

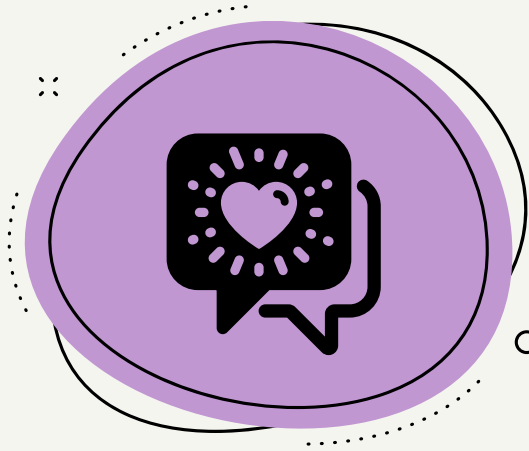
Sağlıklı ve Etkili İletişim Kurabilmek İçin Velilere Öneriler

- İlgili ve dikkatli olun, çocuğunuzla konuşurken ondan başka şeylerle ilgilenmeyin. Göz teması kurabilmek için yanına ya da karşısına oturun.
- Çocuğunuza bir şey anlatırken yalın, sade, açık ve net bir dille konuşmaya özen gösterin. Çok uzun cümleler kurmaktan kaçının.
- Çocuğunuzun sözel ifadeleri kadar sözel olmayan mesajlarına da dikkat edin. Jest ve mimikleri, vücut duruşu, davranış değişiklikleri önemli bilgiler içerebilir.
- Çocuğunuza zaman ayırın, onunla hoşuna gidebilecek aktiviteler yapmaya özen gösterin.
- Çocuğunuzun sevdiğini dile getirin ve davranışlarınızla bunu ona hissettirin.
- Cevabı “evet, hayır” olan sorulardan ziyade çocuğunuzun kendini daha iyi ifade edebileceği açık uçlu sorular sorun.
- Çocuklarınızın konuşmalarını kesmeden, sabırla dinleyin.

- Çocuğunuza bir birey olduğunu ve fikirlerinin değerli olduğunu hissettirin.
- Çocuğunuzun başka çocuklarla kıyaslamayın. Kıyas çocuğunuzun kendisini değersiz hissetmesine neden olur.

Unutmayın!

Çocuklar büyükleri dinlemek konusunda pek iyi değildir. Ancak onları taklit etme konusunda oldukça iyidirler.



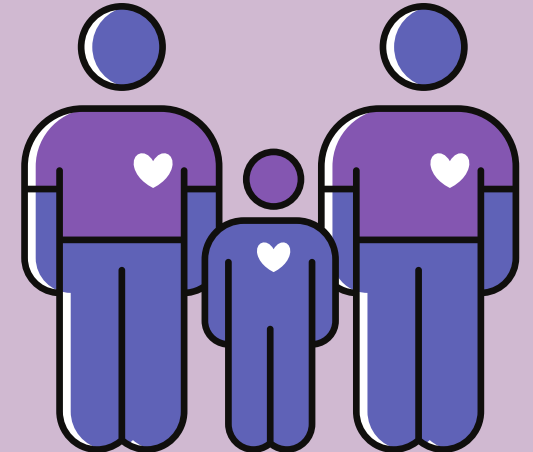
**Fevzi Kutlu Kalkancı
İlkokulu**

REHBERLİK SERVİSİ



İLETİŞİM BECERİLERİ

**VELİ BROŞÜRÜ
2021**



İletişim Nedir?

İletişim; duygu, düşünce ve bilgilerin akla gelebilecek her yolla başkalarına aktarılmasıdır.

İletişim Neden Önemlidir?

- Aile ile kurulacak sağlıklı iletişim çocukların ruh sağlığı açısından oldukça önemlidir.
- Ailede çocuğa söz hakkı verilmesi ve birey olarak kabul görmesi benlik saygısını geliştirir.
- Çocuklara kendilerini ifade edebilecekleri bir iletişim ortamı oluşturmak onların özgüven kazanmalarını sağlar.
- Aileleriyle rahat iletişim kurabilen çocuklar, problemlerini ailelerinden saklama gereği duymaz. Duygularını, düşüncelerini, hayallerini, sevinçlerini, korkularını ve acılarını aileleriyle paylaşabilirler.
- Aileleriyle etkili ve sağlıklı iletişim kurabilen bireyler hayattan daha fazla keyif alabilir ve daha mutlu hissedebilirler.

Sağlıklı İletişim Kurabilen Çocukların Özellikleri

- Kendini tanır, ne istediğini bilir.
- Etkin ve iyi bir dinleyicidir.
- Empati kurabilir.
- Kişilerarası ilişkileri kuvvetlidir.
- Beden dilini, jest ve mimiklerini, ses tonunu doğru kullanır.
- Kendisini doğru ifade eder ve duygularını paylaşabilir.
- Hoşgörülü ve eleştirilere açıktır.



Çocuklarla Etkili ve Sağlıklı İletişim Kurabilmek İçin:

1. Koşulsuz Kabul:
Çocuğun kendisinin olduğu gibi kabul edildiğini, sevildiğini hissetmesidir.
2. Etkin Dinleme:
İletişimde gerekli ve uygun durumlarda; susma, kendini açma, anlatılanların anlaşıldığına dair geri bildirimler verme, beden dilini iyi kullanma becerilerini içerir.
3. Empati:
Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak onun duygu ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecidir.
4. Ben Dili:
Kişinin karşılaştığı durum veya davranış karşısında, kişisel tepkisini duygu ve düşüncelerle açıklayan bir ifade tarzıdır. “Sen” kelimesi yerine “Ben” kullanarak kendini açıklamaktır.