

İLETİŞİM

En az iki kişi arasında gerçekleşen anlamları ortak kılma çabasıdır. Duygu , düşünce ve davranışların paylaşılmasıdır. Verilmek istenen mesajların karşıya ulaşmasıdır.

Kişiler arası ilişkilerde iletişimin önemli bir yeri vardır. İletişimin olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyutu vardır. Olumlu iletişim becerilerine sahip insanların dünya üzerindeki yetki alanları neredeyse sınırsızdır. *iletişimi güçlü gençlik, başarılı ve mutlu bir toplum oluşturmanın gereklerindedir. Bu nedenle evde anne-baba olarak çocuklarla iletişimimizi tekrar bir gözden geçirmeniz; kendi eksikliklerinizi ya da yanlış gördüğünüz davranışlarınızı değerlendirmeniz sizin ve çocuğunuzun sürekli gelişimini sağlayacaktır.*

Olumlu çocuk yetiştirmenin ilk şartı, olumlu anne-baba tutumudur. Hiç birimiz mükemmel değiliz o zaman onlardan mükemmel olmalarını bekleyemeyiz.

Çocukların yaşadıkları dönemlerin özellikleri dolayısıyla ihtiyaçları birbirinden oldukça farklıdır. Çocukluk döneminde anne-babayla uykuya dalmak isteyen çocuk ergenlik döneminde böyle bir isteği talep etmeyecektir. Yine anne-babasıyla gezen çocuk ergenlikte değil anne-babasıyla gezmek arkadaşlarıyla birlikte iken ebeveynleriyle karşılaşmayı dahi istemeyecektir

Dolayısıyla çocukla iletişimde çocuğun yaşı, cinsiyeti ve kişilik özellikleri oldukça önem taşımaktadır. Çocukluk döneminde olası tehlikelere karşı açık tavır koyabilen ebeveynler ergenlik dönemiyle birlikte çocuğu üzerindeki denetimi uzaktan yapabilmelidir. Arkadaş seçiminde kontrollü ama baskıcı davranmamalıdır. Unutmayalım özgürlük sınırsızlık demek değildir.

Çocuklarla ebeveynlerin kurmuş oldukları iletişim , bazen sağlıklı bir şekilde yürümektedir.

Buna örnekler verecek olursak;

Emir cümleleri kullanmak. Kalk, yüzünü yıka, sütünü bitir, dişlerini fırçala, ağzın doluyken konuşma, ödevini bitir, televizyonu kapa, büyüklerinle konuşurken sesini yükseltme, öğretmenini dinle... gibi. Korku ya da aktif direnç yaratabilir,

Aşağılayıcı, yargılayıcı dil kullanmak. Sen zaten tembelin tekisin”, ”zaten başarsaydın şaşardım”, ”yine mi bitiremedin” gibi cümleler kurmak çocuğun kendini yetersiz, aptal hissetmesine neden olabilir.

İsmi yerine fişleme dediğimiz lakaplar kullanmak. Koca bebek, Hadi bakalım Süpermen, Geri zekalı, Hadi sende sulu göz, gibi cümleler kurmak çocuğun gelişiminde değerli hissetmesine yol açmaz. Sevilmediği kanısının oluşmasına yol açabilir,

Etkili İletişim İçin;

Dinleme: Anne babasının kendisini dinlediğini gören çocuk önce, kendisine değer ve önem verildiğini, kabul edildiğini, buna bağlı olarak da sevildiğini düşünür.

Saygı Duymak: Karşımızdaki kişilere saygı duymak onların varlığını kabul etmek, önemli ve değerli olduklarını hissettirmek, olduğu gibi benimsemek anlamını taşır. Çocuğunuzun başka çocuklarla karşılaştırmayın. Çocuğun kendine özgü, bağımsız bir birey olarak kabul edilmesi, ruh sağlığının temelini oluşturur.

Empati kurmak: İletişimin belki de en önemli ögesidir. Bir anlamda, dış dünyayı karşımızdaki kişinin penceresinden görmeye çalışmaktır. Kurulan bu duygu ortaklığı, iletişimi güçlü kılar.

En önemlisi **model** olun söz yerine davranışı sizde görmesi daha etkili olacaktır. Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun. Kendi içinizde çelişkili davranışlarda bulunmanız ya da anne ve babanın birbiriyle çelişen biçimde davranması, çocuğu “doğruyu bulma” konusunda zorlar.

YANKI

Bir adam ve oğlu ormanda yürüyüş yapıyorlarmış.

Birden oğlan takılıp düşüyor ve canı yanıp “**AHHHHH**” diye bağıyor.

İleride bir dağın tepesinden “**AHHHHH**” diye bir ses duyuyor ve şaşırıyor. Merak ediyor ve “**SEN KİMSİN?**” diye bağıyor.

Aldığı cevap “**SEN KİMSİN?**” oluyor.

Aldığı cevaba kızıp “**SEN BİR KORKAKSIN**” diye tekrar bağıyor. Dağdan gelen ses “**SEN BİR KORKAKSIN**” diye cevap veriyor.

Çocuk babasına dönüp

“**BABA NE OLUYOR BÖYLE?**” diye soruyor.

“**OĞLUM**” diyor adam, “**DİNLE VE ÖGREN!**” ve dağa dönüp “**SANA HAYRANIM**” diye bağıyor.

Gelen cevap “**SANA HAYRANIM!**” oluyor.

Baba tekrar bağıyor, “**SEN MUHTEŞEMSİN!**”

Gelen cevap ; “**SEN MUHTEŞEMSİN!**”

Oğlan çok şaşırıyor, ama halen ne olduğunu anlayamıyor.

Babası açıklamasını yapıyor,

“İnsanlar buna “**Yankı**” derler, ama aslında bu “**Yaşam'dır.**”

Yaşam senin verdiklerini sana geri verir.

Sevgi istediğin zaman daha çok sev!

Şefkat istediğinde, daha şefkatli ol!

Saygı istiyorsan daha çok Saygı duy.

“Yaşam bir tesadüf değil, yaptıklarınızın yansımasıdır.”

BARDAĞI TAŞIRMAYAN GÜL YAPRAĞI OLABİLMEK

Eski zamanlarda bir derviş dergâhı, kainatın sırlarını aramak için gelenleri kabul ediyordu. Bu dergâha kabul edilmek için gereken tek şey, anlatılmak isteneni konuşmadan açıklayabilme yeteneğine sahip olmaktı.

Bir gün dergâhın kapısına yeni bir derviş adayı, yabancı olduğu hemen anlaşılan birisi geldi. Yabancı kapıda öylece durdu ve bekledi. Bu dergâhta gönülden gönüle anlaşmaya yol verildiği için dergâhın kapısında bir tokmak, çan veya zil yoktu. Yabancı kapıda durdu ve beklemeğe başladı.

Bir süre sonra dergâhın kapısı açıldı. İçerden çıkan derviş soran gözlerle, kapıda duran yabancıya baktı. Gelen derviş adayı, dergâha kabul edilip seyr ü sülûk (manevi terbiye) yapmak istediğini gönlünden geçirdi.

Kapıyı açan derviş gözden kayboldu ve az sonra ağzına kadar su ile doldurulmuş bir bardak ile geri döndü ve bardağı dervişliğe kabulünü dileyen yabancıya uzattı.

Bunun anlamı, “dergâhımız yeni bir adayı kabul edemeyecek kadar dolu” demektir.

Yabancı derviş adayı dergâhın bahçesine girdi; az sonra elinde bir gül yaprağı ile döndü, bahçedeki bir gülün aldığı bir tek yaprağı bardağı ağzına kadar doldurmuş olan suyun üstüne bıraktı. Kapıyı açan derviş hayretle olan biteni izliyordu: Su dolu bardağın üzerine nezaketle bırakılan gül yaprağı suyun üstünde idi ve bardak taşmamıştı.

Kapıyı açan derviş, yeni aday karşısında saygıyla eğildi ve dergâhın kapısını açarak yabancıyı avluya aldı: Başını eğerek yeni dervişini selamlarken gönlünden “Aramıza hoş geldin...”

Suyu taşırmayan bir gül yaprağına dergâhımızda her zaman yer vardır...” diyordu.

İşte bütün mesele, AĞZINA KADAR SU DOLU OLAN BARDAĞI TAŞIRMAYAN GÜL YAPRAĞI OLABİLMEKTİR...