

## ÇOCUKLARLA KURULAN İLETİŞİMDE NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?

- Konuşurken yüzümüz çocuğa dönük olmalıdır.
- Eğer çocuk duygularını söylemede, aktarmada sıkıntılar yaşıyor ise kendisine yardım edip düşüncelerini doğru bir şekilde ifade etmesine imkan tanımalıyız.
- Tutarlı davranışlar sergilemeli ve bir gün evet dediğimiz bir davranışa daha sonra hayır dememeliyiz.
- İletişimde en önemli unsurun samimiyet ve doğallık olduğu asla akıldan çıkarılmamalıdır. Kendi anne babanız, eşiniz ve yakın arkadaşlarınızla kurduğunuz iletişimde sizi en çok rahatlatan unsurların samimiyet ve doğallık olduğunu bir kez daha hatırlayın.
- Çocuğunuza bir şey anlatırken çok uzun cümleler kurmamaya, yalın ve sade bir dille konuşmaya özen gösterin. Doğal olun. Uzun uzun açıklamak, konuşmak her zaman sizin istediğiniz sonuçları yaratmaz.



Aile içi iletişim, ailenin üyeleri arasında nasıl bir iletişimin ve ilişkinin bulunduğunu ifade eden bir kavramdır. Çocuğun aile ile olan iletişim sürecinde anne ve babalar yaşam için gerekli olan bütün davranışları çocuklarına rol model olarak bazen bilinçli bir şekilde bazen de fark etmeden aktarmaktadırlar.



Bireyin eğitimi ailede başlar. Aile içi iletişimin iyi olduğu ailelerde bu durum tüm aile bireylerinin ruh sağlığını olumlu etkilemektedir. Sağlıksız iletişim kalıplarının egemen olduğu ailelerde ise çocukların öğrendiği şey, benlik saygısına verilen zarar sonucu saldırganlık, inatçılık davranışlarıdır. Bu tarz davranışlar çocuğun akranları tarafından dışlanmasına, akranları tarafından dışlanan çocukların ise kendilerini ispatlamak için olumsuz davranışlara yönelmesine neden olabilir. Böyle bir durum ise çocukların okuldan uzaklaşmalarına, farklı akran gruplarına yönelmelerine, suç oranının artmasına, tüm gelişim alanlarında olumsuz sonuçlara yol açabilir (Aral, 2021).



## AİLE İÇİ İLETİŞİM BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ



# İLETİŞİM ENGELLERİ



## 1-) EMİR VERMEK-YÖNLENDİRMEK

Bu iletişim engelinde anne-baba çocuğa doğrudan kendi duygu ve düşüncelerini iletir. Bu durum çocuğa yeteneklerine, duygularına ve kararlarına güvenilmediği mesajını vererek bir iletişim engeli oluşturur.

"O bölüm sana uygun değil!"  
"Ben senin yaşındayken..."

## 2-)YARGILAMAK-ELEŞTİRMEK

Olumsuz değerlendirmeler içeren mesajlar, çocuğu en çok etkileyen mesajları içerir. Çocuk, değersiz olduğunu hisseder. Çocuğun olumsuz bir benlik kavramı geliştirmesine neden olabilir. Sık sık yapılan eleştiriler çocukta anne babası tarafından sevilmediği hissini oluşturur.

"Gerizekalı", "Bir şeyi beceremez misin?"  
"Sen adam olacaksın da ben göreceğim",

## 3-)AD TAKMAK, ALAY ETMEK

Çocukların benlik imajlarını olumsuz etkiler. Çocukta sevilmediği ve değersiz olduğu hissini uyandırır. Bir süre sonra çocuk da bu duruma tepki duyarak öfkelenmeye başlayabilir.

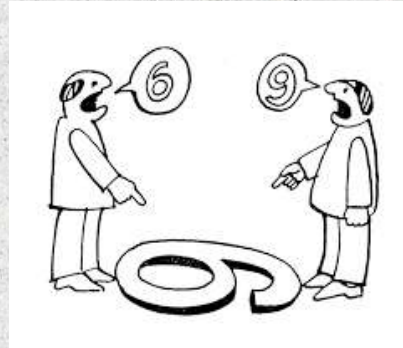
"Bebek gibi ağlama."



## 4-) ÇOCUK ADINA KARARLAR ALMAK

Zaman zaman bu iletiler çocuğun herhangi bir sorun yaşamadığı durumlarda kullanıldığında sorun yaratmayabilir (Yemek yemeği öğretme gibi). Ama herhangi bir sorun durumunda bu iletiler çocukta yetersizlik duygusu, söylenenlere cevap vermeme, küsme ya da sunulan mantıklı düşünceleri çürütmek için çabalamaya neden olur.

"Öyle yapman doğru olmamış keşke şöyle yapsaydın."  
"Hemen git ödevlerini bitir."



## 5-) YORUMLAMAK, ANALİZ ETMEK, TANI KOYMAK

Bu mesajlarla çocuğa ben seni senden daha iyi tanırım iletisi verilir. Anne babanın çocuklarıyla ilgili tahminleri tutarsa çocuklar yetişkinler tarafından her şeyin bilindiğini düşünebilir ve utanabilirler. Ve çocuk haksız yere suçlandığı düşüncesine kapılarak öfkelenebilir.

"Bana inat yemeğini yemiyorsun.",  
"Aslında sen öyle demek istemiyorsun." gibi.

## SAĞLIKLI İLETİŞİM İÇİN

- Çocuğunuzun yapmış olduğu davranış sizi öfkelenirse de ona karşı sabırlı olmalısınız.
- Zamanınız ne kadar az, işiniz ne kadar yoğun olursa olsun çocuğunuza mutlaka zaman ayırmalı onunla ilgilenmelisiniz.
- Onu sevdiğinizi dile getirmelisiniz. Sevgiyle büyüyen bir çocuk yaşama karşı çok daha güçlü durur.
- Çocuğunuza gün içerisinde yaşına uygun sorumluluklar verin. Yapmış olduğu her sorumluluk için dönem dönem ona teşekkür etmeyi unutmayın.
- Çocuğunuzun fikirlerine önem verin. Haksız olduğu bir konu söz konusu olsa bile onun da kendisini ifade etmeye hakkı vardır. Kendisini rahatlıkla ifade edebilen bir çocuk kendisine daha çok güvenir.
- Çocuğunuzu başka çocuklarla kıyaslamayın. Onu diğer çocuklarla kıyasladığınızda çocuğunuz kendisini değersiz hisseder.
- "Sen ne anlarsın, sen daha çocuksun, böyle şeylere karışma" tarzında kurduğunuz her cümle gün geçtikçe aranızdaki iletişimin kopmasına neden olacaktır.
- İletişim kurmakta olduğunuz kişinin yani çocuğun yaşını ve olgunluk seviyesini dikkate almalısınız. Bu yüzden çocuğunuzun sizi bir yetişkin gibi anlamasını beklemeyin.

