

“Nasıl konuşmalıyım ki DİNLESİN
Nasıl Dinlemeliyim ki KONUŞSUN”

ORTALAM MUCİZE İLETİŞİM



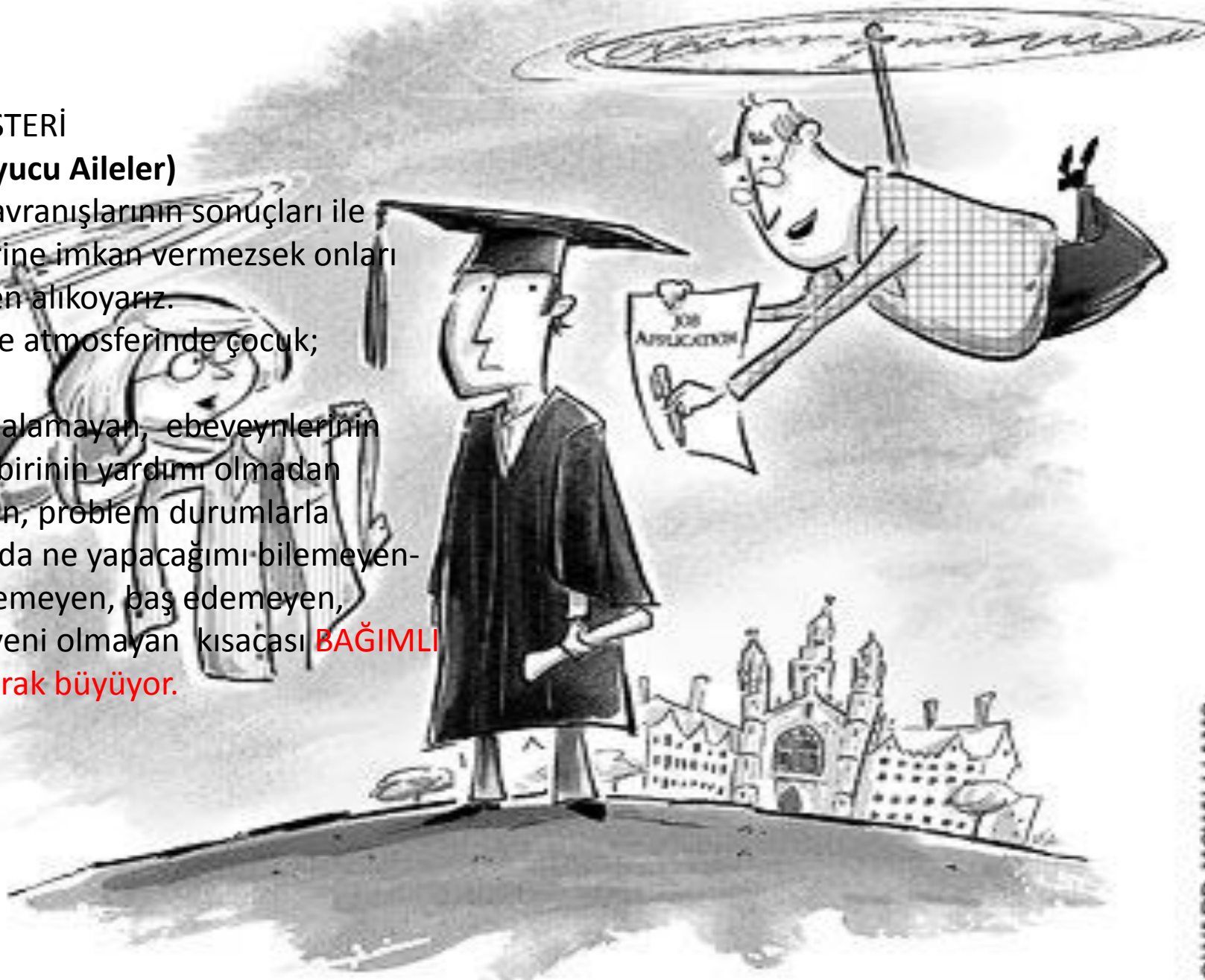
AİLE ATMOSTERİ

(Aşırı Koruyucu Aileler)

Çocukları davranışlarının sonuçları ile yüzleşmelerine imkan vermezsek onları öğrenmekten alıkoyarız.

Böyle bir aile atmosferinde çocuk;

Sorumluluk alamayan, ebeveynlerinin yada başka birinin yardım olmadan başaramayan, problem durumlarla karşılaştığında ne yapacağını bilemeyen-çözüm üretemeyen, baş edemeyen, kendine güveni olmayan kısacası **BAĞIMLI** bir birey olarak büyüyor.





Baskıcı-Otoriter Aileler

Çocukların çok güçlü taklitçiler olduğunu unutmayalım. Böyle bir aile atmosferinde çocuk; Sevilmediğini düşünen, kaygı düzeyi yüksek, mutsuz, huzursuz, özgüveni olmayan , aşağılık duygusu gelişmiş, stresli bir birey olarak büyür. Çoğu zaman akranlarına da benzer tutumları sergiler.

Aşırı Serbest Aileler

Bütün çocukların kurallara ve sınırlara ihtiyaçları vardır. Böylesi kuralsızlık ve sınırsızlıklar içinde büyüyen çocuk ;
Kural tanımayan, şımarık, doyumsuz, bencil ve saygısız bir birey olarak büyür.



İlgisiz Aileler:

Çocuğa kendisini değersiz hissettirecek daha etkili bir yol yoktur. Böyle bir aile atmosferinde çocuk;

Sosyal fobisi yüksek ilişki kuramayan, içine kapanık ya da saldırgan, konuşma bozuklukları olan, özgüveni olmayan, coşkuz ve mutsuz bir birey olarak büyüyecek en kötüsüde zamanla şuçâ yönelebilecek olması ihtimalidir...



Tutarsız-Dengesiz Aile Atmosferi;

En kötü karar bile kararsızlıktan iyidir. Böylesine tutarsız, kararsız bir atmosferde çocuk; risklere hep birkaç adım daha yakın olacaktır. Çünkü kendisi için neyin doğru veya yanlış olduğunu ayırt edemeyecek kadar özgüvensiz ve kararsızdır.

Mükemmelliyetçi Aile atmosferi;

Ne yaparsa yapsın beğenilmeyeceğini bilmek çok büyük bir güvensizlik ve değersizlik hissi verecektir.

Böyle bir ortamda çocuk; Aşırı titiz ya da tam tersi dağınık, kendine güveni olmayan, obsesif, sürekli şikayet eden, kaygı düzeyi yüksek bir çocuk olarak büyüyecektir.



Reddeden ve Sürekli eleştiren Aile atmosferi;

Şevkat ve sevgiden yoksun, reddedilen çocukların ileride ciddi profesyonel yardım almaları kaçınılmazdır

ÇüBöyle bir ortamda çocuk kuvvetle ihtimal Suç işlemeye meyilli, anti sosyal, saldırgan, isyankar olarak büyüyecek ve öğrendiği sevgisiz ve şevkatsiz tutumları o da akranlarına uygulayacaktır.





Sorumlu ve Destekleyici Aile Atmosferi

- Demokratik bir süreçten bahsedebileceğimiz bir aile atmosferidir. Böylesi bir ortamda çocuk; hoşgörü ve destek görecektir, karar verme sürecine dahil edilecektir.
- Sorumluk alması konusunda cesaretlendirilecek ve aldığı sorumlulukların sonuçlarıyla yüzleşmesine fırsatlar verilecektir.
- Kendisiyle birlikte yeryüzündeki tüm canlıların da değerli ve önemli olduğunu öğrenecek, bu nedenle hem kendine hem de diğerlerine saygı göstermeyi öğrenecektir.
- Ailesi ona güvendiği için o da kendisine ve diğerlerine güvenebilmeyi öğrenecektir.
- Problem çözmesine fırsat verildiği için baş etme mekanizmaları güçlenecek ve kendisi için neyin doğru neyin yanlış olduğunu ayırt etmede daha az yardıma ihtiyaç duyacaktır.



➤ İşbirliği yapabilen , sosyal becerileri yüksek bağımsız bir birey olabilecek. Açık olmak, dürüst olmak, şeffaf olmak gibi soyut değerlerle erken yaşlarda tanışmış olacaktır.

➤ Ailesi onu olduğu gibi kabul ettiği için oda diğerlerini olduğu gibi kabul etmeyi öğrenecek ve sosyal farkındalığı yüksek bir birey olacaktır.

➤ Fikirlerine duygu ve düşüncelerine değer verilerek saygı gösterilerek büyüdüğü için oda başkalarının düşünce ve duygularına değer verecek ve demokrasi kelimesinin anlamını çok daha erken yaşlarda fark edecektir.

➤ Konuşmanın anlaşmak için en güçlü ve etkili silah olduğunu anlayarak büyüyecektir.

Hem kendime hem diğerklerine güveniyorum ve değer veriyorum...

Bağımsız kendine yetebilen güçlü bir bireyim. karşılaştığım problemlerle mücadele edebilirim. Yardıma ihtiyacım olduğunda bunu dile getirebilirim.

Kendimi de diğerklerini de olduğu gibi kabul ediyorum ve seviyorum

Herkes karşı saygılı ve duyarlı biriyim.



**PEKİ ÇOCUKLA EBEVEYN
ARASINDAKİ İLİŞKİYİ NASIL
GELİŞTİRECEĞİZ?**

**Temelde tüm ebeveynler iyi niyetlidirler ancak
ÇOĞU ZAMAN DÜŞÜNDÜKLERİ İLE
DAVRNİŞLARI FARKLI OLABİLİR**

| DÜŞÜNDÜĞÜ | DAVRANIŞI |
|--|--|
| “Çocuğum sorumluluk sahibi, kendi kendine yetebilen bir çocuk olsun” | “Bu konuda yaptırımlar uygulamak ya da onun yerine yapmak” |
| “Çocuğum başkalarına karşı düşünceli ve saygılı olsun” | “Azarlayarak, aşağılayarak , ayıplayarak, küçük düşürerek ona değer vermediğini göstermek |
| “Çocuğum beni sevmeli” | “Her seferinde meşgulüm diyerek çocuğuna vakit ayıramamak, ya da onunla etkili-nitelikli zaman geçirmemek” |
| “Çocuğum bağımsız, yürekli ve kendine saygılı bir çocuk olsun” | “Beceremeyeceği gerekçesiyle yapabileceği işleri üstlenmek, eleştirmek, alay etmek, yapmasına izin vermemek” |

PEKİ NE YAPMAMALI ?

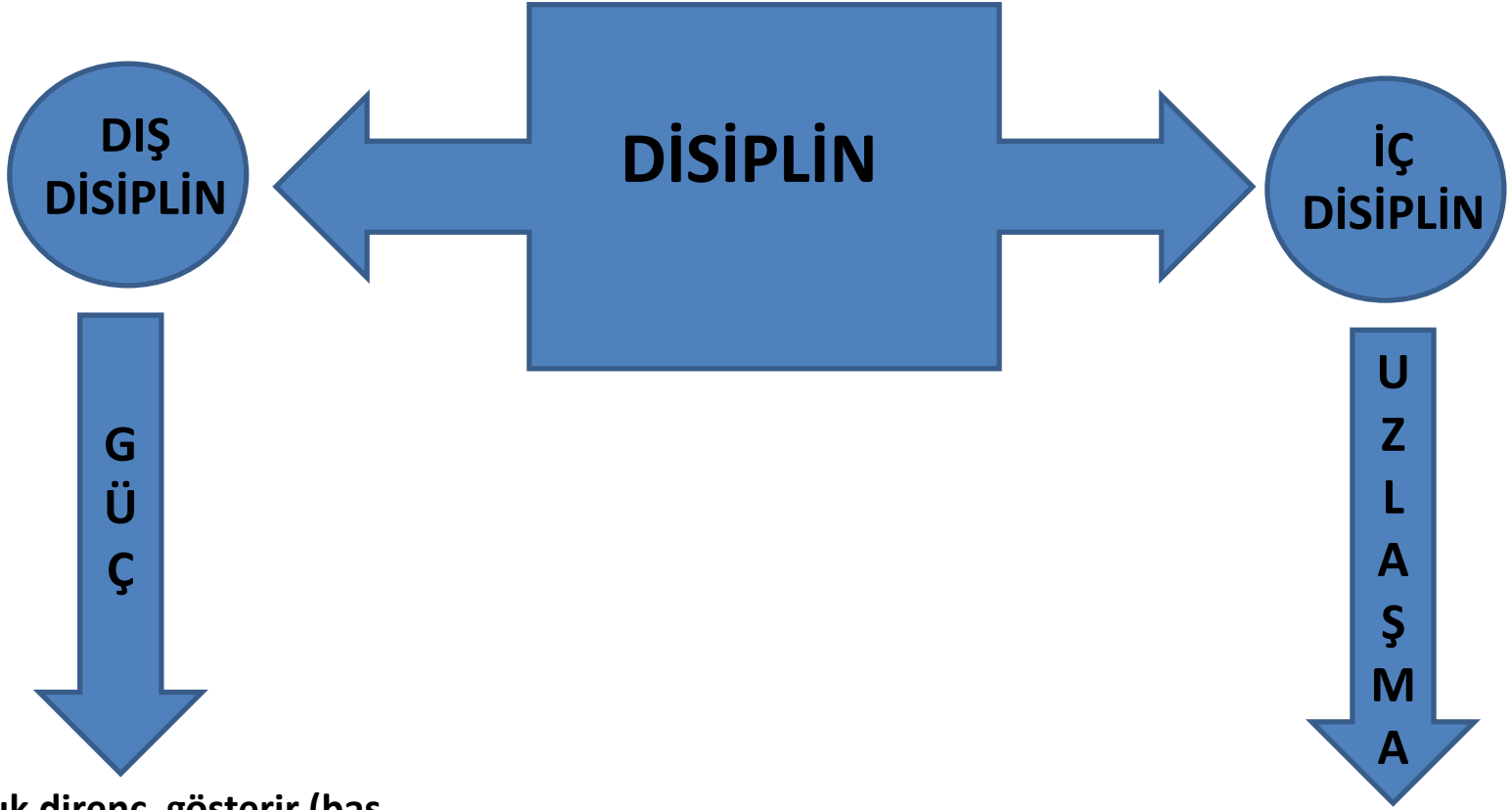
| BU DAVRANIŞ VE TUTUMLARDAN | KESİNLİKLE VAZGEÇELİM |
|----------------------------|---|
| OLUMSUZ BEKLENTİLER | <p>Ebeveyn mesajı:“Kesinlikle yapamaz, Başarabileceğini sanmıyorum, “</p> <p>Çocuğun algısı: “ Galiba haklılar başaramıyacağım. İşe yaramaz değersiz biriyim”</p> |
| YÜKSEK BEKLENTİLER | <p>Ebeveyn mesajı “Yaptığının daha iyisini yap” “Daha iyisini yapabiliirdin”</p> <p>Çocuğun algısı: “Ne yaparsam yapayım beğenmeyecekler. En iyisi vazgeçmek”</p> |
| KARŞILAŞTIRMAK-KIYASLAMAK | <p>Ebeveyn mesajı: “Kardeşin/arkadaşın senden daha başarılı”</p> <p>Çocuğun algısı: “Kardeşimden/arkadaşımdan nefret ediyorum.”</p> |
| ÇİFTE STANDART | <p>Ebeveyn mesajı: “Dediğimi yap ama yaptığımı yapma”</p> <p>: Çocuğun algısı: “Dürüst değiller onlara güvenmiyorum. Ben de onlara dürüst davranmayacağım”</p> |





GERÇEKTE DİSİPLİN NEDEN GEREKLİDİR?

- Doğru ve yanlış ayırdedebilsin
- Kendi kendini kontrol edebilsin
- Başkalarının hak ve özgürlüklerine saygı gösterebilirsin
- Özgüveni artırabilirsin
- Problem çözebilirsin



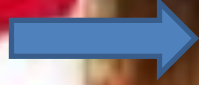
Çocuk direnç gösterir (baş kaldırır, yalan söyler, karşı koyar YA DA PES EDER İÇİNE KAPANIR.)

Eğer disiplin yetişkinin denetim kurma beklentisine hizmet ediyorsa çocuk dıştan kontrollü yani dış denetimli olacaktır

. Oysa ki tüm ebeveynlerin ve eğitimcilerin beklentisi kendi kendini kontrol edebilen, yönetebilen yani iç denetimi olan çocuklar yetiştirmektir.

GÜÇ

Denetlemeyi
Esas alan
Disiplin



Ödül ve Cezayı



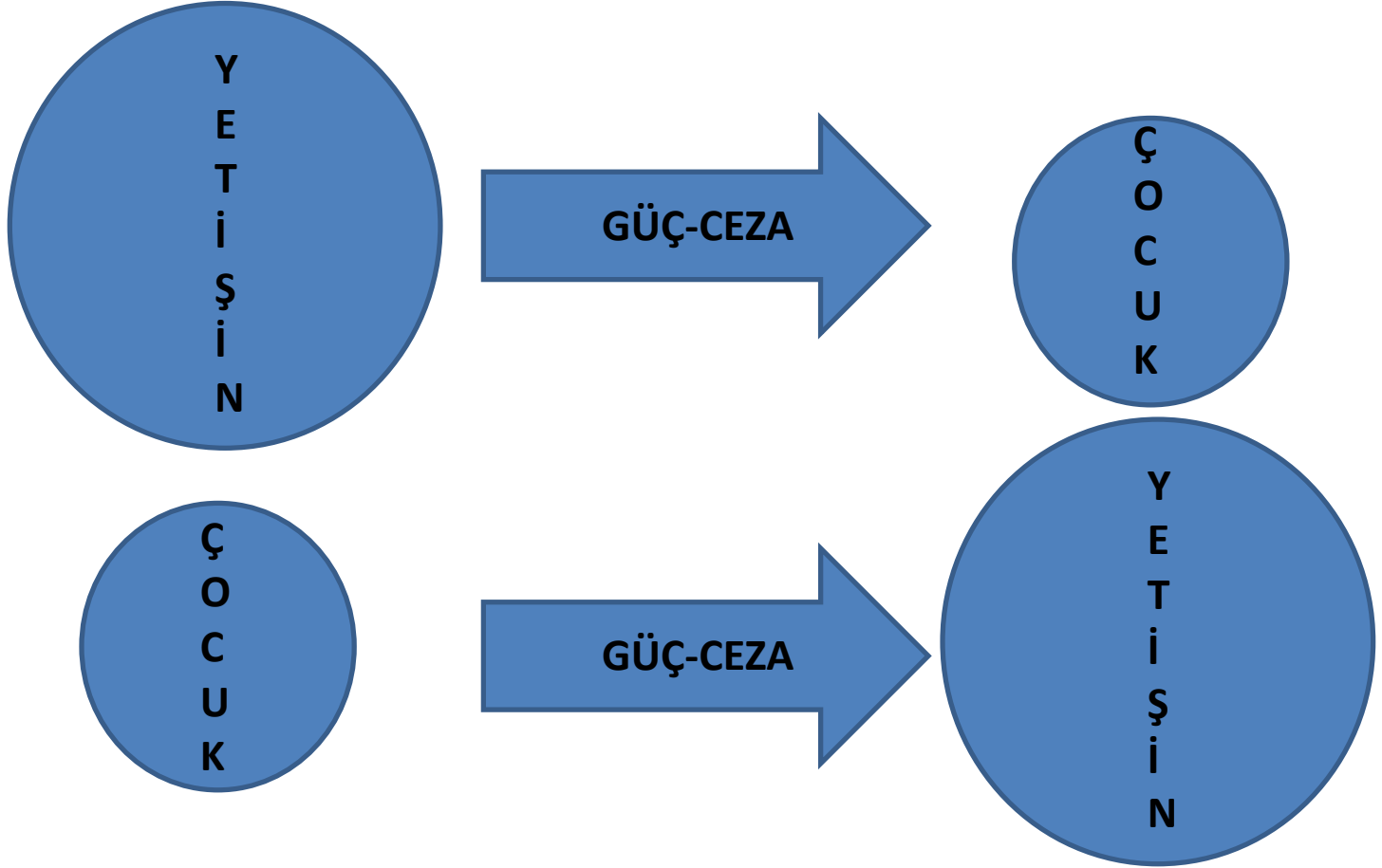
Bağımlılık

Rüşvet

Şiddet

Çocuk her ikisi de kullanıldıkça zamanla sistematik olarak duyarsızlaşacak ve her seferinde daha fazlasına yönelecektir.
Hem ÖDÜL hem de CEZA için durum aynıdır.

DENETLEYİCİ DİSİPLİN



CEZA merkezli disiplin utandırır, korkutur, küçük düşürür, acı verir. Onurunuzu kırabilir, ve kendinizi değersiz hissetmenize neden olabilir. Hal böyleyken hiçbir çocuğu iyi niyetli olduğunuza inandıramazsınız.

Peki gerçek anlamda disiplin ne demektir.
ANLATARAK VE UYGULAYARAK EĞİTMEKTİR.



Bununda en iyi yolu ETKİLİ İLETİŐİMDİR.

“Gerçek iletişim Anlamlı konuşmak ve Etkili Dinlemek döngüsü içinde gizlenmiş bir hazinedir.”



İYİ BİR DİNLEYİCİ OLMAK;

Aynı fikirde olmasak da Reddetmeden duygu ve düşünceleri dürüstçe paylaşmaktır. Duygularını ona yansıtmaktır.

Çok konuşmak, konferans vermek,yorum yapmak, eleştirmek, yargılamak, alay etmek ciddi iletişim engelleridir.

Çocuk: “Onlar benimle oynamadıkları içim hayal kırıklığına uğradım.”

Kapalı İletişim : “Olur böyle şeyler buda yaşamın bir cilvesi...”

Sonuç : Anlaşılmadığını ve reddedildiğini hissedecektir. İletişimi kesecektir.

Açık İletişim: Kendini terk edilmiş hissediyorsun...”

Sonuç: Kabul ve ilgi gördüğünü hissedecektir. Daha fazlasını da paylaşmak için yüreklenecektir.

Disiplin kelimesiyle eş anlamlı kullanılan bir terim daha vardır ki o da *sınır koymaktır*. Kurallar ve sınırlar çocuklarla birlikte belirlenmelidir. Ancak o zaman çocuk kendisini düzenin bir parçası olarak görür.

Çocukların iyi ya da kötü davranışları yoktur. Bu onların yaptığı davranışların bizim tarafımızdan yorumlanmasıdır. Amaçları yetişkini kızdırmak değildir, tüm davranışları gereksinimlerinin bir sonucudur.

Gereksinimler engellendiği zaman sorun yaşanır. Kimin gereksinimi engellenmişse sorun onun demektir. Sorunu çözmek için önce sorunun kime ait olduğunu bulmak zorundayız.



Sizin (Yetişkinin) gereksiniminiz engelliyorsa SORUN SİZİN

Çocuğun gereksinimi engelleniyorsa SORUN ÇOCUĞUNDUR.

Sorun yaşayan konuşacak diğeri de etkin dinleyecektir. (yorum yapmadan, yargı ifadeleri kullanmadan, eleştirmeden, abartılmış mimik , ses tonu yada beden dili kullanmadan, gerektiğinde duygu yansıtmaları yaparak)



Sorun Biz yetişkinlerde ve konuşma sırası bizdeyken...

Mutlak Etkili Konuşma

Suçlayıcı olmadan sadece duyguları ifade eden bir dil seçelim.

Kızgınlık iletişim çatışmalarına neden olan ciddi bir tuzaktır. Kızgınken gerçek duygumuzu keşfedip onu ifade edelim.

Bazen ne kadar etkili konuşma yapıyor olsakta kitleniriz. Böyle durumlarda etkili dinleyen moduna geçelim.

SORUNLARI ÇÖZMEK İÇİN EN İYİ YOL ORTAK ÇÖZÜMDÜR



ORTAK ÇÖZÜM ÇOCUKTA ÖNEMLİ KAZANIMLAR OLUŞTURUR.



- Karar verme sürecine katıldığı için kendini önemli ve değerli hisseder.
- Aidiyet duygusu gelişir
- Kendine ve ait olduğu gruba güven duyar.
- İşbirliğine açık olur
- Sorumluluk alma ve yerine getirme becerisini kazanır.



Ortak çözüm **SORUNLARIN** ortadan kalkacağı
anlamına gelmez

AZALMASINA yardım eder

ve **BİZİ GÜÇLENDİRİR.**

**Etkin Ana-babalıklarınızla
toplumun gelişmesine,
kalkınmasına ,dünya barışına ve
huzuruna verdiğiniz değerli**

