

## ÇATIŞMA ÇÖZME BASAMAKLARI

1. Önce onunla yüz yüze sorununu konuşun.
2. İsteklerinizi ve nedenlerini açıklayın. Örneğin; “Oraya gitmeni istemiyorum çünkü çok uzak” gibi.
3. Duygularınızı ve nedenlerini 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.



## AİLE İÇİNDE ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ



REHBERLİK SERVİSİ

## 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.



## 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, çocuğunuzunuzu 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.

Çocuğunuzunuzu koşulsuz olarak sevin, olduğu gibi kabul edin. “Böyle yaparsan senin annen/baban olmayacağım” gibi cümlelerden kaçınin.



## 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.

Sağlıklı bir aile iletişimi için çocuklarınızı yetiştirirken şunlara dikkat edin:

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

## İLETİŞİMDE DOĞRU BİLİLEN YANLIŞLAR

**AHLAK DERSİ VERMEK**  
“Öyle davranmamalısın.”

“Büyüklerine karşı her zaman saygılı davranmalısın.”

**ÖĞÜT VERMEK, ÇÖZÜM VE ÖNERİ GETİRMEK**

“Aslı ve Cansu’ya seninle oynamaları için buraya gelmelerini neden söylemiyorsun? Ya da “Git başka çocuklarla arkadaşlık et.”

“Bu konuda öğretmenle konuşmanı öneririm.”

**ÖĞRETMEK, NUTUK ÇEKMEK, MANTIKLI DÜŞÜNCELER ÖNERMEK**

“Çocuklar birbirleriyle nasıl geçineceklerini öğrenmeli.”

“Çocuklar küçükken sorumluluk almayı öğrenirlerse, büyüyünce de sorumlu yetişkinler olurlar.”

ya da “Ben senin yaşındayken iki mislini yapardım.”

**YARGILAMAK, ELEŞTİRMEK, SUÇLAMAK, AYNI DÜŞÜNCEDE OLMAMAK**

“Bu, deneyimsiz birinin görüşü..” “Doğru düşünmüyorsun.”

“Bu konuda çok yanlıyorsun.”

