

AİLE İÇİ İLETİŞİM

Çocuk Hakları ve Çocuk Kıymeti



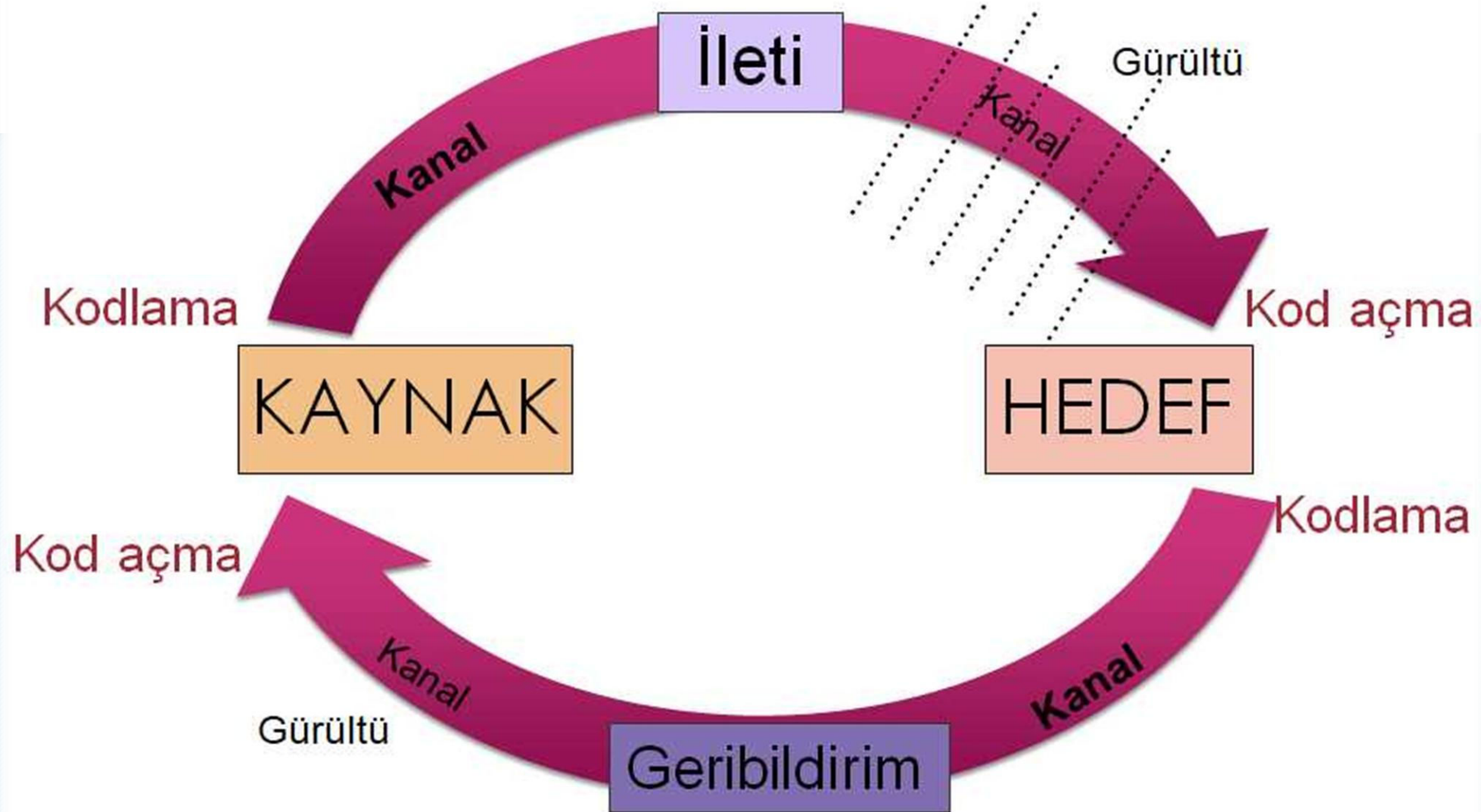
- φ İletişim Nedir?
- φ Çocuk Hakları
- φ Anne Baba Tutumları
- φ İletişimde Engeller
- φ Sen Dili ve Ben Dili



İletişim Nedir?



- Kişiler arasında, *duygu, düşünce, bilgi ve haberlerin, akla gelebilecek her türlü biçim ve yolla kişiden kişiye karşılıklı olarak aktarılması.*
- İletişim, kendini özgürce ve bütünüyle ifade edebilme sanatıdır. Kendimizi doğru anlatabilmek ve doğru anlayabilmek için etkili iletişim önemlidir.
- İki kişi birbirinin farkına vardığı andan itibaren iletişim başlar. Yapılan veya yapılmayan bütün davranışların anlamı vardır.



İletişim Türleri



🌸 Sözlü İletişim

🌸 Yazılı İletişim

🌸 Sözsüz İletişim

- Söz ve sözcük gerektirmeden, jest, mimik, göz kontağı vb. beden dili unsurlarıyla gerçekleştirilen iletişim şeklidir. Bazen sözlü iletişime gerek bırakmaması nedeniyle, bazen ise sözlü iletişimi güçlendirmek amacıyla kullanılır.



Çocuk Hakları



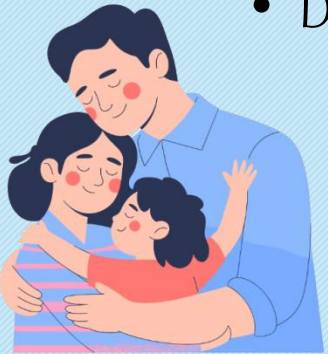
- Unicef – Çocuk Haklarına Dair Sözleşme uyarınca;
- 18 yaşına kadar her birey çocuk sayılır.
- Çocukların
 - Yaşama ve gelişme hakkı
 - Bakılma hakkı
 - Yaşama katılma hakkı
 - Korunma hakkı
- Vardır.

Ailenin Genel İhtiyaçları Nelerdir?



Güven Ortamı

- Aile içindeki bireyler kendilerinin aile ortamında güvende olduğunu bilmek ister. Bu duygunun da aile içinde etkileşimle kazanılması gerekir. Kendini aile içinde güvende hissetmeyen bir çocuk aileden uzaklaşabilir, daha güvensiz ortamlara yönelebilir.



Değerli Olma Duygusu

- Aile içindeki etkileşim, çocukları «ben değerliyim» veya «değersizim» duygusuna götürebilir. Değerli olma ihtiyacı aile içinde giderilmezse çocuk farklı yollarla bu duyguyu elde etmeye çalışır. Duyguyu aile içinde kazanan çocuk kendini ispatlamak için farklı veya aşırı davranışlarda bulunmaya gerek duymayacaktır.

Ailenin Genel İhtiyaçları Nelerdir?



- Yakınlık ve Dayanışma Duygusu



- Aile içinde temel güven ve dayanışma varsa aile dışında bireyin karşılaştığı stres oluşturan olumsuz olaylar çok da yıkıcı olmaz. Güven duygusunun yaşandığı aile dış dünyanın yaratmış olduğu sıkıntı ve kaygılarından kendisini koruyabilir. Bu tür aile içinde olan bireyler kendilerine olduğu gibi çevresine de güvenirler. Eğer aile içinde güven ve dayanışma sağlanmamışsa bu insanlar yoğun stres ve gerginlik yaşarlar. Bu kişiler kendilerine dahi güvenemezler. Dolayısıyla çevresinde yakın ilişkiler kuramazlar.

Ailenin Genel İhtiyaçları Nelerdir?



• Sorumluluk Duygusu

- Sorumluluk duygusu aile sistemi içindeki gelişmeye başlar. Aile içinde sadece anne baba değil herkes sorumluluk duygusunu paylaşır. Elbette ki çocuklara yaşları oranında sorumluluk verilmelidir. Tüm sorumluluğu kendi üzerine alan, çocuğunu sorumluluktan kurtaran anne ve babalar kendi yaşamını biçimlendirmekte zorlanan sürekli başkalarının yönetiminde olmaya yönelik bireyler yetiştirirler. Bu tür tutumlar sonucunda yetişmiş bireyler yaşamlarında yer alan olaylardan da sürekli başkalarını sorumlu tutarlar.

• Zorluklarla Mücadele Ederek Üstesinden Gelmeyi Öğrenme

- Çocuğun içinde bulunduğu gelişimsel dönem göz önünde bulundurularak çocuk kendi sorunları ile baş başa bırakılabilir. Çocuğa her şeyi hazır olarak vermek sorumluluk duygusunun gelişmesinde ona fayda sağlamaz. Bu yaklaşım çocukların sorunlarla mücadele ederek, uğraşmasına olanak vermek, kendisine güvenli, sorun çözme becerileri gelişmiş bireyler olarak yetişmeleri için gereklidir.



Aile İçinde Etkili İletişim Neden Önemlidir?



- Aile, ocuğın ilk kez diğeri bireylerle etkileşime geçtiğı, iletişim kurmayı öğrendiğı, temel kişilik özelliklerini kazandığı yerdir. Ailede öğrenilen iletişim kurabilme becerisi, çocukların gelecek yaşantılarına model olmaktadır. Sağlıklı aile içi iletişim bireyin kişilik gelişiminde, biyo-psiko-sosyal ihtiyaçlarının giderilmesinde, kişisel, sosyal ve mesleki yaşamında başarı elde etmesini sağlamaktadır.

Aile İçinde Etkili İletişim Neden Önemlidir?



- Aile içindeki etkili bir iletişim ocuklarda;
 - Güven duygusunu geliřtirir.
 - Duygularını ifade edebilme becerisi kazandırır.
 - Empati ve anlayışı güçlendirir.
 - Problem özme becerilerini geliřtirmesine katkı sağlar.
 - Özgüveni destekler.
 - Stresi azaltır.
 - Aile birliğini ve dayanışmayı güçlendirir.



Anne-Baba Tutumları



- **Baskıcı ve Otoriter Tutum**
 - Anne babanın kendi görüşlerini sert bir biçimde dayattığı, çocuğun ihtiyaç ve isteklerini yok sayan bir yaklaşım şeklidir.
- **Aşırı Hoşgörülü Tutum**
 - Baskıcı tutumun tam tersine çocuğun fazlasıyla serbest bırakıldığı, her şeye izin veren yaklaşım şeklidir.
- **Kararsız ve Tutarsız Tutum**
 - Belli bir standardı olmayan, çocukta kafa karışıklığına neden olabilecek bir tutumdur. Annenin «evet» dediğine babanın «hayır» dediği aile ortamı örnek gösterilebilir.
- **Koruyucu Tutum**
 - Genellikle annelerde görülen, çocuğa karşı fazlaca müdahaleci ve kontrol gösterilen yaklaşım şeklidir.
- **İlgisiz ve Kayıtsız Tutum**
 - Çocuğun ihtiyaçlarının göz önünde bulunmadığı, anne babanın ilgilenmediği, kısaca çocuğun kendi kendine büyüdüğü ortamı ifade eder.

Anne-Baba Tutumları



- **Demokratik ve Destekleyici Tutum**

- Çocuğun gelişiminin desteklendiği, fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının dikkate alınarak sevgi ortamında karşılandığı, değerlerinin ve ilgisinin önemsendiği, belirli kurallarla beraber aile içi iletişime dahil edildiği, özerkliğinin teşvik edildiği yaklaşımdır. Bu tutumun egemen olduğu aile ortamında sevgi, saygı, anlayış, hoşgörü, güven duygusu egemendir. Çocuklar kendilerine güvenen, sevgi ve saygıyı bilen özellikler geliştirirler.



Etkili Bir İletişim Nasıl Sağlanır?

İletişim Engelleri Nelerdir?
İletişimde Nelere Dikkat Etmeliyiz?



İletişim Engelleri



🌀 Fiziksel Engeller

- Çoğunlukla iletişim kanalıyla ilgili sorunlardır. Telefonla konuşurken kişinin mimiklerini görememek veya kalabalık bir ortamda gürültüden anlaşılamamak vs. sayılabilir.

🌀 Önyargılı Dinlemek

- Dinleyen kişinin mesajı veren kişi hakkında olan önyargıları iletişimin tamamen farklı yönlere kaymasına sebep olabilir.

🌀 Konuyla İlgilenmemek

- Verilen mesajın içeriğiyle ilgili olmamak da bir iletişim engelidir.

🌀 Psikolojik Faktörler

- Gerek mesajı veren gerek de dinleyen kişinin ruh hali, sağlık durumu, o anki düşünceleri iletişimde belirleyici faktör olabilir.

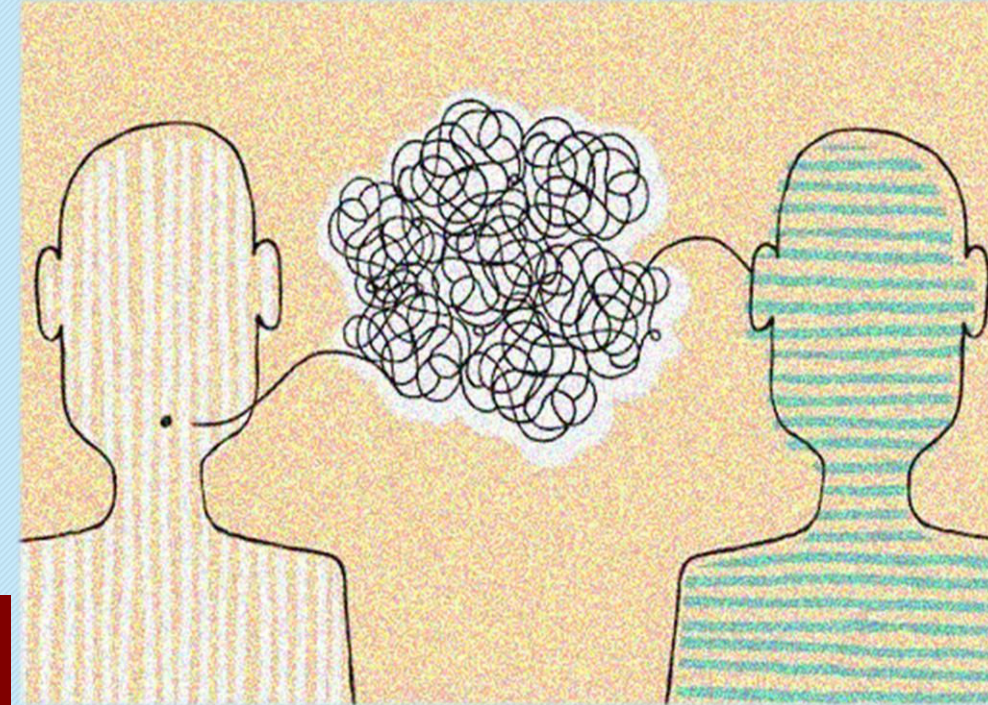
İletişim Engelleri



🌀 Mesaj İçeriğindeki Olumsuzluklar

- Emir Cümleleri Kullanma
- Yargılama
- Eleştirme
- Tehdit Etme Veya Şantaj Yapma
- Alay Edici Cümleler Kullanma
- Lakap Takma vb.

- mesajın içeriğinde bulunan bu öğeler iletişimi engeller.



Dinleme Becerisi



❁ Etkili iletişimin ilk basamağı öncelikle karşınızdaki kişiyi dinlemeyi bilmektir. Dinleme, doğru anlamamanın ve doğru mesajlar verebilmenin ilk adımıdır. Ayrıca karşınızdaki kişiyi dinlemeden, onun da sizin mesajlarını dinlemesini bekleyemezsiniz.

❁ Etkili bir dinleme için;

❁ Konuşma bırakılmalıdır. Kimse konuşarak dinleyemez.

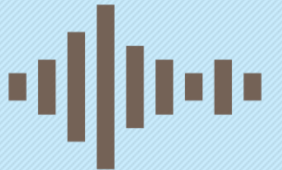
❁ Konuşan kişiyle dönerek göz teması kurulmalıdır. (Beden Dili)

❁ Konuşan kişinin dikkati dağıtılmamalıdır.

❁ Sabırlı olunmalıdır.

❁ Cevap vermek için değil, anlamak için dinlenmelidir. Empati kurulmaya çalışılmalıdır.

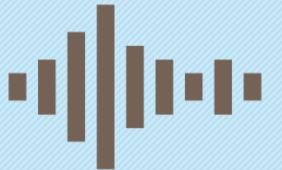
❁ Kısaca, konuşan kişiye sizin onu dinlediğinizi ve anladığınızı –en azından anlamaya çalıştığınızı– belli etmeniz gerekmektedir.



Empatik Dinleme



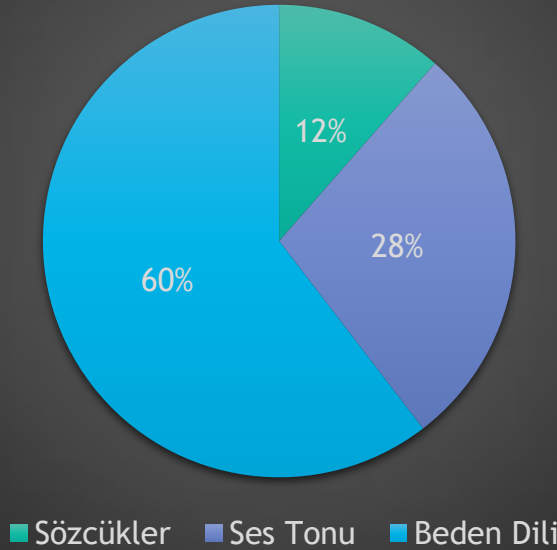
- Empati; bir kişinin kendisini duygu ve düşüncelerinden soyutlayarak bir başkasının inançlarını, arzularını ve özellikle duygularını farkına varabilme ve anlayabilme yeteneğidir. Kişi karşısındakini o kadar iyi anlar ki onun gibi hissetmeye başlar, kendini onunla özdeşleştirir.
- Empatik dinleme ise, karşımızda konuşan kişiyi anlamak isteğiyle dinlemeyi ifade eder.
 - *Anlatılan her şeyin bizimle ilgili olmadığını fark etmeliyiz.*
 - *Eleştiriden/yargılayıcı ifadelerden kaçınmalıyız.*
 - *Doğru anladığımızı teyit etmeli, ona göre tepki vermeliyiz.*
 - *Bizden ne istendiğini iyi anlamalıyız. (Tavsiye istemiyorsa tavsiye vermemeliyiz vb.)*



Etkili Mesaj Gönderme



İletişimde En Çok Hangisini Kullanırız?

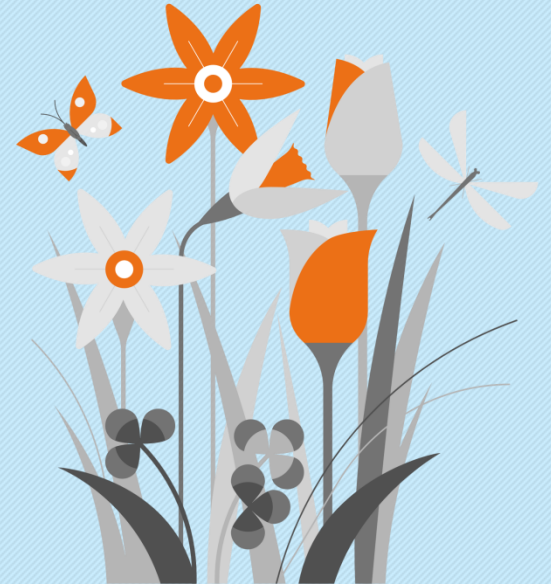


- Verdiğimiz mesajın doğru, net ve anlaşılır olması için hem ses tonuna hem de beden diline dikkat etmemiz gerekir. Beden dili veya ses tonu mesajın içeriğiyle uyuşmazsa iletişim bozulur.
- Ayrıca kullandığımız sözcükleri özenle seçmek ve doğru kullanmak da mesajın daha doğru gitmesini sağlar.
 - Örneğin; çocuğunuza bir konuda «sorun değil» diyebilirsiniz, ancak yüz ifadenizden ve duruşunuzdan bir problem olduğu anlaşılabilir.

‘Nezaket’



- Nezaket kuralları, -ahlak kuralları da olarak bilinir- insanların uyması gereken, toplum refahını sağlayan yazılı olmayan kurallardır. Davranışlarımızda olmamız gerektiği gibi dilimizde de nezaketi elden bırakmamamız etkili bir iletişim için vazgeçilmezdir.
 - Merhaba, Günaydın, İyi Günler/Akşamlar gibi kelimeleri karşımızdaki insandan esirgememeliyiz.
 - Gerektiğinde özür dilemeyi bilmeli, Pardon, Kusura Bakma gibi kelimeleri kullanmalıyız.
 - Teşekkür ederim, Rica ederim, Çok Yaşa, Hep Birlikte, Siz de Görün, Geçmiş Olsun, Hayırlı olsun vb. ifadeleri kullanmaktan kaçınmamalıyız.
 - Karşımızdaki kişiden bir isteğimiz olduğunda «Lütfen» kelimesini kullanmayı unutmamalıyız.
 - İyi ki Varsın, İyi ki Bizimlesin gibi karşımızdaki değer verdiğimiz insanları mutlu edecek ifadeleri de bol bol kullanabiliriz.



Sen Dili ve Ben Dili



- İletişimde sen dili ve ben dili denilen iki olgu bulunmaktadır. Sen Dili, daha çok karşıdaki kişinin kişiliğine yönelik, çoğunlukla suçlayıcı, çözüme pek katkısı olmayan bir iletişim şeklidir.
- Ben Dili ise davranışa yönelik, suçlamaya değil davranışı değiştirme isteğine yönelik, kendimizi daha fazla iletişime dahil ettiğimiz iletişim şeklidir.

Sen Dili	Ben Dili
Kişiliğe yöneliktir.	Davranışa yöneliktir.
Karşımızdaki ile ilgili bir şeyler söyler.	Kendimizle ilgili bir şeyler söyler.
Benlik algısına saldırır.	Benlik algısını olumlu etkiler.
Öfke, nefret vb. duygular oluşturur.	Söylenene yardım isteği doğurur.
Çekingen/Saldırganlığa sebep olur.	Güvenli ortam oluşturmaya yardımcı olur.

Örnek olarak...



- Derslerine hiç çalışmıyorsun!
- Ne kadar yaramaz bir çocuksun!
- Odanı topla çabuk!
- Oyuncaklarını paylaşmak istemeyen bir çocuğa «Çok bencilsin» demek yerine...

- Son zamanlarda derslerini aksatman beni üzüyor.
- Benim için değerlisin ancak bu davranışını onaylamıyorum.
- Odanı temiz ve düzenli görmek beni mutlu ediyor. / Odanı temiz tutmanı takdir ediyorum.
- Arkadaşın oyuncaklarını paylaşmadığın için eminim çok üzülecek, birisi seninle paylaşmasa sen de üzülmez miydin?
 - Diyebilirsiniz. Bu çocukta empati düzeyini de geliştirmeye yardımcı olacaktır.

 Sizler de kendi örneklerinizi verebilirsiniz...

Dinlediğiniz İçin
Teşekkürler!

