

ÇOCUKLARLA OLUMLU İLETİŞİM KURMAK

İletişimdeki en önemli şey söylenmemiş olanı duymaktır. –Peter Drucker

Kişiler arası iletişim, bireylerin birbirlerini anlaması için gerçekleştirilen etkileşim olarak tanımlanmıştır (Lazar, 2001). Çocuklarla kurulan iletişimde yaş grubuna göre farklılaşan becerileri ve ihtiyaçları dikkate almak gerekmektedir; çocuklarla iletişim çocuk-merkezli ve yaşa-uygun olmalıdır. Doğan Cüceloğlu (2002); aile içerisinde çocukluk döneminde değerli olduğunu hisseden çocuk kendinin değerli olduğuna inanır ve bu şekilde yaşar diye belirtmiştir. Çocuğun kendini değerli hissetmesindeki en önemli köprü onlarla kurulan iletişimdir. Aile içi iletişimde çocuğun, varlığının kabul edildiğini ve değerli olduğunu hissetmesi için onun tüm duygularının olduğu gibi kabul edildiğini görmeye ve kapsandığını hissetmeye ihtiyacı olacaktır. Kendisini sevilmemiş, güvende hissetmeyen, kendine güvenmeyen veya başa çıkma becerileri geliştiremeyen çocuklar, yaşam becerileri, sosyal-duygusal, bilişsel ve fiziksel olarak gelişmekte zorluklar yaşayacaklardır. Kendisinin değerli olduğunu hisseden, eleştirel düşünmesi desteklenen ve güvenli ilişkiler kuran çocuklar sağlıklı seçimler yapmak ve toplumda etkin bir biçimde var olmak için daha hazır olacaklardır. Bunların yanı sıra iletişim kurarken çocuğunuzun her konuda haklı olduğunu hissettirmeniz ya da ona “hayır” demekten, sınır çizmekten ve çatışmadan kaçınmanız, iletişiminizi olumsuz etkileyen faktörlerden olacaktır. Bu anlamda çocuğun değerli ve kendine güvenen bir birey olduğunu hissetmesi için sağlıklı iletişimin kurulması ve bu iletişimin dengeli ve tutarlı olması önemli olacaktır. Çocuğunuzla iletişim kurarken bazı önemli başlıkları şu şekilde sıralayabiliriz;

1. Çocuğunuza yaş gelişim özelliklerine uygun yaklaşım gösterin

Çocuğunuzun gelişim süreçlerini takip etmek ve onu gözeterek yaklaşmak sağlıklı iletişim kurmanın temellerinden biridir. Gelişim dönem özelliklerini bilmeniz, ondan gelen mesajlara ve tepkilere karşı geliştireceği tutumu belirleyecektir. Böylece çocuğunuzun gelişim döneminden beklediğiniz cevaplar, tepkiler sizin çocuğunuza yaklaşımınızda geliştirdiğiniz yöntemler ve beklentileriniz ile tutarlılık gösterecektir.

2. Çocuğunuzla iletişim kurarken empatik olun ve ondan gelen duygusal sinyalleri okuyun

Çocuklar, doğum anından ilk kelimelerini söyleyene kadar olan süreçte dil bilmeyen ve kendini ifade etmenin yollarını arayan bir canlıdır. Bununla birlikte sözel olmayan iletişim onlar için vazgeçilmez ve hayatta kalmaları için gerekli olan yegâne becerilerden biridir. Bu yüzden ki çocuklar ebeveynlerinin, bakım verenlerinin duygularını okuma ve duygularını sezgisel olarak anlayıp ona göre davranma konusunda gelişmişlerdir. Çocuğunuzun uykusunu almamış olmasından, hayatında onun için değerli gördüğü bir şeyle ilgili değişim olmasına kadar birçok şeyin onu etkileyebileceğini ve bunu açıkça bir yetişkin gibi ifade edemeyeceğini unutmayın. İletişim kurarken çocuğunuzun sözel olmayan ifadelerini duymak sağlıklı iletişim için önemli bir faktördür. Onu gözlemlemek ve çatışma anında ona karşı tepkisel olmadan önce, onun duygularını tanımlayıp ona yansıtarak ve kapsayarak çatışma anını sağlıklı iletişim alanına çevirebilirsiniz.

3. Çocuklarla kurulan iletişimde onların güçlü yönlerine odaklanın

Çocuğunuz ile kurduğunuz iletişimde veya çatışma anında onun desteklenmesi gereken yönlerine ya da olumsuz davranışlarına odaklı değil, olumlu davranışa yönelik ve güçlü yönlerine odaklanan bir iletişim kurmanız önemlidir. Bu durumda çocuğunuzun kıyaslamak, onun davranışını değersizleştirip değerli gösterdiğiniz başka bir çocuğun davranışı yapıcı olmaktan çok uzaklaşacaktır. Unutmayın, Doğan Cüceloğlu'nun da söylediği gibi "kıyaslama sevgisizliktir". Kıyaslanan çocuklar kıskançlık, öfke, yetersizlik duygularıyla karşı karşıya kalabilir.

4. Çocuğunuzla kurduğunuz iletişimde onda kaygı yaratacak ifadelerden kaçın

Çocuğunuzla her zaman olumlu bir iletişim kurmak mümkün olmayabilir. Elbette süreç içinde çatışmalar ve anlaşmazlıklar da olacaktır. Ancak bu gibi durumlarda tehdit, korku veya endişe

yaratacak bir tondaki yaklaşım anlık sorunu çözsé bile, temelde ileriye yönelik sorunu ötelemek olacaktır. Literatürde çocuklarla kurulan iletişimde “korkuyu” kullanmanın etkililiği tartışılmaktadır. Araştırmalar göstermektedir ki; korku mesajı veren ifadeler etkisiz olabilir ve eğer çok fazla kullanılıp korku oluşturan duruma dönerse, bununla birlikte çözüm önerilmezse bu durum çocukta olumsuz davranışların oluşması için tetikleyici olabilir (Witte, K. ve Allen, M., 2000).

Bu durumda her birimizin, yetişkin olarak çocuklarla iletişim kurarken kendi aramızda kurduğumuz iletişimden farklı bir dil, farklı bir yaklaşım göstermemiz gerekiyor. P. Ducker'ın “İletişimdeki en önemli şey söylenmemiş olanı duymaktır” sözünde olduğu gibi tıpkı çocukların gelişmekte olan iletişimleri gibi onların sözel olan ifadelerinin yanında söze dökülmeyen ifadelerini de bir bütün olarak duymak anlamlı ve yararlı olacaktır. Bununla birlikte gözlemleyerek, model alarak öğrenen çocuklar; anne-babasının arasındaki iletişimi, anne-babasının çevresiyle olan iletişimini, anne-babasının kendisiyle iletişimini ve ona rol model olabilecek yetişkinlerin toplumla ilişkisini gözlemleyerek büyürler. Bu süreçte sağlıklı iletişimi benimseyen çocuklar yetiştirmek onları doğru anlayıp, onlara doğru adımlarla yaklaşmamızla mümkün olacaktır.

Kaynakça

1. Cüceloğlu, D. (2002). İletişim donanımları. Remzi Kitabevi, İstanbul.
2. Kolcki, B. ve Lemish, D. (2011). Çocuklarla iletişim yetiştirme, ilham verme, heyecan uyandırma, eğitime ve iyileştirme için ilkeler ve uygulamalar. *United Nations Children's Fund (UNICEF)*, sf. 25-28. Kasım, 2011, ISBN: 978-0-578-09512-7.
3. Lazar, J. (2001). İletişim bilimi. (Çev: Cengiz Anık), Vadi Yayınları, Ankara.
4. Witte, K. ve Allen, M. (2000). A meta-analysis of fear appeals: Implications for effective public health campaigns. *Health Education & Behavior* (formerly Health Education Quarterly), 27, 608-632.