**İLETİŞİM BECERİLERİ**

 **“AİLE İÇİ İLETİŞİM”**

***İletişim;*** *kelimeler veya beden dili kullanılarak* insanlar arasında duygu, düşünce ve yaşantıların ifade edilme yöntemidir.

**İletişimin;**

* **%10’unun Sözcüklerle (Mesajın içeriği)**
* **%30’unun Seslerle (Alçak-yüksek ritim, tonlama)**
* **%60’ının Vücut hareketleriyle (beden dili-en çok yüz ifadeleri) gerçekleştiği bilinmektedir**

**AİLE İÇİ İLETİŞİM**

Aileyi güçlü kılan en önemli özelliklerden birisi, üyeler arasındaki açık ve sık iletişimdir.

**İLETİŞİM ENGELLERİ VE ÇOCUKLAR ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ**

**Emir Vermek, Yönlendirmek**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| -Ödevlerini yapmak zorundasın. -Gürültüyü kes. |

 |

|  |
| --- |
| **Çocuk Üzerindeki Etkileri****-Korku ya da aktif direnç oluşturabilir. -Söylenenleri yanlış anlayarak tersini yapabilir.****-Anne-babasına düşmanca duygular besler.****- Anlaşılmadığını hisseder.** |

 |

**Uyarmak, Tehdit Etmek**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| -Televizyonun sesini kısmazsan pişman olursun.-Dayak yemek istemiyorsan onu yapmazsın.-Ödevini yapmazsan sınıfta kalırsın. |

 |

|  |
| --- |
| **Çocuk Üzerindeki Etkileri****-Korku boyun eğme yaratabilir. -Söylenenlerin gerçekten yapılıp yapılmayacağını denemesine yol açabilir. -Gücenme, kızgınlık ve isyankarlığa neden olabilir.****-Çocuk ebeveyn ile güç yarışına girebilir**  |

 |

**Ahlak Dersi Vermek**

-Öğretmenine teşekkür etmeliydin.

-Büyükler konuşurken sözü kesilmez.

**Çocuk Üzerindeki Etkileri**

**-Çocuğa otoritenin gücünü anımsatır.**

**-Suçluluk duygusu yaratabilir.**

**-Çocuğun kendini savunmasına neden olabilir.**

**Öğüt Vermek, Çözüm ve Öneri Getirmek**

-Bence sen başka çocuklarla arkadaşlık et. -Neden yatağını düzeltmiyorsun?

**Çocuk Üzerindeki Etkileri**

**-Yetersizlik duygusu yaratabilir.**

**-Çocuğun kendi çözüm önerileri üretmesini engelleyebilir.**

**-Bağımlılık ya da direnme oluşturabilir.**

**-Çocukta anne-babasının kendini anlamadığı duygusunu oluşturabilir.**

**Yargılamak, Eleştirmek, Suçlamak**

-Doğru düşünmüyorsun. -Çok tembelsin.

**Çocuk Üzerindeki Etkileri**

**-Çocuğun benlik saygısını zedeleyebilir. -Çocuğun da anne babasını eleştirmesine ve karşılık vermesine neden olabilir.**

**-Kendini değersiz görmesine neden olabilir.**

|  |
| --- |
| **Çocuklar nasıl iletişim kuracaklarını ebeveynlerini rol** **model alarak öğrenirler. Dolayısıyla** **çocukların da bu önemli beceriyi öğrenebilmeleri için anne-****babaların doğru iletişim yöntemleri kurarak paylaşımda bulunmaları gerekmektedir.** |

|  |
| --- |
| **Anne-baba ve çocuk arasındaki olumlu iletişim ailenin mutluluğunu artırır.** **Çocuklar da bu iletişim tarzını model alarak hayatı boyunca sağlıklı sosyal ilişkiler kurar ve kendini ifade yeteneği ile özgüvenleri güçlenir.** |

# EŞLER ARASI İLETİŞİM EŞLER ARASI İLETİŞİM

|  |  |
| --- | --- |
|  |   |

# EŞLER ARASI İLETİŞİM

**Çift olarak birbirine zaman ayırmak her ilişki için önemlidir. Çiftler, geçirecekleri zaman dilimini planlayarak önceden belirlemelidirler. Böylece çocuklarına ayıracakları zamanı ihmal etmemiş olurlar.**

**Eşler birbirlerine karşı davranışlarında samimi ve dürüst olmalıdır.**

**EŞLER ARASI İLETİŞİM**

**Eşler birbirlerine karşı duygu düşüncelerini açık bir şekilde söyleyip üzerine konuşabilmelidir.**

**Dokunmak mükemmel bir sözsüz iletişim yoludur. Omzuna dokunmak, sarılmak duyulan memnuniyeti hem eşe hem de çocuklara göstermenin çok güzel bir yoludur.** **Geçmişe takılı kalınmamalıdır.**