***İLETİŞİM KURMAK***

İki insan birbirlerini fark ettikleri anda iletişim başlar. İnsanlarla iki tür iletişim kurarız. Sözlü ve sözsüz iletişim.

**Sözlü İletişim:** Dil ve konuşma becerilerinin kullanıldığı iletişimdir.

**Sözsüz İletişim:** Beden hareketlerini(el, kol, vücut duruşu vb.) kullanıldığı iletişimdir. Kişinin duruşu, giydiği kıyafet, takısı, saç modeli, vb. de sözsüz iletişimin kapsamı içindedir.

Çocuğumuzla iletişim kurarken sadece sözlerimizle değil, vücudumuzun aldığı pozisyon, el kol hareketlerimiz ve göz temasımızın bütünlük içinde olması, birbirinden kopuk ya da tutarsız olmaması iletişimin etkililiğini ve kalitesini arttıracaktır. Bu şekilde vermek istediğimiz mesajı istediğimiz şekilde verebiliriz.

Etkili bir eğitimin yolu da etkili bir iletişimden geçmektedir.

***İLETİŞİM ENGELLERİ***

Emir vermek, yönetmek, tehdit etmek, gözdağı vermek, ahlak dersi vermek, öğüt vermek, nutuk çekmek, yargılamak, eleştirmek, alay etmek, yorumlamak, utandırmak, konuyu saptırmak, dinlerken başka şeylerle uğraşmak vb. iletişim engellerini oluşturur.

***ETKİN DİNLEME***

|  |
| --- |
| İletişimde dinlemek en önemli beceridir. Beden dili ile dinlediğimizi belirtmemiz konuşulanların içeriğinin yeniden söylenmesi ve yaşanılan duygunun ifade edilmesi kişiye kendini iyi hissettirir.  ***İYİ BİR DİNLEYİCİNİN ÖZELLİKLERİ***  Konuşma sırası geldiğinde konuyu değiştirmemek, aynı konuda devam etmek. Konuşulan konu dışında farklı bir konu varsa bunu konuşulan konuya ilişkin tepkileri verdikten sonra yeni bir konu olarak dile getirmek. Anlaşılmayan bir şey varsa bunu anlatan kişi durakladığında ya da sözünü bitirdiğinde sormak. Anlatan kişiye sizin onu dinlediğinizi belirtmek için zaman zaman onun söylediklerini özetleyerek ona iletmek.  **Ailede her bireyin konuşmaya, dinlemeye ve düşüncelerini açıklamaya ihtiyacı vardır.**  ***KENDİNİ İFADE ETME***  Kendimizi ifade ederken dikkat edeceğimiz en önemli nokta: karşımızdakini yargılayıcı, kişiliğini hedef alan suçlayıcı ifadeler kullanmamaktır. Örneğin;”Sen yaramazın birisin!”. “Sen dağınıksın!” ifadeleri yargılayıcı ve suçlayıcı ifadelerdir. Bu gibi suçlayıcı ifadeler ne bizim işimize yarar, ne de karşımızdakinin.  Eşler veya çocuğa bakım veren kişiler arasındaki iletişim çocukları birebir etkiler. Çocuklar bu davranışları örnek alır, kiminle nasıl iletişim kurulacağı bu yolla öğrenilmiş olur.    **Dinlenilmek, değer görmek, duyguları paylaşmak, örnek olmak çocukları olumlu yönde etkiler.**  **Sinan TEMUR**  ***Psikolojik Danışman***    **Atatürk Anaokulu** |