


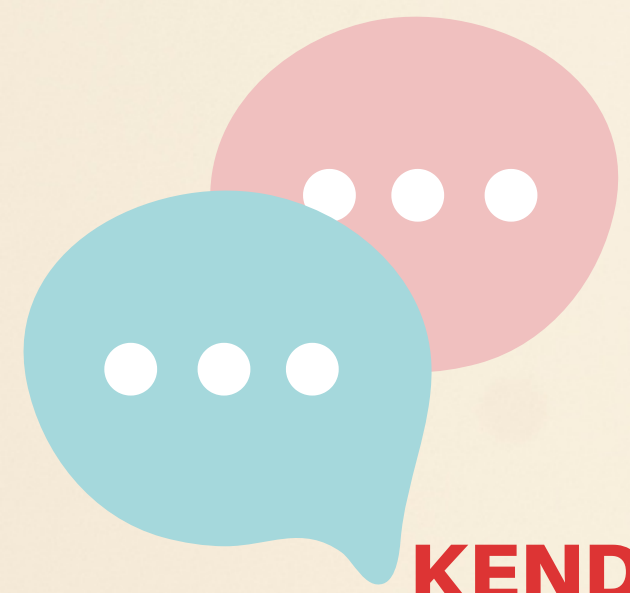
AİLE İÇİ ETKİLİ İLETİŞİM VELİ SUNUMU

MADEN HALK EĞİTİM MERKEZİ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ

 Aile, iletişimin ve etkileşimin ilk olarak başladığı, bireyin topluma hazırlandığı, anne-baba, çocuk ve diğer yakınlar arasında içten ve güven verici ilişkilerin kurulmaya başladığı ilk yapıdır.

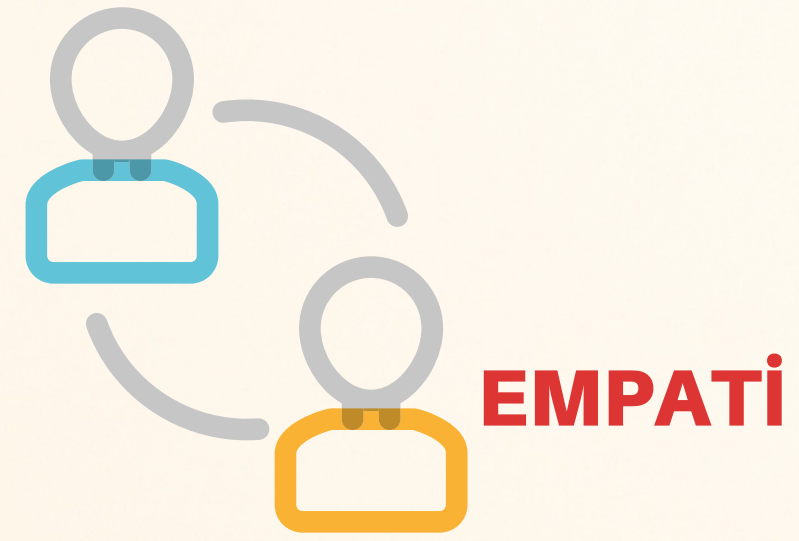
İLETİŞİM BECERİLERİ

- **KENDİNİ AÇMA**
- **EMPATİ**
- **SAYDAMLIK VE İÇTENLİK**
- **ETKİN DİNLEME**
- **AÇIK VE NET KONUŞMA**
- **TAM VE TEK MESAJ YOLLAMA**
- **BEN DİLİ KULLANMA**



KENDİNİ AÇMA

- Kendini açma, kişilerin duygularını, düşüncelerini ve kendi hakkındaki bilgileri diğer kişilerle paylaşmasıdır.
- Çocuklarınızla iletişim kurarken kendinizi ne kadar çok ifade ederseniz çocuklarınızda aynı derecede kendini açma davranışı sergiler.
- İletişimde kendini açma çocuklarınızın; ifade gücünü, öz güvenini, yakın ilişkilerde samimiyeti artırır.



- Empati, kişinin kendini karşısındakinin yerine koyarak onun penceresinden bakabilmesidir.
- İletişimde empati kurulduğu zaman çocuklarımız anlaşıldıklarını ve kendilerine değer verildiğini hissederler, bu anlaşılma hissi de çocuklarımızı rahatlatır.
- Çocuklarımızda empati becerisinin gelişebilmesi bakım veren kişiyle kurduğu bağ ile başlar. Onların duygu ve düşüncelerine dikkat ederek uygun tepkiler vermek önemlidir.



SAYDAMLIK VE İÇTENLİK

- Kişilerarası ilişkilerde saydam davranma doğruluk, dürüstlük, içtenlik anlamına gelir; gizli mesajlar olmadan sadece kendiniz olmaktır.
- Çocuklarımız reddedilme korkusuyla saydam davranmaya çekinirler. Bu gibi durumlarda dürüst davrandıklarında onlara verilen tepki, saydam davranmaya teşvik edici ya da ketleyici olabilir.
- Çocuklarımıza bu beceriyi nerede, ne zaman ve ne kadar kullanmaları gerektiğini öğretmek etkili iletişim kurmalarında yardımcı olur.



ETKİN DİNLEME

- Sağlıklı bir iletişimin temel taşı etkin dinlemektir. Dinlemek düşünülenin aksine pasif değil aktif bir eylemdir.
- Çocuklarımızı dinlerken; jest ve mimiklere, göz temasına, beden duruşuna ve zamanında verilen tepkilere dikkat etmemiz gerekmektedir. Aksi takdirde aktif dinlemiş olmayız. Bu da çocuklarınızda değersizlik hissini artırır.
-
- Aktif dinleme sayesinde anlatan kişi kendini huzurlu ve güvenli hisseder, karşısındaki kişiye kendini rahatça ifade edebilir



AÇIK VE NET KONUŞMA

- Çocuklarla iletişim kurarken onların bilişsel gelişim süreçlerini dikkate alarak, anlayabileceği kelimeler seçerek konuşulmalıdır.
- Çocuklarımızla iletişim içindeyken kullanılan ifadeler dolaylı değil doğrudan söylenmelidir. İmada bulunmaktan kaçınılmalıdır.



TAM VE TEK MESAJ YOLLAMA

- Tam ve tek mesaj, söylenmek istenen ifadenin anlaşılabilirliğini artırır.
- Çocuklarımızın almalarını istediğimiz mesajların hepsini aynı anda vermek yerine tek tek ve eksiksiz vermemiz, onlardan beklediğimiz şeyi tam olarak anlamalarını sağlar.

BEN DİLİ KULLANMA



- Kişiyeye değil davranışa yöneliktir.
- Savunmaya itmez.
- Suçluluk hissettirmez.
- Duygunun nedeni anlaşıldığı için iletişim sağlıklı olur.
- Anlaşmazlıkları azaltır

BEN DİLİYLE KURULAN CÜMLELER

"Yeterince açık konuşmadığında seni anlayamıyorum."

"Yüksek sesle konuştuğun zaman dikkatim dağılıyor. Böyle olunca da gerginleşiyorum."

"Dikkatini dersine odaklamadığında verimli çalışmadığını düşünüyorum ve bu durum beni endişelendiriyor."

SEN DİLİ KULLANMA



- Suçlayıcıdır.
- Davranıştan çok kişiliğe yöneliktir.
- Kişiyi anlaşılmadığını hissettirir.
- Yeniden konuşma isteğini engelleyicidir.
- Neye kızıldığının anlaşılmamasına neden olur.
- Kişiyi incitir, kırar.
- Kişinin direnmesine, yani savunucu iletişime neden olur.

SEN DİLİYLE KURULAN CÜMLELER

“Yeterince açık konuşmuyorsun.”

“Yemeğe hep geç geliyorsun.”

“Çok fazla gürültü ediyorsun.”

“Dikkatini çalışmana vermiyorsun.”

“Arkadaşlarına haksızlık ediyorsun.”

EMİR VERMEK

TEHDİT ETMEK,
GÖZDAĞI VERMEK

SÜREKLİ ÖĞÜT
VERMEK

İletişim Engelleri

YARGILAMAK,
SUÇLAMAK,
ETİKETLEMEK

SÜREKLİ OLUMSUZ
ELEŞTİRMEK

AŞIRI
SÖRGÜLAMAK

**Katılımınız için
teşekkürler..**