



# AİLE İÇİ İLETİŞİM ve EBEVEYN TUTUMLARI

---

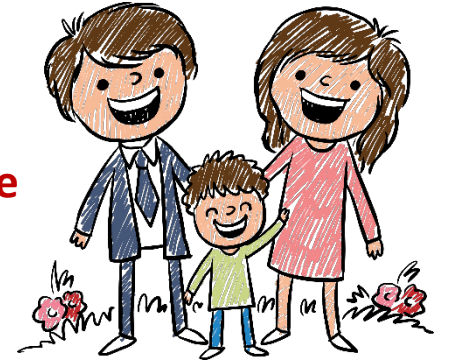


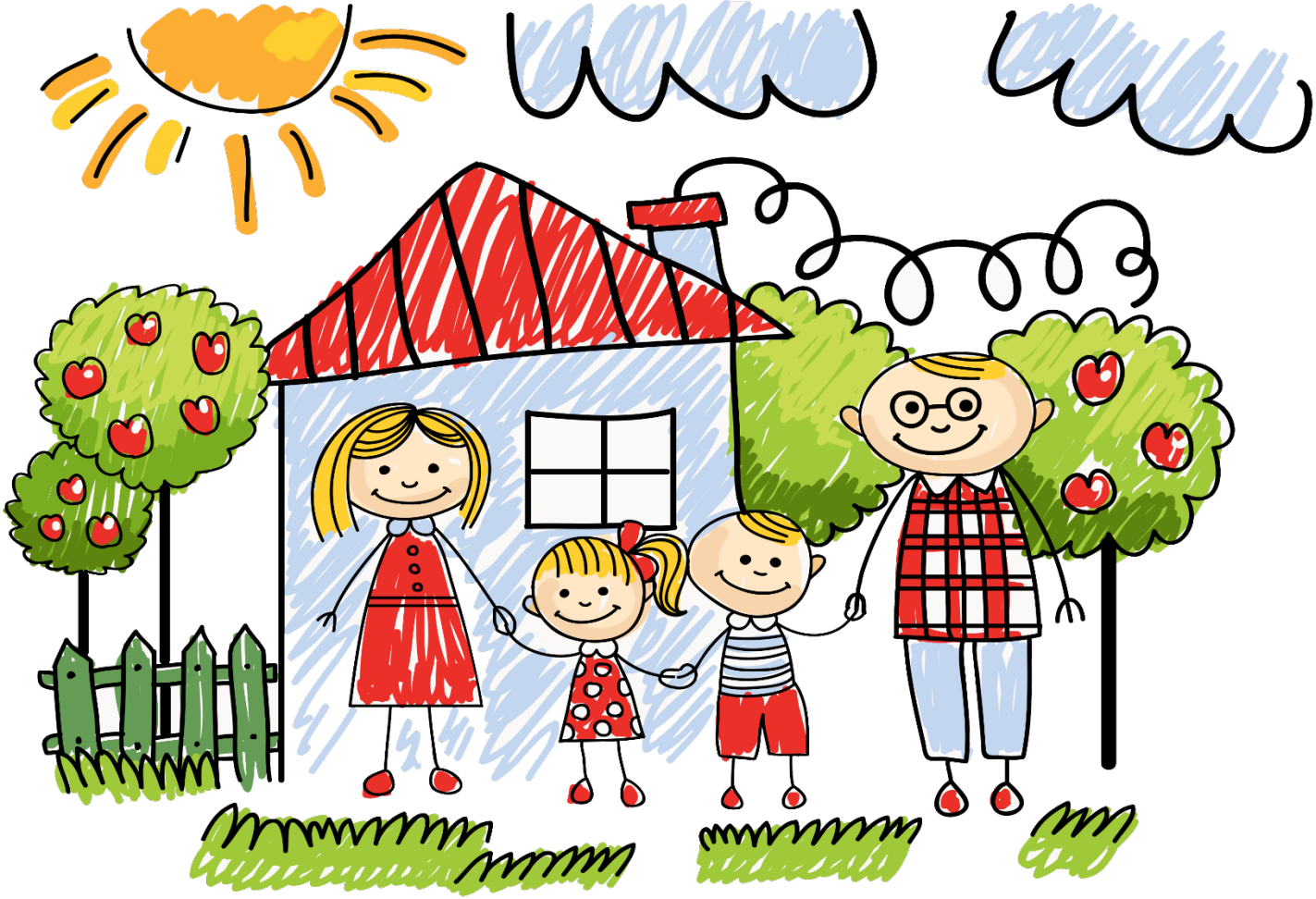
## AİLE İÇİ İLETİŞİM NEDİR? NE DEN ÖNEMLİDİR?

Aile içi iletişim; en basit tanımıyla, aile bireylerinin arasındaki sözel ya da sözel olmayan davranışları ve verdikleri tepkiler/mesajlardır.

Çocuğun ilk deneyimlerini kazandığı, ilk davranışlarının ve tutumlarının belirlendiği ortam ailedir. Aile üyeleri çocuk için birer kopya aracıdır. Çocuk; gördüklerini ve duyduklarını sürekli olarak kopyalar ve kendi kişiliğine katar. Bu anlamda çocuğun karakterinin geliştiği ilk 5 yılda ailenin tutumları ve iletişim şekilleri ayrıca önem arz eder.

**Çocuklar donmamış beton gibidir; üzerlerine ne düşerse izi kalır.**





Öncelikle, nasıl bir çocuk yetiştirmek istiyorsanız o davranışların büyük çoğunluğunu taşımanız gerekir. Çocuğumuzda bizde olmayanı beklemek yanlıştır. Çocuklar görür ve yaparlar; önce gözlerler sonra taklit ederler. Sözlerden çok davranışlar etkilidir. Öğretimde en etkili yöntem anlatmak değil göstermektir. Çocuğa, doğru davranışı veya bir işin doğru yapma şeklini sabırla göstermek gerekir. Unutmayın! Yaptıklarınız söylediklerinizden çok daha etkili olacaktır.

# ŞİMDİ İLETİŞİM KONUSUNDA DEVAM ETMEDEN ÖNCE AİLE TUTUMLARINDAN VE BUNLARIN ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNDEN BAHSEDECEĞİZ

## Ebeveyn Tutumlarının Çocuk Gelişimine Etkisi

*"Bir çocuk için annesi ve babası dünyayı temsil eder. Çocuk, annesi ve babası nasıl davranıyorsa, dünyadaki herkesin de aynı şekilde davranacağını düşünür."*

M.Scott Peck



**PEKİ SİZİN BASKIN OLAN AİLE TUTUMUNUZ HANGİSİ?**



\*Kişilik gelişimi yaşam boyu süren, genetik ve çevresel faktörlere bağlı olarak şekillenen bir olgu olsa da, erken çocukluk dönemi olarak adlandırdığımız 0-6 yaş arasındaki dönem çocukların çevreleri ile etkileşimlerinden en çok etkilendiği, kişiliklerinin büyük ölçüde şekillendiği dönemdir.



# Aşırı Koruyucu ve Kaygılı

## Anne Baba Tutumu

### Aşırı Koruyucu Tutum



- \*Bu tutumu sergileyen anne babalarda çocuğa karşı sevgi aşırıdır ve disiplin yok denecek kadar azdır.
- \*Çocuğa karşı denetim ve sınırlama yoktur ve otorite sağlayamazlar.
- \*Çocuğun her istediğini anında yaparlar ve çocuğa karşı aşırı koruyucu, kollayıcı tutum gösterirler.

- ❖ Bu tarz tutumu benimseyen anne-baba sürekli çocuğa müdahale eder.
- ❖ Aşırı koruyucu ve verici davranışlar söz konusudur.
- ❖ Çocuğa bir bebek gibi davranılır.
- ❖ Çocuk anne-baba tarafından 'sen yapamazsın, daha küçüksün' gibi engellemelerle karşılaşır.



## Bu tutumla yetiştirilen çocuklarda;

- Bağımlı kişilik vardır.
- Dış denetim çok fazladır.
- Çocuk kendi başına karar vermede güçlükler yaşar.
- Çocuğun bireyselleşme çabasını engellemektedir.
- Gelişim geriliği görülmektedir
- Çevreye uyum sağlayamaz
- Çocukta aşağılık duygusu başlar
- Korkular oluşur.

**\*Çocuğun kendini tanımasını ve yapabileceklerini fark etmesini engelleyen bir anne-baba tutumudur.**

## Aşırı Baskıcı ve Otoriter Anne-Baba Tutumu

- Baskıcı bir tutum içerisindedirler.
- Çocuktan kendilerine itaat etmelerini beklerler.
- Aile içinde korku hakimdir ve çocuk korku ile büyür.
- Ailede yüksek baskı ve katı disiplin vardır.
- Çocuk sürekli eleştirilir.



### **Bu tutumla yetiştirilen çocuklar:**

- ❖ Kendini kabul etmekte güçlük çekerler
- ❖ Uyumsuzluk görülür.
- ❖ Çocuk evde anne-babasında gördüğü olumsuz tutumları okulda arkadaşlarına uygulamaya çalışır.
- ❖ Saldırgan davranışlar ortaya çıkabilir.
- ❖ Hırsızlık yapabilirler
- ❖ Yalan alışkanlığı kazanırlar.
- ❖ Utangaçlık gibi durumlar görülebilir.



## Sınırsız Özgürlükçü Anne-Baba Tutumu

- Bu anne-baba tutumunda aşırı hoşgörü vardır.
- Çocuğa aşırı düşkündürler.
- Evde patron çocuktur.
- Çocuğun her dediğı yapılır.



### **Bu tutumla yetiştirilen çocuklarda**

- Doyumsuzluk vardır.
- Kuralsızlığa alışan çocuklar, okuldaki kurallarla karşılaşınca okula ve arkadaş çevresine uyum sağlamakta zorlanabilirler.
- Bencil, sorumsuz, kırılgan, her dediğinin anında olmasını isteyen ve sabırsız olabilirler.
- Her dediğinin olmadığını gördüğünde hayal kırıklığına uğrar.
- Kendi içine çekilebilir ya da saldırgan olabilirler.
- Kötü, olumsuz davranışlarda bulunma gibi dikkât çekmeye yönelik davranışlar görülür

## Mükemmeliyetçi Anne-Baba Tutumu

- Mükemmeliyetçi tutumda anne baba her şeyin en iyisini çocuğundan bekler.
- Kendi gerçekleştiremediği yaşantıları çocuğunun gerçekleştirmesini ister ve çocuk olduğu gibi kabul edilmez.
- Aile, bedensel ve zihinsel yönden beklentileri karşılaması için çocuğu kapasitesinin çok üstünde eğitimlere tabi tutar.
- Çocuğa bütün çocukça davranışlar yasaklanır.
- Arkadaş seçimi de aileye aittir.



### Bu tutumla yetişen çocuklar:

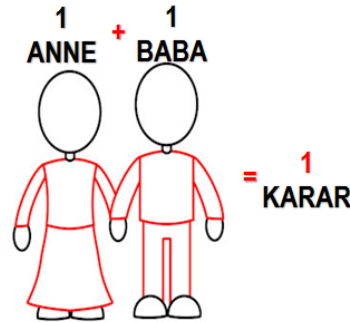
- ❖ Fikirleri genelde çok katıdır.
- ❖ Bir şey veya kimse ya çok olumlu ya da çok olumsuzdur.
- ❖ Her işte en iyi ve en üstün olmak ister.
- ❖ Fakat istediği seviyeyi yakalamayınca hayal kırıklığına uğrar ve çalışmayı tamamıyla bırakabilir.
- ❖ Aşağılık duygusu gelişir.

## Tutarsız Anne Baba Tutumu

- ❖ Çocuk neyin doğru neyin yanlış olduğu konusunda çelişki yaşamaktadır ve dolayısı ile ne zaman nerede ne yapacaklarını bilemezler.
- ❖ Anne babalar kimi zaman bir davranışı olumlu karşılarken, kimi zaman cezalandırabilirler.
- ❖ Bu tarz ailelerde genellikle anne babanın o anki psikolojik durumu ile ilintili olarak çocuğa karşı sergilenen tutum değişkenlik gösterir.
- ❖ Çocuk davranışını onaylayan ebeveyne yakın hissederken diğerine karşı öfke duyabilir
- ❖ Farklı zamanlarda gösterilen tutarsız tutumun yanı sıra, anne ve babanın birbirlerinden farklı tutum içerisinde olmaları da tutarsız anne baba tutumları içerisinde girer.

### Bu tutumla yetişen çocuklar:

- ❖ Tutarsız tutum sergilenen çocuklar çevrelerine karşı güvensiz, şüpheli ve kararsız bir kişilik yapısı geliştirebilirler.



## Olumlu ve Sağlıklı Aile Tutumu

\*Anne baba tutumlarının arasında istenilen aile tutumu olumlu ve sağlıklı aile tutumudur. Çocukların kişilik gelişimlerine, olumlu bir benlik oluşturmalarında, bağlılıklarını devam ettirerek bağımsızlıklarını kazanmalarına yardımcı olan, sevgi ve disiplinin bir arada olduğu bir aile tutumudur.

- Çocuklara karşı hoşgörü ve destekleme vardır.
- Anne baba çocuğunu olduğu gibi kabul edip destekler.
- Çocuklarına karşı sevgi doludurlar.
- Çocuğun ilgilerini, yeteneklerini göz önünde tutarak, yeteneklerini gerçekleştirebileceği ortamlar hazırlarlar.
- Anne baba birbirlerine ve çocuğa olan duygularında açık davranır. Aile içinde güven ve şeffaflık vardır.
- Problemlerle nasıl baş edebileceğini birlikte araştıran, huzurlu bir aile ortamı vardır.
- Anne babalar çocuklarına karşı hoşgörülüdürler, onları desteklerler, çocuklarıyla ilgili kararlar alırken seçenekler sunarlar.

## Olumlu ve Sağlıklı Aile Tutumu

- Aile ortamı çocuğa kendini anlatma özgürlüğü veriyorsa çocuk sağlıklı biçimde gelişir aileyi ilgilendiren kararlar alınırken çocuğun fikri sorulur.
- Çocuğun fikirleri ne kadar mantıksız ve basit olursa olsun mutlaka saygıyla dinlenir, çocuk susmaya değil konuşmaya teşvik edilir.

### **Bu tutumla yetişen çocuklar:**

- Sosyalleşmiş, işbirliğine giren çocuklardır
- Arkadaş canlısı ve duygusaldırlar
- Sosyal açıdan dengeli ve mutlu bireylerdir
- Özgüvenleri yüksektir, sorumluluk sahibidirler
- Kendine ve başkalarına güvenir
- Yaratıcı ve bağımsızdır
- Kurallara ve otoriteye saygı duyar





**ETKİLİ BİR İLETİŞİM  
KURMAK İÇİN NE  
YAPMAK GEREKİR?**



**AİLE BİREYLERİ  
BİRBİRLERİNE  
ZAMAN  
AYIRMALIDIR**

İletişimin temel parçası bu maddedir. Anne-baba ve çocuklar mutlaka birbirleri ile zaman geçirmelidir. Birlikte piknik yapabilir, oyun oynayabilir veya sohbet edebilirsiniz. Bunların hiçbiri için ayıracak zamanınız yoksa akşam yemeklerini ailece yemeye özen göstererek, yemek esnasında sohbet etmeye vakit ayırabilirsiniz.

Özellikle küçük yaşlarda çocuğunuzla vakit geçirmediyseniz, çocuğunuz büyüdüğünde isteseniz de vakit geçiremeyebilirsiniz. Çünkü size olan ihtiyacı azalır ve o boşluğu dolduracak başkalarını hayatına alır.



Sadece kendi istek ve beklentilerinizi anlatmak yerine karşı tarafın da duygularına ve beklentilerine önem verin.

Size aktarılan mesajı doğru anladığınıza emin olun. Kimi zaman yanlış anlaşılmalara tartışmalara sebep olabilir. Doğru anladığınızı kontrol etmek için karşı tarafa soru yöneltebilirsiniz. Örn: Doğru anladıysam ..... ? ya da Kastettiğin şey .....



Ne istediğinizi, ne beklediğinizi, kızığınızı ya da sevindiğinizi anında ve direkt olarak ilgili kişiye iletin.

Yanlış Örn: Ayşe kızım babana söyle dün söylediği sözü hala unutmadım.

Doğru Örn: Ayşe bugün bana mutfakta yardım etmen çok hoşuma gitti, işimi kolaylaştırdın.



İletişim kurduğunuz kişinin yaşını ve olgunluğunu unutmayın. Bir çocukla iletişim kuruyorsanız; onun bir yetişkin gibi anlamasını ve size cevap vermesini beklememelisiniz. Çocuğunuzla konuşurken bunu onun yaş seviyesine göre anlayabileceği dilden yapmanız gerekir.







AMAÇ SORUNU  
ÇÖZMEK OLMALIDIR

Tartışma halindeyseniz; kimin haklı kimin haksız oluşu sizi ileri taşımaz. Kimin haklı kimin haksız olduğunu tartışmak yerine, asıl konuya çözüm aranması gerekir.

Bu çocuğunuzla iletişiminizde de geçerlidir. Ben haklıyım sen haksızsın diyerek çocuğunuzla uzlaşma sağlayamazsınız. Bunun yerine konuya **birlikte** bir çözüm arayın.



Tüm çocuklar ilgi kendisinde olsun ister. Ya da en azından zaman zaman ailesinin onunla yakından ilgilenmesini... önce olumlu davranışlarla ilgi çekmeye çalışan çocuk, ailesinden gerekli tepkiyi göremezse zamanla olumsuz davranışlarla ilgi çekmeye başvurur.

Genellikle hataya, yanlışla odaklıyızdır. Yapılan doğru ve güzel şeyleri fark etmeyiz. Örneğin çocuğumuzun odasını toplaması takdir etmeyiz ancak masanın üzerinde bıraktığı çöp hemen dikkatimizi çeker. Eğer çocuğa olumlu davranışları sonucunda ilgi gösterilmezse, çocuk ilgiyi çekeceğini bildiği olumsuz davranışlara yönelir.



Konuşurken yüz ifadeniz ve hareketleriniz de çok şey anlatır. Anlattıklarınızla ifadelerinizin birbirini tamamlaması gerekir.

Kaşlarınız çatık bir şekilde «hayır kızgın değilim gayet iyiyim» dersanız, ya beden dilinizde bir yanlışlık vardır ya da iyi olduğunuz konusu gerçeği yansıtmıyordur. Bu karşınızdaki kişide kafa karışıklığına sebep olabilir.

Çocuğunuza gösterdiğiniz sevginin herhangi bir koşulu olmasın. «**Böyle yaparsan sevmem seni**», «**bi daha yap annesiz kalırsın annen olmam senin**» gibi ifadelerden kesinlikle kaçının. Çocuğu asla sevginizle ya da anne/babalığınızla tehdit etmeyin. Özellikle küçük yaş grubunda yapılan bu hatalar çocuğun anneye/babaya bağımlı olmasına, okula gitmek istememesi gibi temel sorunlara yol açar.



## **ELEŐTİRİRKEN ÇOCUĞUNUZU DEĞİL, DAVRANIŞINI HEDEF ALIN**

Yaptığı yanlış bir davranış sonrasında «seni sevmiyorum» ile «bu davranışını sevmiyorum» ifadeleri arasındaki farkı çocuğunuz kolayca anlar. «hep böylesin», «bir şeyi de doğru yap», «bir öğrenemedin gitti» vb. cümlelerle direkt olarak çocuğunuzun kişiliğini hedef almış olursunuz. Bu da çocuğunuzun benlik gelişimine hasar verir. Bunlar yerine «bu davranışın beni üzüyor», «bu tam doğru olmamış, doğrusunu göstermemi ister misin?» gibi davranış hedef alan ifadelerle yaklaşmanız daha doğru olacaktır.



Bunda üzülecek, kızacak ne var! Bebek gibi davranıyorsun!  
Erkek adam ağlamaz

Okul nasıldı?/Hafta sonu ne yaptın?

Karanlıktan korkmak mı? Bu nereden çıktı şimdi.  
Kocaman oldun.

Bunun yerine...



Duyularını yaratıcı bir şekilde  
ifade etmeye özendirin.



Yemekten önce sana çikolata vermediğim için  
bana kızdın. Bunu daha önce de konuşmuştuk  
hatırladın mı?

Okulda en çok neyi sevdi? Neye sinirlendin?  
Oyuncakların gölgesi seni tedirgin ediyor  
olabilir. Kaldıralım onları.  
Eğer korkarsan başka bir çare buluruz.



“

Bir ebeveynin artık  
senin annen/baban  
olmayacağım demesi  
**DUYGUSAL  
ŞİDDETTİR**

”



Tokat atılan bir çocuk, kolundan tutup dışarı fırlatılan bir çocuk...  
Uğradığı fiziksel şiddetin acısını değil, aşağılanmışlığın acısı ile ağlar.

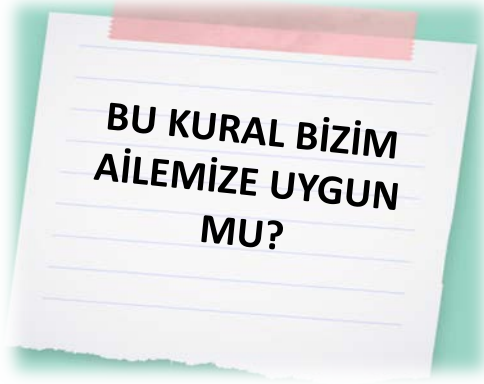
## **Aşğıılanan çocuk bir daha aşğıılanmamak için o davranışı terk eder.**

**Utandırılan veya mahcup edilen bir çocuk aynı acıyı bir daha yaşamamak üzere o davranıştan vazgeçer. Ancak olumsuz sözler çocuklarda davranış değışikliğı oluştursa da çocuğun duygularını bozar ve çocuk bir süre sonra anormal davranışlar içine girer.**

**Misafirlikte şekeri avuçlayan çocuğun annesi ‘Sen ne biçim çocuksun, beni utandırdın’ diye aşğıılarsa, çocuk bir daha şekeri avuçlamaz. Ancak aşğıılanmanın verdiği huzursuzlukla komşu çocuğuna tekme atar. Anne, çocuğa şekeri avuçlamayı bıraktırmışsa da olumsuz başka bir davranış oluşturmuş olur.**

**Olumsuz hislerle oluşan olumlu davranışların geçici olduğunu bilmelidir.**





Aile kuralları belirleyin. Ancak bu kurallar tüm aile üyelerinin uyması gereken kurallar olacağından, tüm ailenin belirlemesi gereken kurallardır. Çocuğunuzun da kendini değerli hissetmesi adına kurallarda söz sahibi olmasına izin verir. Bu şekilde koyulan kurallara daha çok uyum sağladığını göreceksiniz.

Birinin söylediği, internette gördüğünüz bir kural veya davranışı «başkaları böyle yapıyor ben de yapmalıyım» düşüncesiyle ailenize ya da çocuğunuza uygulamayın. Önce araştırın. **«Bu kural/davranış benim çocuğumun yaşına, gelişim özelliklerine, kişiliğine uygun mu?»**

**UNUTMAYIN!**  
**AİLE İÇİ KURALLAR TÜM AİLE BİREYLERİ İÇİNDİR.**



Öğretilmek istenen  
davranışlarda, uymasını  
istenilen kurallarda en  
iyi yöntem  
**ÖRNEK OLMAKTIR**

○ Siz televizyon izlerken  
çocuğunuzdan kitap  
okumasını beklemeniz  
ne kadar doğru? ◀

○ Siz sigara içerken  
çocuğunuza «sigara  
sağlığa zararlı, içme»  
demeniz ne kadar  
inandırıcı? ◀

○ Siz sinirlendiğinizde  
küfür ederken,  
çocuğunuz küfür  
ettiğinde ona tokat  
atmanız ne kadar  
adil? ◀

**YERYÜZÜNDE HİÇBİR ÇOCUĞU SENDEN ADAM OLMUZ DİYEREK ADAM EDEMEZSİNİZ.  
UNUTMAYIN Kİ ÇOĞU ZAMAN BİR ÇOCUK EBEVEYNİNİN AÇIĞA ÇIKMIŞ SIRRIDIR.**





**Mükemmel anne-baba, mükemmel çocuk yetiştiremeyebilir.**



**Ancak mutlu anne-baba mutlu çocuk yetiştirir.  
Ve bu mükemmel olmaktan çok daha önemlidir.**

