




Çocuk ile konuşurken...

- 
- Çocukları dinlemede kritik olan noktaları ele aldık.
 - Yorgunken ve aceleniz varken bir çocuğu dinlemek hiç kolay deęil bir yetiřkin olarak...
 - Sizin öncelikleriniz, ihtiyaçlarınız ne olacak?
 - Günümüzde bir grup anne-baba tutumu evin patronunun çocuk olduğu durum ve bu durumda kendinize yer açmak gibi ironik bir durum öne çıkmakta....

Piřmanlık

- Sadece kendini dūřünen çocuklar yetiřkin olduęunda aileler piřman olmakta!
- Doęduęunuzdan beri her istediğinizin yapıldığı bir evde aileniz için hiçbirşey yapmamış olmak garip gelir mi size?
- Beni dūnyaya getirdiyseniz her istedięimi yapacaksınız? tavrı
- Anne-baba 'Hep biz verelim istiyor'

Problemleri taraf çocuk olunca

- Ebeveyn dinleyen ve danışman rolde.
- İletişimi başlatan çocuk
- Ebeveyn çocuğun çözüm bulmasını kolaylaştırır.
- Ebeveyn edilgen rolde.

Problem ebeveynde ise

- İletişimi başlatan ebeveyn
- Ebeveyn konuşkan içini dökmek isteyen taraf.
- Ebeveyn çok daha etkin olarak yer alır.
- Ebeveyn daha etkin.
- Ebeveyn kendi gereksinimleriyle daha fazla ilgili.

Ebeveyn ve sorun

► Sorunu olduĐunda

1. ocuĐu deĐiŐtirme çabası

2. Çevreyi deĐiŐtirme çabası

3. Kendini deĐiŐtirme çabası

► 3 seçenek

1. ocuęu deęiřtirme çabası

- Bir durumdan rahatsız olan anne / baba ETKİSİZ İletişim yollarından biri ile sorunu halletmeye çalışır.
- Bu yolların sonucunda da
 1. Davranışını değiştirmeyi reddeder ebeveynin çabalarına karşı koyar.
 2. Kendisini zeki hissetmemeye başlar.
 3. Kendi gereksinimlerinin anne babası tarafından önemsenmediğini hisseder.
 4. ocuk kendini suçlu hisseder.
 5. Benlik saygısı yok olur
 6. ocuk savunucu bir tutum geliştirir.
 7. Saldırgan bir tavır geliştirir.

Çözüm mesajı vermek

- **Tam bir işle uğraşırken size tamamen iyi niyetli çabalarla yönlendirmesi size ne hissettirir?**

Bunu hangi şekilde mesaj verir anne-babalar?

Emir vermek yönlendirmek

Uyarmak göz dađı vermek

Ahlak dersi vermek

Öğüt vermek çözüm ve öneri getirmek

Burada sıkıntılı olan nokta : Anne-babanın çözümü vermesi

Çocuğun ne yapacağına karar vermesidir.

Çocuğa özümü vermek nesi yanlıř?

- Çocuğun karşı çıkmasına
- Çocuğa güvenmediđiniz mesajı vermesine
- Çocuğun gereksinimlerini göz ardı ederek ebeveynin kendi öncelikleri odaklı isteklerini söylemesi

Engelleyici ileti göndermek

1. Yargılamak eleştirmek suçlamak:

Yaramazsın

2. Ad takmak, alay etmek, utandırmak


Çok ayıp

3. Yorumlamak, tanı koymak, analiz etmek

Sabrımı deniyorsun

4. Öğretmek, nasıl yapılacağını söylemek

Akıllı çocuklar böyle yapmaz



Çocuğun birey olarak kabul
edilmediği
Benlik saygısının zedelendiği
Beceriksizliğin vurgulandığı
suçlayıcı olduğu için
BASTIRICI ETKİYE SAHİPTİR!

A decorative graphic on the left side of the slide. It features a solid purple arrow pointing to the right, with several thin, curved purple lines extending upwards and outwards from its base. The background is a light purple gradient.

Çocuklarla Yüzleşmenin Etkili Yolları

Çocuklarla Yüzleşmenin Etkili Yolları

SEN DİLİ / BEN DİLİ

- İlgı istiyorsun
- Çok yaramazsın
- Çocuk gibi davranıyorsun!
- **TÜM MESAJLAR SEN İLE BAŞLAR!**

BEN DİLİ

- Anne-babanın gerçekten ne hissettiğini çocuğa söylemesi
- Bu kadar yorgunken oynamak istemiyorum
- Parkta oynarken yer deđiřtirdiđinde bana haber vermediđinde sinirleniyorum.



► Sen dili ile kurulan cümleler anne-babanın duygusunu aktaramamasına neden olur.

► Ebeveynin iletisini iletmesi için kötü bir yol

► Bu mesajlar çocuk tarafından:

YAPMASI GERKEN BİRŞEY OLDUĞU (ÇÖZÜM İLETMEK)

KENDİSİNİN NE KADAR KÖTÜ OLDUĞU (SUÇLAMA VEYA DEĞERENDİRME) olarak algılanır.

Ben iletisi ile

Çocuk

1. İstenmeyen davranışın tanımı
 2. Ebeveynin hissettikleri
 3. Bu davranışın aileye akla yatkın ve somut etkisinin dile getirilmesi
- (DAVRANIŞ+HİSSEDİLEN+ETKİ)

İSTENMEYEN DAVRANIŞI TANIMLARKEN...


➤ DAVRANIŞ: Çocuğun yaptığı / söylediği bir şey

➤ Kritik nokta hoşla gitmeyen davranışın tanımının yapılması

Örnek:

➤ Eve geç geldiğini haber vermemen

➤ Parkta alıp başına gitmen vs..

- 
- Ben diline geçen..... anne-baba
 - Hem kendi hislerinde hem de çocuğu tavırlarındaki değişimi fark edecektir!
 - Anne baba duygusunu ifade ettięi için rahatlar
 - Çocuk da istenmeyen davranış ne ve bu anneme / babama ne hissettiriyordu anlamaya başlıyor.

Ben dilinin etkili olabilmesi için:

1. istenmeyen davranışın tanımı
2. Ebeveynin bu konu ile ilgili ne hissettiği
- 3. ÇOCUKLARA BU DAVRANIŞIN AKLA YATKIN VE SOMUT ETKİSİNİN ANLATIMASI**

İSTENMEYEN DAVRANIŞ:

ihtiyaç duyduğunuz şeyi yapamamanıza, fiziksel olarak yorulmanıza acı veya rahatsızlık hissetmenize neden olabilir!



Ben iletimi ile duygularımızı çocuğumuza söyleyerek daha rahatlamış hissederiz

**Sonuçta birisine duygumuzu söylemek
Duygulara neden olduğunu söylemekten daha az TEHDİTKARdır!**



Ben iletilerini nasıl işlevsel hale getiririz?

Farklı Görünen Sen İletileri

- Ad takma mesajını..... hissediyorum ile bitirerek aslında sen iletisinin gönderilmesi.
- Beceriksiz olduğunu düşünüyorum.
- Senden bir şey olmayacağını düşünüyorum.

Olumsuzluu vurgulama hatası

- Ben iletisini yalnızca olumsuz için kullanma eğilimi
- Seni gördüğüme çok sevindim çok şükür sağ salim döndün.

(eve geç gelen oğluna annenin tepkisi önce olumluyu daha sonra olumsuzluu aktarmak şeklinde olması önemli!)

Kızgınlık önce hissedilen duygu mu yoksa ikincil bir duygu mu?

- Çocuğunu bir an için pazarda kaybeden bir anne / baba aslında ilk hissettiği korku olduğu halde

Örnek:

Çocuğu bulunca: seni yaramaz elimi bırakma demedim mi sana, beni çok kızdırdın!

Önce korkar----- sonra kızarız

Önce kırılabilir -----sonra kızarız



Birincil ve ikinci duyguları fark etmek!

Anne babanın ilk yapması gereken şey!



Kızgın Sen iletisi gönderen ebeveynler!

Durup düşünerek 'Bana neler oluyor?

Çocuğumun davranışı hangi ihtiyaçlarımı karşılamama engel oluyor?

Kızgınlığa neden olan asıl duygum / duygularım neler?



Haftaya görüşmek üzere