



Aile içi iletişimde çocuğun varlığının kabul edildiğini ona hissettirebilmek için çocuğun tüm duyguları olduğu gibi kabul edilmelidir.

Etkili iletişim için kontrolcü bir tavır yerine ebeveynlerin çocukları ile kurdukları iletişim ortamının rahatlatıcı ve iletişim şeklinin sevgi dolu olması gerektiğini vurgulanmıştır. Çocukları dinlerken, bir ebeveynin gereksinimi olan en önemli yetenek empatidir. Empati bir insanın, kendisini karşısındaki insanın yerine koyarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlamasıdır.

DAY-MER TÜRK & KÜRT TOPLUMU DAYANIŞMA MERKEZİ

16 HOWARD ROAD,
LONDON, N16 8PU

DAHA FAZLA BİLGİ İÇİN BİZE ULAŞIN:

info@daymer.org
02072758440
Whatsapp: 07957296206
www.daymer.org

DAY-MER TÜRK & KÜRT TOPLUMU DAYANIŞMA MERKEZİ

ETKİLİ İLETİŞİM BECERİLERİ NELERDİR, NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?



İLETİŞİM BECERİLERİ

İletişim temel anlamda bilgi, duygu ve düşüncelerin paylaşılması olmakla birlikte, aynı zamanda kişi ya da grupların davranış ve tutumlarını etkilemeye yönelik bir eylemdir. Diğer bir ifadeyle, iletişim, bireyler arasında bilgi alıp vermek amacıyla oluşturulan bir ilişkiler sistemi olarak açıklanabilir.

Toplum içinde yaşayan insanın kendisini daha iyi tanıyarak, çevresindeki kişilerle uyumlu ilişkiler gerçekleştirebilme ve etkileşim kurabilme gereksinimi ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda etkileşimin olduğu her yerde iletişim ve iletişimin olduğu her yerde etkileşimin olduğunu söylemek doğru olacaktır.

İLETİŞİM ENGELLERİ

Emir vermek, yönlendirmek
Uyarmak, gözdağı vermek
Ahlak dersi vermek
Öğüt vermek
Öğretme, nutuk çekmek
Yargılamak, eleştirmek, suçlamak
Gereğinden fazla övmek
Ad takmak, alay etmek
Yorumlamak, analiz etmek, tanı koymak
Soru sormak, sınamak, sorgulamak
İletişime beden diliyle destek vermemek
İletişimde alıngan tavır sergilemek
İletişimde özgüven eksikliği
İletişimde önyargılı olmak
İletişimde ben dili yerine, sen dili kullanmak
İletişimde duyarsız davranmak

BEN DİLİ- SEN DİLİ

Ben dili bireyin duygu ve düşüncelerini açık ifade etmesini sağladığı için etkili ve sağlıklı iletişimin temelidir. Ben dili bireyin o anda karşılaştığı durum ya da davranış karşısında kişisel tepkisini duygu ve düşüncelerle açıklayan bir ifade tarzıdır. Oysa sen dili, özellikle kişilerarası iletişimde bireyin karşındakini eleştirmesine, yargılamasına neden olan bir dildir ki kesinlikle etkili bir iletişim kurulmasını engellemektedir.

Sen dilinde kurulan cümlelerde özne “sen” olurken, ben dilinde kurulan cümlelerde özne “ben” olur.

Sen dili: Sen bu işte çok yanlış yapıyorsun.
Ben dili: Ben bu hareketin insanları çok rahatsız ettiğini düşünüyorum.

Sen dili kişiyi / kişiliği; ben dili davranışı / sorunu hedef alır.

Sen dili: Sen çok tembelsin ve sınıfını geçemeyeceksin.

Ben dili: Ben senin biraz daha çalışarak sınıfını geçebileceğine inanıyorum.

Sen dili suçlayıcıdır; ben dili empati yapar.
Sen dili: Bütün bu olaylarda bir numaralı suçlu sensin.

Ben dili: Nasıl olup da bu olayların seni bulduğuna inanamıyorum.