



AİLE İÇİ İLETİŞİM

Ortak Aktiviteler ve Paylaşımlar

- **Aile Zamanı:** Aile üyeleriyle birlikte geçirilen kaliteli zaman, iletişimi güçlendirir. Haftada bir aile oyunu oynama veya yemek hazırlama gibi ortak aktiviteler planlayın.
- **Paylaşım:** Günlük yaşantınızla ilgili deneyimlerinizi paylaşın. "Bugün işte neler yaptım, sen okulda nasıl geçirdin?" gibi konuşmalar yaparak bağlantı kurun.

Duygusal Destek

- **Destekleyici Davranışlar:** Aile üyeleri birbirine duygusal destek vermelidir. Bir problem yaşadıklarında, birbirlerinin yanında olduklarını hissettirmeye çalışın.
- **Pozitif Geri Bildirim:** Çocukların ve diğer aile üyelerinin başarılarını ve olumlu davranışlarını övün. "Bu konuda çok iyi iş çıkardın!" şeklindeki geri bildirimler onları motive eder.

Çatışma Çözme

- **Açık İletişim:** Anlaşmazlıklar ortaya çıktığında, açık ve dürüst bir iletişim kurun. Her iki tarafın da görüşlerini dinleyin ve anlayışlı bir şekilde yaklaşın.
- **Ortak Çözümler:** Problemleri birlikte çözmeye çalışın. "Bu sorunu nasıl çözebiliriz?" gibi bir yaklaşım benimseyin ve herkesin fikirlerini değerlendirin.

ÇOCUKLARLA ETKİLİ İLETİŞİM

Ortak Zaman Geçirme:

- **Aile Etkinlikleri:** Ailece düzenli etkinlikler planlayarak birlikte vakit geçirin. Örneğin, haftalık oyun geceleri veya aile yürüyüşleri düzenlemek, aile bağlarını güçlendirir.
- **Rutinler Oluşturma:** Aile içinde belirli rutinler oluşturarak, çocuklarınızla düzenli olarak kaliteli zaman geçirin. Örneğin, akşam yemeklerinde birlikte masa etrafında oturmak.



Sorun Çözme Stratejileri:

- **Tarafsızlık:** Anlaşmazlıkları çözmeye çalışırken tarafsız ve adil bir yaklaşım benimseyin. Her bireyin görüşlerine değer verin ve çözüme odaklanın.
- **Çözüm Odaklı Yaklaşım:** Sorunları suçlamak yerine çözüm bulmaya odaklanın. Anlaşmazlıkları yapıcı bir şekilde ele alın ve ortak bir çözüm bulmaya çalışın.

Açık Kapı Politikası:

- **Erişilebilirlik:** Çocuğunuzun endişelerini rahatça paylaşabileceği bir ortam oluşturun. Onlara, sorunlarını sizinle konuşabilecekleri konusunda güven verin.
- **Geri Bildirim:** Çocuğunuzun paylaşımlarına dikkat edin ve bu paylaşımları dikkate alarak geri bildirimde bulunun. Çocuğunuzun duygularını anladığınızı ve önemseyip desteklediğinizi gösterin.



ZONGULDAK İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ



İLKOKUL
VELİ BROŞÜRÜ

İLETİŞİM
BECERİLERİ

ÜNAL ULU
PSK. DANIŞMAN



ÇOCUKLARIN İLETİŞİM BECERİLERİNİ DESTEKLEME

Özgüven Geliştirme

- **Teşvik ve Destek:** Çocukların kendi fikirlerini ve duygularını ifade etmeleri için cesaretlendirin. Küçük başarılarını takdir ederek özgüvenlerini artırabilirsiniz.
- **Olumlu Geri Bildirim:** Çocukların çabalarını takdir edin ve hatalarını yapıcı bir şekilde ele alın. "Harika bir iş çıkardın, bu konuda neyi daha iyi yapabilirsin?" şeklinde yapıcı geri bildirimler verin.

Sosyal Beceriler

- **Arkadaş İlişkileri:** Çocukların sosyal ilişkilerini desteklemek için arkadaşlarıyla vakit geçirmelerini teşvik edin. "Arkadaşlarınla oynamak ister misin?" gibi önerilerde bulunun.
- **İletişim Oyunları:** Sosyal becerileri geliştirmek için iletişim oyunları ve aktiviteleri kullanın. Rol yapma oyunları çocukların empati ve iletişim becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir.

Duygusal İfade

- **Duygusal Kelimeler Öğretme:** Çocuklara duygularını ifade edebilmeleri için uygun kelimeler öğretin. "Üzgün, mutlu, kızgın" gibi temel duygusal kelimeleri öğrenmelerini sağlayın.
- **Duygusal Günlük:** Çocuğun günlük olarak duygularını yazmasını veya çizmesini teşvik edin. Bu, duygularını ifade etmesine ve anlamasına yardımcı olabilir.



EBEVEYNLERİN ROLÜ VE MODELLİK

Rol Model Olma

- **Davranışlarınıza Dikkat Edin:** Ebeveynlerin davranışları çocuklar üzerinde büyük bir etki yapar. Kendi davranışlarınızın çocuklar için bir örnek oluşturduğunu unutmayın.
- **Pozitif Davranışlar:** İyi iletişim becerileri sergileyerek çocuklara rol model olun. Güler yüzlü, sabırlı ve anlayışlı bir yaklaşım benimseyin.

Tutarlı Davranış

- **Kurallar ve Sınırlar:** Tutarlı kurallar koyarak ve bu kuralları sürekli uygulayarak çocuklara güvenli bir ortam sağlayın. Kuralları açıklarken nedenlerini anlatın.
- **İletişim Tutarlılığı:** Ebeveynler arasında tutarlı bir iletişim stratejisi kullanın. Farklı ebeveynlerin aynı konuda tutarlı olmaları, çocuklar için önemli bir güven duygusu yaratır.

GÜNLÜK İLETİŞİM STRATEJİLERİ

Günlük Konuşmalar

- **Duyguların Paylaşılması:** Günlük yaşantınızla ilgili çocuğunuzla sohbet edin. "Bugün neler yaptın? Ne hissettin?" gibi sorular sorarak onunla bağlantı kurun.
- **Sorunları Tartışma:** Küçük problemleri gündeme getirin ve çözüm önerileri sunun. "Bu hafta sonu ne yapmak istersin?" gibi konuşmalarla çocuğunuzun fikirlerini alın.

Sorunları Konuşma

- **Sorun Çözme Yaklaşımı:** Karşılaşılan sorunları birlikte konuşarak çözmeye çalışın. "Bu sorunla nasıl başa çıkabiliriz?" diyerek çocuğunuzun da çözüm sürecine katılmasını sağlayın.
- **Pozitif Yaklaşım:** Sorunları konuşurken pozitif bir yaklaşım sergileyin ve çözüm odaklı olun. Çocuğun çözüm önerilerini dinleyin ve birlikte uygun bir çözüm bulun.

ÇOCUKLARIN İLETİŞİM İHTİYAÇLARINA UYGUN YÖNTEMLER

Yaş Gruplarına Göre İletişim

- **Gelişim Dönemleri:** 7-10 yaş arasındaki çocuklar, duygusal ve sosyal olarak gelişimlerinin farklı aşamalarında. Bu dönemde çocuklarla iletişim kurarken onların gelişim seviyelerini göz önünde bulundurun.
- **Eğitim ve Eğlence:** Çocukların yaşlarına uygun eğitici ve eğlenceli aktivitelerle iletişim kurmak, öğrenmelerini ve kendilerini ifade etmelerini kolaylaştırabilir.

Gelişimsel Dönemler

- **Zihinsel ve Duygusal Gelişim:** Çocukların zihinsel ve duygusal gelişimlerini desteklemek için uygun iletişim stratejileri kullanın. Örneğin, soyut düşünme yetenekleri gelişmeye başladığında, daha karmaşık konuları tartışabilirsiniz.
- **İletişim Becerileri:** Çocukların iletişim becerilerini geliştirmek için yaşlarına uygun kitaplar ve hikayeler okuyun, onların kendilerini ifade etmelerine yardımcı olun.