

**AİLE İÇİ
İLETİŞİM-ÇOCUK
HAKLARI VE
ÇOCUK KIYMETİ**

AİLE NEDİR

Aile; kan bağılılığı, evlilik ve diğer yasal yollardan, aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve çoğunlukla aynı evde yaşayan bireylerden oluşan; bireylerin temel ihtiyaçlarının karşılandığı, topluma uyum ve katılımlarının sağlandığı ve düzenlendiği temel bir birimdir.

SAĞLIKLI AİLE

Sağlıklı aile en temel anlamıyla, bir bütün olarak kendisini ve üyelerinin gereksinimlerini karşılayabilen aile olarak tanımlanabilir.

Sağlıklı ailelere ulaşılması sağlıklı topluma ulaşmada ilk adımdır.

BİR AİLENİN TEMEL GEREKSENİMLERİ NELERDİR?

1. DEĞERLİ OLMA DUYGUSU

Aile içindeki etkileşim, bireyleri “**ben değerliyim**” ya da “değersizim” duygusuna götürür.

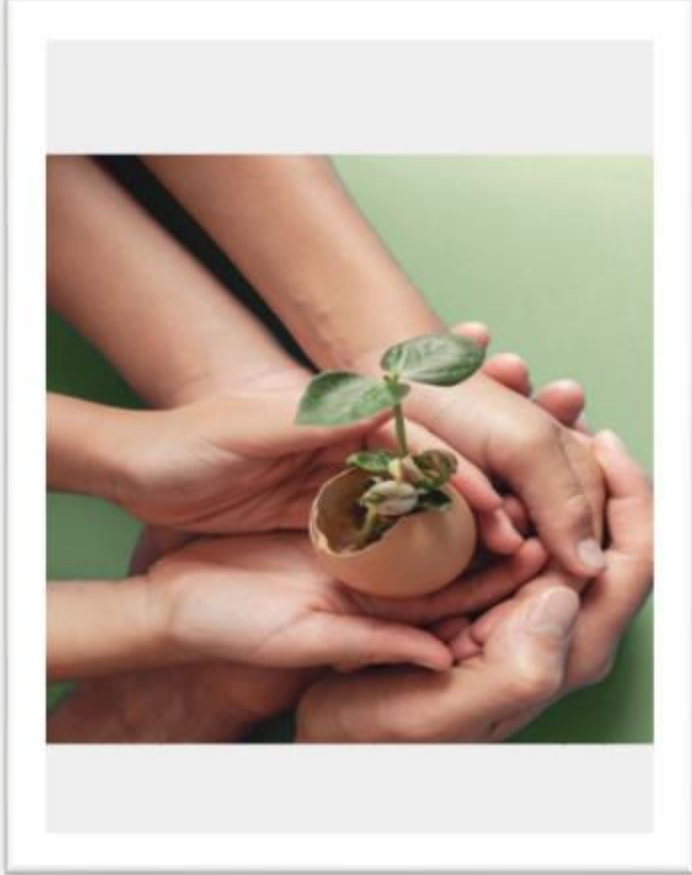
Çocuğunuza veya eşinize değer vermek, onun gerçeklerini anlamaya çalışmak ve onu olduğu gibi benimseyebilmektir.

2. GÜVEN ORTAMI

Aile içindeki bireyler kendilerinin aile içinde **emniyette olduğunu**, dışarıdaki tehlikeli olayların aile içine girmeyeceği duygusunu sağlamak ister.



3. SORUMLULUK DUYGUSU



- Aile içinde herkes sorumluluk duygusunu paylaşır. Çocuklara da yaşları oranında sorumluluk verilmelidir.
- Tüm sorumluluğu kendi üzerine alan, çocuğunu sorumluluktan kurtaran anne ve babalar kendi yaşamını biçimlendirmekte zorlanan sürekli başkalarının yönetiminde olmaya yönelik bireyler yetiştirirler.
- Anne babanın lider konumunda olduğu ve sorumluluğu evdeki tüm bireylerin paylaştığı demokratik aile ortamlarında, çocuk sorumluluk bilincini öğrenir.

4. MUTLULUK VE KENDİNİ GERÇEKLEŐTİRME

- Kendini gerçekleőtirmiő insanlar, geçmiőleri, őu anki konumları, sosyoekonomik ve kültürel düzeyleri ne olursa olsun kendilerini ve diğerklerini oldukları gibi kabul etme eğilimi gösterirler.-
- Suçluluk duymadan ve kısıtlamalardan uzak biçimde, kendilerinden ve hayatlarından keyif alırlar.
- Aile ortamı bir mutluluk ortamıdır. őimdiye kadar anlatılan gereksinimlerin karőılanması mutlu olmayı getirir. Evde değerkli olduğu duygusunu tadan birey mutlu olur ve yaptığı őeylerden doyum alır, kendini gerçekleőtirme olanağı bulur.



ÇOCUK NEDİR?



ÇOCUK HAKLARI



**BİZ NE DERİZ ÇOCUK NE
ANLAR?**

Anne ile baba arasında bir problem var, konuşmalarda asıl sorundan uzaklaşıyor ve birbirlerine “sen zaten...”, “sen hep...” gibi suçlayıcı sözler sarf ediyorlar.

Çocuğun alt yazısı:

Problem çıktığında karşındakini suçlayabilirsin.

Anne ile baba seslerini yükselterek bir şeyler anlatmaya, bağırarak baskın çıkmaya çalışıyor.

Çocuğun alt yazısı:

Derdimi ancak sesimi yükselterek ya da bağırarak anlatabilirim.

Ebeveynlerden biri öfkeli ama belli etmiyor ve alttan alarak susuyor.

Çocuğun alt yazısı:

Öfkeni bastır, yoksa sevilmezsin.

Anne-baba çocuğun doğum gününe veya herhangi bir aktiviteye götürülmesi konusunda tartışıyorlar. Kimin götüreceği konusunda anlaşıyorlar. “Sen götürecektin”, “İşim olduğunu söylemiştim” “Bunu hep yapıyorsun” gibi uzuyor konuşma.

Çocuğun alt yazısı:

Her problemin sorumlusu benim, Benim yüzümden...

Anne çocukla birlikteyken: “Baban bu yemeği sever hadi yapalım ona sürpriz olsun” Baba çocukla beraberken: “Anne bu filmi sever hadi bilet alalım”

Çocuğun alt yazısı:

İnsanlar değeri verdikleri kişilere bunu gösterirler.

Anne ile baba anlaşamadıkları bir konunun çözüml yolları hakkında konuşuyorlar.

Çocuğun alt yazısı:

Aynı şeyi istemese de konuşabilir, çözebiliriz.

AİLE İÇİ SAĞLIKLI İLETİŞİM

"Bugün internet gitti, 2 saat evdekilerle
konuştuk güldük falan iyi insanlarmış" :)



İyi ilişkiler kendiliğinden oluşmaz. Aile içinde iyi ilişkilerin oluşması için çaba sarf etmek gerekir.

Aile içindeki ilişkilerin temelini, ana ve babanın birbirine karşı olan tutumu oluşturur. Onların sevgi ve anlayışla sürdürdükleri karı koca ilişkisi, evin genel havasını belirler.

Uyumlu ve sıcak ilişkiler, ana ve babadan çocuklara doğru yayılır. Gergin ve sürtüşmeli bir karı koca ilişkisi, çocuk için tedirgin ve güvensiz bir ortam yaratır.

İLETİŞİMDE TEMEL İLKE, KABUL ETMEDİR.

- Başkalarını oldukları gibi kabul etmek, ilişkileri kuvvetlendirmede önemli bir etkidir.
- Birey, karşısındaki kişiye gerekli anlayışı gösterip, kabulkâr, hoşgörölü bir ortam sağlarsa, onun kendini güven içinde hissedip, kendi özüne uygun davranışlar içine girmesine fırsat verir. Böyle bir ilişkide diğerk kişi olumlu yönde değışebilir, sorunları çözmeyi öğrenebilir, ruh sağlığı iyileşebilir, daha üretici, daha yaratıcı olabilir

Aile içinde karşılıklı saygı ve sevgi
dayanışma, bağlılık ve işbölümü
esastır.

BAŞARILI İLETİŞİMİN ÜÇ TEMEL KOŞULUNU HEP HATIRLAYIN!

- Karşıdaki kişiye saygı duymak,
- Gerçekçi ve doğal davranmak,
- Empati kurmak.

EŞLER;

- Birbirine saygılı olmalı,
- Karşılıklı güven olmalı,
- Birbirini dinlemeli.

İletişim kurarken
sen dili ve **ben dili** kullanımlarına dikkat
edilmeli!



- **Ben dili;** bireyin istek, ihtiyaç, duygu ve düşüncelerini karşı tarafı yargılamadan, suçlamadan aktarmasıdır. Ben dili, kişiler arasında çatışmaların çözülmesinde yardımcı olur.
- **Sen dili** ise bireyin istek, ihtiyaç, duygu ve düşüncelerini karşı tarafı yargılayarak, suçlayarak aktarmasıdır. Sen dili iletişimin kalitesini olumsuz yönde etkiler ve karşı tarafın savunmaya geçmesine neden olabilir.

Örneğin; çocuğunuz odayı toplamadığında “**Odanı toplamıyorsun.**” demek yerine “**Odanı toplamadığında ben üzülüyorum,**” şeklinde ifade etmek ya da çevrenizde size yüksek sesle konuşan kişiye “**Bana bağıırıyorsun,**” demek yerine “**Bana bağırdığın zaman kırılıyorum ve öfkeleniyorum,**” şeklinde ifade etmek sen dilinin yerine ben dilini kullanmaya örnektir.

- Aşırı kıskançlıktan kaçınmalı,
- Birbirine ilgi göstermeli,
- Duygular paylaşılmalı,
- Şiddetten sakınmalı,
- Birlikte zaman geçirmelidir.

HEPİNİZ İÇİN

- KOŞULSUZ KABUL EDİLDİĞİNİZ/ETTİĞİNİZ
- DEĞER GÖRDÜĞÜNÜZÜ HİSSETTİĞİNİZ/HİSSETTİRDİĞİNİZ
- ANLAŞILMAK İÇİN DİNLENDİĞİNİZ/DİNLEDİĞİNİZ

İLİŞKİLER DİLİYORUZ..😊