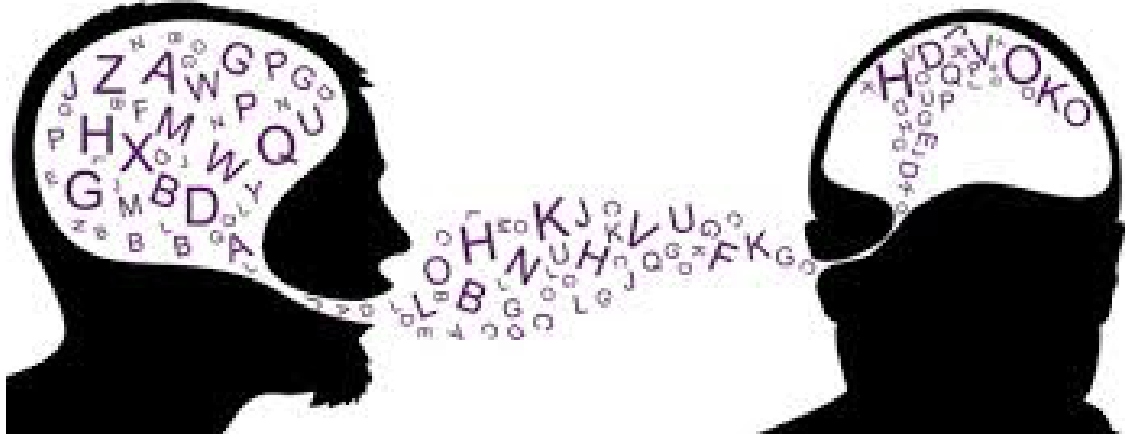




Aile İçi
İletişim



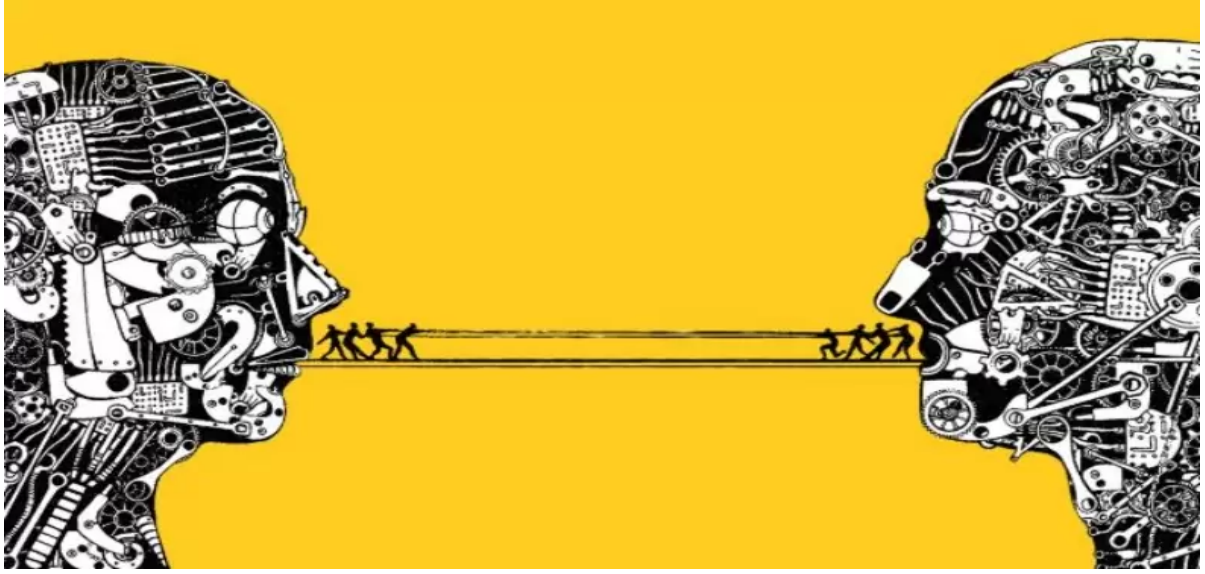
İLETİŞİM NEDİR?

İletişim, insanlığın kalp atışları gibi ritmik ve duygusal bir melodiyle örölü, duygu dolu bir köprüdür. Her kelime, sanki bir nota, her jest ve bakış, duygu notalarını birbirine bağlayan unsurlardır. İletişim, bir insanın iç dünyasını diğerine açan, duyguların, düşüncelerin ve hayallerin paylaşıldığı bir sanattır.

Bu melodi, sevgiyle dokunulan bir nota kadar nazik, anlayışla eşlik edilen bir akor kadar yumuşak olabilir. Ancak bazen, kelimeler birbirini anlamaz gibi çarpışabilir, duygusal fırtınalar içinde çalkalanabilir. İletişim, bu karmaşık notaların, bazen hüznle bazen neşyle çalınan bir müzik parçasına dönüşmesidir.

İletişim, sessiz bir bakışta gizli bir öykü, paylaşılan bir tebessümde gizli bir sır gibidir. Kelimelerin arka planında, içsel bir deniz gibi dalgalanan duyguları barındırır. Anlamak, duyguları hissetmek ve birbirine dokunmak, iletişimin bu duygusal serüvenindeki anahtar kelimelerdir.

Her iletişim anı, birbirine açılan bir pencere gibidir; duygular, düşünceler ve anılar, bu pencereden birbirine karışır. İletişim, duyguların notalarını paylaşmak, birbirine hissettirmek ve insanlığın en derin duygusal bağlarını oluşturmak için kullanılan büyülü bir dil gibidir.



Ergenlerle Kalbin Dilinde İletişim

Ergenlik, duygusal bir dönemdir ve bu süreçte iletişim, adeta bir kalp diline dönüşür. Genç bireyler, duygusal iniş çıkışlar yaşarken, onlarla sağlıklı bir iletişim kurmak, güven inşa etmek ve anlayış göstermek hayati önem taşır.

Ergenlerle iletişimde kullanılacak kalp dilinin temelinde şu unsurlar bulunmalıdır:

****1. Anlayış ve Empati:****

Ergenlerin hissettiği duyguları anlamak ve empati göstermek, onlarla derin bir bağ kurmanın temelidir. Zor bir gün geçirdiklerinde yanlarında olmak ve duygularını paylaşmak, güvenin temelini oluşturur.

****2. Açık ve Dürüst İfade:****

Dürüstlük, her ilişkinin temel taşıdır. Ergenlere karşı açık olmak ve duygularını ifade etmelerine alan tanımak, iletişimde samimiyeti artırır. Onlara kendi duygularını ifade etmeleri için cesaret vermek, güçlü bir iletişim köprüsü kurar.

****3. Sabır ve Hoşgörü:****

Ergenlik, kimlik arayışıyla dolu bir süreçtir ve gençler bazen karmaşık duygular içinde kaybolabilirler. Sabırlı olmak, duygusal iniş çıkışlarına hoşgörüyle yaklaşmak, güçlü bir destek ve rehberlik sunar.

Ergen bireyleri yargılayıcı ve suçlayıcı değil teşvik edici ve güçlü yönlerine vurgun yapan kelimelerle iletişim kurmak onların özgüven kazanmasına ve kendine aile içinde bir yer, toplum içinde bir statü kazanmasına yardımcı olacaktır.

İletişimde 'Ben Dili'

"Sen Dili," çözüm odaklı bir iletişim yerine suçlama ve eleştiriyi öne çıkarır. Diğer yandan, Ben Dili denilen yaklaşım, kişisel deneyimleri ve duygusal tepkileri ifade etmeyi hedefler. Bu iletişim biçiminde, birey duygusal durumunu ve ihtiyaçlarını daha açık bir şekilde ifade eder.

4. Dinleme Becerisi:

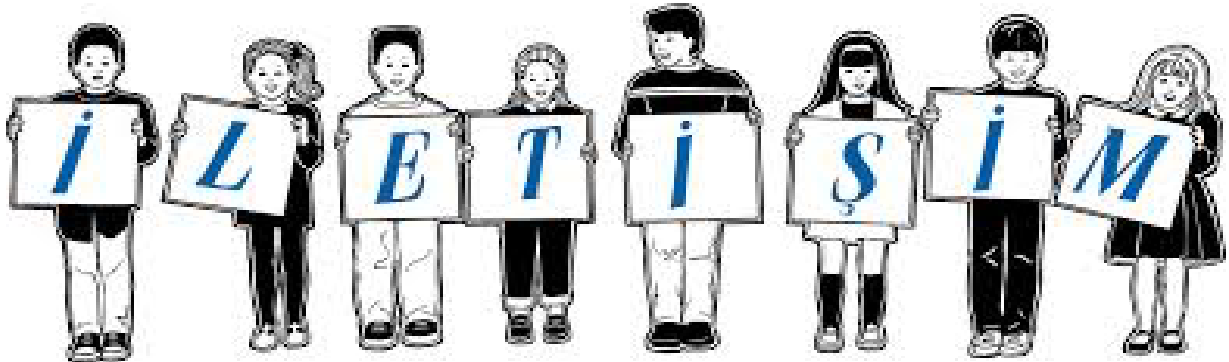
Gerçek bir iletişim, etkili bir dinleme gerektirir. Ergenlerin sözlerini dikkatlice dinlemek, duygusal ihtiyaçlarına daha iyi yanıt verebilmeyi sağlar. Onların düşüncelerine ve hissettiklerine saygı göstermek, güven inşasını destekler.

5. Ortak Payda Bulma:

Ergenlerle ortak bir payda bulmak, ortak ilgi alanlarını keşfetmek, iletişimi daha zengin kılar. Bu, birlikte yaşanan deneyimlerin anlamını derinleştirir ve aile bağlarını güçlendirir.

Ergenlerle kalp dilinde iletişim kurmak, sadece sözlerle değil, kalbin derinliklerinden gelen bir anlayışla mümkündür. Onlara sevgiyle yaklaşmak, güven ve bağlılık duygularını pekiştirir, böylece birlikte geçirilen bu duygusal yolculuk daha anlamlı hale gelir.

Çocuklar anne babalarının söylemleri, davranışları onlara olan tutumlarıyla şekil alırlar ve yaşları ilerledikçe de bu süreçleri içselleştirerek kişiliklerini oluştururlar. Bugün çocuğunuzun kişiliğinde beğenmediğiniz özellikleri aslında ebeveynler olarak sizler yaptınız. Burada da çok önemli bir konu meydana geliyor aile içi iletişim ve aile içi iletişimin önemi.



AİLE İÇİ İLETİŞİM

Sevgili anne babalar: Aile, yaşamın bize sunduğu en değerli hazinedir. Bu hazineyi anlamak, paylaşmak ve büyütme ise, içsel bir bağlılık ve etkili bir iletişimle mümkündür. Aile içi iletişim, bu büyük ailenin kalp atışları gibidir; birbirimizi anlamak, duyguları paylaşmak ve birlikte büyüme için atar.

İletişim, ailedeki bireyler arasında köprüler kurar. Bu köprüler bizlerin kalp yolculuğu yapmasını sağlarlar. Sözlerimiz, sevgi dolu bir dilin taşıyıcısı olmalıdır. Bu dil, birbirimize olan sevgimizi ifade ederken, aynı zamanda içsel dünyalarımızı paylaşmanın güvenli bir alanını oluşturur. Anlayış ve empati, bu dilin özünü oluşturur.

Birbirimize anlamlı sorular sormak, duygusal bir derinliği keşfetmek için bir davettir. Her bir birey, ailedeki diğer üyelerin duygusal ihtiyaçlarını anlama sorumluluğunu taşır. Empati, bu anlayışın temelini oluşturarak, birbirimize destek olmanın ve birbirimizi onurlandırmanın yolu haline gelir.

Aile içi iletişim, güçlü bir dayanışmanın ve birbirimize güvenin inşasını sağlar. Güven, sevgi ve anlayışla beslenir. Birbirimize açık olmak, düşüncelerimizi ve hissettiklerimizi paylaşmak, ailemizin birbirine daha da yakınlaşmasını sağlar.

İletişim, aile içindeki bireyleri bir araya getirirken aynı zamanda birbirimizin bireysel gelişimine katkıda bulunur. Her bir üyenin duygusal ihtiyaçlarına saygı göstermek, onların kendilerini ifade etmelerine olanak tanımak, bireysel kimliklerin güçlenmesine ve ortak bir hikayenin oluşmasına katkı sağlar.

Unutmayalım ki, güçlü iletişim, ailemizi bir arada tutan görünmeyen bir eldir. Bu el, sevgiyle örülen bir örgü gibi bizi birbirimize bağlar ve yaşamın iniş çıkışlarında bize destek olur.