



AİLE İÇİ İLETİŞİM

Aile içi iletişim, anne-baba ve çocuğun birbirlerine bilinçli veya bilinçsiz olarak iletmek istedikleri duygu, düşünce ve bilgileri aktardıkları bir süreçtir. Birçok anne baba bu süreçte **çocuğuyla doğru iletişim kurmakta**, çocuğun davranışlarının temelini anlamakta ve çocuğa karşı yaklaşımını belirlemekte zorlanmaktadır. Oysa sadece çocukla değil, tüm kişilerle iletişimin temel basamakları vardır ve bunlar sıklıkla atlanmaktadır.

İletişim becerilerinin öğrenilebilir ve geliştirilebilir olduğu unutulmamalıdır. **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.

sanliurfaeml.meb.k12.tr



UMTAL



HÜSEYİN BARAN
PSİKOLOJİK DANIŞMAN



**AİLE İÇİ
İLETİŞİM**

VELİ BROŞÜRÜ



İLETİŞİM ENGELLERİ

- **Sıklıkla Emir Cümleleri Kurmak;** ödevini bitir, televizyonu kapa, büyüklerinle konuşurken sesini yükseltme, öğretmenini dinle....." gibi
- **Gözdağı Vererek Konuşma Biçimi;** Gücenme, kızgınlık, öfke ve düşmanlık duygularının oluşmasına neden olabilir.
- **Sürekli Öğüt Verme, Çözüm Önerileri Getirme;** bu yaklaşım anneye babaya bağımlı çocuklar yaratabilmektedir.
- **Çocuğu Sürekli Övmek;** aşırı övgü sonucunda çocuk buna alışır ve övülmeye gereksinim duymaya başlar.
- **Sürekli Soru Sormak, Sınamak, Sorgulamak;** Çocuk sorgulanıyor hissine kapıldığında bu durum onda güvensizlik, kuşku oluşturur.

ÖNERİLER

- Çocuğunuza zaman ayırın. Çocuğu sevmek, ona bolca ve pahalı oyuncak almak değil onunla ortak faaliyetleri paylaşmak, ona zaman ayırmak, onunla oyun oynamaktır. 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.
- Dinlendiğini düşünen çocuk kabul edildiğini, dolayısıyla sevildiğini düşünen çocuktur.

ÖNERİLER

- Göz kontağı kurarak, gülümseyerek kabul belirtisini beden diliyle pekiştirin. Böylelikle çocuk "kişiliğine saygı duyulduğunu" düşünerek iletişimini sürdürür.
- Anne ve babasının kendisini dinlediğini gören çocuk duygularını ifade etme olanağı bulur. Aldığı tepkilerle "anlaşıldım" duygusunu yaşar. Böylelikle rahatlar.
- Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun. Kendi içinizde çelişkili davranışlarda bulunmanız ya da anne ve babanın birbiriyle çelişen biçimde davranması, çocuğu "doğruyu bulma" konusunda zorlar.
- Çocuğunuzun başka çocuklarla karşılaştırmayın. Çocuk, anne babası tarafından önemsenmek, değerli bir insan olarak kabul edilmek ihtiyacındadır. Onun diğer çocuklarla karşılaştırılması, kendini değerli bir insan olarak görmesini engeller. Çocuğun kendine özgü, bağımsız bir birey olarak kabul edilmesi, ruh sağlığının temelini oluşturur.