

İLETİŞİM PROBLEMİ YAŞAYAN AİLELERDE GÖRÜLEN PROBLEMLER

Bunları maddeler halinde sıralamak mümkün gibi görünse de sıkıntılı bir durumdur. Genelde bu tür başlıkları okuyan anne ve babalar bizde problemleri biliyoruz asıl önemli olan bunları söylemek değil, bu problemlere çözüm üretmektir.

Burada üretilecek cevapların genel kapsamlı olacaktır. Genel kapsamda boğulma riskini alarak tespit edilen sorumlara çözüm önerileri yazmaya çalışacağım. Ancak mutlaka sıkışıldığında bu problemleri çözmek için sürecin içinde bulunan tüm aktörlerden yararlanmak zorundasınız. Anne sıyrılıp babaya, baba sıyrılıp anneye veya aile okula, öğretmene devredemez. Bu süreçte gencin çevresinde bulunan birincil sosyal çevrenin etkin olarak kullanılması gerekmektedir.

Buradan hareketle aslında gencin, ergenin sağlıklı bir biçimde sosyalleşmesinin sağlanması toplumun temel görevidir. Kimse beni ilgilendirmesiz tarzında yaklaşamaz. Sonuçlarından tüm toplum olumlu ya da olumsuz etkilenir.

Şimdi geçelim problemlere ve çözüm önerilerine;

- Aşırı takip etme
- Mükemmele odaklanma
- Suç isnat etme
- İletişime kapalı olma
- Güvensizlik

Yukarıda sayılan maddelerin olduğu bir aile ortamında ne genç nede aile yaşamak ister. Hatta akli başında kiminle konuşursanız konuşunuz, burada sosyalleşen bir gencin daha sonradan sağlıklı bir aile yapısı kurmakta zorluk çekeceğini tahmin etmek zor olmasa gerek. Bu sorunları beraberinde yeni kurulan aileye taşıma riski mevcuttur.

Aşırı takipçi olan aileye güven duygusunu aşağılamak hem kendine hem de aile fertlerine karşı güvenin çabuk oluşması için açık iletişime geçmesini tavsiye etmek gerekir. Burada belki içten pazarlıklı olmamak ve süreci neden sorguladığını neden güvenmediğini açıkça ifade etmek gerektiğini tavsiye ederim. Burada sağlanacak açık iletişim açık olma sonucunu doğuracak bir başka yaklaşımla aile bireyleri açıklayıcı olma ve bu açıklamalarının maliyetinin beraber paylaşma riskini paylaşma durumu kabullenecekler.

Burada mükemmeli isteme yerine hatalarıyla ve eksikleriyle var olmaya çalışan bir aile ortaya çıkacak, birbirlerinin açıklarını görme yerine, hataları ve eksikleri giderme mekanizması kurulacaktır. Hani insanlar öteki ile uğraşmak yerine kendi eksiklerini gidermeye girecektir. Mükemmeli arama yerine sürekli muhasebe yapma ve kendini değerlendirme yolunu tercih edecektir. Bununla birlikte sorunları çözmekte zorlanan aileler gençlerle diyalogu kesmeyi bir yol veya yöntem olarak düşünmektedirler. Yani iletişimi kesmek, onun anlamsını beklemek, hani bir yol

gibi dursa da iletişim çağında yaşadığımız dönemde aynı evi paylaşan insanları birbirine özellerini kapatmaları çok hoş bir durum gibi görülmemektedir. Anlamak veya anlamaya çalışmakla gayreti herkes tarafından ortaya konmalı ve bu mesaj iletilmelidir. Ama burada sıcığı sıcığına sorunu çözme yerine soğutup daha sonradan sorunu masaya yatırmak daha uygundur.

Bununla birlikte biraz daha başlıkları odaklamak ve iletişim becerileri üzerine çekmek istiyorum. Yani problem oluştuğundan sonra, çözüm önerileri oluşturmak ve çözmeye çalışmak daha zordur. Belki de burada problemin oluşmaması için ne gibi koruyucu önlemler almak gerekir. Nedir bu geliştirmesi gereken iletişim becerileri biraz da ona bakalım. İletişimin ilk önce dinleme ile başlayacağını bilmemiz gerekir.

İYİ BİR DİNLEYİCİ NASIL OLUNUR.

1. PASİF(SESSİZ) DİNLEME;

Öncelikle gençlerin açılması zor bir kutu oldukları açarken kırılmaması gerektiği bilinmelidir. Kendilerini anlatmaya sağlıklı bir zemin hazırlanmalıdır. Bu süreç tamamlandığında hiç bölmeden tamamen kendisini anlatmaya çalışmasına fırsat vermelidir. Hatta beden dili ile bile olsa da “başını sallama, el veya yüz hareketleriyle destekleme gibi” sürece etki etmemek gerekir. Yani gencin kendisini tamamen sessiz bir ortamda anlatmasına fırsat verilmelidir.

2. AKTİF(KATILIMCI) DİNLEME

Etkin dinlemenin var olduğu bir ortamda olmak ve konuşmanın zeminin oluşturulması iletişim kurmak isteyen ebeveynlere aittir. Yani vasat oluşturulmalı ve karşılıklı ama birbirini dinlemeye tahammülü olan ve yanlış anlaşılımları da ortadan kaldıracak bir fırsat olarak değerlendirmelidir.

Duyguların tam anlamıyla anlatılmasına fırsat vermeli ve herkes birbirini anlamaya çalışmalı, sorgulayıcı ve yargılayıcı ifadelerden uzak durmalıdır.

Dinleme bir diyalog zemini oluşturacak bu diyalog zemininden sağlıklı bir iletişim süreci ortaya çıkarsa mutlaka ailenin varlık anlamı daha güzel olmuş olacaktır. Hani küçük gerginliklerin yaşanma riski vardır. Ancak bunlar göze alınmalıdır. Gençlere belki bazen fazlasıyla esnek davranılmalıdır. Yetişkinlerin hazmetme kapasiteleri dar olursa sonuç alınamaz. “nerde kaldı bizim yetişkinliğimiz değil midir”?

Bu süreçte sorun varsa herkes bu soruna sahip çıkmalı aile bireyleri arasında. Kimse bu gencin, bu annenin veya babanın sorunu o onunla uğraşsın boğuşsun ki üstesinden gelmeyi öğrensın denmemeli. Aile bireylerinin tümü sorunlarını uygun bir biçimde ile bireyleriyle paylaşmalı ki beklenmeyen bir durum olmasın.