

Etkili İletişim Kurmada Dikkat Edilmesi Gereken Önemli Noktalar

- Kendini tanımak
- Kendini açmak ve kendini doğru ifade etmek
- Karşımızdakini etkin ve ilgili dinlemek
- Empati kurabilmek (kendimizi karşımızdaki kişinin yerine koyabilmek)
- Hoşgörülü ve önyargısız olmak
- Eleştirilere karşı açık olmak
- Beden dili, göz kontağı, hitap, ses düzeyi vb. kurabilmek.

Sağlıklı İletişim Kurma

- Doğal olmak
- Kabul etmek ve saygılı olmak
- Empatik olmak
- Tutarlı olmak
- Güven verici olmak
- Yargılayıcı olmamak
- Ortak ihtiyaçlara yönelir olmak
- Açık olmak
- Uzlaşmacı olmak
- Gerçeği doğru dille aktarmak
- Kişileri değil problemi eleştirebilmek
- İlgili ve farkındalıklı olmak



REHBERLİK

SERVİSİ

ETKİLİ İLETİŞİM NEDİR ?

- İletişim hayatın vazgeçilmez bir gereğidir.
- İnsanların bir araya gelmeleri ya da birlikte yaşayabilmelerinin olmazsa olmazı iletişimidir.
- İnsanlar arasında bilgi, duygu, düşünce paylaşımı iletişimi oluşturur.
- Doğası gereği iletişim kurmak insanın temel ihtiyaçları arasındadır.
- Aile, okul, iş, arkadaş, eş, kurumlar hatta devlet bile bireyin iletişim kurduğu birimlerdir.
- Birey, sosyal çevrede sağlıklı ve mutlu bir yaşam sürdürmek için iletişim kurmak zorundadır.
- Ayrıca ruhsal - bedensel ihtiyaçları gidermek için de iletişim oldukça gereklidir.
- Toplum düzeninin sağlanması ya da kanun ve kuralları sağlıklı bir biçimde işletilmesi için yine iletişim gereklidir.



İletişimde Yapılan Hatalar

- Emir vermek
- Tehdit etmek
- İsim takmak
- Öğüt vermek
- Eleştirmek
- Suçlamak

