**AİLE İÇİ İLETİŞİM**

Değerli anne babalar,

Her zaman bilinen bir söz vardır: ” Eğitim ailede başlar” Gerçekten de çocuğa aile içinde gereken becerileri kazandırmaya çalışıyoruz. Ama ne kadarını ve nasıl. Zaten önemli olanda “Nasıl” sorusunun cevabı.
Her aile başarılı çocuklar yetiştirmek ister. Bunun için çocuklarına mümkün olduğunca iyi bir gelecek sağlamaya çalışırlar. Onları iyi okullarda okutmak ister. Bunun için aile varını yoğunu ortaya koyar tüm özverisini çocuğuna verir. Ancak yadsınan bir konu vardır ki oda çocuğun sağlıklı bir kişilik nasıl geliştireceği. Aslında hayatta her şey başarı değildir. Önemli olan çocuğun içinde bulunduğu dönemi nasıl atlattığı, nasıl bir kimlik oluşturduğudur.
Çocuk aileyi yansıtır. Aile içindeki bireylerin kişilik yapısı çocuğun kişiliğini şekillendirir. Yani aile iletişim becerilerini kullanmazsa çocukta iletişim becerilerini kullanamaz. Dolayısıyla çocuk hem ailede hem de sosyal çevrede sürekli çatışma içine girer.
O halde “aile çocuğa nasıl eğitim verecek, çocukta nasıl sağlıklı bir kişilik oluşturacak?”.
Elbette ki her anne baba çocuğunu en iyi şekilde yetiştirmek ister. Çocuğuna iyi niyetle yaklaşmaya çalışır. Ama anne baba iyi niyetleri kullanmasına rağmen yanlış yöntemleri kullanabiliyor. Burada ailenin vereceği iyi bir eğitim çocuğuyla kurduğu sağlıklı iletişim becerilerini kullanmasına bağlıdır. Bu sağlıklı iletişimi çocukla kurabilmek için önce onu tanımak ve onun temel gereksinimlerine saygı duymak gerekir.
İşte ben de bunu düşünerek etkili iletişim kurma yollarını basit olarak size anlatmaya çalıştım. Sorun çözme, ben dilini kullanabilme, etkin dinleme gibi temel iletişim becerileri ile çocuğunuza daha olumlu yaklaşabileceksiniz.
Her şeyden önemlisi çocuklarınızı ayrı birer kişi olarak görüp onların kişiliklerine, bağımsızlıklarına saygı duymaktır. Çocukları tanımada ve anlamada en büyük yardım aslında kitaplar değil çocuğunuz ve sizlerin arasındaki o köprüdür. Yani ETKİLİ İLETİŞİM.
Etkili iletişim çocuğunuzla aranızdaki o köprüyü kurup ona ulaşmanızı kolaylaştıracaktır…

SAĞLIKLI BİR AİLEDE SORUNLARI ÇÖZÜMÜ

* Duygu ve düşünceler olduğu gibi, abartılmadan ortaya konulmalıdır (Bu tutuma kendine güvenli ve kendine saygılı tutum diyoruz. Bu tutum içinde olan kişiler hem kendilerine hem de başkalarına saygı gösterirler.)
* Sorunlar şimdiki bağlam içinde ele alınmalı ve eski birikimler işin içine sokulmamalıdır
* Kesinlikle öğüt verme kullanılmamalı, davranışlar somut bir biçimde ayrıntılı olarak ele alınmalıdır.
* Yargılamaya gidilmemeli, kişiler kendi duygu ve düşüncelerini ifade edebilmelidirler.
* Duygu ve düşünceler, ne az ne eksik, olduğu gibi olduğu gibi ifade edilmelidir; karşısındakinin ne beklediğine ya da en mükemmel olması gerektiğine göre ifadeler aranmamalıdır.
* Konunun özü ile konuya ilişkin olmayan ayrıntılar birbirinden ayırdedilmelidir. Örneğin siz çocuğunuza “iki saat geciktin” dediğinizde, çocuğunuz size: “hayır bir saat kırk beş dakika geciktim” dememelidir.
* Sorun çözmede etkin dinleme kullanılmalıdır. (daha sonraki bölümde ayrıntılı olarak anlatılacak)
* Belirli bir zaman konusu içinde ancak bir çatışma üzerinde durulmalı, başka çatışma konuları çatışmaya katılmamalı. Örneğin: “hem geç kalıyorsun hem de bana yardım etmiyorsun”diyerek iki konuyu birden ortaya atmamak gerekir.
* Birinin haklı çıkması yerine her iki tarafın da anlaşabileceği bir çözüme yönelmek gerekir. “ben haklıyım, sen yanlış hareket ediyorsun” tarzında davranmamak gerekir.