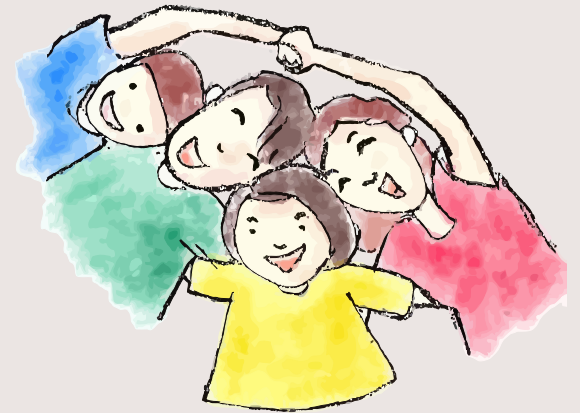


AİLE İÇİ İLETİŞİM

- Aile bireylerinin psikolojik sağlamlığı üzerinde aile içi iletişimin yeri çok büyüktür. Ailede hiç çatışma olmaması değil o çatışmanın nasıl çözümlendiği önemlidir.
- Aile üyeleri birbirlerine yeterince ve kaliteli zaman ayırmalı.
- Eleştiriler yargılayıcı olmadan yapılmalıdır. Kişiliğe değil davranışa vurgu yapılmalıdır.



- Sağlıklı iletişimin olduğu ailelerde;
etkili dinleme
yargılamama
empati
tutarlılık gibi iletişim kalıpları vardır.
- Sağlıksız iletişimin olduğu ailelerde;
yargılama
kendini üstün görme
söz ve davranışlarda tutarsızlık
önyargılı olma gibi iletişim kalıpları vardır.
- Kararlar ailedeki herkesin görüşü alınarak alınmalıdır.
- Aile etkinlikleri düzenlenerek ailedeki iletişim güçlendirilebilir.



Büşra AKSİT

PSİKOLOJİK DANIŞMAN