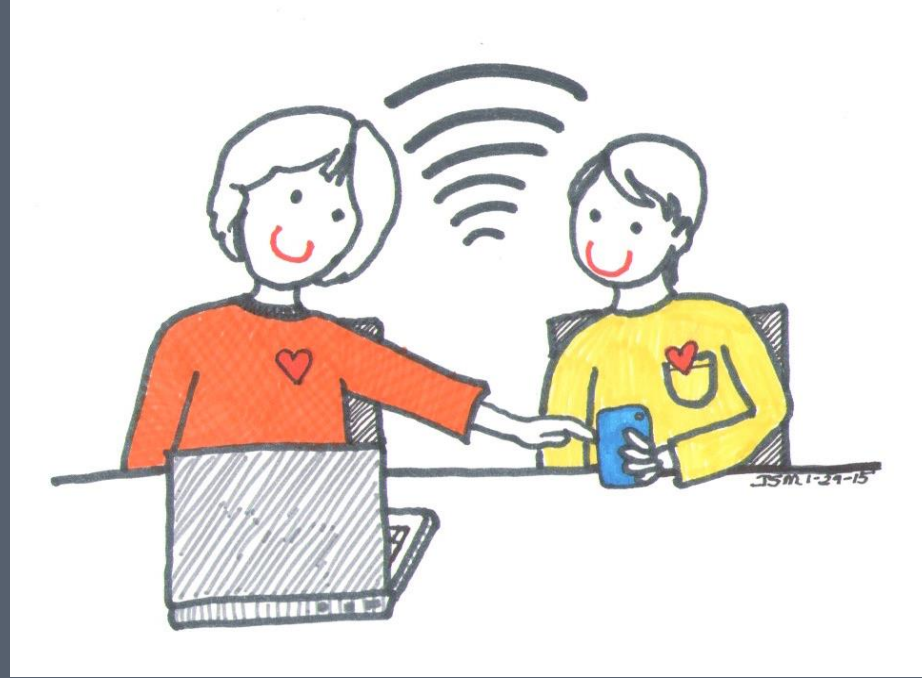
BÖYLE BİR ÇOCUK

BAŞARILI VE MUTLU OLAMAZ



İletişimi Engellenen Sebepler

- Çocuklarla ebeveynlerin kurmuş oldukları iletişim bazen sağlıklı iletişimi zorlayan engellerle dolu olabilmektedir. Bazı örnekler verecek olursak;



İletişimi Engellenen Sebepler



Sıklıkla Emir Cümleleri Kurmak;

- Kalk,
- yüzünü yıka,
- sütünü bitir,
- dişlerini fırçala, ağzın doluyken konuşma,
- ödevini bitir



İletişimi Engelleyen Sebepler

Gözdağı Vererek Konuşma;

- Okulunu bitirmezsen sana para mara yok,
- ödevini bitiremezsen televizyonu unut ,
- sütünü içmezsen cüce kalırsın gibi cümleler, korku, boyun eğme, itaat etme davranışı yaratabilir ya da “deneme” isteğini tetikleyebilir. Gücenme, kızgınlık, öfke ve düşmanlık duygularının oluşmasına neden olabilir.



İletişimi Engelleyen Sebepler

Sürekli Öğüt Verme, Çözüm Önerileri Getirme;

- senin yerinde olsam plan yaparak çalışırdım,
- sütünü bitirdiğinde boyun uzayacak,
- bak sana bir öneri vereyim gibi

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



İletişimi Engelleyen Sebepler

Sıklıkla Yargılamak, Eleştirmek;

- Sen zaten tembelin tekisin,
- Zaten başarsaydın şaşardım,
- Yine mi bitiremedin gibi cümleler kurmak yetersiz, aptal hissetme duygularına neden olabilir.
- Bu değerlendirmeler çocuğun benlik saygısını düşürür. Çocuklar hakkında yapılan olumsuz değerlendirmeler çocuğun kendisini değersiz, yetersiz görmesine neden olur.



İletişimi Engelleyen Sebepler

Sürekli Soru Sormak, Sınamak, Sorgulamak:

Neden?....Kim?.....Sen ne yaptın?.....Nasıl?.....

Soruları cevaplama genellikle eleştiri veya zorunlu çözüm getirdiğinden çocuklar genellikle hayır demeye, yarı doğru cevap vermeye, kaçmaya yönelir veya yalan söyler.



İletişimi Engelleyen Sebepler

Ad takmak, alay etmek:

Koca bebek,

Hadi bakalım Süpermen,

Geri zekalı, Hadi sende sulu göz, gibi cümleler kurmak çocuğun gelişiminde değerli hissetmesine yol açmaz. Sevilmediği kanısının oluşmasına yol açabilir, kendilik gelişiminde olumsuz etkileri olabilir.



Aile İçi İlişkilerde Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

“BEN” dili kullanılmalıdır.

- "Ben" dili, kişinin o anda karşılaştığı durum veya davranış karşısında, kişisel tepkisini duygu ve düşüncelerle açıklayan bir ifade tarzıdır. Duygu ve düşüncelerimizi içtenlikle ifade etmemizdir.
- "Ben" mesajını duyan kişi, karşısındakine ne hissettirdiğini öğrenir ve eğer bu olumsuz bir duyguysa, kendi isteğiyle davranışını değiştirir ya da değiştirmez. Yani davranışının sorumluluğu tümüyle kendine aittir.



«BEN» DİLİ KULLANMAK,

NE HİSSETTİĞİMİZİ KARŞIDAKİNE BİLDİRMEKTİR.



<<Ben>> Dili Örnekleri

DAVRANIŞ	SOMUT ETKİ	DUYGUMUZ
Ayakkabılarında haliya bastığın zaman	Haliyu temizlemek zorunda kalıyor ve yoruluyorum	Bu da beni sinirlendiriyor
Markette önceden konuşmadığımız bir şeyleri almak için tutturman	Herkesin bize bakmasına sebep oluyor	Sinirleniyorum
Ben başka birisiyle konuşurken ağlayarak söz almaya çalışman	Dikkatimi dağıtıyor ve diğer kişiye mahcup oluyorum	Kızıyorum

Ben Dili Kullandığımızda Çocuklar Kendilerini Nasıl Hissederler?

- Çocuklarımız da kendilerini ben dili ile ifade ederler.
- Kendilerine değil, davranışına öfkelendiğimizizi anlarlar.
- Yaptıkları hatayı düzeltmeye çalışırlar.
- Anne babalarına değil, hatayı yapana yani kendilerine kızarlar.
- Neyi yanlış yaptıklarını fark ederler.
- Aynı davranışı tekrarlamamaya çalışırlar.



ÇOCUĞUNA GERÇEK SERVET
BIRAKMAK İSTEYEN
ANA-BABA,
ONA İYİ DİNLEMİYİ ÖĞRETSİN

Publilus SYRUS

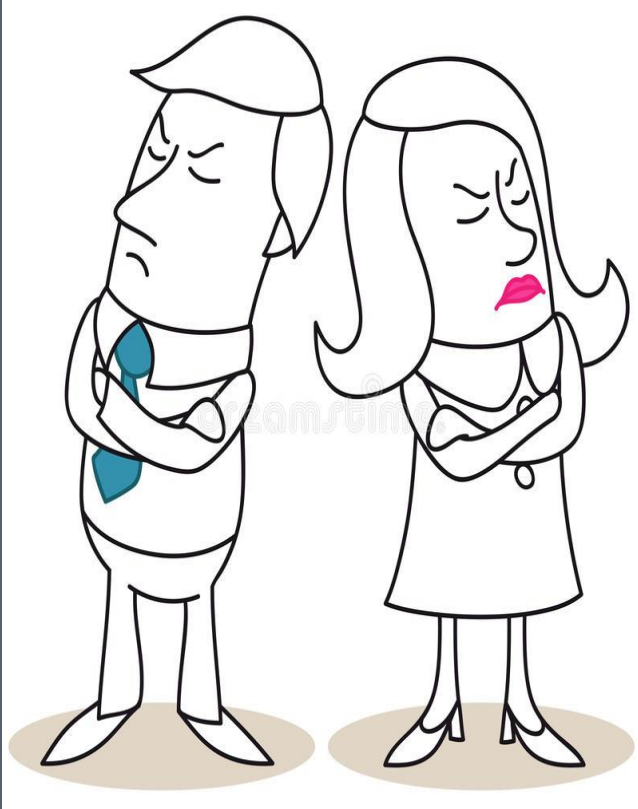


Etkin Dinleme

- İletişim sisteminin temel öğelerinden biri de dinlemedir.
- Aile bireylerinden biri bir problemle ilgili konuşurken diğer bireyin onu dikkatle dinlemesi, gazete, televizyon vs gibi başka bir şeyle ilgilenmemesi gereklidir.
- Dinlerken dinlenen kişinin göz seviyesinde olmak, onunla göz teması kurmak, jest ve mimiklerimiz ile de dinlediğimizi göstermek önemlidir.
- Bu şekilde çocuk “anlaşıldım” duygusunu yaşar ve konuşmaya devam eder.



Ebeveynler Çocuklarını Dinlemediklerinde;



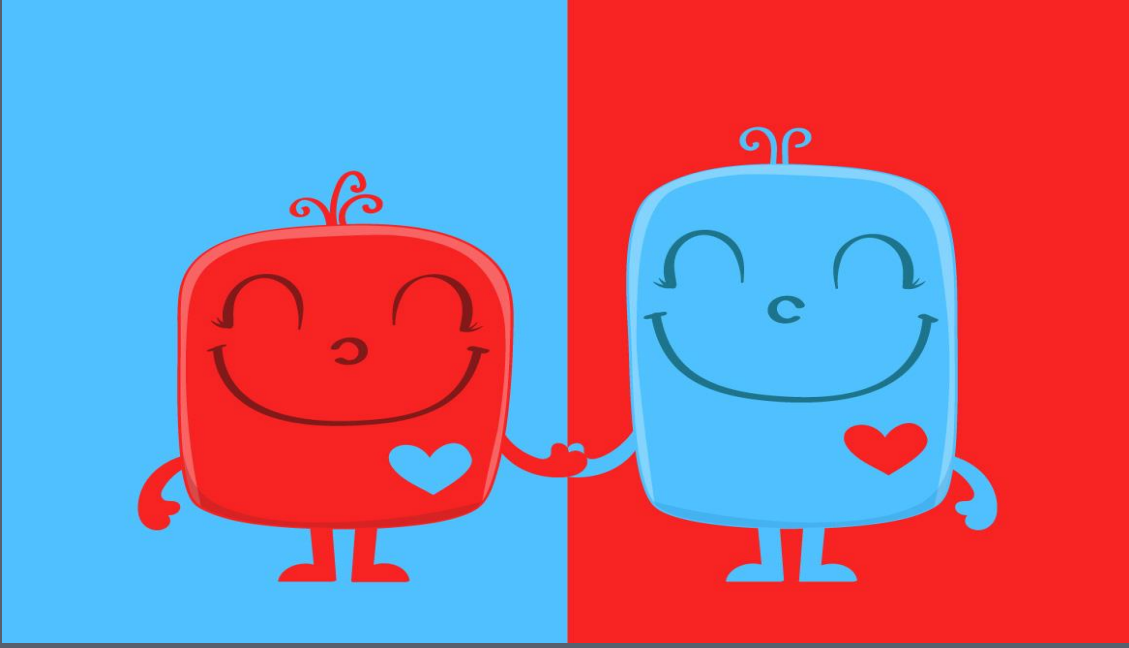
- Çocuk ile ebeveyn arasındaki sevgi ve güven azalır.
- Kendini ebeveyne açamaz, rahat konuşamaz.
- Sorunlarını ve onaylanmak istediği iyi şeyleri paylaşamaz.
- Problemlerini çözmek için zararlı yollara başvurabilir,
- Zararlı madde kullanımı ve suç çetelerine katılma gibi davranışlara yönelebilir,
- Çok asi, hırçın (vuran – kıran) ya da çok içekapanık olabilir



Anne Babasının Kendisini Dinlediğini Gören Çocuk;

- Önce, kendisine değer ve önem verildiğini, kabul edildiğini, buna bağlı olarak da sevildiğini düşünür.
- Aynı zamanda çocuk duygularını ifade etme olanağı bulduğundan “anlaşıldım” duygusunu yaşar ve rahatlar.





Empati Kurabilmek

- Empati, kendimizi karşımızdaki kişinin yerine koyabilme durumudur.





Empati Kurabilmek

“NE SÖYLEMELİYİM?”,

“NE YAPMALIYIM?”

YERİNE...

BU DURUMDA BEN OLSA İDİM:

“NE YAPILMASINI İSTERDİM?”

“NE SÖYLENMESİNİ İSTERDİM?”

DİYE DÜŞÜNMEİ ve SORULMALIDIR



Aile İçi İletişime Küçük Bir Örnek

Odası dağınık bir çocuk ve ebeveyni arasındaki diyaloglar birkaç farklı şekilde gelişebilir.



Yanlış Tepki

- SUÇLAYICI
- SEN DİLİ
- OLUMSUZ DİSİPLİN YÖNTEMLERİ
- İLETİŞİM ENGELLERİ
- BASKICI, OTORİTER, AŐIRI HOŞGÖRÜLÜ, TAVİZKAR, DENGESİZ, KARASIZ, KORUYUCU ANNE BABA TUTUMU



Doğru Tepki

- BEN DİLİ
- OLUMLU DİSİPLİN YÖNTEMLERİ
- ETKİN DİNLEMEK
- GÜVEN VERİCİ, HOŞGÖRÜLÜ, SEVGİLİ, SINIRLARI BELLİ, KİŞİLİK HAKLARINA SAYGILI, DEMOKRATİK, İNSANİ, GELİŞTİRİCİ, MANTIKLI, DUYARLI, SEVECEN, TUTARLI ANNE BABA TUTUMU



Etkili Bir İletişim,

Aile üyelerinin karşılıklı olarak birbirlerinin düşüncelerini ve duygularını anlamalarını sağlar.

Etkin iletişimi olan aileler, birbirlerine daha bağlı olurlar ve birbirlerinin gereksinimlerinin fark ederler ve birbirlerinin gereksinimlerini karşılamaya yönelik eylemler yaparlar.





Aile üyeleri birbirinden aldıkları mesajlar ile kendilerini değerli veya değersiz , kendilerini güvende veya güvensiz hisseder. Bu durum onların psikososyal ve sosyokültürel konumlarını işlevselliklerini ve ruhsal durumlarını etkiler.



Teşekkürler...

Nilgün İŞÇİOĞLU – Gülenay ERENAY

DR. UFUK EGE ANAOKULU PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ



