

ANNE BABANIN İLİŞKİSİ ÇOCUĞUN ÜÇÜNCÜ

EBEVEYNİDİR

Anne baba ilişkisi çocuğun davranışlarının şekillenmesinde temel belirleyicidir. Evde şiddete, kötü söze maruz kalan bir çocuğun toplumda uygun davranışlar sergilemesi beklenemez. Baba anneye, anne babaya saygı duyuyorsa, özür diliyorsa, anlayış ve sevgi gösteri- yorsa, çocuk da ilişkilerinde bu yolu benimseyecektir.

Çocuğun olumsuz davranışları ya da sözleri anne babada hoşnutsuzluk, kızgınlık gibi duygular yaratabilir. Bu duygular karşısında genellikle aniden ve sözel olarak şöyle ifade ederler: "Ne laf anlamaz çocuksun!", "Sana bin kere söyledim!", "Neden dikkat etmiyorsun?" Burada kullanılan ifade çocuğa yönelik Sen Mesajı - Sen Dili iletişimi engeller ve genellikle kızgınlık ifadesi için kullanılır. Sen dili mesajlarının odak noktası karşı taraftaki kişidir.

Ben Dili - Ben Mesajı ise anne-babanın çocuğun olumsuz davranışı sırasında yaşamakta olduğu etki ve duyguları açıklayan bir ifadedir. "Neden böyle yaptın?" yerine "Bu davranışına çok üzüldüm." gibi... Kızgınlık ve öfke birikimlerini önler. "Ben" mesajı, karşımızdakinin savunmaya geçmesini, öfkeyle karşılık vermesini, konuşmaktan kaçınmasını engelleyebilir ve onun suçlanmadan kendini gözden geçirmesine olanak tanır. Çocukla sözel iletişimde sen dili yerine ben dilini kullanmak etkili iletişim açısından önemli bir yer tutar.

ÇOCUĞUNUZU TANIYIN

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 özellikleri ve öğrenme yöntemleri birbirinden farklı olabilir.

En güzel iletişim dili sevgidir. Sevginin ilk görevi dinlemektir. Aşağılamak, suçlamak yerine onu dinleyin, ona "sen dinlemeye değersin" mesajını verin.

ÇOCUK NE YAŞIYORSA ONU ÖĞRENİR

Eğer, bir çocuk sürekli eleştirilmişse; Kınamayı ve ayıplamayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk kin ortamında büyümüşse; Kavga etmeyi öğrenir.

Eğer, bir çocuk alay edilip aşağılanmışsa; Sıkılıp, utanmayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk sürekli utanç duygusuyla eğitilmişse; Kendini suçlamayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk hoşgörülle yetiştirilmişse; Sabırlı olmayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk desteklenip, yüreklendirilmişse; Kendine güven duymayı öğrenir.

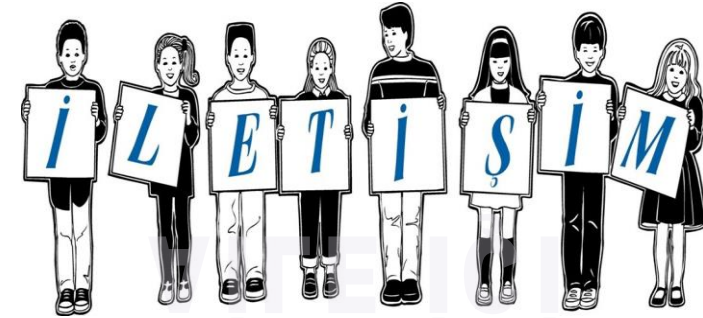
Eğer, bir çocuk övülmüş ve beğenilmişse; Takdir etmeyi öğrenir.

Eğer, bir çocuk hakkına saygı gösterilerek büyütülmüşse; Adil olmayı öğrenir. Eğer, bir çocuk güven ortamı içinde yetişmişse; İnançlı olmayı öğrenir. Eğer, bir çocuk kabul ve onay görmüşse; Kendini sevmeyi öğrenir.

Eğer, bir çocuk aile içinde dostluk ve arkadaşlık görmüşse; Bu dünyada mutlu olmayı öğrenir.

Dorothy Law Nolte

AİLE İÇİ



Pursaklar Kaymakamlığı
Şehit Furkan Doğan İlkokulu
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

DEĞERLİ OLDUĞUNU HİSSETTİRİN

İYİ BİR DİNLEYİCİ OLUN

İyi bir dinleyici olmak öğrenilebilir bir durumdur.

Bazı tüyolar;

- Çocuğumuz bir şeyler anlatırken mutlaka göz teması kuralmalıyız.
- Konuşurken çocuğumuza doğru eğilmek onun anlattıklarına önem verdiğimizi hissettirir.
- Anlatırken yargılayıcı olmayan sorular sormak bizimle daha fazla şey paylaşması için çocuğu cesaretlendirecektir.
- Konuşma esnasında anlatılanlar kadar beden dili ve ses tonu da önem taşır.
- Çocuğunuz anlatırken sözünü kesmeyin, so- nuna kadar dinleyin. O anlatacaklarını bitirdikten sonra birlikte yorum yapabilirsiniz.



Bir çocuk için annesi ve babası dünyayı temsil eder. Çocuk, annesi ve babası nasıl davranıyorsa, dünyadaki herkesin de aynı şekilde davranacağını düşünür.” M.Scott Peck

TAKDİR EDİN

Davranışları takdir edilen çocuk kendini önemli hisseder ve üretken olur.

Burada önemli olan nokta takdiri çocuğa değil, çocuğun yapmış olduğu davranışa yapmaktır.

AŞIRI ÖVMEK İLE TAKDİR ETMEK AYNI ŞEY DEĞİLDİR !

TUTARLI OLUN

Tutarlı olmak demek doğruların ve yanlışların farklılık göstermemesi demektir.

Ebeveynlerin davranışlarında tutarlılık yoksa çocuk anne ve babanın doğrularını sorgulamaya başlayacaktır.

KIYASLAMAYIN

- 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.
- “Çocuğun başarısı başkalarıyla kıyaslama yoluyla değil, kendi gelişimi içinde değerlendirilmelidir. Başarı çocuğun dünü ve bugünü arasındaki değişimdir.”



ÖRNEK OLUN

Çocuklar ne söylediğimize değil, ne yaptığımıza bakarlar. Bir konuda çocuğumuza öğüt verirken o davranışı kendimizin yapıp yapmadığını sorgulamalıyız. Aksi takdirde söylenen sözlerin bir anlamı ve kalıcılığı olmayacaktır.



ULAŞILABİLİR OLUN

Yoğun bir işiniz ve dar bir zamanınız da olsa çocuğunuz için ulaşılabilir olmanız çok önemlidir. Günde 30 dakikanızı hiçbir dikkat dağıtıcı araç etkin değilken (TV, telefon vb.) çocuğunuza ayırmanız iyi bir iletişim alışkanlığı kurmanıza yardımcı olacaktır.

ANLAMAYA ÇALIŞIN

- Ne düşünüyorsun, nasıl hissediyorsun gibi sorularla anlamaya çalışın.
- Korku ve endişelerine saygı duyun.
- Anne, baba ve çocuk olarak oluşturduğunuz üçgende sağlıklı bir iletişim ancak tarafların duygu ve düşüncelerini birbirlerine aktarmaları, başarılı bir iletişim kurabilmeleri ve sorunlarına çözüm bulmalarıyla mümkündür.