

AİLE İÇİ İLETİŞİM

Çocuğun yaşadığı dönemlerin özellikleri dolayısıyla ihtiyaçları birbirinden oldukça farklıdır.

Ergenlik dönemi başlı başına bir değişim ve gelişim sürecidir. Bu dönemde ergenin fiziksel özelliklerinin yanında yeme- içe, giyim-kuşam, arkadaş tercihleri, ders çalışma alışkanlıklarında da farklılıklar gözlenebilir. Çocuk aileyi yansıtır. Aile içindeki bireylerin kişilik yapısı çocuğun kişiliğini şekillendirir. Yani aile iletişim becerilerini kullanamıyorsa çocuk da kullanamaz. Dolayısıyla çocuk hem sosyal çevrede hem ailede sürekli çatışma içine girer. Anne babasının kendisini dinlediğini gören çocuk önce kendisine değer ve önem verildiğini, kabul edildiğini ve buna bağlı olarak da sevildiğini düşünür. Aynı zamanda çocuk duygularını ifade etme olanağı bulduğundan “anlaşıldım” duygusunu yaşar ve rahatlar. Bu durum hem benlik saygısının artmasına hem de kendisini dinleyen kişiye yakınlık duygusunu sağlar. Bu sağlıklı mesaj akışı çocuğun ailesiyle bağını güçlendirir ve iletişimin devamını sağlar.

İLETİŞİM ENGELLERİ

Sıklıkla emir cümleleri kurmak

Göz dağı vererek konuşma biçimi

Sürekli öğüt verme- çözüm önerileri getirme

Sürekli soru sormak, sınamak, sorgulamak

Ad takmak alay etmek

Çocuğu sürekli övmek



Sevginin en güçlü hali ailedir.

**KARATAY ALİ ULVİ
KURUCU AİHL
REHBERLİK SERVİSİ**



1. DEĞER DUYGUSU

Her birey değerli olduğunu hissetmek ister. İletişim sırasında karşıdaki kişiye odaklanmalı ve etkin dinleyici olunmalıdır.

2. GÜVEN ORTAMI

Aile bireyleri aile içinde güvende olduğunu, dışarıdaki tehlikelerden korunacağını bilmek ister bilmek ister

3. PAYLAŞMA DUYGUSU

Aile üyeleri arasında işbirliği, paylaşma duygusu ve dayanışmanın olması pozitif bir aile ortamı oluşturur ve psikolojik sağlamlığı artırır.

AİLE ÜYELERİ AİLEDEN NE BEKLER?



Etkili aile içi iletişim kurmanın püf noktası;

".... ne oldu?, nasıl olur?, nedir?, ne?" vb. iletişim başlatıcı sorular sorarak iletişim kurun. Özellikle çocuklarınızla kuracağınız iletişimde bu tarz sorulardan yararlanın.

ÖNERİLER

1. Çocuğunuzu diğer çocuklarla kıyaslamayın
2. Çocuğunuza karşı davranışlarınızda tutarlı olun
3. Çocuğunuza zaman ayırın
4. Çocuğunuzla göz teması kurarak, gülümseyerek ve kabul belirtisi gösteren bir beden diliyle dinleyin
5. Çocuğunuzun kişiliğine saygı duyun
6. Çocuğunuzu dinlerken onu dinleyip anladığınızı belirtecek ifadeler kullanın.

Aşağılamak, suçlamak, onun adına karar vermek yerine çocuğunuzu dinlemeye ve anlamaya çalışın

aliulvihlrehberlikservisi