

# AİLE İÇİ İLETİŞİM

Aile Gereksinimleri- İletişim Engelleri- Olumlu İletişim Kalıpları



**UZAKTAN DA YAKINIZ.**

[facebook.com/pinhasortaokulu](https://facebook.com/pinhasortaokulu)  
[twitter.com/pinhasokulu](https://twitter.com/pinhasokulu)  
[Pinhas Ortaokulu youTube](https://www.youtube.com/channel/UC...)  
[corlupinhasoo.meb.k12.tr](https://www.corlupinhasoo.meb.k12.tr)

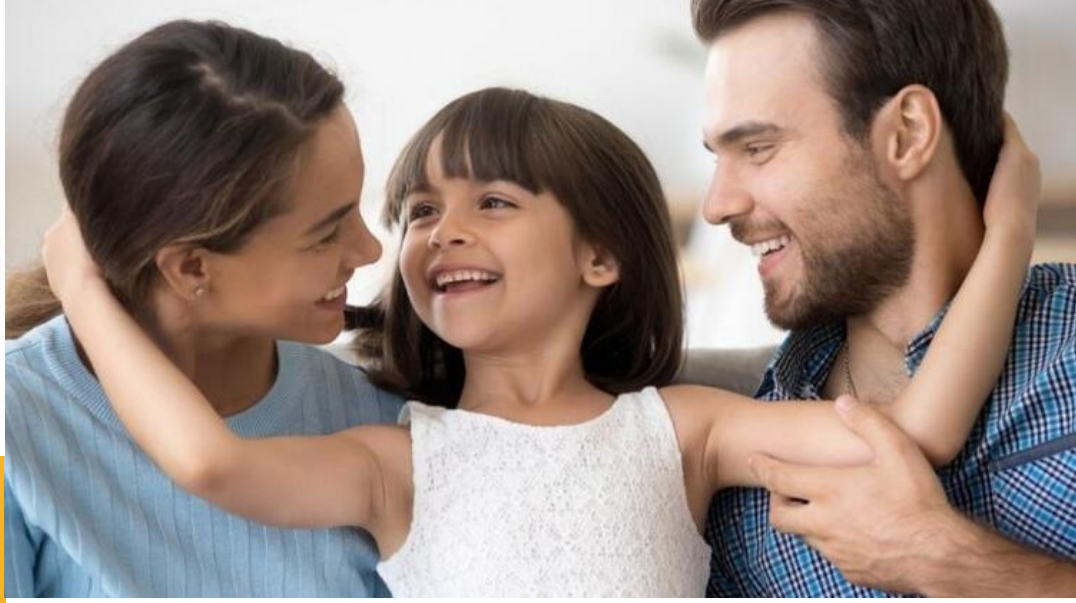
**adreslerimizden de bizi  
takip edebilirsiniz.**

**Rukiye DAYI KALIPÇIOĞLU**  
Rehber Öğretmen  
(5. ve 7. Sınıflar Sorumlusu)

**Ela AÇIKGÖZ**  
Rehber Öğretmen  
(6. ve 8.Sınıflar Sorumlusu)

"BİR İNSANIN,  
ANAVATANI  
ÇOCUKLUĞUDUR."  
DOĞAN CÜCELOĞLU  
Psikolog, Akademisyen

Bu yayın Uzaktan eğitim sürecinde aileleri bilinçlendirmek, aile dinamikleri ve çocukla iletişim konusunda farkındalık oluşturmak amacıyla hazırlanmıştır.



## ÇOCUKLA İLETİŞİM

İletişim sadece konuşmak değildir. İletişim aynı zamanda; neyi, ne zaman, nerede, nasıl söyleyeceğini bilmek, karşınızdaki kişiyle göz kontağı kurarak konuşabilmek, karşınızdaki kişinin verilen mesajı anlayıp anlamadığını kontrol edebilmektir.

Çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarını bilmek, çocuğun yaşına göre davranış eğilimlerini daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır. Çocuğun duygu, düşünce ve davranışlarını gelişimsel açıdan doğru değerlendirmek çocukla iletişimi güçlendirir. Etkin dinleme, çocuğun davranışlarıyla birlikte duygularını da anlamaya çalışarak dinlemektir. Çoğu insan duygularını bastırarak unutmaya çalışır. Ya da başka şeyler düşünerek olumsuz duygulardan kurtulacağını sanır. Oysa ki bize rahatsızlık veren duygular dile getirilerek yani başka biriyle paylaşarak dışa vurulur. Aktif ve dikkatli bir şekilde dinleme, olumsuz duyguların sizi nasıl etkilediğini farkına varmanızı sağlar. Aile içi ilişkilerde -etkin dinleme- çocuk ve ebeveynleri arasındaki bağı güçlendirir. Ayrıca kapı aralayıcı cümleler kullanmak çocuğu konuşmak için cesaretlendirecektir. "Anlıyorum, öyle mi, bu konuda konuşmak ister misin, seni dinlemek istiyorum, aklına takılan konuları bizimle paylaşabilirsin" gibi cümleler çocuğu iletişime girmeye davet eder. Aile içindeki etkileşim çocukları "ben değerliyim" ya da "değersizim" duygusuna götürür. Değerli olma duygusu aile içinde karşılanmazsa, çocuk farklı yollarla bu duyguyu yaşamaya çalışabilir. Aile içinde kazanılması gereken bir diğer önemli duygu: Güven/ emniyet duygusudur. Aşırı TV izleme, yaşına uygun olmayan internet kullanımı, çocuğun ev yaşamında kurallarının olmayışı, serbestlik veya tam tersi aşırı katı tutumlar çocuğun güven duygusuna zarar verir.



# İLETİŞİM ENGELLERİ

**Emir vermek, gözdağı, suçlayıcı dil, eleştirmek, sürekli yargılamak, alaycı üslup, sen dili, kıyaslamak, öğüt vermek, tehdit..**

**İletişim engelleri çocuklarda inatçı davranışları tetikler. Söylediklerinize itiraz eden, karşı gelen çocuklar, size sürekli karşılık verme çabasına girecektir. Bu mücadele sonucunda anne/baba- çocuk arasındaki çatışmalar artar. Öfke ve saldırganlık gibi olumsuz duyguları tetikler. Çocuk aile içinde anlaşılmadığını düşünür. İstekleri ve duyguları doğru anlaşılmayan çocuklar yalan söyleyebilir, daha kaygılı ve çekingen olurlar. Aile dışı ilişkilerinde de güvensiz hissederler. Ev ortamında sürekli eleştirel ve yargılayıcı dilin kullanılması, çocuğu daha zayıf, içine kapanık yapar. Anne- babanın emir vererek, gözdağı ve tehdit gibi yöntemlerle davranışlarını değiştirmeye çalıştığı çocuk, sevilmediğini düşünür ve bu yüzden çocuğun benlik saygısı (öz saygısı) zedelenir. Bu tarz yaklaşımlar zamanla çocuk ve anne-baba arasındaki bağı da zayıflatır. Çocuk kendini uygun bir dille ifade etmeyi, ev ortamında öğrenemediğinde kendisine ve çevresine karşı saygısı git gide azalır. Sosyal ilişkilerinde izolasyon, dışlanma, uyumsuzluk, ergenlik döneminde zararlı alışkanlıklara yönelme ve normal dışı davranışlar görülebilir.**

## SAĞLIKLI İLETİŞİM İÇİN AİLELERE ÖNERİLER



- Çocuklarla değişik konularda sohbet etme ortamı oluşturun. Sık sık sevginizi dile getirin.
- Aşırı eleştirici ve yargılayıcı mesajlardan kaçınin.
- Hatalı davranışlarını hemen sonrasında konuşarak uyarın ve ona doğrusunu anlatın.
- Başkalarının yanında onu kesinlikle küçük düşürmeyin, başkaları ile kıyaslamayın.
- Yeteneklerini fark edin ve teşvik edin.
- Topluluk içerisinde söz almasını teşvik edin.
- Çocuğunuza sık sık söz hakkı verin.
- Çocuğu ve duygularını "Ne Düşünüyorsun, Nasıl Hissediyorsun?" gibi cümlelerle anlamaya çalışın.
- Onun fikirlerine değer verdiğinizi hissettirin.
- Olumlu davranışlarını, ara vermeden takdir edin.
- Çocuğunuzla konuşurken yüzüne bakın, göz kontağı kurduğunuza emin olun ve ona ciddiye aldığınızı hissettirin
- Çocuklar için ayrıca etkinlikler planlayın.
- Yaşına uygun görevler verin, sorumluluk almasını cesaretlendirin.
- Başarısını takdir etmek için manevi ve sosyal ödüller (pekiştiriciler) kullanın.

Her ailede çocuğun bedensel, zihinsel ve duygusal gelişimini sağlıklı sürdürebilmesi için bazı temel duyguların yaşanması ve bu duyguları besleyen temel gereksinimlerin doğru ve zamanında karşılanması gerekir. 'AİLE GEREKSİNİMLERİNİN' sağlıklı bir şekilde karşılanıp karşılanmadığı, aile dinamiklerini ve aile içi iletişim biçimini belirler.

### Aile Gereksinimleri:

1. DEĞERLİ OLMA
2. GÜVEN ORTAMI
3. YAKINLIK ve DAYANIŞMA DUYGUSU
4. SORUMLULUK
5. ZORLUKLARLA MÜCADELE BECERİSİ
6. SAĞLIKLI MANEVİ YAŞAM
7. MUTLULUK ve KENDİNİ GERÇEKLEŞTİRME ORTAMI