

AİLE İÇİ ETKİLİ İLETİŞİM

Asiye Ahmet Ziylan Özel Eğitim Anaokulu

'Serginin En Güçlü Hali Ailedir.'

'Hayattan ne istersin?' sorusuna hepimizin vereceği cevap farklılık gösterecektir elbette ki ama 'Mutlu Bir Aileye Sahip Olmak' en çok telaffuz ettiğimiz ya da en sık duyduğumuz cevaplardan biri olarak karşımıza çıkar. Aile Bireylerinin, birtakım temel gereksinimleri karşılaması halinde ise böylesi güzel bir isteğin gerçekleşmesi kaçınılmazdır.

Ailenin Temel Gereksinimleri

Aile, kendini oluşturan bireylerle birlikte kıymetlidir. Dolayısıyla '**Biz Duygusu**' ile var olmak, '**Sorumluluk Alma**' inisiyatifi göstererek '**Sorun Çözme**'yi birlikte denemek esastır. Bireylerin '**Ben Değerliyim**' algısıyla kendilerini '**Güvende Hissetme**'leri sağlanmalıdır.

Aile İçi İletişim Engelleri

- Çocuk yetiştirmekte amaç; çocuğun söyleneni yapması değil kendisi için gerekli olanı düşünmesine ve keşfetmesine yardımcı olmaktır. Bu sebeple '**Emir Verme, Yönlendirme**' Kalıplarını tercih etmeyin.
- Korku; boyun eğme, itaat etme davranışı yaratabilir ya da deneme isteğini tetikleyebilir. Ayrıca gücenme, kızgınlık, öfke ve düşmanlık duygularının oluşmasına neden olabileceği için '**Uyarma, Gözdağı Verme**'yi bir disiplin politikası olarak kullanmayın.
- Karar Verme, İnisiyatif Alma ve Sorumluluk Bilincine sahip bireyler yetiştirmek için '**Sürekli Öğüt Verme, Çözüm Önerileri Getirme**'ten kaçının.

- Olumsuz bir yargıya hedef olma ya da azarlanma korkusu, iletişimin kesilmesine yol açabileceği gibi; yargı ve eleştirilerin gerçek olarak algılanmasına, çocuğun kendisini değersiz, yetersiz görerek benlik saygısının düşmesine sebep olabilir. '**Sıklıkla Yargılama, Eleştirme**' yanılığısına düşmediğinizden emin olun.
- Gerçeklikle uyuşmayan '**Abartılı Takdir ve Övgü**'den uzak durun.
- '**Kendilik Gelişimini Olumsuz Etkileme**'sine sebep olacak İsim Takmak, Alay Etmek gibi seçenekleri hiç bir sebeple kullanmayın.
- Birey sorgulanıyor hissine kapıldığında güvensizlik ve kuşku oluşturur. '**Sinama, Soru Sorma, Sorgulama**' konusunda ölçülü davranın.

Etkili İletişimi Artırmak İçin Öneriler

- Çocuğunuza zaman ayırın, onunla ortak faaliyetleri paylaşın.
- Birlikteyken tüm dikkatinizi ona yoğunlaştırın.
- Aşağılamak, suçlamak, çocuk adına karar vermek yerine seçimlerine saygı duyun.
- Çocuğunuzu dinleyin. Anne-Babası tarafından dinlenildiğini düşünen çocuk duygularını ifade etme olanağı bulur.
- Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun.
- Sevginizi ifade etmek ya da göstermek konusunda cömert davranın.
- Çocuğunuzu başka çocuklarla karşılaştırmayın. Çocuk, Anne-Babası tarafından önemsenmek, değerli bir insan olarak kabul edilmek ihtiyacındadır. Unutmayın Ki; '**Her Çocuk Biriciktir.**'

Pınar ÖZDEMİR
Psikolojik Danışman

Kaynakça
CÜCELOĞLU, D., (2015), 'Başarıya Götüren Aile'