

## AİLE İÇİ İLETİŞİM



Anne baba ve çocuklardan oluşan en küçük toplumsal kurumdur aile. En küçük toplumsal kurumdur belki ama toplumu ayakta tutan en önemli kurumdur. Aileyi kurmak kadar ayakta tutabilmek de bir o kadar emek ve zaman ister.

Maddi ve manevi imkansızlıklar ve sancılı bir sürecin sonunda di-kerler aile ağacını. Aile ağacının dikilmesi kadar yeşermesi, geliş-mesi, dallanıp budaklanması da çok önemlidir. Ağacın yaşaması ve

gelişmesi için ise aile ağacını oluşturan her bireye sorumluluk düşmektedir. Gövdesi ayrı bir yerde dalları bir yerde olan ağaç yok olmaya mahkumdur. Anne ve babanın çocuklarla ilgili kararlarında ortak dil kullanabilmesi çok önemlidir. Buna ek olarak sürece çocukların dahil edilmesi daha da önemlidir.

*'Aynı dili konuşanlar değil, aynı duyguyu paylaşanlar anlaşır.'*

*-Hz. Mevlana*

Anne- babanın iş yoğunluğundan çocuklarına vakit ayıramadığı, çocukların ise tv, internet gibi tuzakların karşısında ya da ödevlerini bahane edip odalarına çekilerek ken-dilerine ait bir dünya kurdukları, aile içi ilişkilerde yeterince birlikte zaman geçirmeyen, aile bireylerinin birbirleriyle yeterince paylaşımda bulunamadığı bir dönemde yaşıyoruz. Artık maalesef aynı çatı altında yaşayan ama aralarında çok uzak mesafeler bulunan, bir-birlerinden yeterince haberdar olamayan, farklı dünyaların içinde gezinen bireyler oluş-turuyor aileleri. Zorunlu haller dışında tüm aile fertleri bir araya gelemiyor ve birlikte nitelikli vakit geçirmekten uzaklaşmış durumda aileler.

*'Aile toplumun özüdür. Onu tahribe yönelen her şey toplumun tahribine yönelmiş demektir.'*

*-Mark TWAIN*

## İLETİŞİMDE ALTIN KURALLAR

1. **Altın orta nokta kuralı:** Tarafların beklentileri, fiziksel, ruhsal ve duygusal ihtiyaçları konuşulduğunda; her iki taraf birer adım atarak orta noktada buluşup uzlaşmaya çalışmalıdırlar.
2. **İyi zan kuralı:** Eşinizin sinirli, kızgın, öfkeli veya ilgisiz tavırlarına karşı iyi zanlı yaklaşın; bu davranışı sizi incitmek için yapmadığını düşünün.
3. **Kendini gerçekleştiren ön kabul kuralı:** Bir insan diğer insanın kendisi hakkında kötü düşündüğüne inanırsa farkında olmadan beden dili ile bunu yansıtır. Karşı taraf da bunu hisseder ve savunmaya girişir. Karşılıklı negatif etkileşim ve yersiz düşmanlık duyguları oluşur. Bunun çaresi diyalogu sabırla devam ettirmektir.
4. **Saldırı hakkı tanımak:** Bir insanın her zaman neşeli, mutlu olması hoş olurdu ama bu mümkün değildir. Eşinizin sinirli olmasının sizinle hiç ilgisi olmayabilir. Ona saldırı hakkı tanımak gibi güzel bir armağan verirseniz fırtınaya fırsat yaratmış olursunuz.



5. **Kendinizi kanıtlamanız gerekmez:** Her anlaşmazlık genelde tarafların güç mücadelesine dönüşür. Kişi bunu kendi kimliğini, özgürlüğünü ispat etmek için fırsat olarak görür. Kendine güvenen insan kendini ispata ihtiyaç hissetmez. Başarıları kendini kanıtlamaya yeter.

6. **Aykırı duygulara sahip olma hakkı tanımak:** Duygular genelde ak ve kara şeklinde değildir, gri tonlar daha fazladır. İnsanın duygu yapısı çeşitli duyguların karışımından oluşur. Şu an sevgi hissetmediğiniz

kişi ve olayı daha sonra sevebilirsiniz. Sevgi değişkendir, bırakalım karşıdaki kişi olaylarda farklı duygular gösterebilsin.

7. **Avukat değil hakim gibi olmak:** sürekli kendimizi savunan şekilde değil, hakim gibi olayları sonuçlandırmaya çalışılmalı. Bazen kol kırılır, yen içinde kalır ama bu, hatayı onaylamak şeklinde olmamalıdır.
8. **Ayda bir oturum yapmak:** Evlilik anlaşmaya varma sanatıdır. Bunun için gündemli oturumların ihtiyaç sıklığına göre yapılması çok işe yarar.
9. **Eşini değiştirmeye çalışmamak:** Ailede yaşanan sorunların önemli bir kısmını kişinin kendisi hakkında düşünmeyip eşi ve çocukları hakkında düşünmesi oluşturur. Başkaları olmalarını istediğimiz gibi olmuyorlar diye sinirlenmek yanlıştır. Çünkü insanın kendisi bile olmak istediği gibi olamaz çoğu zaman.
10. **Şefkatin önemi:** Şefkat sevgiden farklı bir duygudur. Annenin çocuğuna verdiği en önemli hediyedir, ruhsal bir enerjidir ve verdiği kimseyi de vereni de iyi hissettirir. Şefkatli kişilerin iyi eş, iyi ebeveyn olmaları daha kolaydır.

*Evlilik hayatı, en büyük okul demektir. Toplumdaki tüm kötülükler burada yok edilir.  
Tüm zararlı alışkanlıklar burada temizlenir.*

-Madame ROLAND

## BİLİNÇLİ EBEVEYN OLMA KURALLARI

Her şeye sahip olduğu halde mutsuz olan çocuklarda ne gibi eğitim hataları yapılıyor? Çocuğun asıl ihtiyacı nedir? 'Çocuğum için her şeyin en iyisi olsun.' derken doyumsuz bir çocuk mu yetiştiriyoruz?

Bütün bu soruların cevaplarında formül sevgi ve disiplini birlikte ve dengeli verilebilme uygulamasıdır. Anne baba merkezli aile olmak varken çocuk merkezli aile olmak, çocuğu evin küçük hükümdarı kılmak da mümkündür. Amacımız çocuğu her an mutlu etmek değil onu hayata hazırlamaktır. Kendi iyiliği ve mutluluğu için çocuğa arzularını erteleyebilmeyi ve ev ha-



yatının kurallarına uymayı öğretmeliyiz.

-----Disiplin denge olma halidir.-----

Disiplin emirler yağdırmak değil, çocuğun yaşına uygun olarak kurallar koymaktır. Çocuğun hayatın kurallarını öğrenebilmesi için disipline ihtiyacı vardır, yoksa bu , onun kişiliğini ezmek için kullanılmamalıdır. Anne baba ikna yöntemini kullanmalı, şartlara göre farklı yönlendirmelerde bulunabilmeli, karar verirken çocuğun düşüncelerini alabilmeli, gerektiği yerde EVET veya HAYIR diyebilmeli.

*5 yaşına kadar çocuğunuzla oynayın, 15 yaşına kadar arkadaş olun, 15 yaşından sonra onunla istişare edin...*

*-Hz. Ali*



Burdur Rehberlik Araştırma Merkezi Müdürlüğü  
Bahçelievler M. Yunus Emre C. No: 11  
www.burdurram.meb.k12.tr  
133613@meb.k12.tr  
Tel: 0.248.2338601