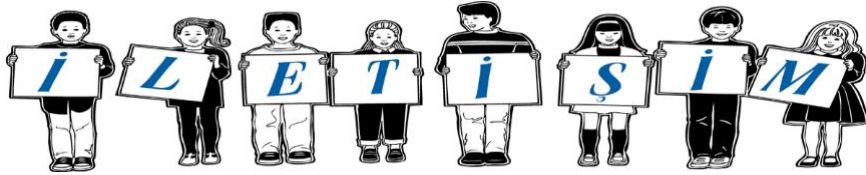


## MAVİ BONÇUK ANAOKULU AİLE İÇİ İLETİŞİM VELİ BROŞÜRÜ

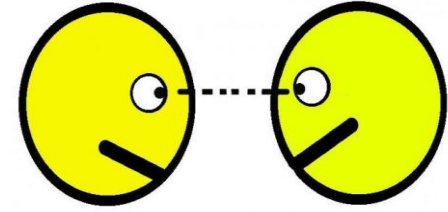
Aile içi iletişim, anne-baba ve çocuğun birbirlerine bilinçli veya bilinçsiz olarak iletmek istedikleri duygu, düşünce ve bilgileri aktardıkları bir süreçtir.



Aile içi iletişim becerilerinin geliştirilmesi/arttırılması demek, iletişim becerileri güçlü olan çocukların yetişmesi demektir. Bu çocuklar kendini iyi ifade eden, özgüveni yüksek, çevrelerine saygı duyan, kişilerle iletişim ve sosyalleşme sürecinde bir adım öne çıkan çocuklardır. Sağlıklı iletişim kurabilen bireyler için, sağlıklı aile içi iletişim ön koşuldur.

### Çocuklarla Sağlıklı İletişim Kurmanın Yolları

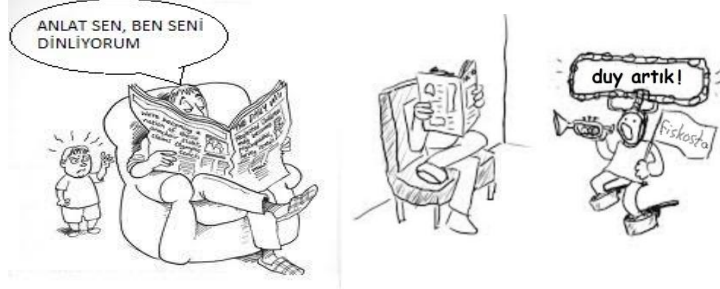
- ✚ Etkin dinlemek, pasif ve sessiz bir şekilde dinlemek değildir. Göz teması kurarak, çocuğun anlattıklarını açarak, duygularını isimlendirerek, çocukta "anlaşıyorum" hissini yaratmaktır.



- ✚ Etkin dinleme aynı zamanda söz kesmemeyi, beden dilini kullanmayı ve "burada, seninleyim" mesajının verilmesini de içeren destekleyici bir iletişim yöntemidir.
- ✚ "Ben dili" doğru kullanıldığında çocuğa verilebilecek en etkili mesajdır. Ben dili sadece duyguyu veya sadece ben kelimesi ile başlayan bir cümleyi değil; duygu, davranış ve sonucu içermelidir. Doğru Ben Dili: "Oyuncaklarını arkadaşınla paylaşmadığın için (davranış) arkadaşının canı sıkıldı ve eve gitmek istedi (sonuç), ben de böyle davranmana çok üzüldüm (duygu).
- ✚ Çocuklarla konuşuyorken hem bir yetişkinle konuşuyormuş gibi saygılı, hem de bir çocukla konuşulduğu unutulmadan sabırlı, şefkatli olunması gerekmektedir. Çocuğun anlatacaklarını bitirmesini beklemeden, direkt çözüm önerileri sunmak ya da hak vermek değil, bazen sadece dinlemenin de çok etkili olduğu göz ardı edilmemelidir.

✚ Ebeveynler kendi iletişim becerilerini büyüteç altına almalı. İletişim becerileri güçlü çocuklar için önce ebeveyn olarak kendi iletişim kurma biçiminizi gözden geçirmelisiniz.

✚ Çocuğunuz size bir şey anlatmak istediğinde ilgilendiğiniz şeyi bırakıp, onu gerçekten dinlemeye özen göstermelisiniz. Dikkatinizi onun söylediklerine yoğunlaştırmalısınız ki çocuk, anlattıklarının anne babası için de önemli olduğunu dolayısıyla kendisinin önemli olduğunu hissetsin. Eğer dinlemek için ayıracak yeterli vaktiniz yoksa o anda işiniz olduğu için dinleyemeyeceğinizi ancak daha sonra kesinlikle dinlemek istediğinizi, ne anlatacağınızı merak ettiğinizi belirtmeyi ihmal etmemeli ve en kısa sürede konuşma zamanını belirlemelisiniz.



### İLETİŞİM ENGELLERİ

➤ Etiketlemek/ Aşağılamak

“Ne kadar da sakarsın.”

“Kaç yaşına geldin hala ayakkabını kendi başına giyemiyorsun.”

➤ Tehdit etmek/ Korkutmak

“Kardeşine iyi davranmazsan, istediğin oyuncacı almayacağım.”

“Bu yaptığın davranışı öğretmenine söyleyeceğim.”

➤ Emir veya nasihat vermek

“ O yemeğin hemen bitecek.”

“Ben senin yaşındayken....”

➤ Kıyaslamak

“ Sen neden ... gibi olamıyorsun?”

“ Kardeşin bile senden daha uslu.”

➤ Hafife almak

“Bunun için mi ağlıyorsun?”

“Aman boşver, sen de onunla oynama

➤ Eleştirmek

“ Hiç mavi Güneş olur mu?”

“ Bu yaptığın çok ayıp.”



OYA KARADENİZ İLHAN  
MAVİ BONCUK ANAOKULU  
PSİKOLOJİK DANIŞMANI