

# EBEVEYNLIK BECERİLERİ

ANKARA TİCARET ODASI İLKOKULU  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ  
ŞUBAT AYI VELİ BÜLTENİ

## İÇİNDEKİLER

- EBEVEYN  
BECERİLERİ  
NASIL OLMALI?
- AİLE İÇİ  
İLETİŞİM
- ETKİN  
DİNLEME
- HATA YAPMAK
- DERS  
BAŞARISINI  
ARTTIRMAK

## EBEVEYN BECERİLERİ NASIL OLMALI?

Öncelikle çocuklarımızı sağlıklı büyötmeye; aile içi iletişim, çocuğa rol-model olma, temizlik, beslenme gibi konulara önem vermeliyiz. Bunun yanı sıra çocuğumuza göstereceğimiz sevgi, çocuğumuzun diğere gelişim alanlarını da olumlu yönde etkiler. Sevildiğini bilen çocuğun sağlıklı bir özgüven gelişimi oluşur. Sevgi ihtiyacını karşılamayan çocuklarda ise dikkatsizlik, özgüven ve iletişim sorunları görülebilir.

## AİLE İÇİ İLETİŞİM

Aile içi iletişim, çocuğun yaşamı için çok önemlidir. Çocuğun hayatının her alanına yansır. Kişiler bu temellerle davranış edinir, hayata atılır ve aileden kazandığı bu iletişimle diğer insanlarla sosyal ilişkiler kurar. Kişinin kendini sevip değer vermesi, kendini güvende hissetmesi, kendini saygı değer hissetmesi, kendiyle barışık bireylerin olması açısından aile içi iletişimin etkisi çok büyüktür. Aynı şekilde kendini sevmemesi, kendini değersiz ve sevmeye layık hissetmemesi; kendiyle iç dünyasında çatışma halinde bireylere dönüşmesi de, aile içi iletişimle şekillenmiştir. Çocuk aile içinde nasıl hissediyorsa, ne kadar saygı görüyorsa, daha çok hangi kelimeleri duyuyorsa, bir süre sonra o bunların toplamından oluşan bir birey olur. Bu şekilde davranmanın/hissetmenin doğruluğunu sorgulamadan hayatına devam eder.

## ETKİN DİNLEME

Etkin dinleme iletişimde çok büyük bir öneme sahiptir. Etkin dinlemenin ilk koşulu göz teması kurmaktır. Yüze bakarak dinlemenin her iki taraf açısından da etkileri büyüktür. Konuşan kişinin yüz ifadesi, bize ifade edilen ileti ve dinlerken uygun bir yüz ifadesine sahip olmak etkin dinleme için çok önemlidir. Çocuğumuz iletişim kurarken, çocuğumuz ile aynı hizaya gelecek şekilde çömelmek ya da oturmak gereklidir.

## HATA YAPMAK

Tüm ebeveynler iyi birer anne-babalar olmak isterler. İyi birer anne-baba olmak için her aile kendine uygun bir şekilde çocuklarını yetiştirmeye çalışır. Hiçbirimiz mükemmel anne-baba değiliz belki ama çocuklarının ihtiyaçlarının farkında olan, bir sorunla karşılaştığında beraber çözümler üreten empatik ebeveynler olabiliriz. Çocuk yetiştirirken hatalar yapabiliriz, yanlış kararlar alabiliriz. Hata yapmak çocuklarınızın anne babaların da hata yapabileceğini ve hata yaptığınızda baş etme yöntemlerinizi görmesi gelişimi açısından önemlidir. Çocuklar genellikle uzun ve öğüt verici cümlelerden hoşlanmazlar. Ne anlatmak istiyorsanız açık ve net olmalıyız. Takdir cümlelerini mutlaka kullanıp, sevgimizi her defasında dile getirmeliyiz. Çocuğunuzun kendini ifade edebilmesi, ilgi görmesi, teşvik edilmesi, başarılarının takdir edilip pekiştirilmesi, kuralların tutarlı bir şekilde uygulanması oldukça önemlidir.

## DERS BAŞARISINI ARTTIRMAK

- Sadece eğitim ile ilgili değil hayatının birçok alanında ona sorumluluklar vererek sorumluluk duygusunu kazandırmalıyız.
- Devamlı olarak çalışacağı ders çalışma ortamı belirlemeliyiz.
- Her gün derslerle ilgili belirli zaman dilimleri ile rutinlerini oluşturmalıyız.
- Ders çalışma için gerekli motivasyonu sağlamalısınız(Ufak pekiştireçler vb.).
- Çocuğunuza ders çalışmayı eğlenceli hale getirebilirsiniz.