

ÇOCUKLARIN PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞINI ARTTIRMAK İÇİN VELİLERE ÖNERİLER BROŞÜRÜ (EK-3)

UNUTMAYIN Kİ;
ÇOCUKLARINIZ
SÖZLERİNİZİ DEĞİL,
AYAK İZLERİNİZİ
TAKİP EDER...

İLETİŞİME GEÇİN

Şeyh Sinan Mah. Ali Osman
Çelebi Bulvarı No:15
Çorlu/TEKİRDAĞ
02826539595.com.tr
corluram.meb.k12.tr

**ÇOCUKLARIN
PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIĞINI
ARTTIRMAK İÇİN
VELİLERE
ÖNERİLER**

ÇORLU REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



Karşılaştığı problemlerle başa çıkması ve çözüm üretmesi için fırsat verin.

Mizahın gücünü kullanın.

Yaşına uygun sorumluluklar vererek sorumluluk bilincinin gelişmesini sağlayın.

Pozitif düşünme becerilerini geliştirmeleri için destek olun.

Kendi psikolojik sağlık becerinizi geliştirerek doğru rol model olun.

Güvende olduğunu ve ne olursa olsun yanında olacağını bilmesini sağlayın.

Ekranla geçirilen sürenin azaltılması aile ile birlikte geçirilen nitelikli zamanın artırılması; birlikte parka gitme, kitap okuma, ev işlerini yapma vb. psikolojik sağlamlığın gelişmesinde önemlidir.

**İNSANLAR UZANMASINI
BEKLEDİKLERİ YARDIM
ELİNİN KENDİ
KOLLARININ UCUNDA
OLDUKLARINI FARK
ETTİKLERİNDE DAHA
GÜÇLÜ OLURLAR.**

Sidney J. Phillips

- Demokratik aile tutumunu benimseyin.
- Aile ortamında koşulsuz bir sevgi ve kabullenme gösterdiğinizden emin olun.
- Çocuklarınıza duygularını fark etmesini, ifade etmesini ve düzenlemesini öğretin.
- Olumlu kişilik özelliklerini ve davranışlarını iyi gözlemleyin ve cesaretlendirecek şekilde övün.
- Çocuğunuzun fiziksel ve ruhsal ihtiyaçlarını karşılayın ve anladığınızı ona hissettirin.

