

ŞEHİT RAGİP SOYLU COŞKUN
ORTAOKULU REHBERLİK
SERVİSİ

AİLE İÇİ İLETİŞİM BECERİLERİ



İLETİŞİM NEDİR?

GÖNDERİCİ TARAFINDAN
DUYGU DÜŞÜNCE VE
İSTEĞİN SÖZLÜ YADA
SÖZSÜZ BİÇİMDE ALICIYA
AKTARILMASI SÜRECİNE
İLETİŞİM DENİR. İLETİŞİM
BİZİM BAŞKALARINI
ANLAMAMIZA,
BAŞKALARININ DA BİZİ
ANLAMASINA YARDIMCI
OLAN BİR SÜREÇTİR.

KİŞİLERARASI İLETİŞİM

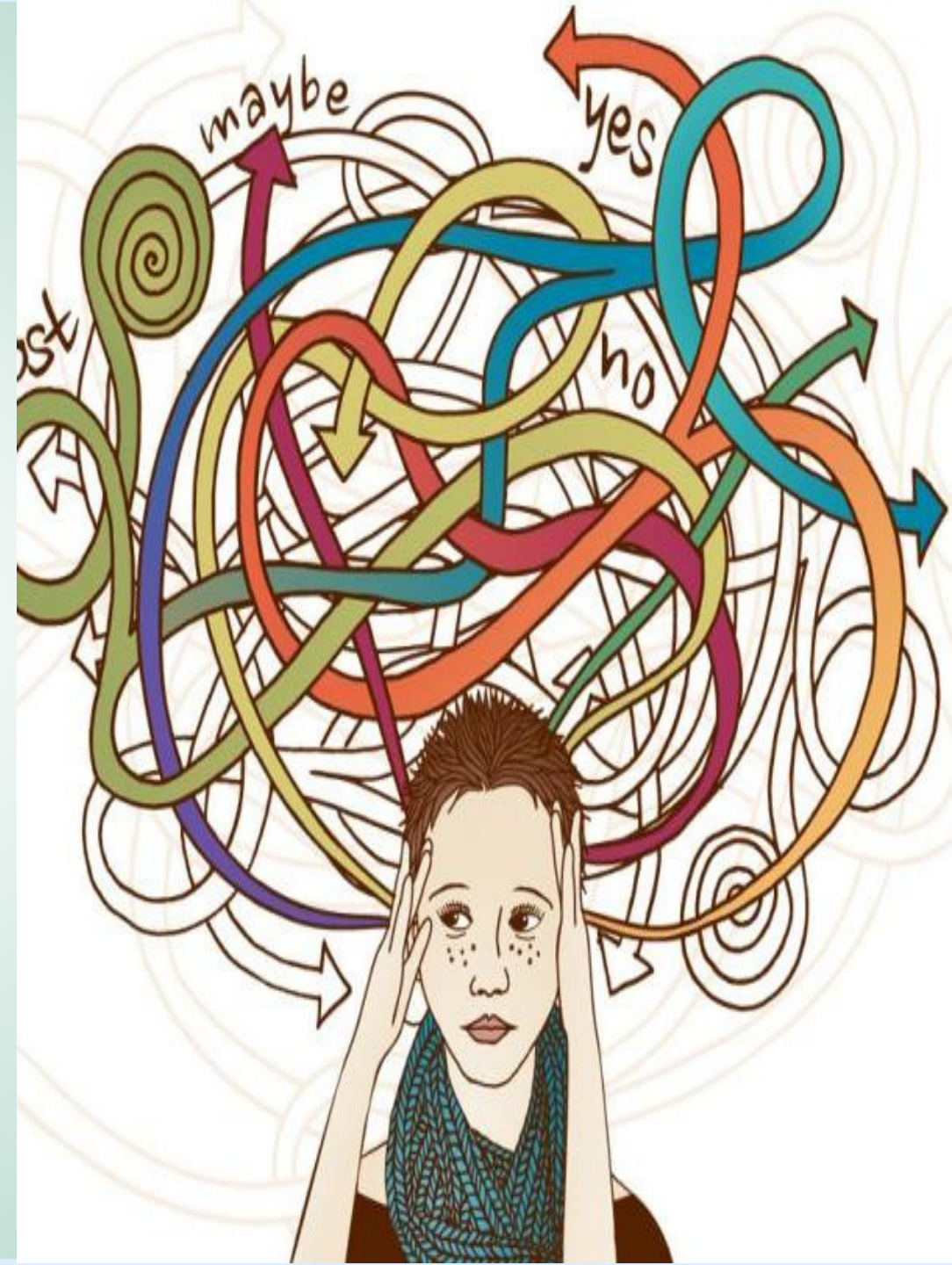
NİÇİN İLETİŞİM KURARIZ

- VAR OLMAK
- ÖĞRENMEK
- BİLGİ VERMEK
- YARDIMCI OLMAK
- PAYLAŞMAK
- EĞLENMEK
- İLGİ DUYSUN/GÖSTERMEK
- İHTİYAÇLARINI
- GERÇEKLEŞTİRMEK



İLETİŞİMDE PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR

- KABUL EDİLMEK
- DEĞER GÖRMEK
- YETERLİ HİSSETMEK
- İLİŞKİ KURMAK
- SEVMEK-SEVİLMEK



ÇOCUKLARLA İLETİŞİM NASIL OLMALI ?

- ONLARI DOĞRU BİR ŞEKİLDE DİNLEMELİYİZ
- ONLARA ANLAŞILDIĞINI HİSSETTİRMELİYİZ
- EMPATİ KURMALIYIZ
- ONLARA SAYGI GÖSTERMELİYİZ
- KARŞILIKSIZ KABUL ETMELİ VE SEVMELİYİZ
- KONUŞURKEN DUYGU DİLİ (BEN) DİLİ KULLANMALIYIZ
- ONLARA İÇTEN VE DÜRÜST DAVRANMALIYIZ
- DOĞAL, AÇIK, GÜVEN VERİCİ BİR DİL KULLANMALIYIZ



ETKİN DİNLEME

ETKİN DİNLEME BELLİ ARALIKLARLA KONUŞULANIN ÖZETLENMESİNİ İÇERİR. BU ŞEKİLDE KONUŞMACININ FİKİRLERİNİN ÖZETİNİ ÇIKARTARAK DOĞRU ANLAYIP ANLAMADIĞINIZI KONTROL EDERSİNİZ.



ETKİN DİNLEMEK İÇİN

- DİNLEDİĞİNİZ KİŞİYE UYGUN MESAFEDE DURUN
- KOLLARINIZI BAĞLAMAYIN
- GÖZ TEMASI KURUN
- JEST VE MİMİKLERİNİZİ KULLANIN
- DİKKAT DAĞITICI ŞEYLERDEN UZAKLAŞIN,
- KIZGIN OLSANIZ DA SÖYLENENİ ANLAYIN
- ANLADIĞINIZI İFADE EDİN,
- GEREKTİĞİNDE SÖYLENENLERİ TEYİT EDİN
- İLETİŞİMİN DEVAM EDEBİLMESİ İÇİN HIHI..., DEVAM ET..., SENİ ANLIYORUM GİBİ KELİMELEK KULLANIN
- ZAMAN ZAMAN SORU SORUN,



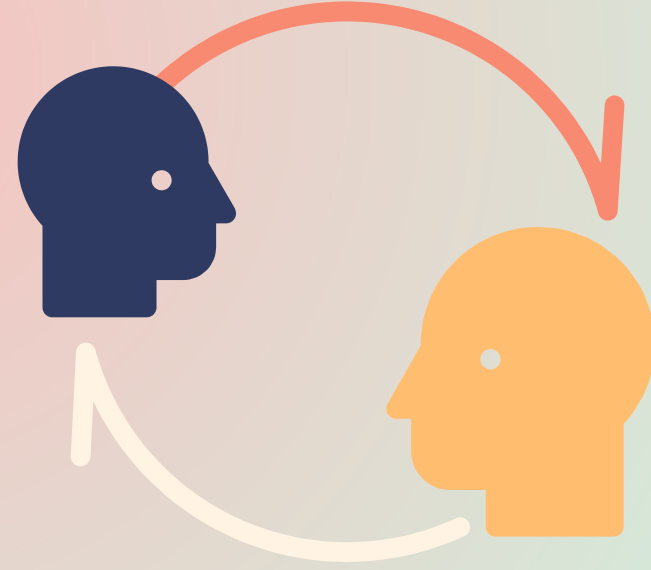
ETKİN DİNLEMENİN ÜSTÜN YANI



1. ÇOCUK DİKKATLE DİNLENİLDİĞİNDE KENDİNE DEĞER VERİLDİĞİNİ VE GÜVENDE OLDUĞUNU HİSSEDER.
2. GİZLİ ANLAMLARI ANLAYABİLMEK İÇİN FIRSAT YARATIR.
3. ONU DAHA İYİ TANIMAMIZA, ONUN ANLAŞILDIĞINI, DEĞERLİ OLDUĞUNU ANLAMASINA OLANAK VERİR.

DİNLEMENİN ÖNÜNDEKİ ENGELLER

- KARŞILAŞTIRMA
- AKIL OKUMA
- TEKRARLAMA
- YARGILAMA
- TAVSİYE VERMEK
- DÜŞÜNCELERE DALMA
- NASİHAT VERMEK
- ÖĞÜT VERME
- RAHATLATMA
- KONUYU DEĞİŞTİRME



ETKİLİ İLETİŞİM BECERİLERİ



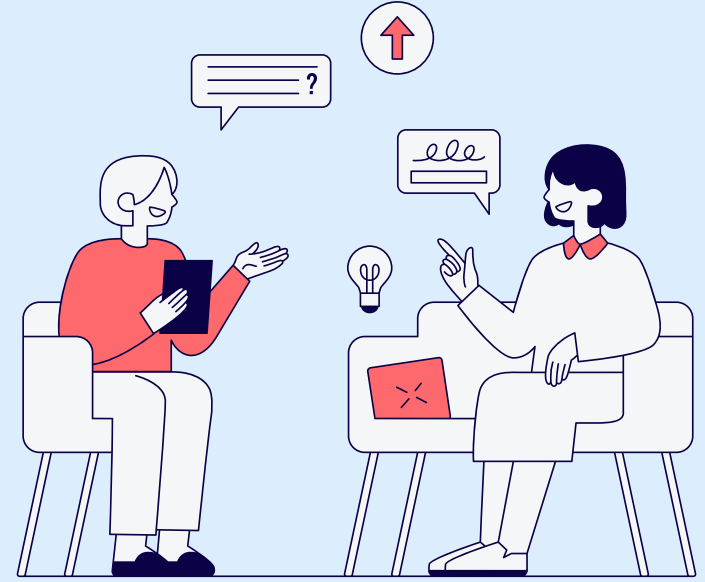
EMPATİ « KARŞINDAKİNİN
MAKOSENLERİNİ GİYEBİLMEKTİR»

KIZILDERİLİ ATASÖZÜ

BİR KİŞİNİN KENDİSİNİ KARŞISINDAKİ KİŞİNİN YERİNE KOYARAK OLAYLARA ONUN BAKIŞ AÇISIYLA BAKMASI, O KİŞİNİN DUYGULARINI VE DÜŞÜNCELERİNİ DOĞRU OLARAK ANLAMASI, HİSSETMESİ VE BU DURUMU ONA İLETMESİ SÜRECİNE "EMPATİ" ADI VERİLİR.

KENDİNİ AÇMAK İÇTENLİK VE DÜRÜSTLÜK

KENDİNİ AÇMA; BİREYİN SAHİP
OLDUĞU DÜŞÜNCELERİ,
DUYGULARI VE DENEYİMLERİ
İÇEREN BİLGİLERİ OLDUĞU GİBİ
ANLATMASINA DENİR.



ETKİLİ İLETİŞİM BECERİLERİ

SEN DİLİ

- SUÇLAYICIDIR
- DAVRANIŞTAN ÇOK KİŞİLİĞE YÖNELİKTİR
- KİŞİYE ANLAŞILMADIĞINI HİSSETTİRİR,
- İLETİŞİM KURMA İSTEĞİNİ ENGELLER,
- KİŞİYİ İNCİTİR.
- KİŞİNİN ÖFKELENMESİNE NEDEN OLUR
- KİŞİYİ SAVUNMAYA İTER
- NEYE KIZILDIĞININ ANLAŞILMAMASINA NEDEN OLUR,

ÖRNEK;

- ANLAMİYORSUN,
- HER ŞEYİ MAHVETTİN,
- YAPAMIYORSUN,
- BECERİKSİZİN TEKİSİN
- HER ŞEY SENİN HATAN
- HAKSIZLIK EDİYORSUN,
- BAŞARAMAZSIN



SEN DİLİ-BEN DİLİ

BEN DİLİ

- KİŞİYİ SAVUNMAYA İTMEZ,
- SUÇLULUK HİSSETTİRMEZ,
- DUYGUNUN NEDENİ ANLAŞILDIĞI İÇİN İLETİŞİM SAĞLIKLI OLUR,
- YAKINLAŞMAYI SAĞLAR,
- ANLAŞMAZLIKLARI AZALTIR,
- KONUŞAN KİŞİYİ RAHATLATIR,

ÖRNEK

- DAHA ÖNCE CEKET HAKKINDA KONUŞMUŞTUK ONU YİNE YERDE GÖRMEK BENİ ÜZDÜ”
- BEN KONUŞURKEN BENİ DİNLEMEDİĞİNİ GÖRMEK BANA KENDİMİ DEĞERSİZ HİSSETTİRDİ.
- “GEÇ SAATE KADAR GELMEMEN BENİ KAYGILANDIRDI.”



BEN DİLİ İLE KENDİMİZİ İFADE ETTİĞİMİZDE ÇOCUKLARIMIZIN GELİŞİMİNE NE ŞEKİLDE DESTEK VERMİŞ OLACAĞIZ?

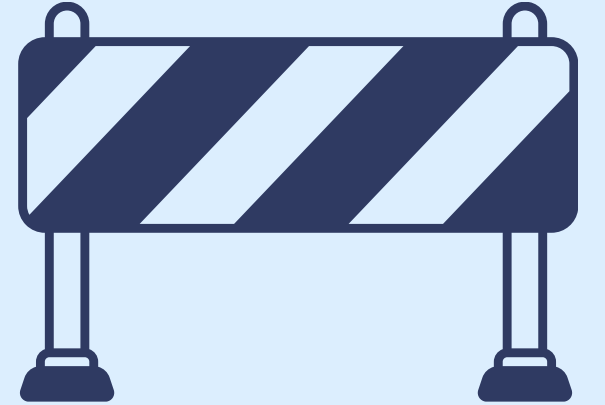
- DAVRANIŞI DEĞİŞTİRMEYE YÖNELTİR.
- DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME SORUMLULUĞU YÜKLEDİĞİ İÇİN SORUMLULUK ALMASINI ÖĞRENMESİNE YARDIMCI OLUR.
- ÇOCUKLARDA SUÇLULUK DUYGUSU GELİŞMEZ.
- İLİŞKİLERİ GÜÇLENDİRİR
- YAKINLIK SEVGİ SAYGI BİRLİKTELİK YAŞANMASINI SAĞLAR.
- RAHATLATIR.
- ÖFKE BİRİKİMİNİ ÖNLER
- DUYGULARIN AÇIKLANMASINI, İFADE EDİLMESİNİ SAĞLAR
- EMPATİ KURMASINI SAĞLAR.





İLETİŞİMDE YAPILMAMASI GEREKENLER

- ÖĞÜT VERMEK
- ÇÖZÜM SUNMAK YÖNLENDİRMEK-
- KONUYU DEĞİŞTİRMEK
- YARGILAMAK
- ELEŞTİRMEK
- ETİKETLEMEK
- SORGULAMAK
- ARAŞTIRMAK
- TEŞHİS-TANI KOYMAK
- KIYASLAMAK
- ALAY ETMEK
- TESELLİ ETMEK




SON
OLARAK

 KENDİNİ TANI

 KENDİNİ YETİŞTİR

 MODEL OL

 ÇOCUĞUNU TANIYARAK
YETİŞTİR

