

T. EMLAK BANKASI ATAŞEHİR ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ

Aile İçi İletişim

Aslında bu zaman dilimi büyüdü yıllardan oluşur. Henüz gerçekle gerçek olmayan arasındaki sınırlar çizilmemiştir. Bu yıllar peri masallarının gerçek olduğu büyüün gerçekten büyü hayatınsa çocuğun istediği karakterin kılığına girdiği sahne dolu yıllardır. Aynı zamanda çocuğunuz için güvenli olanla tehlikeli olan arasındaki sınırlarında çizilmediği yıllar!

Onun tehlikeye girmemesi için gelişen bağımsızlığı ve hareket kabiliyeti karşısında gözünüzü devamlı açık tutmanız gerekebilir. Bundan sonra ilişkinizin karşılıklı alıp vermek üzerine kurulduğunu hissedeceksiniz.

Okul öncesi dönemde çocuğunuzun çevresinde olup bitenleri anlama kabiliyeti ve kendisinden beklenenlerin farkında olma oranı gerçekten yapabileceklerinin önüne geçer. Bunun üzerine bir de giderek artan kendini ifade etme ve kendi kendine bir şeyler yapabilme arzularına davranışlarının karşısındakinin davranışlarını nasıl etkileyeceğini bilmiyor oluşu eklenince bu dönemin yeterince hüsrana ve huzursuzluğa sebep olacağı tahmin edilebilir.

- Peki çocuklarımızla çatışmalarımızı nasıl çözüyoruz?
- Eşinizle birlikte ortak bir tutum sergileyebiliyor musunuz?
- Anne baba olarak gerçekten iyi bir rol model miyiz?
- Anne - Baba - Çocuk İletişiminde Püf Noktalar Nedir?
- Çocukla Güven İlişisini Nasıl Kurarız?

Çocuklar kendilerini neyin beklediğini bildiklerinde kendini güvende hissederler. Anne ve çocuk oyuncak alma gününü konuşup bir gün belirleyebilirler. Bu güne çocuğunuzla karar vermeniz durum üzerinde kontrol sahibi olmasını sağlayacak ve anlaşmayı bozmasını engelleyecektir. Herhangi bir kuralın ve ya kararın rutine bağlanması da çok önemli. Tutarlılık ve düzen de çocukların kendilerini güvende hissetmeleri için vazgeçilmez unsurdur. Anne baba olarak bu düzene uymanız çocuğunuzun da uyma ihtimalini arttıracaktır. Örneğin oyuncakçıya gitmeden kuralınızla ilgili hatırlatmalar yapabilirsiniz.” **Birzandan dışarı çıktığımızda oyuncakçının önünden geçebiliriz. Fakat bugün oyuncak alma günümüz değil.**” Bu cümle **“Boşuna ağlama oyuncak almayacağım”** cümlesinden daha anlamlıdır.

Çocuğunuzun mümkün olduğunca dinlemeye çalışın Etkin dinleme çocuğun anlaşılma hissetme gereksinimine cevap verir. Bize verilmek istenen gerçek mesajı alma olanağı sağlar.

İyi bir örnek olun. Çocuğunuzun stresli durumlarda nasıl davranması gerektiğini düşünüyorsanız siz de öyle davranın. Çocuğunuz mutsuz ya da hayal kırıklığına uğramış görünüyorsa bir an durup kendinizi onun yerine koymaya çalışın. Böylece dikkatinizi neye yoğunlaştırmanız gerektiğini daha kolay anlayabilirsiniz. (Empatik Yaklaşım)

Çocuğunuz güzel davranışlarda bulunduğunda ne olursa olsun biraz zaman ayırıp onu samimi bir şekilde takdir edin. Böylece onu kendisinden beklenen uygun ve eğlenebileceği etkinliklere daha fazla vakit ayırması için teşvik etmiş olacaksınız. Eğer ki bir tehlike unsuru yoksa bazı uygun olmayan hareketlerini görmezden gelin. Görmezden gelmeyi ceza vermeye tercih edin. Çünkü cezalar çocuğa ceza almaktan kaçınmak dışında hiçbir şey öğretmez. Unutmayın çocuğunuza verebileceğiniz en güzel ödül ilginizdir.

Çocuğunuza yapabileceği zorluktaki işleri yapması için fırsat vermelisiniz. Fakat bilmeniz gereken bir şey var. Çocuğunuzun yapabileceği zorluktaki işleri onun yerine yaptığımız zaman verdiğiniz mesaj şu: **“Sen yetersizsin”**. Bu örnekler çoğaldıkça çocuğunuz yeni beceriler konusunda yetersiz kalır. (Aşırı koruyucu Tutum)

Çocuğunuzun kendi adına konuşmasına fırsat vermelisiniz. Çocuklara sorulan soruların cevaplarının çocuklardan alınması gerektiğine inanıyorum. Fakat bunun her zaman mümkün olmadığını gözlemliyorum. Anne olduktan sonra cümleler “ben” yerine “biz” ile başlayabiliyor. Çocuğa sorulan bir sorunun sorumluluğunu çocuk değil ebeveynler alıyor. Mesela “**Biz bugün biraz hastayız burnumuz akıyor.**” “**Biz 5 yaşındayız.**” Bu tür ifadeler çocukların kendilerini bir birey olarak görmesini engelliyor. Bu nedenle çocukların kendilerini ilgilendiren konularda kendilerini ifade etmelerine fırsat vermeniz ve onun yerine ve onun adına konuşmamanız gerekiyor.

Kendisi yerine konuşulan çocuklar bir süre sonra sorulan sorulara cevap vermemeye ve kendisini ifade etmemeye başlayabilir. Sosyal ortamlarda çekingen davranabilir. Kendi istek ve ihtiyaçlarını ifade etmesi için sürekli bir yetişkine ihtiyaç duyabilirler.

Problemlerini kendisinin çözmesi için desteklemelisiniz. Çocuklara yetersizlik hissini yaşatan bir diğer durum ise ebeveynlerinin çocukları ilgilendiren bir sorunu onlar yerine çözmeye çalışmaları. Ödevini yapmayan bir çocuğun ödevini yapmak ya da öğretmenini aramak, arkadaşı ile sorun yaşadığında onun yerine arkadaşıyla konuşmak gibi davranışlar “**Sen kendi sorunlarını çözme konusunda yetersiz bir çocuksun**” Mesajını verir.

Sorunları bir yetişkin tarafından çözülen çocuklar yetişkinlere bağımlı hale gelebilirler. Yaşadıkları bir sorun karşısında savunmasız ve çaresiz hissedebilirler. Yeni kararlar alma, yeni ortamlara girme ve yeni başlangıçlar yapma konusunda endişe duyabilirler.

Çocuğunuz ile iletişimde vermeniz gereken mesaj herkesin kendi duygusundan sorumlu olduğu mesajdır. Örneğin, oyuncasını toplamak istemiyorsa, ‘**Üzülürüm**’ demek yerine; neden istemediği hakkında konuşabilir, motivasyonunu artıracak yöntemler hakkında konuşabilir, toplamadığı zaman olacaklar hakkında bilgi verebilirsiniz. Oyuncaklarını toplamanın onu çok yoracağını düşünüyorsa onu yormayacak bir yöntem hakkında düşünmesini sağlayabilir ya da yardım teklif edebilirsiniz.

Çocuğunuzun ifade ettiği duyguyu yargılamamalısınız. Duygusu kabul edilmeyen çocuklar kendilerini değersiz ve hatalı hissederler; bir süre sonra duygularını ifade etmekten vazgeçerler. Duygular her zaman koşulsuz kabul edilmelidir. Çünkü hatalı ya da yanlış davranış olabilir; fakat hatalı ya da yanlış duygu olmaz.

Ebeveynler olarak sevgimizi hissettirmek için birçok şey yaparız. Fakat bazen bazı şeyleri unuturuz: Mesela, korkularımızın, endişelerimizin ve suçluluk duygularımızın ilişkimizin önüne geçtiğini ve asıl duvarı bu duyguların ördüğünü unuturuz. Sevgisini kaybetmemek uğruna hiçbir sınır koyulmayan bir çocuğun hissedeceği duygunun kaygı ve öfke olacağını unuturuz. Ya da alacağımız hiçbir nesnenin çocuğumuz ile kuracağımız ilişkiden daha değerli olamayacağını unuturuz. Bir çocuğun yanında kardeşini sevmenin, çocuğa da nasıl seveceğini öğreteceğini unuturuz.

Çocuğumuz bir şey yaparken orada olmamızın, onunla bir ilişki içinde olmamız ile aynı şey olmadığını unuturuz. Sözcüklerin çoğu zaman bir bakışın, bir dokunuşun ya da ona ayırdığımız bir zamanın yerini tutmayacağını unuturuz.

KAYNAKLAR

1. Blair, Linda: Mutlu Çocuk
2. Yavuzer, Haluk: Çocuk Eğitimi El Kitabı
3. Aletha J. Solter: Çocuğunuza Kulak Verin