

T.C.
BALIKESİR VALİLİĞİ
Kadriye Kemal Gürel İlkokulu Müdürlüğü

**ETKİLİ İLETİŞİM İÇİN
ÇOCUĞUNUZA ZAMAN AYIRIN!**

Günümüzde çalışma şartlarından dolayı pek çok ebeveyn çocukları ile yeteri kadar zaman geçiremediğini düşünüp üzülmüş ve yaşadıkları suçluluk duygusuyla çok sayıda hediyeler olarak ve çocuklarının keyif alacaklarını düşündükleri oyun merkezlerine onları sürüklercesine taşıyarak ve çocuğunun her isteğini yerine getirmeye çalışarak ayrı kaldıkları zamanı kapatmaya çalışmaktadırlar.

Oysa çocuklarla geçirilen zamanın süresi değil içeriği önem taşır. Kaliteli zaman ebeveyn ve çocuğun birliktelik ve keyif hissini içerisinde barındıran, karşılıklı etkileşim ve aktivitelerde bulunduğu zamanlardır. Bu anları küçük sohbetlerde, birlikte oynanan oyunlarda, ya da birlikte gidilen gezilerde yakalamak mümkündür. Duygu ve düşüncelerin paylaşıldığı, çocuğa duygusal ve sözel olarak tepki verildiği bir süreçtir. Çocukların dünyasına dahil olmanın ve ilişkide olduğunuzu hissetmenin, tüm bu paylaşımları yakalayabilmenin yolu oyundan geçer.

Çocuklara yapılacak her türlü kişisel ve ilişkisel yatırım her koşulda onlara alınan değerli hediyeler ve oyuncaklardan kat kat daha kıymetlidir. Çocuğunuza zaman ayırın.

DAHA ZAMAN VARKEN!



**Etkili İletişim; Çocuğu can
kulağıyla dinlemekle başlar.**

ANLAMAK İÇİN DİNLEMELİK, ANLAŞMAZLIKLARIN ÖNEMLİ BİR
KISMININ NEDENİNİ ORTADAN KALDIRIR.

DİNLEYİN, ÖRNEK OLUN, ÇOCUKLARINIZA DİNLEMİYİ ÖĞRETİN...

T.C.
BALIKESİR VALİLİĞİ
Kadriye Kemal Gürel İlkokulu Müdürlüğü



SEVGİLİ VELİLER:

En derin ihtiyacımız,
ait olma, ilişki içinde olma, ruhsal ve
duygusal bir yuva sahibi olma ihtiyacıdır.

Yapılan araştırmalar göstermiştir ki;

Ailedeki sağlıklı iletişim, çocukların psikolojik
dayanıklılıklarını artırmakta ve maruz kaldığı
zorluklarla yara almadan baş edebilmesinde en
önemli katkıyı oluşturmaktadır.

Çocuklarımızla Sağlıklı İletişim

Kurabilmenin İlk Adımı;

- ❖ Çocuğumuzu yaşının ona getirdiği sınırlamalar ve yetersizlikleriyle kabul etmek.
- ❖ İleride olmasını düşlediğimiz yetişkinin veya kendimizin küçük bir kopyası olmadığından dolayı ona kızmamaktır.



T.C.
BALIKESİR VALİLİĞİ
Kadriye Kemal Gürel İlkokulu Müdürlüğü



VELİ BROŞÜRÜ

“En uzak mesafe ne Afrika’dır, ne
Çin, ne Hindistan,

Ne seyyareler, ne de geceleri
ışıldayan yıldızlar,

En uzak mesafe;
İki kafa arasındaki mesafedir,
birbirini anlamayan.”

REHBERLİK SERVİSİ 2024-2025

AİLE İÇİ ETKİLİ 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.

Sağlıklı iletişim kurabilen bireyler için, sağlıklı aile içi iletişim ön koşuldur. Ön koşul sağlanamadığında çocuklar aile içinde gördüklerini, yaşadıklarını çevrelerine yansıtır.

İLETİŞİM ENGELLERİ

- **Etiketlemek/ Aşağılamak** “Ne kadar da sakarsın.” “Kaç yaşına geldin hala ayakkabını kendi başına giyemiyorsun.” “Bebek gibi ağlamayı bırakır mısın?”
- **Tehdit etmek/ Korkutmak** “Kardeşine iyi davranmazsan, istediğin oyuncuğ almayacağım.” “Bu yaptığın davranışı öğretmenine söyleyeceğim.”
- **Emir veya nasihat vermek** “O yemeğin hemen bitecek.” “Ben senin yaşındayken....”
- **Kıyaslamak** “Sen neden ... gibi olamıyorsun? “ Kardeşin bile senden daha uslu.”
- **Hafife almak** “Bunun için mi ağlıyorsun?” “Aman boş ver, sen de onunla oynama.”
- **Eleştirmek** “Hiç mavi Güneş olur mu?” “ Bu yaptığın çok ayıp.”



İLETİŞİMİ KOLAYLAŞTIRAN FAKTÖRLER

- 1) **BEN DİLİNİ KULLANMAK:** Suçlayıcı ve alaycı “SEN” dili yerine dinleyen, değer veren “BEN” dilini kullanmak iletişimi kuvvetlendirip çocuğun kendi sorumluluklarını almasına destek olur. “Çok tembelsin odanı toplamamışsın”-SEN DİLİ yerine, “odanı toplamayı beklerdim ya da bu odanın toplanması gerekiyor”-BEN DİLİ.
- 2) **EMPATİ:** Olaylara onun dünyasından, onun gözüyle bakmaya çalışın. Empati kurmanın ilk basamağı diz çökerek onun boy hizasına gelmektir. Diz çökmek kadar onu kucağına alarak konuşmak da empatiyi kolaylaştırır.



- 3) **DUYGU VE DÜŞÜNCELERİNİ KABUL ETMEK:** Çocuğu sorunu ile yargılamadan kabul etmek, hata yapmaya hakkı olduğunu düşünerek onu anlamaya çalışmak iletişimi kolaylaştıranlar arasındadır.

İletişimi Güçlendiren Sihirli Cümleler Kullanmak;

Kuşkusuz ki ne söylenildiği de, nasıl söylenildiği de çok önemlidir. Ancak öyle cümleler vardır ki hem ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkiyi güçlendirir, hem de çocuğun kişilik gelişimine etki eder.

“Balıklarına yem vermeni, onların bakımını üstlenmeni takdir ediyorum.”

“Seninle oyun oynamak çok eğlenceli.”

“Paylaştığın için teşekkür ederim.”

“Bu konuda sen ne düşünüyorsun?”