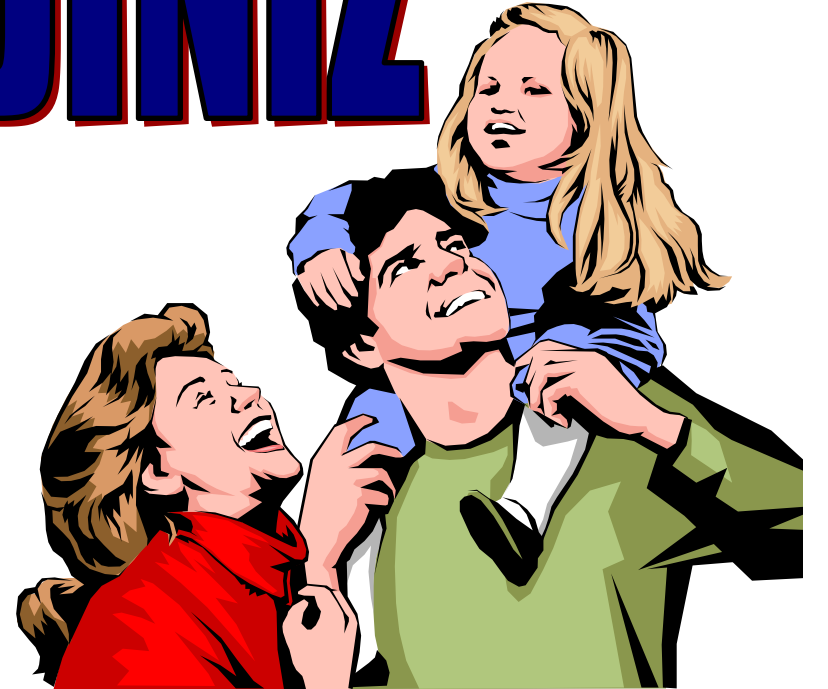
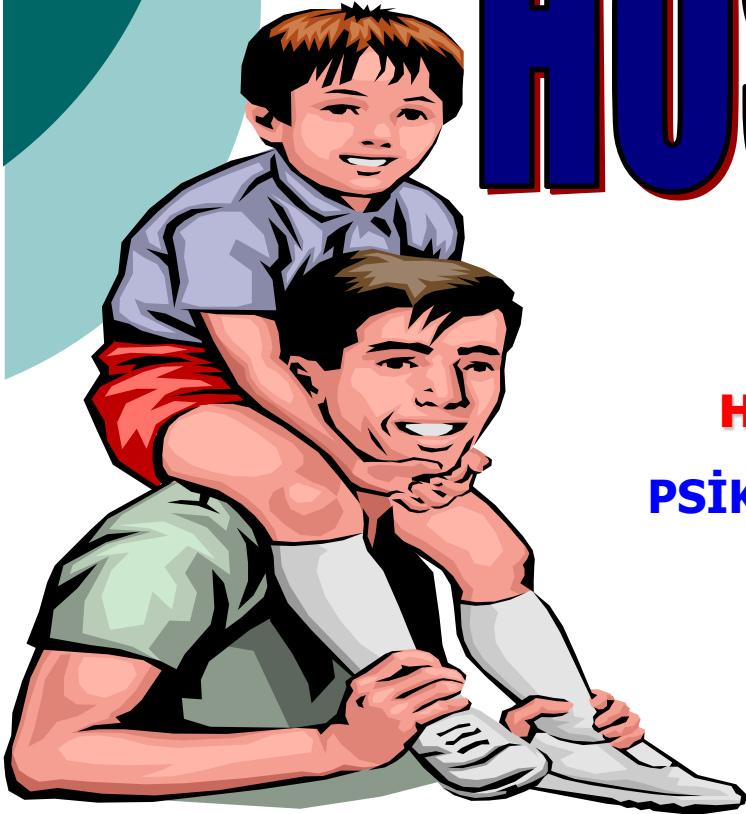


AİLE İÇİ İLETİŞİM

HOŞGELDİNİZ

Halil ÖZKARACA

PSİKOLOJİK DANIŞMAN



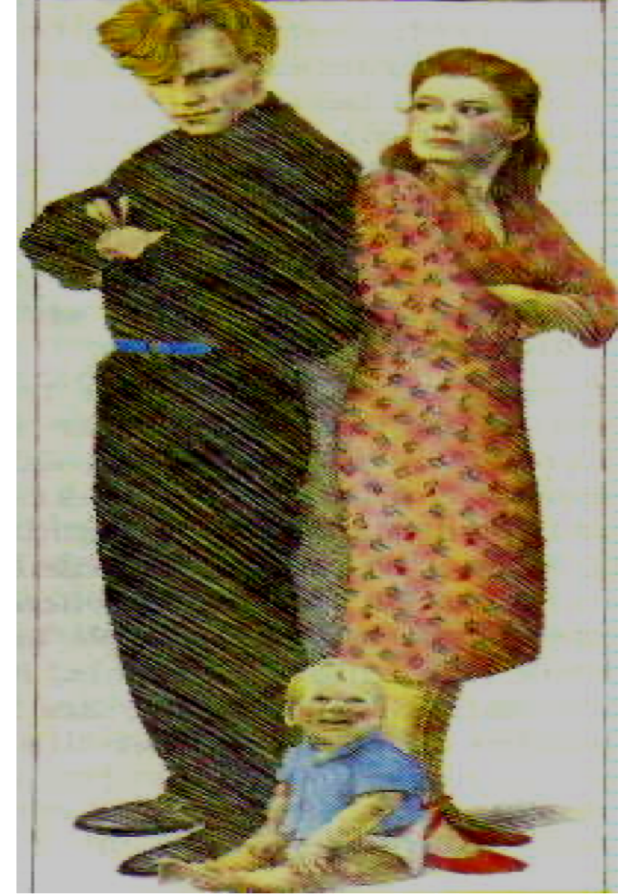


HERKES HAYATI KENDİ GÖZLÜKLERİNDEN GÖRÜR

**“Aynı şeyi neden farklı gördüğünüzü anlamaya çalışmazsanız,
bu kez birbirinizi yargılamaya başlarsınız.”**

Zig ZIGLAR

**“ANLAŞMAZLIKLAR
ÜZERİNDE
AÇIKÇA
KONUŞULMALIDIR.”**



TEPKİLERİNİZİ BİRİKTİRMEYİN

- **PATLAMALAR bir birikimin neticesidir.**
- “Evlerimizi tehlikeli madde taşıyan bir kamyonu benzetmemek için tepkilerimizi biriktirmeyelim.” **Recep Ş. APUHAN**
- Yeri geldiğinde ifade edilmeyen küçük tepkiler bir sonraki ile birleşip tehlikeli hale gelecektir.

İLİŐKİLERE BAKIM YAPIN

Her Őeyin bakıma, ilgiye, izlenmeye ihtiyaçı vardır, özellikle hayatımızdaki en hassas iliŐkiler. Ve evlilik te bir istisna değildir. Evlilik farklı davranılacak ya da taciz edilecek veya basitçe kendi baŐına bırakılacak bir Őey değildir. İhmal edilen bir Őey olduğu gibi kalmaz, mutlaka bozular.

Richard L. EVANS

EŐİMİZLE İLİŐKİLERİMİZE NASIL BAKIM VE YATIRIM YAPABİLİRSİNİZ?

AİLEDE SORUMLULUKLARIN PAYLAŞIMI



AİLENİN
YÜKÜ





Mükemmel anne-baba mükemmel
çocuk yetiştiremez

**Mutlu anne-baba
mutlu çocuk yetiştirir.**

GÖZLERİNİZİ KAPATIN, ARKANIZA YASLANIN VE DÜŞÜNÜN

EŞİNİZİN BEĞENDİĞİNİZ TAKDİR ETTİĞİNİZ YÖNLERİ NELER?

- 1-
- 2-
- 3-
- 4-
- 5-
- 6-

Hep Birlikte

Çocuk

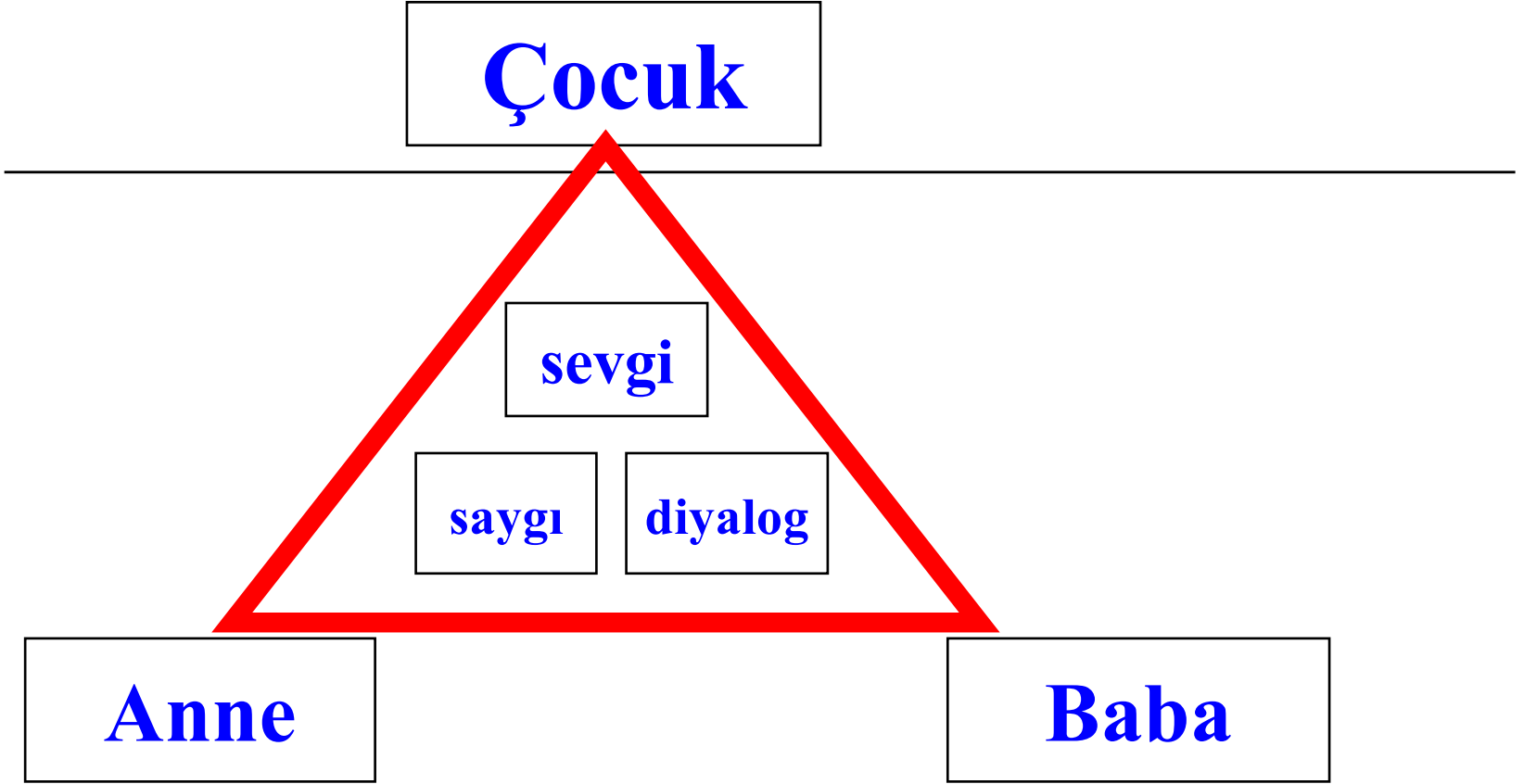
sevgi

saygı

diyalog

Anne

Baba





O BİZİM BİR PARÇAMIZ, FAKAT.....

- **İYİ NİYETİ HİSSETTİRMEK GEREKİR**
- **ONUNDA AYRI BİR HAYATI VAR,**
- **KENDİ DEĞER YARGILARI,**
- **KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ,**
- **.....**

ÇOCUĞUN GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

ÖNCE ÇOCUĞUNUZU İYİ TANIYIN !

0 – 2 YAŞ BEBEKLİK DÖNEMİ

2 – 6 OYUN DÖNEMİ

6 – 12 OKUL DÖNEMİ

12 – 18 ERGENLİK

DÖNEMLER

- **BEDENSEL GELİŞİM**
- **ZİHİNSEL GELİŞİM**
- **PSİKOLOJİK GELİŞİM**
- **SOSYAL GELİŞİM**





Gelişim dönem özellikleri... (3-6 Yaş Dönemi)

- **3-6 Yaş Dönemi:** Girişkenlik*Suçluluk Merak bastırılırsa suçluluk duymasına sebep oluruz.
- **Benlik Saygısı Gelişimi:** Onay - Övülme – Ödüllendirme
- **Bu Dönemde;**
- Sihirli düşünce vardır
- Hayal dünyası geniştir
- Özdeşim dönemidir
- Korku ve endişeler başlar
- Kıskançlık vardır
- Problem çözme 4 yaşında başlar
- Bir olaydan sonuç çıkarma 4 yaşında başlar.
- **Sosyal ve kişilik gelişimi hızlıdır**



Sevginizi ön koşullu vermeyin.

Çocuğunuzu sevdiğinizi belli edin.
(Sevin demiyorum)

Bunu hissettirin.

Çocuğunuzla ne kadar baş başa vakit geçiriyorsanız(NİTELİKLİ) o kadar seviyorsunuz demektir.



Aile ve çocuk iletişimi

- Konuşmak
- Dinlemek



Konuşmak

- Yüz yüze konuşmalıyız
- Sessiz kalma
- Konuşurken veya oynarken, onunla aynı boy seviyesinde olun,
- Gz iletişimi kurun,
- Ona karşı dürüst olun.
- Çocuğa resim ve oyun aracılığı ile yaklaşmak
- Güzel yanları ne çıkarmakla işe başlayalım
- Sorun olarak yaşadığı Őeyle alay etmeyin,
- Ona verdiğiniz değeri ve onunla duyduğunuz gururu ona söylemekten çekinmeyin.
- Mümkünse sesimizi ykseltmeyelim
- Yapıcı bir üslup seğelim
- Söz hakkı verelim Sözünü kesmeyin,
- İyi yaptın, dnden daha iyi yaptın gibi sık sık takdir sözcükleri kullanılmalıdır.

Dinlemek

- Ortalama, Türk ailesinde çocuklarımızı 18 saniye dinliyoruz.
- İnsanların en çok dinlenmekten hoşlandığını akıldan çıkartmayalım
- Duyma, kulakla; dinleme ise gözle olur
- Fikirlerine değer verelim
- Söyledikleri yanlış da olsa onları büyük bir olgunlukla dinleyelim
- Katılarak dinleyin. Bu 3-5 yaş grubu için geçerlidir. (Tekrarlar)
- Anlamaya çalışın, cevap vermeye değil
- Rahat konuşma imkanı tanıyalım
- Korkutmak yerine sevdirme yolunu tercih edelim

Basit Kapı Aralayıcılar

Daha çok konuşmaya davettir.
Çocuğu konuşmaya davet eder

- 'Anlıyorum, oh, hımmm, öyle mi,
- konuşmaya davet ederken, 'bu konuda konuşmak istermisin,
- bunu tartışalım, anlatacaklarını dinlemek istiyorum, bu konuda bir şeyler söyleyecek gibisin' gibi kapı aralayıcı mesajlar kullanılmalıdır.

Bu çocuğu cesaretlendirecektir



Etkin dinleme

Alan gönderen kadar etkindir.

Örnek 1-

Çocuk: Ayşe arabamı aldı .(Ağlayarak bu tepkiyi vermiştir.)

Anne: Üzülüyorsun, oyuncağının alınması hiç hoşuna gitmiyor.

Çocuk: Hoşlanmıyorum.

Örnek 2-

Çocuk: Bu yılki öğretmenimi hiç sevmedim.

Anne: Öğretmeninden hoşlanmadığın için düş kırıklığına uğramışsın.

Çocuk: Evet öyle.

Etkin dinleme

ÇOCUĞUN DUYGULARINI
ANLAMAYA ÇALIŞIN

İnsanların çoğu duygularını bastırarak unutmaya çalışarak, başka şeyler düşünerek bundan kurtulabileceklerini sanırlar. Oysa sıkıntı veren duygular açıkça dile getirildiklerinde yok olurlar.

Etkin dinleme bu tür duygu boşalmasına yardım eder. Etkin dinleme ana baba çocuk arasında sıcak bir ilişki geliştirir..

Duyulduğunu ve anlaşıldığını bilmek, öylesine hoş bir duygudur ki, konuşan, dinleyene karşı bir yakınlık duyar. İlişkilerini daha sıcak yapar

Disiplin

DISCO (ÖĞRENME)

Disiplini (öğrenmeyi) gerçekleştirmeden ,disipline etmeyi yani "öğrenmeyi" gerçekleştirmek mümkün değildir.

- Evde yalan varsa
- Evde baba küfürlü konuşuyorsa
- Anne baba sebze yemek yemiyorsa





EVDE DİSİPLİNİ SAĞLAYAN ANNE Mİ, BABAMI ?

- Bu çocuğu sen bu kadar şımartıyorsun...
- Bu çocuğu sen böyle yaptın...

ÇOCUK ÜZERİNDE Kİ DİSİPLİNİ
SAĞLAMANN EN İYİ YOLU, ÇOCUĞUN
KİŞİLİK YAPISINI TANIYIP, KURALLARI
ONUN YAPISINA GÖRE KOYMAKTIR.



Çocuklar çok sevimli ve ya çok disiplinli olmaktan dolayı **şımarmazlar.**

Çocuklar anne ve babanın tutarsız davranımlarından dolayı **şımarırlar.**




Dünyadaki en değerli varlığınız
nedir?

"çocuklarımız"



O halde bunu onlar da bilsin.



Birinin size değer verip vermediğini
nasıl anlarsınız ?

Bunu anlamaları için
çocuklarınıza öyle davranın.



Çocuk yetiştirmenin sırrı;
pedagoji,
psikoloji ve
biraz da otoritedir

ÖSS. ÖSS. ÖSS. Sınav için geri sayım başladı...

HANIM ÇOCUĞUN
DIŞ DÜNYADAN KOPMA -
SINA BU KADAR MÜSADE
ETMİYECEKTİK :..



KIYASLAMA



Çocuğunuzdan mektup var..

Sevgili anneciğim, babacığım, sizlere şunları söylemek istiyorum: her ne kadar da sizin çocuğunuz olsam bile sizden farklı bir kişiliğe sahibim. Denemeler yaparak öğrenim. Bana oyunlarımda , arkadaşlıkta ve uğraşım da özgürlük tanıyınız. Beni her yerde korumaya ve kollamaya çalışmayınız. Bana yanılma payı bırakın. Kendi işimi kendim görmeye alıştırım büyüdüğümü başka nasıl anlarım. Her ne kadar da büyüsem de ara sıra çocuk gibi davranabilirim. Bunu önemsemeyin ama siz beni şımartmayın. Bana yerli yersiz söz vermeyin sözünüzü tutamayınca size olan güvenim azalıyor. Beni dinleyin. Öğrenmeye en yatkın olduğum anlar soru sorduğum anlardır. Açıklamalarınız kısa ve özlü olsun. Öğütlerinizden çok davranışlarınızdan etkilendiğimi unutmayınız. birbirimize olan saygı ve sevginin azaldığını görmek beni üzer.

Çocuğunuzdan Mektup var..

Çok konuşup çok bağırmayınız. Yüksek sesle söylenenleri pek duymam. "ben senin zamanındayken" diye başlayan sözleri hep kulak ardı ederim. Beni korkutmaya çalışmayınız. Yaramazlık yaptığım zaman beni kötü çocukmuşum gibi yargılamayın. Ceza vermeden önce beni dinleyiniz. Beni yeteneklerimin üstünde işlere zorlamayın. Başarabileceğim işleri benden bekleyiniz. Başaramazsam övünüz. Bana güvendiğinizi belli ediniz. Beni sakın ha başkalarıyla kıyaslamayın. Benden yaşımın üstünde olgunluk beklemeyin. Bütün kuralları birden öğretmeye kalkmayınız. Beni köşeye sıkıştırmaya çalışmayınız. Yalana sığınmak zorunda kalırım. Bana sinirlenebilirsiniz ama beni aşağılamayın. Başkalarının yanında onurumu kırmayınız. Özür dileyişiniz size olan sevgimi azaltmaz, tersine beni size daha çok yaklaştırır.

Çocuğunuzdan Mektup Var..

Aslında ben sizleri olduğunuzdan daha iyi görüyorum. Bana kendinizi yanılmaz ve erişilmez göstermeye çalışmayınız. Biliyorum ara sıra sizi üzüyorum. Bana verdiklerinizden benden istediklerinizin çok olmadığını da biliyorum. Biraz önce sıraladığım istekler size çok geldiyse bir çoğundan vazgeçebilirim; yeter ki BENİ BEN olarak seveceğimize olan inancım sarsılmasın. Benden "ÖRNEK" çocuk olmamı beklemezsiniz. Bende sizden kusursuz ana-baba olmanızı beklemem. Sevecen ve anlayışlı olmanız bana yeter. Sizin çocuğunuz olarak doğmak elimde değildi. Ama seçme hakkım olsaydı, sizden başka kimsenin çocuğu olmak istemezdim

Sevgiler Çocuğunuz



PSIKOLOJİK DANIŞMANLIK
&
REHBERLİK SERVİSİ