

ÇOCUKLARLA İLETİŞİM KURMAK

BİR ÇOCUĞA LAYIK OLMAK

Çocuğumuz yetişkin yanlışlarıdır aslında

Katı, güvensiz, kibirli,

Çocuklar yaşar yanı başımızda

Gizlice koruyarak güzelim sevgiyi.

Narin bir duygudur onları dolduran

Karşılıksız henüz ve hazır bağışlamaya

Soralım kendi kendimize bazen :

Layık mıyız çocuklarımıza ?



Ataol BEHRAMOĞLU

Aslında şair benim size anlatmak istediklerimi özetlemiş, bu dizelerde. Çoğu yetişkin çocuklarının kendilerine layık olup olmadığını sorgular. Acaba o yetişkinler çocuklarına layık birer anne baba olabilmişler midir? Bunu sorgulamak hiçbirinin aklına gelmez.

Şimdi geriye dönüp bir düşünmenizi istiyorum sizden. En mutlu olduğunuz anlardan biri çocuğunuzu kucağımıza aldığınız andır belki de . O an sanki bütün dünya onun etrafında dönüyormuş gibi hissedersiniz. Tek amacınız onu dışarıdaki kötülüklerle karşı koruyup kollamak olur ; istersiniz ki ona kötülük bulaşmasın, iyi , kendine güvenen , başarılı bir birey olsun. Peki bu kime bağlı ? Şiirde de geçtiği gibi “ Çocuğumuz yetişkin yanlışlarıdır aslında “ Çocuklar anne babanın birer yansımasıdır . Onların davranışları en çok anne babaya ve yakın çevresindeki diğer yetişkinlere göre şekillenir. Peki anne babalar olumlu davranış özellikleri sergileyen , başarılı, kendine güvenen, en önemlisi de mutlu bireyler yetiştirmek için neler yapmalıdır, onlarla nasıl bir iletişim kurmalıdır ?

Doğduğu günden itibaren çocuk, yaşayabilmek için anne-babasına ihtiyaç duyar. Çocuğun kendi ayakları üzerinde durabilmesi, özgüvenini geliştirebilmesi, kendisiyle ve çevresiyle uyum içinde, barışık olabilmesi, kendisini doğru ifade edebilmesi, ailenin vereceği eğitime ve ailesiyle olan iletişime bağlıdır.

Anne-baba ve çocuk arasındaki iletişimin ilk temelleri bebeklik döneminde atılır. Bebeğin kendilerine gülümsediğini gören anne ve baba da ona gülümseyerek ve konuşarak karşılık verirler. Bu bebeği daha da mutlu eder. . İyi gözlemci olan ve bebeğin diyalog isteğini fark eden anne-babalar bu konuda daha başarılı olurlar. Anne-baba ve çocuk arasındaki mesaj alışverişi yalnız konuşulan sözcüklerle sınırlı kalmaz, onların ötesinde anlamlar taşır. Karşılıklı bilgi alışverişinden başka duyguları da paylaşırlar ve birbirlerine destek olurlar. İyi iletişim kurmayı başarabilen aileler yaşamlarındaki acı-tatlı tüm olayları ve sorunları paylaşmayı bilen ailelerdir. İyi iletişim kurmak için çocukla yalnızca konuşmak yetmez; aynı zamanda, ona hareketlerle duyguların da hissettirilmesi, yani vücut dilinin de kullanılması gerekir.

Birçok anne-baba ve öğretmenler çocuklarla iletişim kurmada ve onların sorunlarına çözüm getirmede esas görevlerinin onlarla konuşmak, öğüt vermek, öneride bulunmak olduğunu zannederler. Oysa çocuğun sorunlarını çözmede gerekli olan uygun ortamı sağlamak ve onu dinlemektir.



Ama gerçekten çok iyi dinlemek dinliyormuş gibi yapmamak. Anne-babalar, televizyon karşısında ya da bir işle meşgul olduğu zaman çocuk kendisine seslendiğinde duymazlar. Çocuk bir kez daha anne baba diye seslenir, bu kez sesini biraz daha yükseltir. Çocuğun yüksek sesi onları rahatsız eder ve “Ne sabırsız çocuksun, meşgulüm, görmüyor musun?” der. Burada iyi bir iletişimden söz edilemez.

Çocuğu dinlerken;

- Zihinde sizi meşgul eden diğer olayları bir süre için erteleyin.
- Çocukla konuşurken, onun boyuna göre eğilerek, aynı seviyeye gelmek gerekir.
- Çocuğun söylediklerini dinlediğinizi mimiklerinizle, baş hareketleri ile onaylayın. Söylenenleri duyduğunuzu belirten bir tekrar, özümleme yapın, duygularını isimlendirin. (örneğin:çocuk arkadaşının kendisini sevmediğini söylüyorsa ona boş ver demek yerine, bu seni üzmüş olmalı demek daha doğrudur.)
- Çocuğun sözünü kesmeyin ve anlatacaklarını bitirene kadar sabırla dinleyin.

İletişim, iki kişinin bir birine tatlı bir gülümsemesiyle başlar, iyi bir dinleyici olmasıyla devam eder. Aktif dinlemeyi öğrenen anne ve babalar, çocuklarının duygularını daha iyi anladıkça sıcak ilişkiler kurulacaktır. Korkmayın, çocuklarımız hangi yaşta olursa olsun onları kucaklayın ve sarılın. Anne baba olarak sizi model alan çocuklarınıza tatlı dilinizle, etkin dinlemenizle, onlara duyduğunuz saygı ve sevgiyi göstererek örnek olun. **Unutmayın!! Sevgi** gelince tüm eksiklikler biter. Acaba şımarır mı diye düşünmeden bol bol verin sevginizi, çünkü onların sevmeye ihtiyacı var. Çocukluğunda sevgiye doymamış insanın dengeli bir kişilik geliştirmesi de başkasını sevmesi de olanaksızdır. Kişi yeterince almadığını başkalarıyla paylaşamaz!



Her çocuk değerlidir ve her çocuk kendisini anlayan, sorunlarına yanıt bulan, sevinçlerini ve üzüntülerini paylaşan bir aile ortamında yetişmek ister. Çocuklarınızı bir birey olarak kabul edin iletişiminiz daha sağlıklı olacaktır.

Çocuklarla konuşurken olaylara onun gözünden , onun dünyasından bakmak için çaba göstermeliyiz. Bu sayede onlardaki empati duygusunun da gelişmesine katkıda bulunmuş oluruz. Hayatın içinden örnekler vererek, çocuğunuza başkalarının duygu ve düşüncelerine duyarlı olma konusunda örnek davranışlar sunabilirsiniz. Çocuğunuza kitap okurken, kitaptaki kahramanların duyguları, yaşadıkları

üzerine onunla konuşabilir, film izlerken oradaki olaylar üzerine yorumlar yapabilirsiniz. Müzik eğitimi alan ve evcil hayvan besleyen çocuklarda empati duygusu daha kolay gelişir.

Çocuğunuzun en önemli istek ve ihtiyaçlarından biri ona zaman ayırmanızdır. Kısa, yoğun etkileşimler günlük rutinleri paylaşmanın yerini tutmaz. Buna ilave olarak, aile yaşamınızın günlük rutinlerini çocuğunuzla paylaşmalısınız. Örneğin çamaşırları makineye atmak; yıkanmış çamaşırları asmak; bulaşıkları yerleştirmek; yemek pişirirken, arabayı yıkarken, temizlik yaparken size yardımcı olması; birlikte alışverişe çıkmak; akraba, komşu ziyaretlerinde size eşlik etmesi ailece yenen akşam yemekleri gibi... Ayrıca kaybedilen zamanı maddi şeylerle telafi edemeyeceğinizi unutmamalısınız. Para yerine koyulabilir, ancak zaman asla geri getirilemez.

Başlangıcı şiirle yapmıştık, tüm bu yazdıklarımı özetlediğini düşündüğüm bir şiiri de paylaşarak bitirmek istiyorum. Umuyorum ki çok geç olmadan çocuklarımıza gereken özeni gösterebiliriz.

Çocuğumuza

Sürekli meşguldüm o kadar sene,
Seninle doyasıya oynayamadım,
Sen beni çağırdın gel oyna diye,
Ben bir türlü zaman ayıramadım.
Giydirdim, doyurdum, seni kolladım,
Sadece bunları yeterli sandım,
Bana oyuncuğunu getirdiğinde,
Ben seni çoğu kez, başımdan savdım.
Yatağa yatırır seni okşardım,
Sen uyur uyumaz hemen çıkardım,
Şimdi o günleri çok özleyorum,
Keşke bir dakika fazla kalsaydım.
Hayat ne kadar kısa, yıllar ne çabuk,
Ne zaman büyüdü bu çocuk,
Ona dokunmak için uzandığımda
Ellerim boş kalır, yüreğim buruk.
Artık ne resimler, ne de oyunlar,
Ne 'iyi geceler', ne sarılmalar,
Hepsi çok geride, ulaşmak zor,
Yaşanmadı sanki o güzel yıllar.
Artık hiç işim yok, yapayalnızım.
Günlerim çok uzun, üstelik bomboş
Keşke isteklerini bir bir yapsaydım
Küçük arzuların şimdi çok şirin, çok hoş.

Alice Chase



KAYNAKÇA

http://www.odtugvo.k12.tr/media/96918/anne_baba_iletisimi.pdf

İletişim Çatışmaları ve Empati (Sistem Yayıncılık) – Prof. Dr. Üstün Dökmen

Çocuk Ruh Sağlığı (Özgür Yayınları) – Prof. Dr. Atalay YÖRÜKOĞLU

<http://www.cocukhayat.com/yazi/iletisim.html>

