

ÇATIŞMA ÇÖZME BASAMAKLARI

1. Önce onunla yüz yüze sorununu konuşun.
2. İsteklerinizi ve nedenlerinizi açıklayın. Örneğin; “Oraya gitmeni istemiyorum çünkü çok uzak” gibi.
3. Duygularınızı ve nedenlerinizi açıklayın.
4. Birbirinizin anlattıklarını anlamaya çalışın ve ne anladığınızı kısaca özetleyin.
5. Sorunun çözüm yollarını konuşun.
6. Herkesin memnun olacağı bir yol bulun.
7. Çözüm bulamazsanız tarafsız birinden yardım isteyin.
8. Bütün bunları yaparken doğru iletişim becerilerine dikkat edin.

YARDIM VE DERSTEK İÇİN PDR
SERVİSİ YANINIZDA ...



Agresif ergeni ilaç değil,
sakin duran ebeveyn iyileştirir.



ABDULKADİR KONUKOĞLU FEN LİSESİ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ

ZEKERİYA DURMAZ
MAHSEN BENGİ

AİLE İÇİNDE
ÇATIŞMA
ÇÖZME
BECERİLERİ

ÇATIŞMA NEDİR?

Değerli Veliler,

Çatışma, en az iki kişinin isteklerinin, ihtiyaçlarının birbirlerinin istek ve ihtiyaçlarını engellemesi ya da ters düşmesidir. Günlük hayatımızda sevdiğimiz insanlarla fikir ayrılıklarına düşebilir, onlarla tartışabiliriz. İnsanlar büyüdükçe ve geliştikçe çevresindekilerle istekleri, ihtiyaçları farklılaşabilir. Böylece onlarla çatışma yaşayabilir. Özellikle ergenlik dönemindeki gençlerle anne-babası arasında sık sık çatışma çıkabilir. **Önemli olan hiç çatışma yaşamamak değil, çatışmaları doğru bir şekilde çözmektir.** Çocuklarımızla yaşadığımız çatışmalarda size yol göstermek ve yardımcı olmak için bu broşür hazırlanmıştır.



EVDE NELERE DİKKAT

EDELİM?



Çocuklar davranışlarında anne ve babalarını örnek alırlar. Bu yüzden eşinizle ya da diğer insanlarla yaşadığımız çatışmaları nasıl çözdüğünüz çok önemlidir. Küçük yaşlardan itibaren yetiştirme tarzı çocukların ergenlik dönemindeki davranışlarını etkiler.

Ergenlikte sağlıklı bir aile iletişimi için çocuklarınızı yetiştirirken şunlara dikkat edin:

- Kararlı olun,
- Ağladığında istediğini yapmasına izin vermeyin,
- Eşinizle aynı fikirde olun,
- Tutarlı olun,

DOĞRU İLETİŞİM NASIL OLMALI?

- İletişim kurmakta olduğunuz kişinin yaşını ve olgunluk düzeyini asla unutmayın. Küçük bir çocuğun sizi bir yetişkin gibi anlamasını beklemeyin. Eğer çocuğunuzla bir şeyler konuşuyorsanız, bunu mutlaka onun anlayabileceği dille yapın.
- Kendi kızgınlığınızı kontrol edin, çocuğunuzu öfke ile terbiye etmeyin.
- Bütün çocukların ilgi çekmek istediklerini unutmayın. Bir çocuğu olumlu davranışlara sevk etmenin en kolay yolu, iyi/doğru şeyler yaptığı zaman onunla ilgilenmektir.
- Aile içerisinde kurallarınızı bir defa koyduğunuz zaman, bunların nedenlerini çocuğunuza anlatın ve kurallarınızı değiştirmeyin.
- Çocuğunuzun koşulsuz olarak sevin, olduğu gibi kabul edin. “Böyle yaparsan senin annen/baban olmayacağım” gibi cümlelerden kaçın.