



Sayın Velilerimiz,

Hepimizin bildiği gibi anne-babaların çocukları üzerindeki etkileri yaşam boyu devam eder. Etkili iletişimin kurulduğu ailelerde, aile bireyleri birbirleri ile duygularını paylaşır, birbirlerine zaman ayırır, birbirlerine değer verir ve birbirlerini olduğu gibi kabul ederler. Anne- babalar çocuklarına olan duygularını sevgi dolu ve destekleyici bir yolla ifade ederler. Böyle bir aile ortamında da anne-baba-çocuk arasındaki ilişki etkili olur. Anne-baba-çocuk iletişimi olumlu duygular ve alışkanlıklar içeriyorsa, her iki taraf için de birlikte geçirilen zaman eğlence ve mutluluk kaynağı olabilir. Çocuğun yaşı ne olursa olsun, onunla kurulan etkili bir iletişim, onda kendine güven ve çevresine saygı gelişimi için en önemli kaynaklardan biri olacaktır. İyi bir ilişki kurabilmek ve bunu yıllar boyu sürdürebilmek, çocuğun kişilik gelişimi açısından da olumlu etkiler yaratacaktır.

Çocuğumuzla iletişim kurarken dikkat etmemiz gereken noktalar nelerdir?

- Çocuğunuz sizinle konuşmak istediğinde, televizyonu kapatabilir, gazeteyi kaldırabilir ve onunla göz göze iletişim kurmaya özen gösterebilirsiniz.
- Sizinle paylaşmak istediği özel konular olduğunda başkalarının olmadığı ortamlarda paylaşımında bulunmalı, o izin vermedikçe sırlarını hiç kimseye paylaşmamalısınız.(çocuk için hayati önem taşımayan bir konu ise)
- Çocuğunuzun hoşlanmadığınız tutum ve davranışlarını başkalarının yanında eleştirmemeye, küçük düşürücü sözcükler kullanmamaya özen göstermelisiniz.
- Çocuğunuza kızdığınızda sinirleriniz yatışınca kadar suçlayıcı sözler söylemekten ve ceza vermekten kaçınmalısınız. Çünkü o sırada sonradan yapmak zorunda kalabileceğiniz yanlış kararlar alabilir, gerçek düşüncelerinizi belirtmeyebilir, tarafsız davranamayabilirsiniz.
- Çocuğunuzun dinlerken onun kelimelerini tamamlamaya çalışmadan, mümkün olduğunca sözünü bitirinceye kadar beklemeye özen göstermelisiniz.
- Sizinle yaşadığı bir olayı paylaştığında eleştirilerinizi konunun ana fikrinden uzaklaşmadan yapmaya çalışmalısınız. Örneğin; çocuğunuz arkadaşıyla oyun oynarken vazoyu kırdıklarını anlattığında " Senin o saatte ders çalışıyor olman gerekmiyor muydu?" gibi sözler söylemeniz onun olayları yanlış yorumlamasına ve karışık duygular hissetmesine yol açabilir.
- Sizinle paylaşımlarında "Neden" sorusu yerine "Ne" sorusunu sormaya özen gösterebilirsiniz. Örneğin; Bu konuda ne düşünüyorsun? Ne oldu? Ne hissettin? gibi.
- Çocuğunuzla yetişkinlerle konuştuğunuzda kullandığınız ses tonu ve sözcüklerle konuşun. Onun küçük ve tecrübesiz olduğunu vurgulayan sözcükler ve hitap şekli iletişimi güçleştirir.
- Zorlandığı ve çözümleyemediği konular olduğunda problem çözme basamaklarını anlatın. Örneğin; bir arkadaşı ile tartıştığında, arkadaşına "-seni üzdüğünü, bu davranışından hoşlanmadığını anlat, oradan uzaklaş, yetişkinlerden yardım iste"- şeklinde yönlendirme yapabilirsiniz. Sorunları çocuğunuz adına siz çözmemelisiniz.

Dinlemek ve Kendimizi Çocuğumuzun Yerine Koymak

Anne babalar genellikle çocuklarını dinlediklerini düşünürler, oysa çocuk konuşurken ikaz, önerilerde bulunma, hatırlatma yapma, fikir yürütme gibi müdahalelerle çocuğu aslında dinlemeyiz. Bir sorununu paylaşan ya da kendisiyle ilgili birşeyler anlatmaya çalışan bir çocuğa yapılan uyarı, ikaz gibi müdahaleler çocuğun susmasına, kendisini duyulmamış veya

önemsenmemiş hissederek küsmesine sebep olabilir. İletişimi engelleyen bu müdahalelerin yerine yapılabilecek ve çocuğa yardımcı olabilecek davranışlar şunlar olabilir:

Sessizlik: Sessiz kalma karşımızdaki kişiye konuşma olanağı tanıyan en etkili yoldur. Çocuğa konuşma alanı sağlamak onu cesaretlendirecek ve kendini ifade etmeye yöneltecektir.

Katılımcı Dinleme: Basit bir tekrardır. Çocuğa onun söylediklerini duyduğunuza dair bir mesaj verir. Çocuğunuzun söylediklerini özetleyebilir, onun yaşamış olduğu duyguları dile getirebilirsiniz. Örneğin;

Çocuk: Yarın okula gitmek istemiyorum. Ödevimi bitiremedim.

Anne: Ödevini bitiremediğin için endişeleniyorsun.

Çocuk: Öğretmenim bana kızacak.

Anne: Öğretmenin kızacak olması seni endişelendiriyor, öyleyse ödevlerini tamamlamalısın.

Empati: Empati çocuklarda doğal olarak zaten vardır. Ağlayan bir arkadaşına en sevdiği oyuncuğı vererek onun susmasını sağlamaya çalışan bir çocuğun bu davranışı, empati kuruyor olduğunun en tipik göstergesidir. Siz de zaman içerisinde doğru davranış modelleri oluşturmalı ve çocuğunuzun empati becerisinin kalıcılığını desteklemelisiniz.

Balığı öldüğü için ağlayan bir çocuğa " ne varmış bir balık için üzülecek" gibi bir iletişim engeli yerine, balığın onun yaşamında ne denli önemli olduğunu anlamaya çalışmak, empati kurmaktır. Hayatın içinden örnekler vererek, çocuğunuza başkalarının duygu ve düşüncelerine duyarlı olma konusunda örnek davranışlar sunabilirsiniz. Çocuğunuza kitap okurken, kitaptaki kahramanların duyguları, yaşadıkları üzerine onunla konuşabilir, film izlerken oradaki olaylar üzerine yorumlar yapabilirsiniz. Müzik eğitimi alan ve evcil hayvan besleyen çocuklarda empati duygusu daha kolay gelişir. Bu alanlara çocuğunuzu yönlendirebilirsiniz.

