

Sözleri Davranışlarla Destekleyin

Çocuğunuz olumlu ya da olumsuz davrandığında buna nasıl yanıt vereceğinizi ve kararlarınıza nasıl bağlı kalacağınızı tavrınızla gösterin.

- Olumlu Davranıyor;

Oyuncağını fırlatmadan, zarar vermeden oynuyorsa oynamasına izin verilir.

- Olumsuz Davranıyor/Sonucuna Katlanıyor:

Oyuncağını fırlatıyor, zarar veriyor, bunun sonucunda bir süre oyuncağı ile oynamasına izin verilmiyor.

Yaptığı davranışın sonuçlarını çocuklara seçenek olarak sunun. Olumsuz davranışı seçiyorsa sonucunu ona zarar vermeyecek şekilde, saldırgan olmayan bir tutumla, sesinizi yükseltmeden uygulayın ve bu tercihin kendisine ait olduğunu çocuğunuza hatırlatın.

Çocuklara Zaman Ayırın

Çocuklarınıza olumlu bir model oluşturun. Çünkü onlar bizim söylediklerimizi değil yaptıklarımızı örnek alır.

Çocuğunuzun “iyi olduğu anları” yakalayın. İstenen bir davranış gösterdiğinde bunu normal olarak kabul edip tepkisiz kalmayın.

Çocuğunuzun gösterdiği ilerlemenin farkında olun ve onu yüreklendirin.

Kişiliğini (harikasin, zekisin, iyi birisin) değil davranışını (ben kitap okurken gürültü yapmadan oynadığın için sana teşekkür ederim) övün. Bu övgüyü yaparken yakınına gidip göz teması kurun, alaycı olmayın.

Süleymaniye Mah.
Prof. Ümit Yaşar Doğanay Sok.
No:3
Vezneciler/Fatih/İstanbul

Telefon: 0 (212) 533 86 88

<http://fatihram.meb.k12.tr/>

E-Posta: fatihram34@gmail.com

FATİH REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK HİZMETLERİ BÖLÜMÜ

AİLE İÇİ İLETİŞİM



Tel:

AİLE İÇİ İLETİŞİM



Aile içi iletişim, an-ne-baba ve çocu-ğun birbirlerine bi-linçli veya bilinçsiz olarak iletmek iste-dikleri duygu, düşünce ve bilgileri aktardıkları bir süreçtir .

Birçok anne baba bu süreçte ço-cuğuyla doğru iletişim kurmakta, çocuğun davranışlarının temelini anlamakta ve çocuğa karşı yakla-şımını belirlemede zorlanabilmek-tedir.

Aile içi iletişim konusunda, toplum içinde en yaygın görülen yanlış inançlardan birisi aile içinde hiç bir çatışma olmaması gerektiği dü-şüncesidir. Oysa çatışmanın ol-masından çok çatışmanın nasıl çözümlendiği daha önemlidir; çatışmanın uygun bir biçimde çözül-mesi de ancak etkili iletişim bece-rilerinin kullanılması ile mümkündür.

Etkin Olmayan İletişim Biçimleri

1. Tehditler Yağdırmak
2. Yalvarmak/Duygusal Baskı Kurmak
3. Problemleri Her Zaman Görmezden Gelmek
4. Emir veya Nasihat Vermek
5. Etiketlemek/Eleştirmek



Etkili İletişim Nasıl Sağlanır?

1. Çocuğunuza "Hayır!" dediğinizde bu-nun nedenini anlayamayabilir. Hayır kelimesi yerine sizi rahatsız eden du-rumun ne olduğunu açıklayın.
2. Tartışmaktan ve bağırımdan kaçının. Çocuğunuz sesini yükselterek konu-şuyorsa siz alçak sesle yanıt verin.
3. Sözlerinizi dikkatli seçin ve bu sözle-re bağlı kalın.
4. Ne istediğinizi kararlı, doğru ve tartış-maya yer bırakmayacak şekilde net olarak açıklayın. Net ifadeler kullan-manız önemlidir.
5. Temel aile kurallarınızı belirleyin. Bunlar gündelik sorunları en aza indir-gemeye yardımcı kurallar olmalıdır.
6. Kuralları aile üyelerinin bir arada oldu-ğu, tüm aile üyelerinin fikir beyan etti-ği bir toplantıda belirleyin.
7. Kurallara uyulmaması durumunda ne olacağını yine aynı toplantıda tüm aile bireyleri ile kararlaştırın ve bu kararla-rın uygulanmasına dikkat edin.