



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Lise

Rehberlik Bülteni

AİLE İÇİ İLETİŞİM

ARALIK 2023

www.okankoleji.com



Günümüzde sıkça sorulan sorulardan biri aile içinde iletişimin neden yetersiz olduğu ve sağlıklı iletişimin nasıl sağlanacağı sorusudur. İnsan ilişkilerinin yoğun ve sık dokulu bir biçimde yaşandığı aile ortamında, uyum ve çatışma süreçlerinin her ikisinin de bir arada olması kaçınılmazdır.

Aile içi ilişkilerde, uyum ve çatışma her halükarda iletişim kurmayı zorunlu kılar. Diğer bir ifade ile aile içi ilişkilerin düzenlenmesinde iletişim: hem uyunun sağlanması hem de çatışmanın çözüme ulaştırılabilmesi için temel bir öge oluşturur. Aile içi iletişim çocuğun gelişiminde önemli bir yer tutmaktadır. Bireylerin kendini ve çevresini anlayabilmesi için iletişime girmesi önemli ve gereklidir.

İletişim toplumun biçimlenmesinde temel oluşturmakta; birey diğerleriyle düzenli iletişim yoluyla toplumun bir üyesi olmaktadır. Aile bireylerinin kendilerini ifade edebilmeleri de aile içindeki iletişimde önemli bir yer tutmaktadır.

Çocuğun gelişimini, kişiliğini ve zekâsını olumlu yönde etkileyen iletişim, son yüzyılda en temel gereksinimlerden biri olmakla birlikte, insanın kendini var edebilmesi için doğru iletişim becerilerine sahip olması gerekmektedir.

Toplumun geleceğinde yetişkin olarak yerini alacak çocuk kendini ifade edebildiği, dinlenildiğini bildiği ve en önemlisi fikirlerine önem verildiğini gördüğü takdirde çağın istendik bireyi olabilecektir. Bununla birlikte çocuğun sahip olduğu olumlu iletişim becerilerinin, gelişim özelliklerini, kişiliğini ve duygusal zekâsını olumlu yönde etkilediği bilinmektedir.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Yapılan araştırmalarda iletişim becerisi iyi olan çocukların duygusal zekâlarının da daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bunun yanı sıra aile içi iletişimde çocuğın birey olarak kabul görmesinin ve iletişime etkin olarak dahil edilmesinin benlik saygısını geliştirdiği bilinmektedir.

Ebeveynin kendini çocuğa etkili bir şekilde ifade edebilmesi için;

- Açık olması,
- Doğru zamanlamayı bulması,
- Yargılamaması,
- Tutarlı olması,
- Kendini açabilmesi ve
- Sorunu birlikte çözebilmesi gerekmektedir.

Bütün bunlara karşın aile içi iletişimde ortaya çıkan aksaklıklar çocuğın gelişiminde sorunlar yaşanmasına neden olabilmektedir. Aile içi iletişim bozuklukları; ailedeki bireyin kendini doğrudan ifade edemediği durumlarda yadsımak, söylememek, yerine başka bir şey koymak ya da yadsıdıklarını tutarsız bir şekilde ifade etmek şeklinde kendini göstermektedir.

Ailede;

- Çocuğın birey olarak görülmemesi,
- Kuşak çatışmalarından kaynaklı karşılıklı iletilerin özlp anlaşılamaması,
- Duygu ve düşüncelerin açıkça söylenmemesi, rahat konuşamaması gibi kişilerarası iletişim engelleri ailedeki iletişimi olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Gelecekte yetişkin olacak çocukların gelişiminin sağlıklı olabilmesi için aile içi iletişime önem verilmesi gerekmektedir.

İletişimde nemli Etkenler

Etkili iletişim, iletişim engellerinin ortadan kaldırıldığı veya mümkün olduğunca aza indirildiği, istenilen ve beklendik iletişim biçimidir. Etkili iletişim için dinleme, kendini açma ve ifade etme becerileri çok önemlidir.

Etkili dinlemede; bir konuşmanın anlamını tam olarak kavrayabilmek için soru sormak, geri bildirimde bulunmak yani iletişimde işbirlikçi olmak gerekmektedir.



Gücünü İstanbül Okan niversitesi'nden Alan

OKAN KOLEğİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Çocuğun veya ergenin probleminin çözümünde **etkin dinleme** oldukça önemlidir. Bir kişiyi dinlemek o kişiye saygı gösterildiği mesajını iletmekte ve sağlam bir ilişki kurulmasına yardımcı olmaktadır. Hem saygı hem de ilişki benlik saygısının oluşmasında önemli bir yer tutmaktadır. Aile içindeki iletişim monolog şeklinde gerçekleşiyorsa, bu durum diğerlerinin gereksinimlerinin tam olarak karşılanmaması sonucunu doğurabilir.

Aile içi iletişimde **anne- baba tutumları** da etkili olmaktadır. Demokratik aile tutumunda çocuk tüm yönleriyle kabul edilir, çocuğa anne ya da baba yol gösterir, ama alacağı kararlar konusunda serbest bırakır. Aile içinde kurallar ve sınırlar herkes için ve hep birlikte belirlenir ve bu sınırlar içinde çocuk özgürdür. Kuralların mantıklı açıklaması yapılır. Aileyi ilgilendiren kararlar birlikte alınır.

Yazımıza son vermeden önce; aile içi iletişimin çocuğun/gencin kişiliğinin gelişiminde etkili olduğunu vurgulayarak Doğan Cüceloğlu 'nun konuyla ilgili önerilerine değinelim:

Çocukluğunda değerli olduğu mesajını ailede alan çocuk kendinin değerli olduğuna inanır. Aile içi iletişimde çocuğun varlığının kabul edildiğini ona hissettirebilmek için;

- Çocuğun tüm duyguları olduğu gibi kabul edilmeli,
- Çocuğun kendini olumlu bir varlık olarak algılayabilmesi için yakın çevresinden kendilik değerini destekleyici tavırlar görebilmesi,
- Sınırlarına (odasına, kendine ayırdığı zamana) o izin vermedikçe girilmemesi, sınırlarına girilecekse izin alınması,
- Tercihlerine saygı gösterilmesi,
- Bedeni üzerindeki haklarına saygı gösterilmesi,
- Başarısızlıklarından çok başarılarına odaklanması,
- İstenmeyen bir davranışta bulunduğu kişiliğinin değil davranışının eleştirilmesi gibi öğelere dikkat edilmesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA

•ARAL, N. ve ŞAHİN, S.(2012). Aile İçi İletişim. Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi 2012 1(3), 55-66.

Erişim: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/509469>

•GÖRGÜN-BARAN, A. Türkiye’de Aile İçi İletişim ve İlişkiler Üzerine Bir Model Denemesi.

Erişim: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/326611>

OKAN EĞİTİM KURUMLARI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE