

Temat: Komunikacja w rodzinie



Zaburzenia procesu porozumiewania się w rodzinie

“Rodzina, która nie potrafi się porozumiewać, jest jak garnek do gotowania pod ciśnieniem. Wszyscy pełni są niewyrażonych emocji, gotowych w każdej chwili wybuchnąć. W takiej rodzinie zagrożone są zwłaszcza dzieci.”



Zapraszam do obejrzenia filmów n/t komunikacji w rodzinie i nie tylko:

https://www.youtube.com/watch?v=q6_feKd0nFQ

<https://www.youtube.com/watch?v=dUgrZg7JjCc>

ZASADY DOBREJ KOMUNIKACJI

- Miej jasność tego, co chcesz i w jakim celu przekazać
- Unikaj przeładowania informacyjnego
- Uwzględniaj chwiejność uwagi rozmówcy
- Uwzględnij perspektywę i punkt widzenia odbiorcy
- Licz się z uczuciami drugiej strony
- Okazuj partnerowi szacunek
- Mów w sposób jasny, bez przesadnej „elokwencji”
- Zwracaj uwagę na sens całej wypowiedzi

