



Nazmi Arıkan

FEN BİLİMLERİ

Eğitim Kurumları

ORTAOKUL REHBERLİK BİRİMİ BÜLTENİ

İLETİŞİM BECERİLERİ

Anne-babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocukla olan iletişimi ve etkileşimi, çocuğun aile içindeki yerini belirler. Aile, çocuğun ilk sosyal deneyimini edindiği yerdir. Çocuğa yöneltilen davranış ve ona karşı takınılan tavır, bu ilk yaşantıların örülmesinde büyük önem taşır. Sosyal uyum üzerindeki çalışmalar, ailenin çocuk üzerindeki ilk etkilerinin son derece önemli olduğunu kanıtlamıştır. Dengeli, duygusal ve toplumsal etkileşimin güçlü olduğu aile ortamında; yeterli güven, sevgi ve sevecenlik içinde büyüyen çocuklar, gelişimleri için gerekli deneyimleri elde edebilirler. Hor gören, sıkça cezalandıran ya da hem sevip hem de soğuk davranan anne ve babaların çocukları bağımlı bir kişilik yapısına sahip olmaktadır.



Çocuğun aile üyeleri ile olan ilişkileri; diğer bireylere, nesnelere karşı tavrının temelini oluşturur. Aile aynı zamanda çocuğa, aile ve toplumun bir üyesi olduğu bilincini aşlar ve uyum biçimlerinin temellerini atar. Anne-Baba-Çocuk ilişkisi, temelde anne ve babanın tutumuna bağlıdır.

Çocuklar arasında uyum bozukluğuna yol açan birçok olaya, yeterli ve uygun olmayan ilk ane-baba-çocuk ilişkilerinin neden olduğu saptanmıştır. Anne ve babanın kendi çocukluk yıllarındaki deneyimi şimdiki tutumlarında etkili olabilir. Çocukluk yıllarında kendi anne babasıyla sağlıklı bir iletişim kuramayan, yeterli sevgi göremeyen bir baba ya da aşırı baskı altında büyümüş bir annenin tutumları bu kötü deneyimler nedeni ile olumsuz olabilir.

Anne ve babanın sevgi ve ilgisinden yoksun olarak büyüyen çocuklar, büyük bir sevgi açlığı gösterirler; bu açlık da, birtakım davranış ve uyum bozukluklarına neden olabilir. Çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik döneminde gencin, sorunlarını kolaylıkla çözebilmesi ve zorluğa uğramadan aşabilmesi, geçmişteki olumlu aile ilişkilerine bağlıdır. Çocukluk döneminde sevgi ve güven duygusuyla yetiştirilen çocuk, mutlu bir ergen adaydır. Daha o dönemde anne ve babasıyla başarılı bir iletişim kurabilen çocuk, zorlu ergenlik döneminde de aynı arkadaşça ilişkilerini sürdürerek, kişisel sorunlarını kolaylıkla çözebilir.



SAĞLIKLI BİR AİLEDE SORUNLARIN ÇÖZÜMÜ

- Duygu ve düşünceler olduğu gibi, abartılmadan ortaya konulmalıdır (Bu tutuma kendine güvenli ve kendine saygılı tutum diyoruz. Bu tutum içinde olan kişiler hem kendilerine hem de başkalarına saygı gösterirler).
- Sorunlar şimdiki bağlam içinde ele alınmalı ve eski birikimler için içine sokulmamalıdır.
- Kesinlikle öğüt verme kullanılmamalı, davranışlar somut bir biçimde ayrıntılı olarak ele alınmalıdır.
- Yargılamaya gidilmemeli, kişiler kendi duygu ve düşüncelerini ifade edebilmelidirler.
- Duygu ve düşünceler, ne az ne eksik, olduğu gibi ifade edilmelidir.
- Konunun özü ile konuya ilişkin olmayan ayrıntılar birbirinden ayırt edilmelidir. Örneğin siz çocuğunuza “İki saat geciktin” dediğinizde, çocuğunuz size: “hayır bir saat kırk beş dakika geciktim” dememelidir.
- Sorun çözmede etkin dinleme kullanılmalıdır.
- Belirli bir zaman konusu içinde ancak bir çatışma üzerinde durulmalı, başka çatışma konuları çatışmaya katılmamalı. Örneğin: “Hem geç kalıyorsun hem de bana yardım etmiyorsun” diyerek iki konuyu birden ortaya atmamak gerekir.
- Birinin haklı çıkması yerine her iki tarafın da anlaşabileceği bir çözüme yönelmek gerekir. “Ben haklıyım, sen yanlış hareket ediyorsun.” tarzında davranmamak gerekir.

Çocukla İletişim Kurmak

İletişim tüm insani ilişkiler açısından çok önem taşır ama özellikle çocuklar söz konusu olduğunda daha fazla önem kazanır. Maalesef toplum olarak karşımızdaki insanları dinleme konusunda çok dikkatli olduğumuz söylenemez. Çocuklarımızla olan ilişkilerde daha önemsemeyiz davrandığımız da bir gerçek. Oysa çocuklarımızla sağlıklı iletişim kuramamışsak etkili bir iletişimden de söz edemeyiz.



Peki etkili iletişim ne demek?

- Sana önem veriyorum demenin her türlü yolu.
- İyi bir dinleyici olma becerisi.
- Çocuklarımızın duygularını anlamak ve saygı göstermek.
- Komutlar vermek yerine işbirliği yapabilmek.
- Sorularla boğmadan ve yargılamadan dinleyebilmek. • Olumlu davranışları öne çıkartmak, pekiştirmek.
- Çocukla sağlam bir güven duygusu oluşturabilmek.
- Sadece başarısızlıkları değil, başarıları da konuşmak.

Bütün bunlar öncelikle doğru ve sağlıklı bir iletişimin kapısını açacaktır. Ayrıca ebeveyn olarak söylediklerinizle yaptıklarınızın aynı olması ve tutarlılık içermesi beklenir. Kendi içinde çelişen bir ebeveynin çocuğun gözünde hiçbir inandırıcılığı yoktur.



Çocukla Konuşurken Dikkat

Çocuklar yapı olarak, daha bebekliklerinden itibaren çevrelerindeki bireylerin sözel olmayan davranışlarını çok doğru biçimde yorumlarlar. Yani daha siz konuşmadan onlar sizin ne söyleyeceğinizi, ne yapacağınızı, ne istediğinizi bilirler. Çünkü sizin beden dilinizi çok erken yaşta keşfetmişlerdir. O nedenle konuşmalarınızda kesinlikle içten ve tutarlı olmak zorundasınız. İnanmadığınız hiçbir şeyi çocuklarınıza söylemeye kalkmayın. Onlar sizin neredeyse röntgeninizi çektiklerinden aslında ak derken kara demek istediğinizi bileceklerdir. Onların gözünde yalancı ve güvenilmez duruma düşmeyin. Ayrıca çocuğunuzla konuşurken en önemli üç kuralı asla ihmal etmeyin:

- ◀ Konuşurken mutlaka göz teması kurmaya dikkat edin.
- ◀ Tensel teması yani fiziksel olarak çocuğunuza dokunmayı unutmayın.
- ◀ Mutlaka anlattıklarını sonuna kadar dinleyin. Sadece siz konuşmayın.

İletişimde Anne Baba Farkı



Çocukla ilişkilerde genellikle baskın tarafın anne olduğu bilinir. Anne çocuğun her şeyiyle ilgilenen ebeveynidir. Hatta bazı çatışmalarda babayla çocuk arasındaki arabulucu konumundadır. Ailedeki taraflar bundan pek şikâyet etmezler. Herkes durumu kabullenmiş gözükür ama bunun çok sağlıklı olduğunu söylemek mümkün değildir.

Bir çocuk yetiştirilirken, her iki ebeveyn de eşit olarak sorumludur. Çocukla olan her tür iletişimde de aynı şekilde anne ve baba olarak etkin biçimde yer almak zorundadırlar.



Annelerin her ne kadar başlarda direnç gösterdikleri bilinse de genellikle çocuğun isteklerini yerine getirdikleri; yasak koyucu ve otorite uygulayıcı tarafın baba olduğu görülmektedir. Oysa çocuk için hem anne hem de baba çok önemlidir. Özellikle temsil ettikleri figürler açısından her birinin çocuğun gözündeki yeri ayrıdır. Bu açıdan çocuğun anne ve babayla ayrı ayrı sağlıklı bir iletişim kurması hayati önem taşır.

Yaşı kaç olursa olsun, unutmayın karşınızdaki sadece bir çocuk. Üstelik sizin çocuğunuz. Hayatı keşfetmeye çalışan, kendi hayat deneyimlerini oluşturan çocuğunuz için her şeyin en iyisini isterken aslında ona verebileceğiniz en iyi şey; onunla aranızda kurulmuş sağlıklı bir iletişimdir.

