

KONU
ÇOCUKLARIMIZLA
İLETİŞİMİMİZİ
GÜÇLENDİRMEKSE

ADRES:



ANKARA ATATÜRK LİSESİ

Sevgili Veliler, iletişimin sözlü ya da sözsüz olarak etkileşim kurmak olduğunu aslında biliyoruz.

İletişimin daha çok sözlerle olduğu varsayılsa da aslında jest, mimik ve beden dili de iletişim kurmanın başka yollarındandır.



Çocuklarımızla çeşitli konularda farklı şekillerde iletişim kurabiliyoruz ama bu etkileşim sürecini daha sağlıklı ve güçlü hale getirmek için bazı beceriler edinmemiz gerekiyor.

Gelin beraber bu becerilere bir göz atalım.

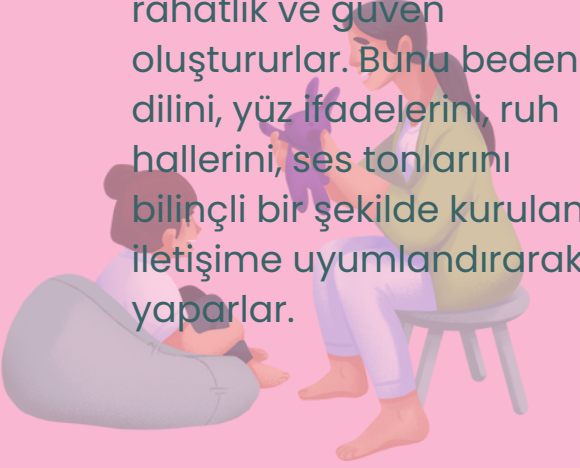
- 1 İYİ BİR DİNLEYİCİ OLMAK:** İyi iletişim kurmanın olmazsa olmazıdır. Karşımızdaki insan dinlenildiğini bildiğinde daha sağlıklı bir iletişim kurulur. Etkin bir dinleyici aynı zamanda iyi bir gözlemcidir çünkü o sadece konuşulanları dinlemez; konuşulanların satır aralarını da dikkatle dinlemeye, verilen mesajı anlamaya çalışır.
- 2 EMPATİ KURMAK:** Aktif ve etkili bir dinleme, konuştuğunuz kişinin ne düşündüğünü ve hissettiğini anlamanızı gerektirir. Bu sayede aynı fikirde olmasanız da onların olaya bakış açısını anlamanızı ve buna saygı duymanızı sağlar.

ANKARA ATATÜRK LİSESİ

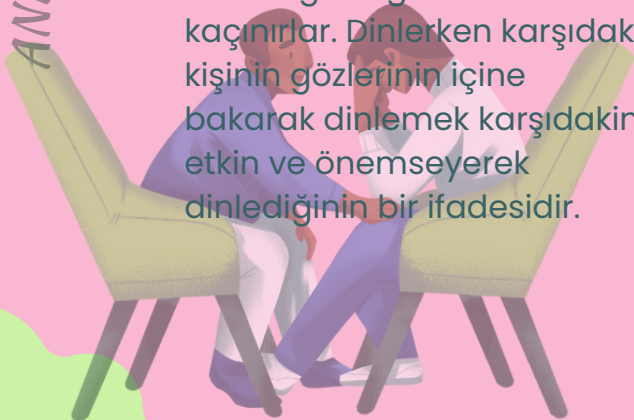


3 GÜVEN VERMEK:

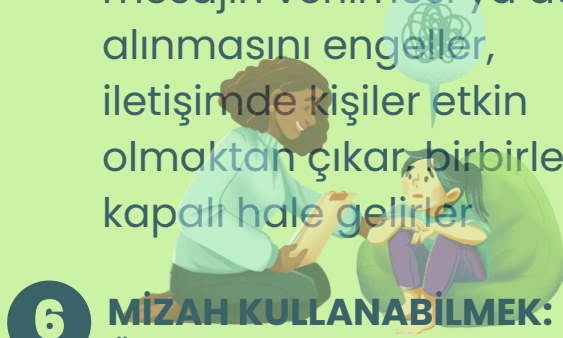
Başarılı iletişimciler konuştukları kişilerde rahatlık ve güven oluştururlar. Bunu beden dilini, yüz ifadelerini, ruh hallerini, ses tonlarını bilinçli bir şekilde kurulan iletişime uyumlandırarak yaparlar.

**4 GÖZ TEMASI KURMAK:**

Başarılı bir göz teması iletişimin verimliliği açısından önemlidir ve iyi bir iletişimci göz kontağında dengeyi yakalayabilmiş kişidir; ne aşırı göz teması kurarlar ne de herhangi bir göz temasından kaçınırlar. Dinlerken karşıdaki kişinin gözlerinin içine bakarak dinlemek karşıdakini etkin ve önemseyerek dinlediğinin bir ifadesidir.

**5 OLUMLU OLMA:**

Konuşma sırasında olumlu bir tavır sergilemek iletişimin verimli geçmesine zemin hazırlar. Sert ve ego-bazlı iletişim tarzı amaçlanan mesajın verilmesi ya da alınmasını engeller, iletişimde kişiler etkin olmaktan çıkar, birbirlerine kapalı hale gelirler.

**6 MİZAH KULLANABİLMEK:**

Özellikle iletişimi yumuşatmak istediğiniz zamanlarda mizahın gücünden faydalanmak gerilimi azaltarak kurulmak istenen etkin iletişime tekrar yumuşak bir geçiş yapmanıza olanak verir.

7 AŞIRI BİLGİ YÜKLEMESİNDEN KAÇINMAK:

Dinleyiciye peş peşe bilgi vererek kişiyi bilgi bombardımanına tutmak, kişide bilgi almaktan ziyade bunalma yaratabilir. Farkında bir iletişimci, kısa ve öz bilgi verir ve böylelikle dinleyen kişiyi aşırı bilgiye boğmadan mesajını vermiş olur.

ANKARA ATATÜRK LİSESİ**MOBILE NUMBER:**

03122315120

03122315119

WEBSITE:<https://ankaraataturklisesi.meb.k12.tr/>**HAZIRLAYAN:****PSK. DAN. VE REHB. ÖĞR.
NİSA NUR OVA**