

Rehberlik

FMV ISPARTAKULE IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA BÖLÜMÜ BÜLTENİ

ANNE BABA ÇOCUK İLİŞKİSİ



ISPARTAKULE IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU



Anne Baba Çocuk İlişkisi

Anne-babaların, çocukları için yaşam boyu önemli bir etkiye sahip oldukları bilinmektedir. Çocukların kişiliklerinin temellerinin atıldığı, şekillenmeye başladığı aile ortamı, çocuğun gereksinimlerini karşılamalı, ona güven vermeli, sağlıklı ve destekleyici olmalıdır. Sıcak ve destekleyici bir ortam yaratan anne-babalar çocuklarına kardeşleriyle ve ebeveynleriyle daha doyurucu ilişkiler kurmaları için cesaret vermektedir. Açık ve etkili iletişimin olduğu bir aile ortamından çocuklar olumlu yönde etkilenirler. Etkili iletişimin kurulduğu ailelerde, aile bireyleri birbirleri ile duygularını paylaşır, birbirlerine zaman ayırır, birbirlerine değer verir ve birbirlerini olduğu gibi kabul ederler. Bireyler birbirlerine duygularını, destekleyici ve sevgi dolu bir yolla iletirler. Böyle bir ortamda da anne-baba-çocuk arasındaki ilişki etkili olmaktadır.

Anne-babalar, çocukları ile olan ilişkilerinde öncelikle onların hangi bakış açıları ile yaşama baktıklarını, dünyayı nasıl anlamlandırdıklarını bilmelidirler. Çocuğun dünyaya bakış açısını keşfedebilmek, öncelikle onu dinlemeyi ve anlamayı gerektirmektedir. Çocuğun gözü ile dünyayı görebilmek, kulaklarıyla duyabilmek önemlidir. Bunu yapabilmek için de anne-babaların empatik iletişim içinde olmaları kıymetlidir. Empatik iletişimde, bireyin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyması, onu anlaması ve geri bildirim vermesi söz konusudur. Empatik dinlemede, kişiyi anlama, birinci planda yer almaktadır.



Anne Baba Çocuk İlişkisi

Çocuklarla kurulacak sağlıklı bir ilişkide, çocuğun gelişim dönemi özelliklerini bilmek önemlidir. Çocuk, büyürken farklı gelişim özellikleri gösterir, bu da çocukla kurulan iletişimi etkilemektedir. Eğer anne-babalar çocuklarının gelişim dönemi özelliklerini bilirlerse çocuklarının yaptıkları davranışları değerlendirme ve onlarla sağlıklı bir iletişim kurmada başarılı olabilirler. Örneğin, üç yaşında bir çocuk oyuncağını arkadaşısı ile paylaşmak istemeyebilir. Bazen anne-babalar çocuklarının oyuncağını paylaşmamasından rahatsızlık duyabilmektedir. Oysa bu yaşta, çocuklarda oyuncağını paylaşmama gelişim dönemi özelliğidir. Gelişim dönemi özelliklerini bilmenin yanı sıra, anne-babaların çocuklarını oldukları gibi kabul etmeleri de önemlidir. Anne-babalar, çocuklarının kendilerinin küçük bir modelleri olmadıkları, kendilerine özgü bir birey oldukları gerçeğinden hareket etmelidirler. Kendini ifade etmek isteyen çocuğun duygularını algılamaya çalışmak çocukla kurulacak iyi bir ilişki için oldukça önemlidir.

Çocuklarla iletişim kurarken küçük şeylerin önemi görüldüğünden fazladır. Yapılan araştırmalar gösteriyor ki çocukların ebeveynleri hakkında en çok hatırladıkları ve sevdikleri şeyler, onlara doyasıya sarıldığınız, öptüğünüz , hikaye okuduğunuz , sohbet ettiğiniz zamanlardır. Çocuklarla iletişim kurarken şunu unutmamalıyız ki çocukların en çok zevk aldıkları ve onları en derinden mutlu eden şeyler, ebeveynlerinin onlar için ya da onlarla birlikteyken yaptıkları basit şeylerde gizlidir.



Anne Baba Çocuk İlişkisi

Gordon (1996)'a göre, çocuklarla kurulan ilişkilerde bazı iletişim engelleri vardır. Bunlar; emir vermek, yönlendirmek, uyarmak, yargılamak, eleştirmek, suçlamak, alay etmek, oyalamak, tanı koymak, konuyu saptırmaktır. Belirtilen bu iletişim engelleri kullanıldığı zaman, çocuklar kendilerini değersiz hisseder, savunucu bir iletişime girebilirler. Oysa empatik bir ilişki içinde olmak, çocukların duygularını anlamak, sen iletileri yerine ben iletileri kullanmak çocuklarla anne-babaları arasında sağlıklı ilişkilerin kurulmasında etkili olacaktır. Anne-babalar kendilerini ben'li cümlelerle anlattıkları zaman çocuklarını incitmemiş fakat vermek istedikleri mesajları da iletmış olurlar. Örneğin; "Çok yanlış davranıyorsun." yerine "Bu davranışın beni incitti." şeklindeki bir ifade, anne babanın karşılaştığı davranış karşısında bireysel tepkisini, kendi duygu ve düşüncelerini açıklayarak ortaya koyması daha sağlıklı bir iletişim dili olacaktır.

Çocuklarla İletişim Kurarken Bilinmesi Gerekenler;

- Çocuklarla bir şey konuşurken göz göze gelmeye çalışmak önemlidir. Böylece aranızdaki işbirliğinin arttığını görme fırsatı bulursunuz.
- Çocuğunuzun söyleyeceklerini bilseniz bile onu etkin bir biçimde dinlemelisiniz.
- Çocuğunuzu yargılamadan dinlemelisiniz. Böylece onun gerçek duygu ve sorunlarını öğrenme şansınız olur.
- Çocuğunuzun duygularına karşı çıkmamalısınız. Düşüncenin doğrusu yanlış olsa bile duygunun doğrusu yanlış olmaz. "Korkuyorum" diyorsa "Ne var bunda korkacak" diyerek karşı çıkmak yerine "Demek korkuyorsun. Gel bakalım bu duygun hakkında konuşalım" diyerek yanında olduğunuzu hissettirmelisiniz.



Anne Baba Çocuk İlişkisi

- Yaşadığı problem sonrasında neler hissettiğini, ne sonuç çıkardığını sorarak tecrübe kazanmasına yardımcı olmalısınız. O sırada onunla asla tartışmamalı ders vermeye çalışmamalısınız.
- Çocuğunuza “Böyle olacağını biliyordum” gibi cümleler kurmamalısınız. Onun yerine birlikte düşünmeli ve birlikte sonuca ulaşmalısınız.
- Çocuğunuza emir vermemelisiniz. Beklentilerinizi önceden konuşmak ve buna göre sorumluluklarını oluşturmak size fayda sağlayacaktır.
- Çocuğunuzla konuşurken, yapabilirsin, üstesinden gelebilirsin, öğrenebilirsin şeklinde konuşmanız onları cesaretlendirecektir.
- Çocuklarla iddialaşmak yerine yumuşak sesle “Ben böyle düşünüyorum” demek iletişiminizi olumlu kılacaktır.
- Çocuğunuza düşünce ve duygularını ifade etme fırsatı vermelisiniz.
- Özel günlerinde yanında olmanız çocuğunuza güven verecektir.
- Çocuğunuza doğru bilgiyi vermelisiniz. Çocuklar için ebeveyne güven önemlidir.

Olumlu ve sağlıklı ilişkilerin kurulduğu ailelerde çocuklar, kendilerini daha mutlu ve huzurlu hissederler. Bu duygular çocukların, kendine güvenmelerine, çevreleriyle olumlu ilişkiler kurmalarına ve sağlıklı yetişkinler olmalarına yardımcı olmaktadır.