



Ailede iletişimi engelleyen durumlar

- ✗ Ailede herkesi ilgilendiren konuları yüzeysel konuşmalar ile geçiştirme
- ✗ Geçmişteki hataları sık sık gündeme getirme
- ✗ Bireyler üzerinde baskı kurmaya çalışma
- ✗ Suçlama, eleştirme, olumsuz değerlendirmeler yapma
- ✗ Karşıdakine kendini ifade etme imkanı tanımama
- ✗ Alay etme, fikirlerine değer vermeme



**Aile içi iletişim
çocuğun kişiliğinin
gelişiminde etkilidir.**

A i l e

Kocaman (2006) tarafından yapılan araştırmada

iletişim becerileri iyi olan çocukların
duygusal zekalarının da daha yüksek düzeyde
olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

AİLEDE İLETİŞİM

Veli Broşürü

Mutlu ve başarılı yaşamın anahtarı
'olumlu' ve 'yapıcı' iletişim becerileridir.

Berna Bridge



Aile, içerisindeki fertlerin birbirini tanıdığı, birbirlerine güven duyduğu ve birbirlerini anladığı bir yapıdır.

Bu nedenle aile içerisinde iletişimin kalitesi düştüğü takdirde aile birlikteliği zarar görebilir.

Sağlıklı aile içi iletişimin ön koşulları



Birey olarak kabul görmek

Güven duygusu

Duyguları fark etmek

Kendini ifade edebilmek

Dinlemek

Zaman ayırmak

Aile içi mutluluğun temel esaslarından en önemlisi **aile içi iletişimin kalitesidir**.

Ailede iletişim sadece, aile üyelerinin ihtiyaçlarını fark etmek ve bu ihtiyaçları gidermek değildir.

Aileyi bir arada tutan çekirdek güç '**güven duygusudur**.' Aile içinde her bir fert kendini güvende hissetmelidir. Aile içinde güven duygusunun oluşabilmesi için eşlerin birbirleri ile kurduğu iletişimde 'kendi benliklerini tehdit altında hissetmemesi' gerekir. Hedef gösteren 'SEN' kelimesi, kişiye benliğini tehdit altında hissettirir.

BEN DİLİ kullanmak karşımızdaki kişiyle iletişimimizi daha güçlü kılacaktır.
Ben diline örnek verecek olursak;

Her akşam sürekli telefonla ilgilenmen bana kendimi yalnız hissettiriyor.

..... yaptığındahissediyorum.
..... söylediğindehissediyorum.

Aile içi iletişimde güven duygusunun şart olmasının yanında kırıcı, kişilik ve kimliğe saldırgan unsur taşıması da şarttır.

(Adem GÜNEŞ)

Çocukla sağlıklı iletişim kurmak için;

- Çocuğunuzu olduğu gibi kabul edin.
- Göz teması kurun.
- Sözünü kesmeden dinleyin.
(Onu anlamak için dinlediğinizi hissettirin.)
- Çocuğunuza zaman ayırın.
- Kendisini ifade etmesini teşvik edin.
- Duygularını fark etmek için çaba gösterin.
- Empati kurun.
- Söz ve davranışlarınızda tutarlı olun.

Kitap Önerisi:

Beş Sevgi Dili-Gary Chapman



