

İLETİŞİM BECERİLERİ VELİ BÜLTENİ

Esra SÖNMEZ YOLAY



İLETİŞİM NEDİR?

İletişim, bireyler arasında bilgi alıp vermek amacıyla gerçekleştirilen sürece denilmektedir.

Bir başka ifadeyle; duygu, düşünce ya da bilgilerin bireyler, gruplar ve toplumlar arasında akla gelebilecek her türlü yolla (söz, yazı, görüntü, hareketler vb.) karşılıklı olarak aktarılmasıdır.

Her konuşma iletişim değildir. Örneğin; kişilerin önerilerini emir şeklinde söyleyip onların bu durum karşısındaki tepki ve davranışlarıyla ilgilenmezlerse burada bir iletişim olmaz.

Gerçek bir iletişimin içinde, konuşulanı anlama ve düşünüleni söyleme vardır.

AİLEDE İLETİŞİM

Bireyin ilk deneyimlerini kazandığı, ilk tutum ve davranışların belirlendiği ortam aile ortamıdır. Çocuğa yöneltilen ve ona karşı takılan davranış, ilk yaşantıların örülmesinde büyük öneme sahiptir.

Bu dönemde çocuk toplumun bir bireyi olacağını öğrenirken aynı zamanda örnek alacağı bir modele ihtiyaç duyar.

ETKİLİ İLETİŞİM İÇİN;

- İLETİŞİM KURULAN KİŞİYİ OLDUĞU GİBİ KABUL ETMEK,
- ETKİN DİNLEMEK,
- EMPATİ KURMAK,
- BEDEN DİLİNİ DOĞRU KULLANMAK,
- DOĞAL VE SAMİMİ (İÇTEN) OLMAK GEREKİR.

UNUTMAYALIM;

ÇOCUKLA İLETİŞİM KURMADA TEK REÇETE VARDIR: ONU, GERÇEKTEN, YÜREKTEN, CAN KULAĞIYLA DİNLEMEK, ONU ANLAMAYA ÇALIŞMAK VE ONA DİNLENDİĞİNİ HİSSETTİRMEK.



AİLEDE ETKİLİ BİR İLETİŞİM GERÇEKLEŞTİĞİNDE

- Çocuklar daha özerk ve bağımsız bir kişilik geliştirirler.
- Düşünme, düşünce ve duygularını açıklama özgürlüğü ve alışkanlığı kazanırlar.
- Bağımsız birey olma yolunda olumlu tecrübeler kazanırlar.
- Anne-baba ve çocuk arasındaki olumlu iletişim ailenin mutluluğunu artırır.
- Ayrıca çocuğun bu iletişim tarzını model alarak hayatı boyunca sağlıklı sosyal ilişkiler kurmasına yardımcı olur ve kendini ifade yeteneği ile özgüvenini güçlendirir.

İLETİŞİM ENGELLERİNİ KALDIRIN

Ne kadar dağınıksın.
Giysilerini hep burada bırakıyorsun.

Ödevine başlamadın mı? Hep böyle yapıyorsun.
Haydi ne zaman başlıyoruz?

Çekil ayak altından!
Bana yardım etmek ister misin?

Dur, dökersen, ben senin yerine yaparım!
Denemek ister misin?

Yalan söylüyorsun!
Dürüst bir çocuksun, bana doğruyu söyleyeceğine inanıyorum.

Neden yapamıyorsun, beceriksiz misin sen?
Geçen gün daha iyi çiziyordun,yapabilirsin.

ETKİLİ İLETİŞİM İÇİN AİLELERE NOTLAR

Çocuğunuza zaman ayırın.
Çocuğunuzla geçmiş zaman asla boşa geçmiş zaman değildir.
Çocuğu sevmek, onunla ortak faaliyetleri paylaşmak, ona zaman ayırmak, onunla birlikte olmaktır.
Çocuğu sevmek sözle sevgiyi ifade etmenin ötesinde, eylemle bu duyguyu ona yaşatmaktır.

Çocuğunuzla birlikte olduğunuz zaman tüm dikkatinizi ona yoğunlaştırın. Bu nedenle de, başka bir işle meşgulken değil, kendinizi rahat hissettiğinizde çocuğunuzla ilgilenerek, anne ya da baba olmanın keyfini çıkarın.

Aşağılamak, suçlamak, çocuk adına karar vermek yerine, çocuğu dinleyin.
Göz kontağı kurarak, gülümseyerek kabul belirtisini beden diliyle pekiştirin. Böylelikle çocuk "kişiliğine saygı duyulduğunu" düşünerek iletişimini sürdürür.

Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun. Kendi içinizde çelişkili davranışlarda bulunmanız ya da anne ve babanın birbiriyle çelişen biçimde davranması, çocuğu "doğruyu bulma" konusunda zorlar.

Çocuğunuzu başka çocuklarla kıyaslamayın. Çocuk, anne babası tarafından önemsenmek, değerli bir insan olarak kabul edilmek ihtiyacındadır. Onun diğer çocuklarla kıyaslanması, kendini değerli bir insan olarak görmesini engeller. Çocuğun kendine özgü, bağımsız bir birey olarak kabul edilmesi, ruh sağlığının temelini oluşturur.