



Çocuklarla İletişim

YAZI: Elif AKDAĞ GÖÇEK
elif.gocek@bilgi.edu.tr

Ebeveynler çocuklarını yetiştirirken kendi iletişim becerileriyle onlara örnek olmakta ve çocuklarının hayat boyu kullanacakları modelleri oluşturmaktadır. Ancak, günümüzde yoğun çalışma temposu içinde olan ebeveynler, çocuklarıyla vakit geçirmeye çok daha az zaman ayırabilmektedir. Bu nedenle çocuklara özel vakitler ayırmak (doğada yapılan yürüyüşler veya birlikte oynanan eğlenceli oyunlar gibi) ve bu vakitlerde bol bol konuşmak, gülmek ve hikâyeler anlatmak iletişim becerilerinin gelişmesinde önemli olacaktır.

Çocuklarla iletişim sırasında onların gelişim basamaklarını bilmek gereklidir. Üç yaşındaki bir çocuğun kendini ifade etme, dinleme ve anlama becerisiyle, 10 yaşındaki çocuğunki çok farklıdır. Ergenlik döneminde ise ebeveynlerin ergen beyni ve ruhsal gelişimindeki önemli değişimlerin farkında olmaları ve onlarla konuşurken hızla değişen kimliklerine duyarlı olmaları gerekmektedir. Ebeveynlerin çocukların gelişim basamakları üzerine daha çok okumaları, etkili iletişim becerilerine sahip olmalarında yardımcı olacaktır. Çocukların dil gelişiminde “İfade edici” ve “Alıcı dil” olarak iki ayrı beceri grubu bulunmaktadır. İfade edici dili iyi gelişmiş olan çocuklar, kendilerini doğru ve yaşlarına uygun kelimeler kullanarak anlatabilmek-

tedir. Alıcı dil ise kişinin duyduğu kelime ve cümleleri anlayabilme becerisidir. Örneğin, alıcı dilde sorun yaşayan çocuklar arka arkaya verilen talimatlarda kendilerine söylenenleri takip etmede zorlanabilmekte, dolayısıyla da kendilerinden istenenleri yerine getirememektedirler. İletişim güçlüğü yaşayan çocuklarda bazen bu durum işitme kaybına bağlı olabilmekte, ancak bu durum veliler tarafından atlanabilmektedir. İletişim sorunları çocukların ileride sosyal ilişkilerinde, öz güvenlerinde ve akademik başarılarında zorluklar yaşamalarına neden olmaktadır. Bu nedenle çocuklarla geçirilen vakitlerde onların iletişim becerilerine dikkat etmek ve bu alanlarda zorluklar yaşıyorlarsa bu konuda uzman kişilerden destek almak önemlidir.

İletişimde ebeveynlerin kendi dil becerileri, anne ve babalarından aldıkları ilişki kurma modelleri, hayat tecrübeleri, eğitimleri ve çocuklarıyla ilgili beklentileri gibi birçok etken rol oynamaktadır. Aile içi iletişimde çocuklar, anne ve babalarının birbirleriyle ve başkalarıyla olan iletişimlerine de dikkat etmektedirler. Çiftlerin duygularını paylaşmada, sorunları ve isteklerini ifade etmede, birbirlerini dinlemede sundukları örnekler, çocukların daha sonra arkadaşlıklarında ve diğer ilişkilerinde görülebilmektedir. Ebeveynler iletişimlerini daha çok kavga ederek

İletişim, becerileri kişilerin sosyal ilişkilerinde kullandıkları en temel unsurlardan biridir. Konuşmak, dinlemek, anlamak ve anlaşılana geri bildirmek kişiler arası ilişkilerde çok önemlidir.

veya küsererek sergilediklerinde ise nesiller arası devam edebilecek olumsuz iletişim modellerinin temellerini atabilmektedir.

İletişimin en önemli unsurları arasında konuşma sırasında kullandığımız ses tonu, kelime içeriği ve vücut dili bulunmaktadır. Kişiler birbirlerini dinlerken sadece kelimelerin anlamlarına değil konuşan kişinin o sıradaki yüz ifadesine, vücut diline de dikkat etmektedirler (1993). Konuşma sırasında kurulan göz kontağı da iyi bir iletişim için gerekli olmaktadır. Oysaki günümüzde ebeveynler çocuklarını çok sık olarak televizyon, telefon, bilgisayar gibi ekranlara bakarak dinlemektedir. Çocuklar kendileriyle göz teması kurmayan, duygularını göremeyen, mekanik bir sesle kendilerine cevap veren ebeveynlerle iletişim kurmada oldukça zorlanmakta, anlaşıldıkları ve dinlendiklerini hissedememektedir. Oysa özgüveni yüksek çocuklara sahip olabilmek için ebeveynlerin onlara önem ve değer verdiklerini göstermeleri gerekmektedir. Ebeveynler ellerindeki işi bırakarak, göz teması kurarak ve dikkatlerini vererek çocukları dinlemelidirler. İletişim sırasında sadece öğüt vermek değil, çocukların olumlu ve de olumsuz duygularını ifade edebilmelerine olanak vermek de yararlı olacaktır. Çocuk iletişimde bir başka dikkat edilmesi gereken unsurda çocuğun sizi dinlemeye hazır olduğu anları bulabilmektir, heyecanlı bir filmin ortasında, çok yorgun olduğunda veya endişeli olduğu anlarda çocuklarla olan iletişim çok farklı olabilmektedir.

Ebeveynlerin çocuklarının yaptıklarını, yaşadıkları olayları, nelerden mutsuz olduklarını bilebilmeleri için birlikte olabilecekleri konuşma ortamları sağlamaları gereklidir. Bu ortamlar yemek masasında, akşam yatmadan önce, arabada giderken gibi birçok anda gerçekleştirilebilir. Bu ortak sohbetlerde sadece çocukların değil, ebeveynlerin de kendi gündelik yaşamlarını, olumlu ve olumsuz anılarını, hobi ve ilgi alanlarını, ahlaki değerlerini paylaşmaları iki tarafında da birbirini daha iyi tanınmasına, anlamasına yardımcı olacaktır. Aile içi kararlarda çocuklara söz hakkı vermek, onların fikirlerine dikkat ederek, yaratıcılıklarını arttıracak sohbetlere alan açmak bireyselleşmelerine katkıda bulunacaktır. Olumlu iletişimin çocuk ruh sağlığındaki önemli rolü birçok uzman tarafından



vurgulanmaktadır. Orneğin, Ozmen (2007), ergenlerle olan araştırmasında benlik saygısı yüksek olan ergenlerin daha hoşgörülü olduklarını ve daha çoğulcu aile içi iletişime sahip oldukları bulmuştur. Faber ve Mazlish (2014), "Konuş ki Dinlesin, Dinle ki Konuşsun" adlı kitaplarında ebeveynlere çocuklarıyla etkili iletişimin önemini açıklamakta ve etkileşimde kullanabilecekleri birçok yöntem sunmaktadır. Aynı şekilde Prof. Dr. Haluk Yavuzer (2000), "Çocuk Eğitimi El Kitabı"nda ebeveynlere birçok iletişim önerilerinde bulunmaktadır.

Sonuç olarak, aile içindeki iletişime önem verilmesi çocukların çok daha özgüvenli, yaratıcı, hoşgörülü ve sosyal bireyler olabilmelerine yardımcı olacaktır. Duygu ve düşüncelerine ifade edebilen bir toplumunun da inşasına devam edilecektir

ELİF AKDAĞ GÖÇEK KİMDİR?

Okul ve Çocuk Klinik Psikolojisi doktorasını Toronto Üniversitesi'nde tamamlamıştır. Lisans (Psikoloji) ve Yüksek Lisans (Klinik Psikoloji) eğitimlerini Boğaziçi Üniversitesi'nde yapmıştır. Doktora tezinde klinik ve klinik olmayan gruplarda annelerin çocuklarını anlama kapasitesi ve duygusal ulaşılabilirliklerini araştırmış, tezi yurt dışında kitap olarak yayınlanmıştır. İstanbul Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi Bölümü'nde psikolog olarak çalışmış, Yeditepe Üniversitesi Psikoloji Bölümünde öğretim üyesi yap-

mıştır. İstanbul Bilgi Üniversitesi Psikoloji Bölümünde çalışmakta olup Klinik Psikoloji Yüksek Lisans-Çocuk/Ergen Alt-dal program direktörüdür. Toronto (Kanada) Psikanalitik Toplum ve Enstitüsü (Toronto Psychoanalytic Society & Institute) -Bebek Ruh Sağlığı Eğitim programında danışmanlık yapmıştır. Türkiye Bebek Ruh Sağlığı dernek başkanlığını yürütmektedir. Dr. Göçek çocuk ve ergenlerle terapi çalışmalarına da devam etmektedir.