



ÇOCUĞUNUZU TANIYIN!

İletişimi doğru kurmanın ilk adımı karşımızdaki insanı tanımaktır. Aile içi iletişimde de çocuğa ulaşmak, onunla bağ kurabilmek için onu tanımak gerekir.

Çocuğun ilgileri, ihtiyaçları, gelişimsel özellikleri ve öğrenme yöntemleri birbirinden farklı olabilir.

DEĞERLİ OLDUĞUNU HİSSETTİRİN!

En güzel iletişim dili sevgidir. Sevginin ilk görevi dinlemektir. Aşağılamak, suçlamak yerine onu dinleyin, ona "sen dinlemeye değersin" mesajını verin.

İYİ BİR DİNLEYİCİ OLUN!

İyi bir dinleyici olmak öğrenilebilir bir durumdur. Bazı tüyolar;

- Çocuğumuz bir şeyler anlatırken mutlaka göz teması kurmalıyız.
- Konuşurken çocuğumuza doğru eğilmek onun anlattıklarına önem verdiğimizizi hissettirir.
- Anlatırken yargılayıcı olmayan sorular sormak bizimle daha fazla şey paylaşması için çocuğu cesaretlendirecektir.
- Konuşma esnasında anlatılanlar kadar beden dili ve ses tonu da önem taşır.
- Çocuğunuz anlatırken sözünü kesmeyin, sonuna kadar dinleyin. O anlatacaklarını bitirdikten sonra birlikte yorum yapabilirsiniz.

Bir çocuk için annesi ve babası dünyayı temsil eder. Çocuk, annesi ve babası nasıl davranıyorsa, dünyadaki herkesin de aynı şekilde davranacağını düşünür." M.ScottPeck

ANNE BABANIN İLİŞKİSİ ÇOCUĞUN ÜÇÜNCÜ EBEVEYNİDİR

Anne baba ilişkisi çocuğun davranışlarının şekillenmesinde temel belirleyicidir. Evde şiddete kötü söze maruz kalan bir çocuğun toplumda uygun davranışlar sergilemesi beklenemez. Baba anneye, anne babaya saygı duyuyorsa, özür diliyorsa, anlayış ve sevgi gösteriyorsa, çocuk da ilişkilerinde bu yolu benimseyecektir.

TAKDİR EDİN!

Davranışları takdir edilen çocuk kendini önemli hisseder ve üretken olur. Burada önemli olan nokta takdiri çocuğa değil, çocuğun yapmış olduğu davranışa yapmaktır.

AŞIRI ÖVMEK İLE TAKDİR ETMEK AYNI ŞEY DEĞİLDİR!

TUTARLI OLUN!

Tutarlı olmak demek doğruların ve yanlışların farklılık göstermemesi demektir.

Ebeveynlerin davranışlarında tutarlılık yoksa çocuk anne ve babanın doğrularını sorgulamaya başlayacaktır.

KIYASLAMAYIN!

- Hiçbir kıyaslama mutlu son ile bitmez. Her insan özel, eşsiz ve değerlidir.
- Kıyaslama; çocuğu mutsuz eder, kaygı ve stresini artırır, yetersizlik duygusu geliştirmesine ne-den olur.
- "Çocuğun başarısı başkalarıyla kıyaslama yoluyla değil, kendi gelişimi içinde değerlendirilmelidir. Başarı çocuğun dünü ve bugünü arasındaki değişimdir."

ÖRNEK OLUN !

Çocuklar ne söylediğimize değil, ne yaptığımıza bakarlar. Bir konuda çocuğumuza öğüt verirken o davranışı kendimizin yapıp yapmadığını sorgulamalıyız. Aksi takdirde söylenen sözlerin bir anlamı ve kalıcılığı olmayacaktır.

ULAŞILABİLİR OLUN!

Yoğun bir işiniz ve dar bir zamanınız da olsa çocuğunuz için ulaşılabilir olmanız çok önemlidir. Günde 10 dakikanızı hiçbir dikkat dağıtıcı araç etkin değilken (TV, telefon vb.) çocuğunuza ayırmanız iyi bir iletişim alışkanlığı kurmanıza yardımcı olacaktır.

ANLAMAYA ÇALIŞIN

- Ne düşünüyorsun, nasıl hissediyorsun gibi sorularla anlamaya çalışın.
- Korku ve endişelerine saygı duyun.
- Bedenleri büyüyor olsa bile ruhlarının hala çocuk olduğunu unutmayın.
- Çocuk anne- babadan ayrı bir kişiliktir. Kopyası olamaz.

Bir yazarımızın da dediği gibi "Lütfen çocuklarımızla itişmeyelim, İLETİŞELİM..:)

Zeliha Betül BÖREKCI
Psik. Dan. Rehber Öğret.