

# İLETİŞİM ENGELLERİ

## 1. EMRETME, YÖNETME

“Git çabuk terliklerimi getir”

## 2. UYARMA, TEHDİT ETME (GÖZDAĞI VERME)

“Bu yıl da başarısız olursan seni okuldan alacağız”

## 3.AHLAK DERSİ VERME

“Okumak herkese nasip olmaz kıymetini bil”

## 4.NUTUK ÇEKME,ÖĞRETME

“Üniversite mezunu lise mezunundan daha fazla para kazanır”

## 5.YARGILAMA, ELEŞTİRME,SUÇLAMA

“İleri görüşlü değilsin. Düşüncelerin henüz yeterince olgunlaşmamış”

## 6.AD TAKMA, ALAYETME

“Hippi gibi konuşuyorsun”

## 7.YORUMLAMA, ANALİZETME

“Çaba göstermediğin için okuldan hoşlanmıyorsun”

## 8.SINAMA, SORU SORMA,SORGULAMA

“Eğitimsiz ne yapacaksın? Nasıl geçineceksin?”

## 9.KONU YUSAPTIRMA

“Yemektesorun istemiyorum”

## İLETİŞİM ENGELLERİNİN ÇOCUK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

- 1-Korku,kaygı ya da direnç oluşturabilir.
- 2-İsyankâr davranışlara yol açabilir.
- 3-Anne babaya karşı düşmanca duygular beslemesine yol açabilir.
- 4-Çocukta anlaşılama duygusu oluşabilir.
- 5-Çocukta kendi sorunlarını çözmede yetersiz olduğu düşüncesine yol açabilir.
- 6-Bağımlılık yaratabilir.
- 7-Kendisine güvenilmediğini düşünebilir.

## ANNE BABA- ÇOCUK İLETİŞİMİNİ KOLAYLAŞTIRAN ETMENLER

- KABUL
- EMPATİ
- SEN DİLİ YERINE BEN DİLİ KULLANMAK
- ETKİN DİNLEME

### EMPATİ

Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakması,o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecidir.



### ALTIN KURAL

“KENDİNE YAPILMASINI İSTEMEDİĞİN ŞEYİ BAŞKASINA YAPMA”



Anne baba tarafından suçlayıcı ve yargılayıcı sen mesajları alan çocuk, zamanla kendisini savunmaya ve anne-babasını yargılayarak karşı çıkmaya başlar.

### BEN DİLİ

-BEN DİLİ, KABUL EDİLMİYEN DAVRANIŞIN TANIMLANDIĞI VE NE TÜR DUYGULAR UYANDIRDIĞININ AÇIKLANDIĞI DÜRÜST VE SORUMLU BİR KIZGINLIK İFADESİDİR.  
-BENDİLİ; ANNE BABANIN O ANDA KENDİLERİNDE OLUŞAN GERÇEK DUYGULARINI İFADE ETMELERİDİR.DUYGULARINI İFADE EDİLİŞİNDE SUÇLAMA VE YARGILAMANIN YOKTUR.

### ETKİN DİNLEME

Karşıdakinin duygularını ve düşüncelerini ona yansıtıp anlaşıldığını hissettirerek,  
“Çok ilginç,demek öyle,peki sen ne yaptın, ne hissettin”gibi kapı aralayıcı cümleler kurup karşıdakini teşvik ederek,  
Baş sallayıp,hı hı,devam et şeklinde onaylayarak,  
Konuyla ilgili sorular sorarak dinlemedir.

# AİLE İÇİ İLETİŞİM

## İLETİŞİM

*İletişim,dilkullanarakya da kullanmaksızın insanlar arasındakiuygu,düşünce ve yaşantılarınıfade edilme yöntemidir*

## PEKİ NE YAPMALIYIZ?

### • Çocuklarınızı Dinleyin

Meşgulseniz, başınız

ağrıyorsa da aklınız başka

birşeyle meşgulse bunu çocuğunuza ifade edin, onu dinliyor gibi yapmayın.

Ona, "Şimdi meşgulüm ama biraz sonra seni dinleyeceğim deyin.

### • Sorunlarını Kendi Kendine Çözmesi Konusunda Teşvik Edin

Çocuğunuzun bağımsız bir birey olabilmesi için, kendini

eğlendirmesine, sakinleştirebilmesine, üzüntüyle başetmesine, sıkıntısını gidermesine izin verin.

### • Hata Yapma Hakkı Olduğunu Kabul Edin

Çocuğun hatalarının öğrenme sürecinin bir parçası olduğu ve zamanla yerini doğru davranışa bırakacağı düşüncesi ebeveynde hakim olursa ebeveyn çocuğu korkutmak yerine hoşgörülle hatalarını düzeltme yoluna gider.

### • Her Konuda Hayır Demeyi Alışkanlık Haline Getirmeyin

Zaman zaman da olsa çocuğunuza izin verin. Ona bazı özgürlük alanları yaratın ki kendi başına karar verme becerisi kazansın.

### • Duygularını Dinlemesini, Tanımasını Öğretin

Ona, duyguların zenginliğini anlatın. Duygularını tanımasına yardımcı olun. Öfke, kıskançlık, yetersizlik, hayalkırıklığı, özlem, heyecan, sevinç, sevgi, aşk, gurur gibi duygular yaşanabileceğini anlatın. Başkalarının duygularına değer vermesini öğretin. Hayattan ne istediğini bilen bir birey olması konusunda onu yetiştirin.

Gerektiğinde ağlayabilsin ve çıkış yolunu o bulsun. Bu aşamada yanında olduğunuzu hissettirin

### POZİTİF DİSİPLİNİ KULLANIN

Davranışlarını değiştirmek için ceza sisteminden çok ödül sistemini kullanın. Cezalandırılmış çocuklar, cesareti kırılmış, kendilerine güvenmeyen çocuklardır. Doğru güzel yaptığı davranışlar gördüğünüzü beğendiğinizi ona anlatın.

### • Olumlu Davranışlarını Görün

Çocuğunuzun başarılarını, olumlu davranışlarını gördüğünüzü gösterin. Olumlu davranışlarını görürseniz ve gördüğünüzü ona gösterir ve ya hissettirirseniz bu davranışları yeniden yapacaktır.

### İlgi ve sevgi göstermekten kaçınmayın

Sevginizi söylemekten ve göstermekten kaçınmayın. Araştırmalara göre, her gün sevgi gören çocuklar daha az stres hormonu salgılıyor ve huzursuz olduklarında, stres reaksiyonları ile daha kolay baş edebiliyorlar

### Güven Verin

Size güvenebileceğini bilsin. Sözlerinizi tutun, tutamayacağınız sözler vermeyin. Onu koşulsuz sevdiğinizi anlatırsanız, çaresiz kaldığında, hata yaptığında, kendisini yalnız hissettiğinde güveneceği kişinin anne-babası olduğunu anlatın, sizin de ona güvendiğinizi gösterin.

**"Bir elmanın yüreğinde gizlenen tohum, görülmez bir elma bahçesidir. Ama bu tohum bir kayaya rastgelirse ondan hiçbir şey çıkmaz."**

Halil CİBRAN