

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 yaşadığınız 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, çocuğunuzun 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.

Ne Zaman Yardım Almalıyız

Yanlış arkadaş gruplarını seçme, okul başarısında giderek düşme, okuldan kaçma, içe kapanma, öfke nöbetleri, ebeveynle, okulla ve toplumla ciddi çatışmalar, madde kullanımı, internet bağımlılığı, aşırı güvensizlik, sosyal ortamlara girememe, mutsuzluk, dikkat eksikliği, hiçbir şeyden zevk almama, sınav kaygısı, takıntılı düşünceler gibi şikayetler varsa ve çocuğumuzla iletişim kurmakta zorlanıyorsak zaman kaybetmeden Çocuk Ergen Psikiyatristinden yardım alınması gereklidir. Sorunları görmezden gelmek sorunların daha da büyümesine neden olur. Çocuklarımızın ergenlik dönemini sağlıklı geçirmesi mutlu yetişkinler olması dileğiyle.



ŞIRNAK TOBB MTAL
REHBERLİK SERVİSİ

PSİKOLOJİK DANIŞMAN
AYŞEGÜL AKSOY

Agresif ergeni ilaç değil,
sakin duran ebeveyn iyileştirir.



AİLE İÇİNDE ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

VELİ EL BROŞÜRÜ