

# یادمن باشد که...

راهنمای برقراری ارتباط با کودکان تصویرگر: سام سلماسی

«ارتباط» مهارت است، هنر است، علم است و یا...؟ می‌توان گفت ارتباط همه‌ی این‌هاست و پیچیدگی‌ها و ظرایف خاصی دارد. به همین دلیل، برقراری ارتباط بین افراد آن‌گونه که به نظر می‌رسد، کار ساده‌ای نیست. ارتباط مؤثر به شناخت، تمرین و ارزیابی مستمر نیاز دارد. بخش مهمی از میزان رضایت‌مندی هر یک از ما از زندگی با توانایی‌هایمان در برقراری ارتباط، قابل تفسیر است. آیا می‌توانید نقاط قوت و ضعف خود را در برقراری ارتباط تشخیص دهید و بنویسید؟ شاید تنظیم چنین سیاهه‌ای بتواند شما را به تفکر درباره‌ی ظرایف ارتباط وادارد؟ شنیدن فوت و فن‌های ارتباط کافی نیست، مهم این است که تشخیص بدهید این فوت و فن‌ها در زندگی شما چه کاربردی دارند. خوب است به آن‌چه با عنوان مهارت‌های ارتباطی بیان می‌شود، با دیدی عملی و تجربی نگاه کنیم و میزان بود و نبودشان را در زندگی‌مان ردیابی کنیم. در این قسمت، تعدادی از فوت و فن‌ها و ظرایف ارتباط آمده است. آن‌ها را با زندگی خودتان تطبیق دهید.



۲. با ایجاد موقعیت‌های موفقیت برای دانش‌آموزان، زمینه‌های بیش‌تری در زمینه‌ی ارتباط فراهم کنیم.

۱. عزت نفس و خودباوری را در خود و دانش‌آموزان تقویت کنیم.



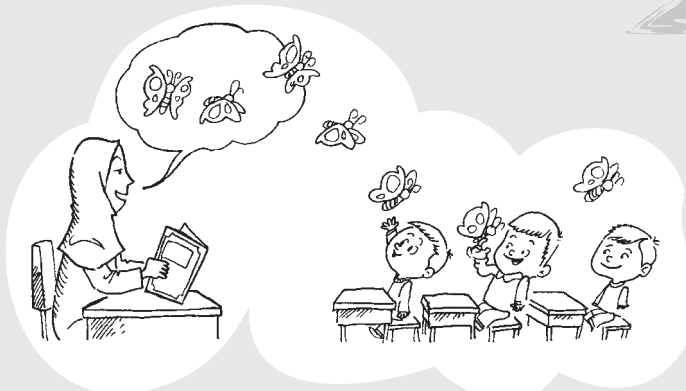
۴. برای آن‌که خوب و دقیق گوش بدهم، باید علاوه بر گوش، از قلب، ذهن و چشم‌هایم نیز استفاده کنم.



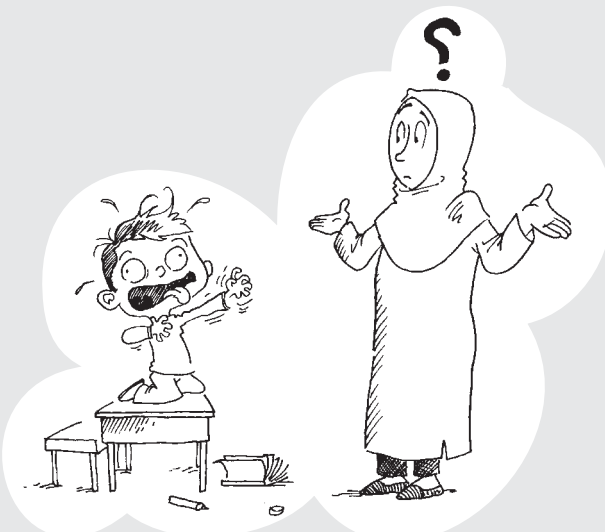
۳. گوش دادن مؤثر، مهارتی مهم و کلیدی برای ارتباط است.



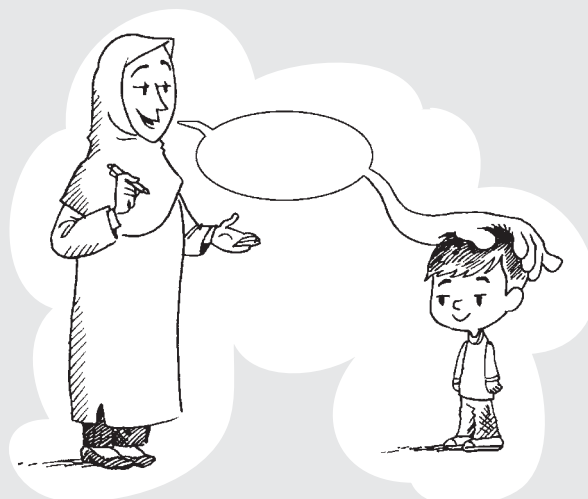
۶. گاهی لحظه‌های حساسی برای دانش‌آموزانم پیش می‌آید. باید این لحظه‌ها را بشناسم و به آنان فرصت دهم، احساسات خود را بیان کنند.



۵. سنجیده و حساب شده و متناسب با سطح سنی مخاطبانم، سخن بگویم.



۸. برای شناسایی زبان ارتباطی افراد به چشم‌ها، ژست‌ها، تغییرات چهره و طرز نفس کشیدنشان توجه کنم.



۷. در موقعیت‌های حساس ارتباطی، از واژه‌های مثبت، دقیق و تأثیرگذار استفاده کنم. شاید این کار به اندکی تمرین نیاز داشته باشد.



۱۰. ارتباط، آبی جاری است که زندگی را سرشار از سلامت و لذت می‌کند.



۹. گاهی سکوت بهترین ابزار ارتباط است. این موقعیت ممکن است برای من یا دانش‌آموزانم پیش بیاید.