

ÇOCUKLARI DİNLEMEK

Günümüzde, iletişim en önemli unsurlardan biridir. Bu konu o kadar önemli ki, çoğu zaman bunun için kendi ana dilimiz yetmemekte, ikinci hatta üçüncü yabancı dili öğrenmekte ve kullanmaktayız. Anlaşılmaq, insanların en önemli ihtiyaçlarından biridir. Herkes konuşurken karşısında bulunan kişinin kendisini anlamasını ister; bu olmadığında da kişide olumsuz duygular oluşmaya başlar ve iletişim bozulur.

Anlaşılmaq, çocuklar için de çok önemlidir ve iletişimde bu duyguyu yansıtmak için karşımızda bulunan kişiyi gerçekten dinlememiz gerekmektedir, duymak yeterli olmaz. Özellikle anne ve babası tarafından dinlendiğini ve anlaşıldığını hisseden çocuk kendisine değer verildiğini anlar, rahatlar, sosyal duygusal gelişim alanında önemli gelişmeler kat ederek bir anlamda kendisini dış dünyaya hazırlar. Çocuklar için bu durum özellikle pandemi sürecinin getirdiği hayat şartlarından sonra daha çok önem kazanmıştır. Çocuklar bu dönemde evde kalmaktan, dışarı çıkamamaktan, eskisi gibi özgürce oyun oynayamamaktan sıkıldılar hatta bazıları süreçten etkilenip kaygı yaşayabildiler. Eğer çocuğunuzun pandemi sürecine bağlı olarak yaşadığı korku, kaygı gibi duyguları var ise onu dinlemeniz, duygularını yansıtmanız, doğru, kısa ve net bilgiler vermeniz çocuğunuzda anlaşılma hissini yaşamasına sebep olacaktır. Duygularının anlaşıldığını gören çocuk kendisini daha rahat ve güvende hisseder ki böyle süreçte ona en iyi gelecek şey güven duygusudur.

Çocuklarla konuşurken öğüt vermek, sorunlarına çözüm getirmek, yönlendirmek, yargılamak, eleştirmek, sorgulamak, teşhis koymak, dinlemeden teselli etmek gibi eylemler çocuğumuzu dinlemeye engel olan faktörlerdir. Örneğin; çocuğunuz bozulan oyuncağını özlediğini söylediğinde “Başka birçok oyuncağın var onlarla oynayabilirsin.” demek yerine; “O oyuncakla oynamayı çok sevdiğini biliyorum ve tekrar onunla oynamak istediğini anlıyorum; istersen nasıl tamir edeceğimize birlikte bakalım.” gibi bir cümle çocuğunuzda anlaşılma hissini yaratacaktır. Çocuğumuzu

dinlerken öğüt vermek, yargılamak, eleştirmek gibi yollar kullanıldığında onlara faydadan çok zarar verebiliriz. Bu şekilde davranışlara maruz kalan çocuk suçluluk duygusu hissedebilir, iletişimi kesebilir ve dinleyen kişi ile ilişkisini bozabilir. Çocuğu yargılamak, eleştirmek de çocuğun kendini anlaşılmamış, çaresiz ve haksızlığa uğramış hissetmesine neden olabilir. Çocuğun bahsedilen duyguları hissetmesi benlik saygısının zedelenmesine ve özgüveninin sarsılmasına neden olur. Çocuğu teselli etmek çocuğu bazen başvurulan ve ancak doğru zamanda uygulandığında faydalı olan bir yoldur. Çocuğa onu dinlediğimizi hissettirdikten sonra bu yöntem kullanılabilir aksi durumda çocuk kendisini dinlenmemiş ve önemsiz olduğunu düşünerek kızgınlık duyguları yaşamasına neden olabilir.

İYİ BİR DİNLEYİCİ OLMAK İÇİN NELER YAPMALIYIZ?

Gerçek dinlemenin ilk koşullarından biri, bedensel olarak çocuğu dinleyebileceğimiz bir beden haline geçmektir. Çocuğun göz hizasına gelebilecek şekilde çömelmek, oturmak ve dinlerken göz teması kurmak, çocuğun yüzüne bakmak önemlidir. Yüz yüze konuşmak her iki taraf için önemli etkilere yaratabilir. Dinleyen kişi karşısındaki kişinin yüz ifadesinden başka mesajlar alabilir. Çocuğun bir şey yok dediğinde gözlerini kaçırmaması, üzülmedim dediğinde gözlerinin dolması, çok kızdım derken gözlerinin içinin gülmesi gibi ifadeler söylenenin ötesinde mesajlar iletir. Çocuk, yüz yüze olduğunda kendisini konuşan kişiye daha yakın hisseder, güven duygusu oluşur ve konuşma isteği artar. Bunların yanında çocukla konuşurken sessizlikte önemli bir faktördür. Genellikle çocukla konuşurken onun sözünü kesip öneriler veririz ancak olması gereken çocuğu anlatması için fırsat tanımaktır. Önemli olan çocuğun fikirleridir, onu sabırla dinlerken bir yandan jest ve mimiklerle onu dinlediğimizi belirtmeliyiz.

REHBERLİK POSTASI



#EğitimEyüboğlu

İyi bir dinleyici duyduklarına yorum getirmez ve karşısındakinin duygularını yansıtır. Yani çocuğun dediklerini tekrar ederek duygusunu duymasını sağlayabiliriz. Çocuğa yorum yapmadan öneri vermeden ayna görevi görerek onun duygularını yansıtırsak, kendi çözüm yollarını kendisinin bulmasına yardımcı oluruz. Dolayısıyla sorunları karşısında bağımsız olabilmeyi öğrenir ve aynı zamanda da daha ayrıntılı düşünmesine ve yaratıcı olmasına olanak sağlar. Çocuğa sürekli çözüm önerme ve ne yapması gerektiğinin söylenmesi çocukta özgüven duygusunun gelişmesine de engel olacaktır.

Çocuğu dinlemek için ayrı bir zaman ayırmak gerekir. Bir yandan işle uğraşırken, bir yandan çocuğunuzu dinlememelisiniz. O şekilde genelde çocuğunuzu dinlediğimizi sanırsınız ancak sadece onu duymuş olursunuz ve çocuk bu iki durum arasındaki farkı çok iyi bilir. Dinlendiğini gören çocuk sevildiğini düşünür. Çocuğunuzun duygularını kabul etmeli, sorunlarını önemsemeli ve bunu ona yansıtmalısınız. Anne ve babası tarafından dinlendiğini gören çocuk onların söylediklerini daha iyi dinler, ailesiyle daha çok işbirliği içerisinde olur, bunun sebebi aralarındaki iletişim kanallarının açık olması ve pozitif iletişimidir. Tüm bunlar göz önüne alındığında, çocuğunuzu dinlemenin sadece bugün yaşadığı duyguları için değil tüm hayatını mutlu ve sağlıklı ilişkiler kurabilen bir birey olarak geçirmesi için önemli olduğunu unutmamalıyım.

Kaynak:

Leyla Navaro / Gerçekten Beni Duyuyor Musun?

Prof. Dr. Haluk Yavuzer / Çocuk Eğitimi El Kitabı

<http://ilkgelisim.com/cocugumuzu-dinlemeyi-nasil-ogreniriz/>