

AİLE EĞİTİM SEMİNERİ





BİR İNSANIN ANAVATANI

ÇOCUKLUĞUDUR.



ETKİLİ AİLE İLETİŞİMİ



ACABA ÇOCUKLA İLETİŞİM DEYİNCE AKLIMIZA NE GELİYOR?

- ✘ Ona bir Şeyler söylemek,
- ✘ Bir Şeyler anlatmak,
- ✘ Nasihat vermek,
- ✘ Söz dinletmek....



İLETİŞİM TEK YÖNLÜ MÜDÜR?

BİR ARAŞTIRMA!!!

➔ Yapılan bir araştırmaya göre ergenlik dönemine kadar bir insana **148 bin defa** “yapma,karışma,kırarsın,dökersin...vs” gibi negatif telkinler veriliyormuş. Bu kadar negatif telkine maruz kalan insanın “yapabilme, başarabilme” yeteneği kalmıyor. O yüzden çok konuşan az üreten bir toplumuz.

➔ “ Bir çocuğun ebeveyni ile etkileşimi ebeveyn tarafından “yapma,dur, onu bırak” şeklinde emir ifadeleriyle başladığında bunun gelişimi olumsuz etkilediğini gördük.” OMK/Dr. Dana SUSKIND

- “Bir insana kırk defa aptal derssen aptal olur; çünkü ne kadar çabalasam da boş diye düşünür. Kırk kere ‘çok zekisin’ derssen de aptal olur; çünkü çalışması gerekmediğine inanır. Zekayı değil çabayı övün.”

Dr. Bahar ERİŞ

- “Matematikte bir dehasın.” yerine: yüze kadar, hiç takılmadan ne kadar akıcı saydın,
- “Akıcı okuyamıyorsun.” yerine: çok güzel çabalıyorsun, yakında hiç takılmadan okuyacağına eminim.
- Cümlelerimizi işte böyle değiştirmeye ne dersiniz? Bazen “aferinler, harikalar, muhteşemler” havada uçuşabilir ama çoğunlukla çocukların davranışlarını ayrıntılı olarak tanımlarsak daha büyük bir motivasyon kaynağı sağlamış, kişiliği değil emeği övmüş oluruz. Bize de zaten balon olup uçan egolar değil, ayağı yere sağlam basıp, kendisini objektif olarak değerlendirme becerisine sahip çınarlar lazım değil mi?”

Doç. Dr. Saniye BENCİK KANGAL

Bir Örnek:

Ebeveyn sabah çocuğu kapıdan çıkarmaya çalışıyor:

“Ayakkabılarını giy!”

Düşünmeye gerek yok. Ebeveyn şanslıysa çocuk ayakkabılarını giyer.

Alternatifi de:

“Ahmet amcanı ziyaret etme zamanı. Ayakkabılarını giyersen iyi olur. Yoksa yağmur yüzünden ayakların çok ıslanır,hem de üşürler. Lütfen gidip ayakkabılarını al.”

İŞTE BU “*NEDENSEL DÜŞÜNME*”dir.

İLETİŞİM NEDİR?

- **1.** Kişiler arasında, duygu, düşünce, bilgi, haber alışverişi, akla gelebilecek her türlü biçim ve yolla kişiden kişiye karşılıklı olarak aktarılması.
- **2.** Kişilerin birbirlerini anlaması.



Çocuğumuzla Aramızdaki İletişim Engelleri:

- EMİR VERMEK
- GÖZDAĞI VERMEK
- “SEN DİLİNİ” KULLANMAK
- AHLAK DERSİ VERMEK
- NUTUK ÇEKMEK-ÖĞÜT VERMEK
- YARGILAMA-ELEŞTİRME-SUÇLAMA
- AD TAKMAK-ALAY ETMEK
- KIYASLAMA



Bir arkadaşınız size “saçmasapan konuşup duruyorsun, off bıktım senden!!!” derse onun yüzüne bir daha bakmazsınız. Peki bu cümleleri çocuğumuza sarf ettiğimizde? Çocuğumuz bizi bırakıp gidemez. Bize kırılır yine teselliği bizde arar.

Ruhu incinir,ama kaçıp gidemez...

Ne zor bir durum değil mi?

O halde yetişkine söyleyemeyeceğimiz kelimeleri lütfen çocuklarımıza söylemeyelim.

Doç. Dr. Saniye BENCİK KANGAL

İletişim Hatalarının Çocuğumuz Üzerindeki Etkileri

- İnadına hareket etme,
- Karşılık verme,
- Kızgınlık,
- Anlaşılmadığını düşünme,
- Yalan söyleme,
- Kaygı, endişe,
- Başarısızlık duygusu,
- Güvensizlik,



İletişim Hatalarının Çocuğumuz Üzerindeki Etkileri 2

- ❖ Gücenme,
- ❖ İçe kapanma,
- ❖ Sevilmediğini düşünme,
- ❖ Benlik Saygısının zedelenmesi(Seni Anlıyorum Çocuk/Önsöz)
- ❖ Hayata karşı olumsuz bakış,
- ❖ Kendine ve çevresine saygı duymama,
- ❖ Kendini ifade edememe...



ÇOCUKLARIMIZLA DAHA SAĞLIKLI İLETİŞİM KURABİLMENİN ANAHTARLARI



• İzin ver anne

- Düşmeme izin ver anne ve düştüğüm zaman kalkmama,
- Hayatım boyunca düştüğüm zaman
- Yanımda senin gibi bir melek olmayabilir.
- Sen müsaade et ki ben kalkmayı öğreneyim,
- Ve her kalktığımda vazgeçmeden yürümem gerektiğini.
- Hata yapmama izin ver anne.
- Yaptığım hatayı anlayabilmeme
- Ve anladığımda düzeltmeme.
- Denemeden bilemem neyin doğru ve yanlış olduğunu.
- Beni hatalarımdan dolayı suçlama anne.
- Suçlama ki her hata yaptığımda
- Kendimi çaresiz çözümsüz dip kuyularda bulmayayım.
- Evindeki eşyalarla oynamama izin ver anne.
- İzin ver ki eşyalarından daha değersiz olduğumu hissetmeyeyim.
- Keşfetmeme izin ver anne.
- Zihnim sen gibi çalışmaz benim.
- Dokunmam, görmem, duymam gerek.
- Bazen de kırıp dökmem.

- **İçimde bitmeyen enerjiden dolayı beni suçlama anne.**
- **Ben saksıda yetiştirdiğin çiçek,**
- **Bahçeye ektiğin ağaç değilim.**
- **Su ve güneş yeterli olmaz büyümeme.**
- **Sevgi,sabır,zaman ve emek gerek...**
- **Kendim gibi davranmama izin ver anne.**
- **Beni kimseyle kıyaslama.**
- **Kıyaslama ki başkaları gibi olmaya çalışıp**
- **Kendi kimliğimi kaybetmeyeyim.**
- **Bazen yaramazlık yapmama izin ver anne.**
- **Bana vitrine kaldırdığın biblo gibi davranma.**
- **Gelişmekte olduğum için hep sakarım.**
- **Bedenimi senin kadar iyi kontrol edemem.**
- **Belki çocuğum ama ben de bireyim anne.**
- **Senin gibi duygularım var benim de.**
- **Çocuk deyip geçme sakın!**
- **Aklım sizin kadar yetmez belki ama**
- **Yine de anlarım.**
- **Üzüldüğünü,sevindiğini,öfkeni, kavganı,hırsını,mutluluğunu...**
- **Ve sen üzülünce en çok ben üzülürüm anne.**

- **Bana hiç kızma demiyorum.**
- **Ama yüreğimde derin izler bırakacak yaralar açma anne.**
- **Bana bağırdığında en çok o koca cüssenden**
- **Ve bana uzattığın elden korkuyorum.**
- **Kendimi ifade etmeme izin ver anne.**
- **Sürekli sus diyerek duygularıma ket vurma.**
- **Ben senin gibi nerede, ne zaman konuşulur bilemem.**
- **Gereğinden fazla konuştuğum ya da lafınızı böldüğüm zaman,**
- **Yeter ne çok konuştun**
- **Lafımızı bölme diye bağırarak yerine,**
- **Beni biraz dinleyip anlamaya çalış anne.**
- **Nerede ne şekilde konuşmam gerektiğini,**
- **Bana sürekli anlatırsan,**
- **Hemen değil ama zamanla anlarım anne.**
- **Konuşabilmemize izin ver anne,**
- **Anlattığın zaman anlayabilirim seni.**
- **Belki zaman alır ama**
- **YÜREĞİMDE AÇTIĞIN YARALARI KAPATMAYA**
- **ÇALIŞTIĞIMDAN,**
- **Daha az bir zaman...**

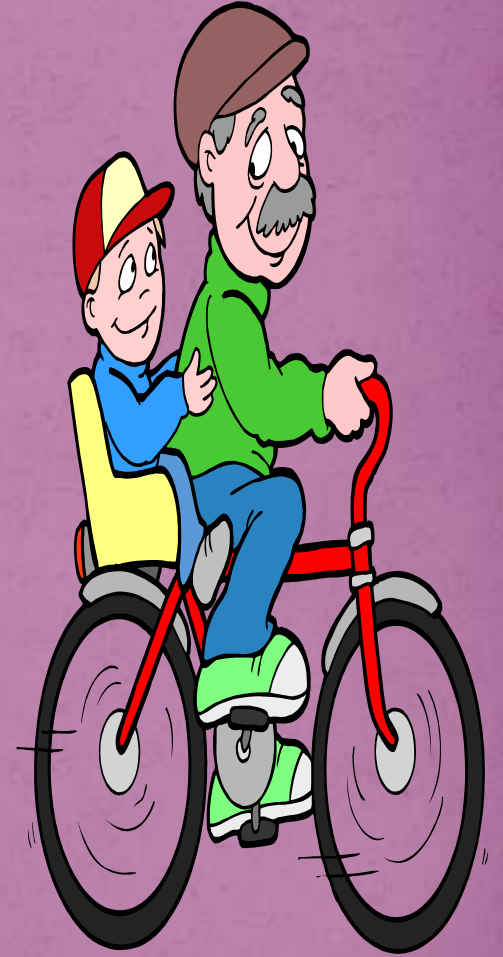
- **İncinmeme, kırılmama,üzülmeme,ağlamama izin ver anne.**
- **Hayat yalnız sen,ben ve babam değilse eğer,**
- **Sen, bana sadece rehber ol anne.**
- **Düştüğümde kalkmayı,**
- **Hata yaptığımda düzeltmeyi,**
- **Kırdığımda özür dilemeyi,**
- **Bozduğumda onarmayı göster anne.**
- **Beni koruyup kollaman**
- **Benim için şu an çok önemli.**
- **Ama beni koruyup kollarken**
- **REHBERİM olman geleceğim için daha önemli...**
- **Seni çok seviyorum ANNE...**

❖ SAĞLIKLI BİR İLETİŞİM İÇİN...

- ❖ **Aşırı eleştirici ve yargılayıcı olmaktan kaçının.**
- ❖ **Hatalı davranışlarını konuşarak uyarın ve ona doğru olanı anlatın.**
- ❖ **Başkalarının yanında onu kesinlikle küçük düşürmeyin.**
- ❖ **Onu başkaları ile kıyaslamayın.**
- ❖ **Topluluk içerisinde söz almasını teşvik edin**
- ❖ **Ona sık sık sevdiğinizi söyleyin.**



- ❖ **Çocuğunuza sık sık söz hakkı verin**
- ❖ **Kendini ve Duygularını “Ne Düşünüyorsun, Nasıl Hissediyorsun?” gibi sözlerle anlamaya çalışın.**
- ❖ **Onun fikirlerine değer verdiğinizi hissettirin.**
- ❖ **Onun olumlu davranışlarını kesinlikle takdir edin.**
- ❖ **O konuşurken onun yüzüne bakın ve ciddiye aldığınızı hissettirin.**
- ❖ **Onun için zaman ayırın.**
- ❖ **Yaşına uygun görevler verin ve daha sonra başarısını takdir edin.(VIDEO)**



BİR HİKAYE

Küçük Sevim, evlerinin önündeki rengarenk çiçeklerle süslü bahçeye girdi. Yüreği sevinçten hopluyordu. İçinden; “Annem çiçekleri sever; şimdi bir demet yapıp götürsem kim bilir ne kadar sevinir? ‘Kızım beni hatırlamış ’ diye yanağıma bir de teşekkür öpücüğü kondurur.” Diye düşündü.

Bu mesut hayal içinde çiçekleri topladı. Onları küçücük elleriyle tek tek bir araya getirip demet yaptı. Anneciğini daha çok mutlu etmek için mutfağa koştu. Raftan bir bardak aldı. Çiçek demetini içine yerleştirdi. Sonra da su ilave etti.

Sevinçten zıplayarak mutfaktan çıkarken elindeki bardak kaydı; yere düşüp paramparça oldu. Çiçekler etrafa saçıldı. Annesi, yandaki odadan kırılan bardağın sesini duymuş, dışarı fırlamıştı. Küçük Sevim korkudan de diyeceğini bilemedi. Anne yerdeki cam kırıklarını görünce sinirinden deliye döndü. Ve küçük kızının niyetini sormadan dövmeye başladı. Kızcağız neye uğradığını şaşırmış, can havliyle, “Anneciğim ne olursun vurma!” diye yalvarıyordu.

Kızgınlığı hala geçmemiş olan anne, hem bağıırıyor hem de vuruyordu. “Seni eşek seni o güzelim bardağı kırarsın ha! Bu dayak senin aklını başına getirir.”

Takdir ve öpücük beklerken, bir ton dayak yiyen küçük Sevim, annesine içinden kin beslemeye başladı. Ona bir daha çiçek hediye ettiğini gören olmadı.

ANNE BABA TUTUMLARI



YAYGIN ANA BABA TUTUMLARI

1. Baskıcı Ve Otoriter Tutum
2. Gevşek Tutum(Çocuk Merkezli Aile)
3. Dengesiz Ve Kararsız Tutum
4. Koruyucu Tutum
5. İlgisiz Ve Kayıtsız Tutum
6. Güven Verici, Destekleyici Ve Hoşgörülü Tutum



1.BASKICI VE OTORİTER TUTUM

DAVRANIŞ: **Katı disiplin** vardır.Çocuk, her kurala uymak zorundadır. **Zor** kullanarak denetleme ve sevgi esirgeyerek denetleme boyutları egemendir.Denetlenen çocuk ,hangi davranışın hangi tepkiyi alacağı hakkında bir fikre sahip değildir.Çocuk devamlı **suçlanır, karışılır ve cezalandırılır.**

SONUÇ: Çocuğun kendine olan güvenini ortadan kalker.Çocuğun kişiliği zayıflar.Çocuk, sessiz, uslu, nazik, dürüst ve dikkatli olur ama çocuk, küskün, silik, kingen, kolayca etki altında kalan, aşırı hassas veya isyankar bir birey haline gelir.



“Diyelim ki bir davranışı gerçekleştirmek için tutturuyor çocuk. Sadece “hayır!” dediğimizde, “olmaz!” deyip kestirip attığımızda sorun çözülüyor. Benzer durumlarda tekrar ediyor. Ne yapalım peki?”

Şu dünyada herkesin yegane isteklerinden bir tanesi anlaşıldığını hissetmek. O yüzden birinci adım: çocuğumuzun isteği ne kadar çalgınca olursa olsun onu anladığımızı hissettirelim.

Eee anladım peki ya sonra? Çocuk anlaşıldığını hissettiğinde iletişime daha açık olacaktır. O halde ikinci adım: Tam o anda neyin yanlış olduğunu yargılamadan, suçlamadan kısa ve net olarak söyleyip, üçüncü adımı atalım. Yani hemen akabinde neyin doğru olduğunu kısacık, bunaltmadan, laf kalabalığı yapmadan açıklayalım. *seni anladım-bu yanlıştı-doğrusu şöyle* sıralamamız böyle.”

Doç. Dr. Saniye BENCİK KANGAL

2.GEVŞEK TUTUM (Çocuk Merkezli Aile)



DAVRANIŞ: Çocuk ailede inisiyatif sahibi tek kişidir ve onun isteklerine diğer aile bireyleri kayıtsız şartsız uyarlar. Anne – baba-çocuk rolleri, hak ve sorumluluklar göz ardı edilmiştir. Ana-baba-çocuk arasında sağlıklı bir iletişim yoktur. Çocuk, abartılmış sevgi gösterileri içinde büyür. Anne baba evde çocuklarının egemenliğini kabullenmiş ve onlara boyun eğmişlerdir.Çocuk aşırı şımartılmıştır.

SONUÇ: Çocuk doyumsuzdur, 300 elektronik oyuncağına 301 ‘incinin eklenmesini ister. Ana- babalarına hükmederler ve onlara çok az saygı gösterirler. Zamanla ev dışındaki kimselere de egemen olmanın yollarını ararlar. Hayatlarının ilk günlerinden itibaren her türlü ihtiyaçlarının karşılanacağı ve isteklerinin buyruk niteliği taşıdığı beklentisini geliştirmişlerdir. Okul ortamına uyum sağlamakta güçlük çeker. Yetişkin olduklarında da toplumun kendilerine vermediği hakları kendilerine tanımaya karşılaşırlar.



3.DENGESİZ VE KARASIZ TUTUM

DAVRANIŞ: Anne-baba arasında görüş ayrılığı vardır.Ayrıca anne-baba değişken davranışlar sergilerler.Ana-baba, çocuk konusunda – çocuğun yanında- birbirlerini eleştirirler.Taraflardan biri çocuğu kayırır. Çocuğuna sözünü dinletmeye çalışan karasız ve dengesiz bir anne; Önce çocuğuna yumuşak tonda konuşur,ardından sesini yükseltir,annenin isteği hala yerine getirilmemişse anne çocuğu döver fakat ardından da diz çöküp özür diler. Baba,yorgun olmadığı ve sakin olduğu bir günde ‘uygun’gördüğü bir davranışı, yorgun ve gergin olduğu bir günde ‘uygun olmayan’bir davranış olarak görür.

SONUÇ:Çocukta bazı iç çatışmalar oluşabilir.Çocuk huzursuz bir yapıya sahip olur. Çocuk,dengesiz ve tutarsız davranışlar sergiler.

4.KORUYUCU TUTUM



DAVRANIŞ: Çocuğa gereğinden fazla kontrol ve özen gösterilir. Anne çocuğuna yardım etme ve ona olan sevgisini dile getirme adına çocuğunun yapması gereken davranışları veya görevleri kendisi yapar. Mesela; 2 yaşlarında çatal-kaşık kullanabilen çocuğa 8-9 yaşlarına gelse bile anne eliyle yemek yedirir.

SONUÇ: Çocuk diğerkimselere aşırı bağımlı, güvensiz, duygusal kırıklıkları olan bir kişi olabilir. Gelecekte aynı koruyucu tutumu eşinden bekleyebilir. Çocuk kendi kendini yöneten bir birey olamaz. Çocuğun sosyal gelişimi zedelenir, çocuk kendini gruba dahil ettirmek için zaman zaman toplumdışı ve isyankar davranışlara başvurabilir.

5.İLGİSİZ VE KAYITSIZ TUTUM



DAVRANIŞ: Anne-baba çocuğu yalnız bırakma görmezden gelme şeklinde çocuğu yalnız bırakır. Duygusal istismara yol açan böyle bir ortamda ana-baba-çocuk üçgeni arasında iletişim kopukluğu gözlenir.

SONUÇ: Çocuk, arkadaşlarına ve yakın çevresindeki eşyalara zarar verebilir. Çocuğun saldırganlık eğilimi güçlüdür.

6.GÜVEN VERİCİ, DESTEKLEYİCİ VE HOŞGÖRÜLÜ TUTUM



DAVRANIŞ: Ana-babanın çocuklarına karşı hoşgörü sahibi olmaları, onları desteklemeleri, çocukların bazı kısıtlamalar dışında, arzularını diledikleri biçimde gerçekleştirmelerine izin vermeleri anlamına gelir. Evde kabul edilen ve edilmeyen davranışların sınırları bellidir. Bu sınırlar içinde çocuk özgürdür çocuğun söz hakkı vardır, duygu ve düşüncelerine saygı duyulur ve çocuk kendini rahatlıkla ifade eder. Davranışlar kabul görür ve onaylanır. Çocuk sevgi, güven, teşvik görür ve yetişkinler tarafından dinlenir. Çocuk, ikna ederek denetlenir. Anne baba tutarlıdır ve çocuk tarafından anlaşılabilir davranışlar sergiler.

SONUÇ: Çocuk özgüven kazanır ve kendine kendine karar verip sorumluluk taşımasını öğrenir. Çocuk, girişim yeteneğine sahip olur.

PEKİ BİZLER NELER YAPMALI VEYA YAPMAMALIYIZ?



YAPMAMALIYIZ!!!

- **Dayak veya herhangi bir şiddetli otorite yüzünden sinen çocuk, yarının içi nefret, isyan duyguları ile dolu insanı olmaya adaydır.**

Dayakla ve zor kullanarak davranışı yönlendirmeyi amaçlayan anne baba;

- Çocuğun kendilerine karşı korku, öfke ve kızgınlık içinde olmasına sebep olur.**
- Çocuğa saldırgan olmayı ve sorunlarını şiddet yoluyla çözmeyi öğretir,**
- Zayıf vicdan ve ahlak gelişimine yol açar.**

YAPMALIYIZ...

- Prof. Grant'in açıkladığı üzere: “Nazik,ahlaklı ve manevi değerlerine bağlı bir çocuk yetiştirmede anne ve babanın kullandığı kelimelerden çok daha önemli bir şey vardır;
- Nazik, ahlaklı ve manevi değerlerine bağlı ebeveynlere sahip olmak...
- Asıl bu bize uzun yol aldırır.”
 - **OMK/Dr. Dana SUSKİND**

YAPMAMALIYIZ!!!

- Şımartmak sevgi değildir.Şımartmak çocuğu her yönden geriletir. Şımartılan çocuk bencilleşir sorumluluklarının farkına varamaz.

Ailelerin çocuklarını en güzel şekilde terbiye etmeleri, aile içi iletişimin bir başka yönünü oluşturur



“Çocuklarınıza hoşça davranın ve onları güzel terbiye edin.”

Hadis-i Şerif

**Çocuğu sevmek yetmez,
çocuğun sevdiđi olabilmektir
maharet. Adem Güneş**

www.derinsayfa.com





- **Çocuğun ana-babası üzerindeki hakkı, ona iyi bir eğitim ve iyi bir isim vermesidir. (Beyhâkîden)**
- **Bir kimse, bir çocuğa, gel sana şunu vereceğim der ve sonra da vermezse, bu (sözü) bir yalandır. (Ahmed İbn-i Hanbeliden)**

• Akşemseddin ve Öğrencisi Mehmet

- Mehmet yaramaz bir talebeydi. Yaptığı hareketler ve şımarıklıklarla hocası Akşemseddin'i çileden çıkarırdı. Dersleri dinlemez hocasını zor durumda bırakırdı. Hocası Akşemseddin Mehmet'e kızdığında ben koskoca padişah oğluyum sen bana kıyamazsın diyerek babası 2. Murat'ı arkasına alarak Akşemseddin'i çıkmaza sokuyordu. Bu durumu padişaha anlatıp anlatmama konusunda tereddüt yaşayan Akşemseddin sonunda dayanamayarak padişahın huzuruna çıkar. Padişaha durumun vehametini anlatır. Padişah 2. Murat Akşemseddini yanına çağırarak kulağına bir şeyler fısıldar. Belli ki 2. Murat'ın bir planı vardır. Akşemseddin Padişahım bu söylediklerinizi yapamam, kesinlikle kabul edemem dese de mecbur kalıp kabul eder.
- Aradan kısa bir zaman geçer. Yine Mehmet derste yaramazlıklarına devam ederken. Kapıyı çalmadan içeri birisi girer. Bu kişi Padişah 2. Murat'tan başkası değildir. Bu harekete çok sinirlenen Hoca Akşemseddin padişaha bağırır ve bir tokat atar. Sınıfa bu şekilde kapıyı çalmadan girilemeyeceğini, izin istenmesi gerektiğini padişaha söyler. Bu esnada Mehmet donakalmıştır. Ne yapacağını şaşırılmış, nutku tutulmuştur. 2. Murat özür dileyip dışarı çıkar, kapıyı çalıp izin isteyerek içeri girer.
- Padişahın planı mükemmel işlemiş ve Mehmet'e gereken ders verilmiştir. Mehmet'in çok güvendiği babasına (padişaha) hocası tarafından tokat atılmış, güvendiği dağlara kar yağmıştır.
- Koskoca Osmanlı Devleti'nin padişahı çocuğunun terbiyesi için bu denli fedakarlık yaparken, günümüz anne babalarının aşırı koruyucu tutumunun çocuğa vereceği zararları siz düşünün...

“Anne-babalar çocuklarının matematik, fizik başarılarına değil; duygu dünyalarına, ferasetlerine(farkına vararak yaşama, bir süre sonrasında tahmin edip hissedebilmektir) yoğunlaşmalıdır. Aksi halde çocuk annesinin kalbini kırıldığını fark edemez, düzgün evlilik kuramaz,iş hayatında sıkıntı yaşar, yönettiği kişilerde problem oluşturur.”

ADEM GÜNEŞ/GÜVENLİ BAĞLANMA

AİLELERE KİTAP TAVSİYELERİ

- 1.Seni Anlıyorum Çocuk/Dilek CESUR**
- 2.Güvenli Bağlanma/Adem GÜNEŞ**
- 3.Otuz Milyon Kelime/Dr.Dana SUSKİND**
- 4.Beni Bu Kadar Sevme Anne/Ahmet NAÇ**
- 5.Okul Evde Başlar/Dr.Fatih KALKINÇ**

AFŞİN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ