

Çocuğumla Nasıl Sağlıklı Bir İlişki Kurabilirim?

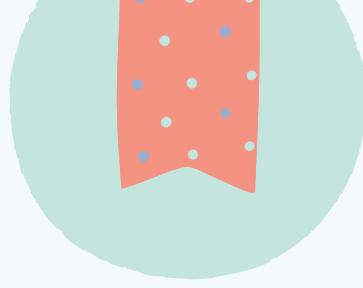
Aile içindeki kuralların birlikte konularak, düzenli ve sağlıklı uygulanması sağlanmalıdır.

Yaşanan olumsuz durumlarda çocuğun karakterini değil davranışını eleştirin.

Eğer çocuğunuzun başarısını önemsiyorsanız özgüvenini kırmayın. Onu destekleyin. "Başaramazsın" demeyin "Yeterince istersen elbette başarabilirsin" demeyi seçin.

Az konuşun, çünkü çocuklar söylediklerinizi değil yaptıklarınızı yaparlar.

Kaç yaşında olursak olalım anne babamızın bizi beğenmesini, taktir etmesini isteriz. Çünkü anne baba çocuk için çok önemli bir noktadadır. İyiyi görür onu konuşursanız iyiyi büyütürsünüz, kötüyü görüp onu konuşursanız kötüyü büyütürsünüz. Çocuğunuzun olumlu taraflarını görün, konuşun, iyiyi büyütün.



ÇOCUK NE YAŞIYORSA ONU ÖĞRENİR

Eğer, bir çocuk sürekli eleştirilmişse; Kınamayı ve ayıplamayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk kin ortamında büyümüşse; Kavga etmeyi öğrenir.

Eğer, bir çocuk alay edilip aşağılanmışsa; Sıkılıp, utanmayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk sürekli utanç duygusuyla eğitilmişse; Kendini suçlamayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk hoşgörülle yetiştirilmişse; Sabırlı olmayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk desteklenip, yüreklendirilmişse; Kendine güven duymayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk övülmüş ve beğenilmişse; Takdir etmeyi öğrenir.

Eğer, bir çocuk hakkına saygı gösterilerek büyütülmüşse; Adil olmayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk güven ortamı içinde yetişmişse; İnançlı olmayı öğrenir.

Eğer, bir çocuk kabul ve onay görmüşse; Kendini sevmeyi öğrenir.

Eğer, bir çocuk aile içinde dostluk ve arkadaşlık görmüşse; Bu dünyada mutlu olmayı öğrenir.

Dorothy Law Nolte

Alanya Kız Anadolu İmam Hatip Lisesi



242 513 00 20



AİLE İÇİ İLETİŞİM



İLETİŞİM BECERİLERİ

SEZEN ÖKSÜZ
PSİKOLOJİK DANIŞMAN

Mutlu insan....

İnsan davranışları üzerinde yapılan araştırmalarda; sosyal ortamlarda kabul gören, eleştirilmeden kendini rahatça ifade edebileceği insanların yanında bireylerin mutluluk seviyesinin arttığı tespit edilmiştir.

Anne babanın çocuğu ile kurduğu ilişki çocuğun yaşam rengidir. Bu renk çocuğun yaşam enerjisinin, neşesinin kaynağıdır. Sağlıklı ilişkiler, doğru iletişim yöntemleri ile kurulabilir.

Çocukla İletişimi Zedeleyen Bazı Davranışlar

Eleştirmek

Sürekli akıl vermek

Dinlememek

Fikrini almamak

Lakap takmak

Başkasına benzetmek

Kıyaslamak

ANNE-BABA TUTUMLARI

- 1 Baskıcı ve Otoriter Tutum; Çocuklarınızda hata yapma riskini, güvensizliği, çekingenliği artırır.
- 2 Koruyucu Tutum; Çocuklarınızda kararsızlığı, bağımlılığını, öz güven eksikliğini ve asi davranışları artırır
- 3 Gevşek (Rahat) Tutum; Çocuklarınızda kural tanımamazlığı, doyumsuzluğu, bencilliği ve uyumsuzluğu artırır
- 4 İlgisiz ve Kayıtsız Tutum; Çocuklarınızda şiddet içeren davranışları, yetersizliği, konuşma bozukluklarını ve aileye karşı mesafeyi artırır.
- 5 Güven Verici ve Demokratik Tutum; Çocuklarınızda saygıyı, sorumluluğu, problemler baş edebilmeyi ve sosyalleşmeyi artırır.



Çocuğumla Nasıl Sağlıklı Bir İlişki Kurabilirim?

- ✓ Değer görmek, önemsenmek veya "adam yerine konmak" sağlıklı ilişkinin yapı taşlarıdır. Kaale alınmayan, fikri sorulmayan çocuk ilişki içerisinde kendini değerli görmez. Karar verirken fikrini sorun, söylediğini yapmasanız bile fikrinin önemli olduğunu hissettirin.
- ✓ Çocuklarınızla iletişim kurarken suçlayıcı ve sorgulayıcı değil; fikirlerine saygı duyan ve empati duygusuyla onu anlamaya çalışın.
- ✓ Anne baba olarak çocuklarınızı tüm özellikleriyle koşulsuz kabul edin ve onlara sevginizi sözlü olarak da ifade edin. Çocuk yaşta sevgiye doymayan çocuk yetişkinlikte sevginin dilencisi olur.

"Dinlemek karşındakine 'Sen varsın, sana değer veriyorum' demenin en kestirme yoludur."
Prof.Dr. Doğan Cüceloğlu