|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **Ebeveynlere Öneriler:**   * Çocuğunuzun da bir konu hakkındaki düşüncelerini sizle paylaşmalarına imkan tanıyın. Düşüncelerine saygı duyduğunuzu ve onu önemsediğinizi hissettirin. * Kural koymanız, sınırlar belirlemeniz de önemli. Ancak bu dönem de çocukların kurallara karşı çıkma eğilimi olabilir. Onun da duygu ve düşüncelerini dikkate alarak kuralları belirlemeniz, çocuğunuza değer verildiği duygusunu hissettirecek ve önemsendiğinin farkına varacaktır. * Baskıcı, otoriter tutum sergilemeniz, aile içinde çatışma durumlarının yaşanmasına neden olabilir. Bu nedenle güven veren, destekleyici bir tutum içinde olmanız olumsuz durumlar yaşanmasını önleyecektir. * Çocuklarınıza zaman ayırın. Birlikte hoşça vakit geçirebileceğiniz etkinlikler planlayın. * Boş vakitlerini verimli geçirebileceği aktivite ve hobilere yönlendirebilirsiniz. * Yaşadığınız sorunlar karşısında olumlu yaklaşımlar sergileyerek, örnek model olun. | | * Bir gruba ait olma ihtiyacından dolayı bu dönemde arkadaş grupları ön plana çıkabilir. Arkadaşlarının aileleri ile tanışabilir, evde arkadaşları ile hoşça zaman geçirebileceği ortamlar oluşturabilirsiniz. * Yaşıtlarıyla kıyaslanmak ya da başkalarının yanında eleştirilmek, ergenlik döneminde ki bireyde özgüven duygunun zedelenmesine, kendini yetersiz hissetmesine neden olacağı için onu, akranları ile kıyaslamaktan başkalarının yanında eleştirmekten kaçının. Özgüven eksikliği, karşı çıkma ya da isyan etme gibi davranışlara neden olabilir. Kendisine yöneltilen eleştirilere sert tavırlar ve davranışlar sergileyebilir. * Duygu karmaşasının neden olduğu duygusal dalgalanmalarda anlayışlı ve destekleyici olmak, onların sağlıklı bir ergenlik dönemi geçirmelerine katkı sağlar.     Of Rehberlik ve Araştırma Merkezi    4627714398  ofram61  Cumhuriyet mah. Cumhuriyet cad.Halk Eğitim Merkezi Blok No:154 OF/TRABZON | |  | | --- | | **ÇOCUKLARDA DUYGUSAL GELİŞİM VE EBEVEYNLER İÇİN ÖNERİ**  **VELİ BROŞÜRÜ** | |
| Okul Öncesi Eğitimi Çocuğunuzun Geleceğini Şekille | ide okulları  **Çocuklarda Duygusal Gelişim ve Ebeveynler İçin Öneriler**  Çocukların, bedensel, zihinsel ve duygusal anlamda sağlıklı büyümeleri gelişmeleri ve hayata hazırlanmaları için, ebeveynler olarak bizlerin önemli sorumlulukları bulunmaktadır.  Çocukluk çağında, duygusal gelişimin temelleri atılmaya başlar. Aynı zamanda kişilik özelliklerinin şekillenmeye başladığı kritik bir dönemdir. Çocuklar bu dönemde öfke, sevinç, üzüntü gibi duyguları yaşarlar ve bu duygularını ifade etmeye çalışırlar.  Duygularını yönetme konusunda becerileri henüz gelişmediği için ebeveyn olarak çocuklarımıza destek olmamız gerekir. | **Çocuklarınızı duygusal yönden anlamaya ve tanımaya çalışın**  Çocukları anlayabilmek için olaylara onların gözünden bakmaya çalışın. Duygularını ifade etmelerine fırsat tanıyın. Çocuklarınızı anladığınızı gösterecek ifadeler kullanın.  “Yaşamış olduğun durumun seni üzdüğünü görüyorum,” “Bu senin öfkelenmene neden olmuş olabilir, ne hissettiğini anlıyorum” gibi onaylama ifadeleri kullanarak çocuğunuza duygularını anladığınızı hissettirebilir ve onun kendisini daha rahat ifade etmesini sağlayabilirsiniz.  **Duygular hakkında konuşun**  Çocuklarınızla duygular ve duyguları ifade etme hakkında konuşmanız, çocuklarınızın duygusal zekasının gelişmesinde önemli rol oynar.  **1. Okul Öncesi Dönem (3-6 Yaş)**  Çocuklarda, keşfetme, taklit etme ve merak duygusunun yoğun yaşandığı aynı zamanda öğrenmenin de hızlı olduğu dönemdir. Hayal gücü gelişmiştir. Kendi başına, bağımsız hareket etme isteği artar. Bu dönemde öğrenmenin en önemli aracı **OYUN’** dur. | **Ebeveynlere Öneriler:**   * Sık sık soru sorabilirler, bu durumu sabırla karşılayın. * Oyunla öğrenmelerine destek olun. * Kuralları birlikte belirleyin. * Çocuğunuzu, özgüven geliştirmesi için cesaretlendirin.  |  | | --- | | 2. İlkokul Dönemi (6-11 Yaş)  Çocuklar, bu dönemde kuralları öğrenirler ve somut düşünme başlar. Sosyal çevre etkindir. İşbirliği yapma becerileri gelişir. Grup çalışmalarına ilgi artar.  Ebeveynlere Öneriler:   * Çocuğunuzun kendini anlatmasına ve ifade etmesine fırsatlar sunun, fikirlerini önemseyin. * Başarıya değil, çabaya odaklanın. * Yaşına uygun sorumluluklar verin.   3.Ergenlik Dönemi (12-18 Yaş)  Ergenlik, çocukluktan yetişkinliğe geçiş sürecidir. Bedensel, sosyal ve duygusal değişimlerin yaşandığı, duygu karmaşası yoğun olan bir dönemdir.  Bu dönemde gençler bir yandan kim olduklarını anlamaya çalışırken bir yandan da bağımsızlaşma çabası vardır.  Bu dönem hem gençler hem de aileler için zorlayıcı olabilir, ancak sağlıklı iletişim yöntemleri kullanılarak bu süreç daha rahat atlatılabilir. | |