

# ETKİLİ ANNE-BABA OLMAK

Hazırlayanlar

Esra ARIK  
Tuba KARAGÖZ

# ***SEMİNER İÇERİĞİ***

➤ ANNE BABA TUTUMLARI

➤ AİLE İÇİ İLETİŞİM

➤ ETKİLİ DİNLEME



# ***Küçük Bir Etkinlik***

- ***Şimdi anne-baba olarak kendimden ne kadar memnunum? Neleri iyi yapıyorum? (Örneğin; çocuğumla oynamaya vakit ayırıyorum, söylediklerini iyi dinliyorum, aramızda iyi bir iletişim var gibi)***



- **Şimdi de anne-baba olarak kendimde beğenmediğim, değiştirmek istediğim neler var? Neleri iyi yapmıyorum veya daha iyi yapabilirim? (Örneğin;çabuk sinirlenip bağıriyorum, tutarlı değilim, bazen çok sert bazen aşırı kabul ediciyim, kızdığım zaman dövüyorum gibi)**



## ***Anne –babalık mesleđi;***

***Günün 24 saati aralıksız icra edilen bir meslektir... Diđer meslekler deneme-yanılmayı kaldırabilirler. Ancak anne-babalık mesleğinde deneme-yanılmaların sonucu çok ciddi olabilir...***



DÜNYADAKİ EN  
DEĞERLİ VARLIĞINIZ  
NEDİR?



# “ÇOCUKLARIMIZ”



O halde bunu onlar da bilsin.

Birinin size değer verip  
vermediğini nasıl anlarsınız

Bunu anlamaları için  
**çocuklarınıza** öyle  
davranın.





# ANNE-BABA TUTUMLARI

- 1.Mükemmelliyetçi anne babalar
- 2.Otoriter eleştirici anne babalar
- 3.Aşırı koruyucu anne babalar
- 4.İlgisiz anne babalar
- 5.Tutarsız anne babalar
- 6.Demokratik anne babalar



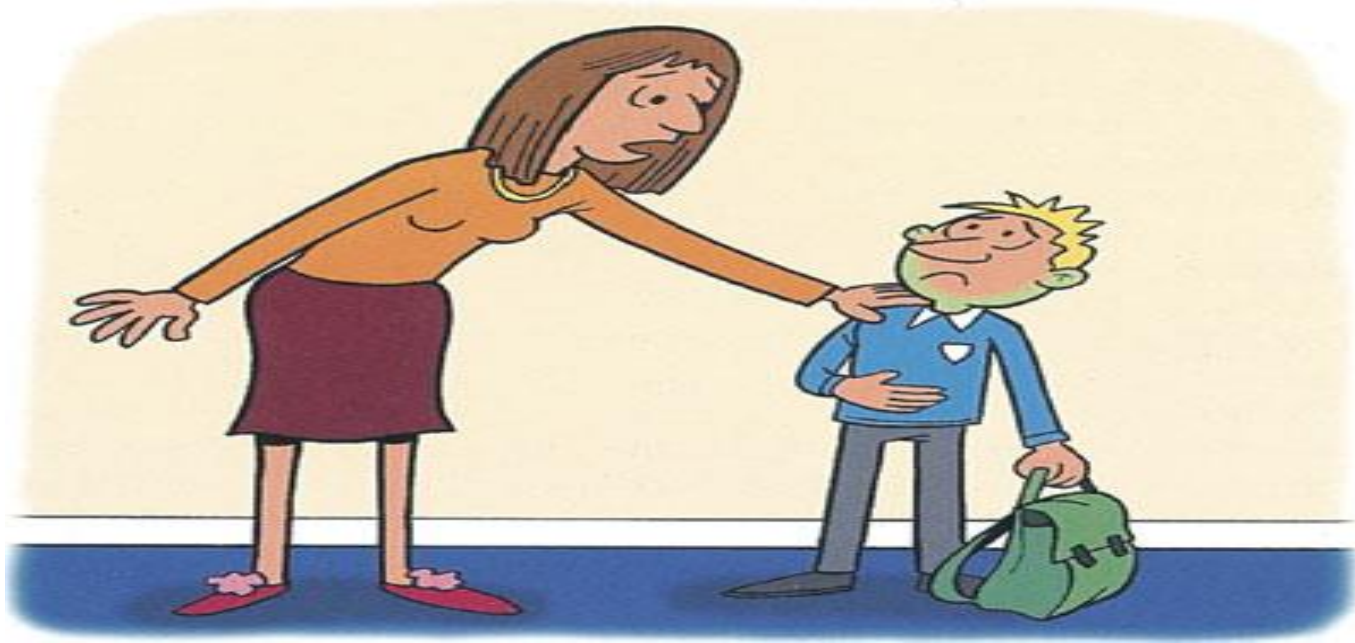
# Mükemmeliyetçi Anne-Babalar

- Bu anne – babaları memnun etmek çocuklar için oldukça zordur.
- Çocuk çırpınıp çabaladıkça anne – baba daha fazlasını (en mükemmelini) ister.
- Anne – babadaki mükemmeliyetçilik sadece çocuğa yönelik değil tüm aile yaşantısında kendini gösterir (düzenli, titiz, katı, kuralcı vb.)



# Çocuk Üzerindeki Etkileri

Zamanla çocuk aşırı kaygı, stres, tedirginlik, hayal kırıklığı gibi duyguları yaşamaya başlar. “Tırnak yeme, kekemelik, alt ıslatma, yalan, çalma, ...gibi” davranış sorunlarıyla kendini ifade eder.



# Otoriter, Eleştirici Anne-Babalar

- Çocukları üzerinde baskı kurarlar.
- Çocuklarının çabalarını göremezler.
  - Çocuklarını dinlemezler.
- Sürekli eleştiren, yargılayan, suçlayan anne, babalardır.



- Sadece kendi kuralları, istekleri, duyguları ön plandadır.
- Her zaman hakimiyet anne – babadadır.
- Çocuk ne yaparsa yapsın hep eleştirilir, suçlanır.



# Çocuk Üzerindeki Etkileri

Kendini, duygularını ifade edememe,  
içine kapanıklık, güvensizlik,  
saldırganlık ve davranış sorunlarına  
neden olur.



# Aşırı Koruyucu Anne-Babalar

- Çocuklarına hayat tecrübesi yaşama fırsatı tanımazlar.
- Çocuklarının büyüdüğünü fark etmeyip bebekmiş gibi davranırlar.
- Çocuklarına hiçbir iş ve sorumluluk vermezler, her şeyi kendileri yaparlar.



# Çocuk Üzerindeki Etkileri

- ✓ Özgüven duygusu geliştiremez.
- ✓ Kendi başına bir şey yapamaz, yapabileceğine inanmaz.
- ✓ Dolayısıyla huzursuz ve kaygılı olur.
- ✓ Anne-babaya bağımlı olur.
- ✓ Sorumluluk duygusu, bilinci gelişemez.
- ✓ İçe dönük ya da saldırgan olur.
- ✓ Davranış bozukluğu (tırnak yeme, kekemelik, okul fobisi, yalan vb.) görülür.





# İlgisiz ve Duyarsız Anne-Babalar

- ✓ Sadece anne, sadece baba ya da anne- baba duyarsızdır.
- ✓ Çocuklarına yeteri kadar zaman ayırmazlar.
- ✓ Çocukları için hiçbir konuda gerekli çabayı harcamazlar.
- ✓ Ruhsal durum ve okul başarısıyla ilgilenilmez.



# Çocuk Üzerindeki Etkileri

- İlgisiz ailede büyüyen çocuklar, genellikle okula karşı ilgisiz olurlar.
- Yanlış arkadaşlıklar kurarak, suç işleme eğilimleri yüksektir.
- Genellikle kural tanımazlar.



***EMEK HARCAMADAN VERİM  
BEKLEMEK, SULANMAYAN  
TARLADAN HASAT  
İSTEMEYE BENZER.***



# Tutarsız Anne- Babalar

- Çocuğun yaptığı bir davranış bazen çok sert, bir tepki alabilirken, bazen de çok olumlu karşılanabilmektedir.
- Anne ve babanın davranışları arasında tutarsızlıklar görülebilir.
- Tüm çocuklara eşit davranmaz, ayırım yaparlar.
- Kız ve erkek çocuğa cinsiyetine göre farklı davranırlar.

Dengesiz ve Kararsız Tutum



# Çocuk Üzerindeki Etkileri

- Çocuk hangi davranışı, nerede?, nasıl?, ne zaman? yapacağı konusunda bocalar.
- “Bu davranışı yaparak nasıl cezadan kurtulurum?” şeklinde bir teknik geliştirir.
- Çocuk nasıl davranacağını bilmez.
- İç çatışmalar, huzursuzluk ve öncelikle anne babaya sonra da insanlara karşı güvensizlik oluşur.
- Görüşlerini açıkça söyleyemez. Kendini hiçbir ortamda rahat savunamaz. Ürkek, herkesin söylediğini kabul eden biri olabilir.



# **Kısa bir hikaye...**

**Zeliha Hanım Yusuf'a, sokağa çıktıklarında devamlı bir şey istememesini defalarca tembih eder. "Benden hiç bir şey isteme, çünkü almayacağım." demesine rağmen, Yusuf her gördüğü şeyi istemeye devam eder. Yol boyunca onu bunu istemesine sürekli karşı koyan Zeliha hanım, artık dönüş yolunda, "Hadi peki, şu tabancayı alalım."der. Ancak bütün yol boyunca "Hayır" deyip direnmesine rağmen en sonunda kabul edip bir şey almanın aslında Yusuf'a ne öğrettiğinin farkında değildir. Yusuf, "Devamlı ister ve annemi bıktırırsam ona istediğimi aldırırım"ı yaşayarak annesinden öğrenir.**

# Demokratik Anne- Babalar

- Çocuk ayrı bir birey olarak kabul edilir.
- Anne baba çocuęu koşulsuz kabul eder.
- Çocuğa sevgi ile yaklaşır ve onu sevdiklerini davranışlarıyla gösterirler.



# Demokratik Anne- Babalar

- Çocuk tüm yönleriyle kabul edilir.
- Anne ve baba, çocuk için iyi bir modeldir.
- Aile içerisinde kurallar herkes için hep birlikte belirlenir. Kuralların mantıklı açıklaması çocuğa yapılır.





# Çocuk Üzerindeki Etkileri

- ✓ Kendi haklarını korurlar, başkalarının haklarına saygı gösterirler.
- ✓ Arkadaş gruplarına rahatlıkla uyum sağlarlar.
- ✓ Bir gruba dahil olmada, grup içinde aldıkları görev ve sorumlulukları yerine getirmede zorlanmazlar.



# Çocuk Üzerindeki Etkileri

- Çevrelerindeki akran ve yetişkinlerle sağlıklı iletişim kurarlar.
- Kendilerine güvenirlirler.
- Yaratıcıdırlar.



# ***AİLE İÇİ İLETİŞİM***

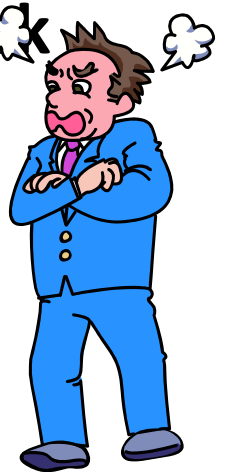
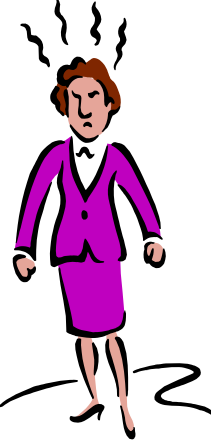


***ÇOCUĞUNA GERÇEK SERVET BIRAKMAK İSTEYEN ANA-  
BABA, ONA İYİ DİNLEMİYİ ÖĞRETSİN.***

Publilus SYRUS

# Anne-baba olmak size ne kadar zor geliyorsa, çocuk olmak da çocuğunuza o kadar zor geliyor...

- ❖ Yemeğini yemezsen kötü olur, sana bir daha oyuncak almam!
- ❖ O aynaya bir daha parmak izi yaparsan, odandan çıkamazsın!
- ❖ Ona sakın dokunma kırarsın, baban sonra sana çek kızar.
- ❖ Oyuncağını paylaşmazsan, kimse seni sevmez.
- ❖ Sus artık başım ağrıyor!
- ❖ Ne yaramazsın, bıktım ya!



Çocuğunuzla ilgili herhangi  
bir konuşma anında sizin  
yaptığınız genellikle nedir?

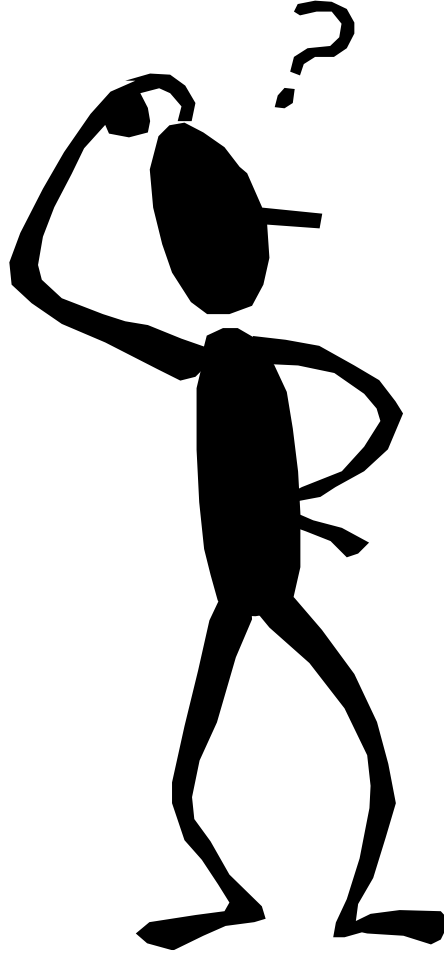


**Yapılan araştırmalara  
göre sonuç řu:**

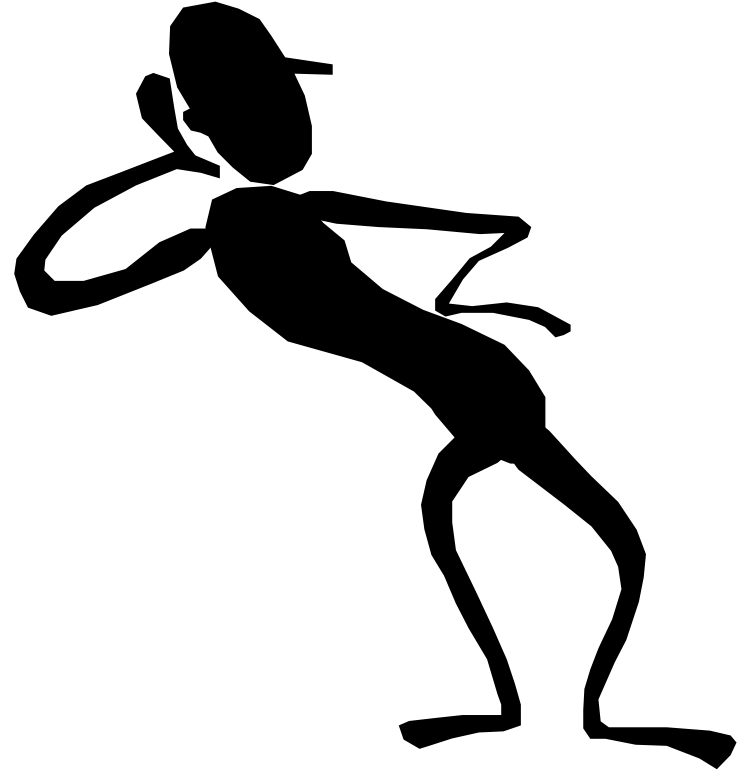
**KONUŐMAK!**



**O HALDE NE YAPMALIYIZ?**



***Etkili  
iletişim,  
çocuęu  
dinlemekle  
başlar...***





# ETKİLİ DİNLEME



# DİNLEMEK

- Yüz yüze konuşun.
- Konuşurken veya oynarken, onunla aynı boy seviyesinde olun,
- Göz iletişimi kurun,
- Ona karşı dürüst olun.
- Çocuğa resim ve oyun aracılığı ile yaklaşın.
- Güzel yanlarını öne çıkarın.
- Sorun olarak yaşadığı şeyle alay etmeyin.



# DİNLEMEK

- Ona verdiğiniz değeri ve onunla duyduğunuz gururu ona söylemekten çekinmeyin.
- Söz hakkı verin, sözünü kesmeyin.
- İyi yaptın, dünden daha iyi yaptın gibi sık sık takdir sözcükleri kullanılmalıdır.



# DİNLEMEK

- Ortalama, Türk ailesinde çocuklarımızı 18 saniye dinliyoruz.
- İnsanların en çok dinlenmekten hoşlandığını akıldan çıkartmayalım.
- Duyma, kulakla; dinleme ise gözle olur.



# DİNLEMEK

- Anlamaya çalışın, cevap vermeye değil.
- Rahat konuşma imkanı tanıyın.
- Fikirlerine değer verin.
- Söyledikleri yanlış da olsa onları büyük bir olgunlukla dinleyin.



# ***Şimdi kısa bir alıştırma yapalım...***

*Düştünüz, diziniz çok acıyor.*

*Ağlamaktasınız, ama yanınızdaki kişi, “Hadi canım, o kadar da ağrımamıştır” diye duygu ve algılarınızı inkar ediyor veya “Hadi sende sulu göz” diye sizinle alay ediyor...*

*Ne hissederdiniz???*



# ***Farz edelim ki çocuđunuz size geldi ve;***

- Anne, Ayşe'yi hiç sevmiyorum" dedi.***
- Ne ayıp, sevmemek de ne demek?***
- Neden ? Çok řirin bir kız.***
- Sana bir şey mi yaptı?***



***Gördüğünüz gibi hep  
düşünceleriniz var...***

# ***Bunun yerine...***

***- Ayşe'den hoşlanmıyorsun...***

*(Burada çocuğunuzun söylediğinin ufak bir tekrarı söz konusudur, yoksa sizin fikirlerinizin değil.)*

***- Ayşe'den hoşlanmıyorum, çünkü çok yalan söylüyor...***





# Sevginizi ön koşullu vermeyin

Çocuğunuzu sevdiğinizi belli edin. (Sevin demiyorum)

**Bunu hissettirin.**

Çocuğunuzla ne kadar baş başa vakit geçiriyorsanız(NİTELİKLİ) o kadar seviyorsunuz demektir.





**“Ben  
önemliyim”**

**“Ben  
değerliyim”**

**“BENİ  
DİNLEYİN!”**



**TEŞEKKÜRLER...**