



ÖZEL DATA KOLEJİ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK SERVİSİ
EKİM AYI BÜLTEN YAZISI
AİLE İÇİ İLETİŞİMİ GÜÇLENDİRME



Çocukların ilk sosyal ortamı evdir. İletişim kurmayı, sosyalleşmeyi ve birçok toplumsal beceriyi ailesiyle öğrenir. Okul ortamı öğrencinin sosyalleşme ve iletişim becerilerini geliştirme anlamında ikinci önemli ortam olsa da aile duyguların, düşüncelerin ve davranışların şekillendiği çekirdek yerdir. Dolayısıyla her anne baba çocuğunun ruh sağlığını koruması ve toplumsal iletişim becerilerini geliştirmesinde bir yetişkin rolü üstelenerek önemli bir görev alır. Çocukların davranışları, duyguları ve düşünceleri ebeveynlerin bir yansımasıdır. Anne baba ve çocuk ilişkisi temelde anne babanın tutumlarına bağlıdır. Aile içinde oluşan sorunların büyük bölümü bizlerin olaylara ve davranışlara yönelttiğimiz bakış açısı ve yargılar nedeniyle oluşur. Çocukların davranışlarını yorumlarken değerlerimiz, kendi anne babamızın bizi yetiştirirken kullandığı tutum ve eğitimimizden kaynaklanan yargı etiketleriyle tepkiler veririz. (Öztürk, Ç.) Anne babalar topluma bir birey yetiştirdiklerinin bilinciyle hareket etmeli ve çocuklarına doğru yöntemlerle yaklaşmalıdır.



Kabul Etmek

Çocuğa aileye ait olduğu mesajını vermek amacıyla onu tüm özellikleriyle benimsediğinizi gösteren davranışlarınız çocuğunuza kabul edildiğini hissettirir. Dolayısıyla çocuklarınızın karakterini, fiziksel özelliklerini, ilgi, istek ve ihtiyaçlarını kabul etmek iletişimin korunmasında ve sürdürülmesinde önemlidir.

Saygı Göstermek

Çocuklarınızın sınırlarına saygı göstermek önemlidir. Gereğinden fazla yemek yemesi için zorlamak, saatlerce odasında ders çalışmasını istemek, arkadaşlarıyla geçirdiği vakit olağan olmasına rağmen aşırı müdahaleci davranmak, konuşması esnasında sözünü kesmek, dinlemiyormuş izlenimi vermek, onunla ilgili bir karar verilmesi gereken durumlarda fikrini almamak vb. davranışlar çocuğun sınırlarına saygı gösterilmediği ve yok sayıldığı anlamına gelir. Ebeveynler çocuklarının sınırlarına kontrollü şekilde saygı göstermeli. Müdahale etmesi gerektiği yerde müdahale etmelidir.



Pozitif Dil Kullanmak

Pozitif dilin ana fikri, **olumsuz (negatif) ifadelerden ve sözcüklerden kaçınarak** mesajınızı **yapıcı, çözüm odaklı ve motive edici** bir şekilde iletmektir. **Pozitif dil kullanmak, yalnızca ne söylediğinizle değil, aynı zamanda ne hissettirdiğinizle de ilgilidir.** Güven, saygı ve iş birliği ortamı yaratır. Yargılayıcı, suçlayıcı, sürekli öğüt içeren, emir



Takdir Etmek - Cezalandırmak

Aile çocuğun sergilediği bir başarı durumunda veya başarısızlıkla sonuçlanan ancak güzel bir ilerleme kaydedilen durumda çocuğu takdir etmeli ve çabasından dolayı onu kutlamalıdır. Çocuğa, sorumluluğunu yerine getirdiği için ödül verilmesi ödül konusunda çocukta bir duyarsızlık oluşturacak ve sonraki senaryolarda çocuk ödülü beğenmeyecektir. “Takdir alırsan sana tablet alacağım.” (Bolat, Ö.) Bu da aileyi maddi ve manevi olarak yıpratmış olacaktır. Çocuğun sorumluluğunu yerine getirmediği veya bir hata yaptığı durumda ise mahrum bırakma yöntemi en etkili yöntemdir. Çocuğun çok keyif

aldığı bir ortamdan, oyundan, teknolojik aletten vs. mahrum bırakmak yaptığı davranışını değerlendirmesini sağlar.

Belirtilere Dikkat Etmek

Çocuklar risk altında oldukları zaman belirgin bir şekilde duygu, düşünce ve davranışlarında değişikliğe giderler. Aile çocuğunu her açıdan takip etmeli ve gözlemlemelidir. Hangi ortamlarda hangi sıklıkla ne gibi davranışları sergilediğinin, konuşma şeklinde, yeme-içme veya uyku düzeninde bir değişiklik olup olmadığının farkında olmalıdır. Arkadaş çevresinde kimlerin olduğunu, nasıl zaman geçirdiklerini bilmelidir. Duygusal anlamda içe kapanma veya aşırı dışa dönük hareketler, az konuşma veya konuşmaktan kaçınma, ani öfke nöbetleri vs. dikkat etmelidir. Bu gibi durumlarda aile mutlaka öğretmenlerle görüşmeli, problem olduğu kanısına varılırsa bir uzmandan destek alınmalıdır.



Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Servisi

KAYNAKÇA

Bolat, Özgür. *Beni Ödülle Cezalandırma* (2016).

Öztürk, Çiğdem. *Aile İçi İletişim ve Çocukla İletişim*. Balıkesir Karesi Halk Eğitim Merkezi. (2018).