

KURALLARI BİRLİKTE OLUŞTURMAK

Çocuklar kendi dışında gelişen olaylara uyum sağlamakta zorlanırlar. Haberleri olduğu ve katılım sağladıkları durumları daha kolay kabullenir ve uygularlar. Bu sebeple eviniz ile ilgili kuralları beraberken oluşturarak onun da fikirlerini alın. Ailenin tüm bireylerini kapsayacak kurallar oluşturmaya özen gösterin. Örneğin yemek sırasında teknolojik aletlerin kullanılmaması

HAYIR DEMESİNE İZİN VERMEK

Üç katlı broşürler, marka, ürün ve hizmet tanıtımı için tercih edilen bir materyal çeşididir. En iyi sonuçların alınabilmesi için yapmanız gereken de markanın sunduklarını buradaki gibi kısa bir hakkında bölümünde açıklamaktır. Tanıtımınızın kısa ama okuyucular için yeterince ilgi çekici olmasına dikkat edin.

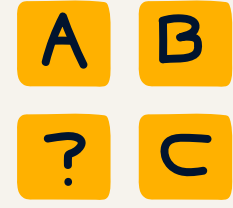


DUYGULARINI İFADE ETMESİNİ SAĞLAYIN

Ailece birbirinizin duygularını fark etmeye özen gösterin. Çocuğunuz bir şey anlatırken ya da bir davranışta bulunurken içinde bulunduğu duyguyu fark etmeye çalışın ardından söyleyerek doğruluğunu test edin. Canın sıkkın görünüyor, mutlu görünüyorsun gibi.

ETKİNLİKLERE KATILIMINI DESTEKLEMEK

Çocuğunuzun kendisi ile ilgili konularda arkadaşını eve çağırma, spora ve kursa gitme vb. organizasyonlar yapmasını destekleyin. Bunu hemen mükemmel yapmasını beklemeyin. Sonuçlarını görüp deneyim kazanmasına olanak verin. Yolunda gitmeyen durumlar için neler yapılabilir birlikte konuşun.



SOSYAL BECERİLERİ GELİŞTİRMEK İÇİN TAVSİYELER



SORUMLULUK VERMEK

Evde ailenin her üyesinin olduğu gibi çocuğunda sorumlulukları olmalıdır. Yaş grubuna uygun olarak görevlendirmeler yapılabilir. Örneğin; yatağını toplama, çiçek yetiştirme, yemek masasını kurma ve toplama gibi.



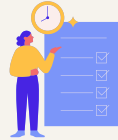
ROL MODEL OLMAK

Çocuklar kulaklarından değil gözlerinden terbiye olurlar. Bu sebeple çocuklarınızdan beklediğiniz davranışları öncelikle kendiniz yapın. Çocuklarınız sizin davranışlarınıza dikkat eder, sizin ayak izlerinizi takip ederler



ZAMANI BİRLİKTE PLANLAMAK

Hayattaki önceliklerinizi iyi belirleyin. Bunların zamanlarını planlayın. Kendinize güvenin ve tutarlı biçimde uygulayın. Kendinize bunları hatırlatmak için ajanda edinin. Çocuğunuzun uygulayabilmesi için sabırlı olun. Gerçekleştiremedikleri hakkında da fikrini alın, yargılayıcı olun. Sabah kalktığınızda gün içinde yapacaklarınızı planlamasını çocuğunuzla konuşun. Onu nelerin beklediğini bilmek kaygısını azaltır. Onun isteklerini önceden öğrenip planlayın.



Okulda Ne İşe Yarar?

SOSYAL BECERİ ARAŞTIRMALARINDA, SOSYAL BECERİLERİ GELİŞMİŞ ÇOCUKLARIN VE BİREYLERİN ALKOL, MADDE KULLANIMI, KENDİNE VE BAŞKALARINA ZARAR VERME, OKULA UYUM SORUNLARI, AGRESİF DAVRANIŞLAR, ÖFKE KONTROL SORUNLARI VE STRES BELİRTİLERİ BELİRGİN ŞEKİLDE DAHA AZ BULUNMUŞTUR. SOSYAL BECERİLERİN KAZANDIRILMASI, ÇEŞİTLİ UYUM VE DAVRANIŞ SORUNLARI YAŞAYAN ÇOCUKLARIN REHABİLİTE SÜREÇLERİNİN VE EĞİTİMLERİNİN DE ÖNEMLİ BİR PARÇASIDIR.



ONU DİNLEMEK

Çocuğunuzun dinlerken o an yaptığınız işe ara verin. Bedeninizi ona doğru çevirin ve kendi konuşmanızı erteleyin e sonuna kadar dinleyin



ÖFKESİNİ YAŞAMASINA VE YÖNETMESİNE FİSAT VERMEK

Çocuğunuz kızgınlığını saldırgan olmadan ifade edince onu takdir edin. Sinirlendiğinde veya ağladığında onun isteklerini yaparak öfkesini yanlış şekilde pekiştirmeyin. Sakinleşme becerilerini gözlemleyin ve yapabildiğinde takdir edin



NEZAKET İFADELERİNİ KULLANIN

Çocuğunuzla ve başkalarıyla konuşurken nezaket ifadelerini uygun yerde kullanarak model olun. Çocuğunuz bir şeyi kabaca istediğinde bunu kibarca nasıl isterdin diye sorun. Böyle yaptığında eğer isteği makulse gerçekleştirin.

