

ÖNERİLER

- Ergenlik dönemi gelişimsel özellikleri hakkında çocuk bilgilendirilmelidir.
- Anne ve babanın birlikte (ortak) ebeveynlik yaklaşımları sergilemeleri gerekir.
- Çocuk, ilgi ve yeteneklerini fark edebilmesi için farklı aktivitelerle buluşturulmalıdır.
- Destekleyici ve güvenilir bir ebeveyn-çocuk ilişkisi geliştirilmelidir.
- Kimlik oluşturma yolculuğunda çocuk için bir yol arkadaşı olunmalıdır.
- Çocuğun özerkliği desteklenmelidir.
- Çocuğun güçlü yanları bilinmeli ve çocuk, bu güçlü yanlarını kullanabilme konusunda cesaretlendirilmelidir.



AİLELER İÇİN BİLGİLENDİRME REHBERİ

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK



İLETİŞİM İÇİN

Süleymanşah, İstasyon Caddesi No:25,
63500 Akçakale/Şanlıurfa
<https://akcakaleram.meb.k12.tr/>

☎ 414 411 25 27

📷 @akcakaleram



GÜÇLÜ AİLENİN ÖZELLİKLERİ

- Ailede güçlü ilişkiler ve bağlar vardır.
- Değişen yaşam koşullarına uyum sağlamada esneklik özelliğine sahiptirler.
- İçinde bulundukları topluma bağlılıkları vardır.
- Kriz ve zor zamanlarda aileler rutinlerini ve ritüellerini devam ettirirler.



**AİLELER, ERGENLİK
DÖNEMİNDE YER ALAN
ÇOCUKLARININ GELİŞİMSEL VE
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARINI
FARK ETMELİDİR.**

**“Yaşam ne kadar kötü gözükürse
gözüksün, her zaman başarılı
olacak bir yol vardır. Hayat varsa
umut da vardır.”
STEPHEN HAWKİNG**

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIĞI YÜKSEK BİREYLERİN ÖZELLİKLER

- İletişimi güçlü
- iyimser bir gelecek duygusuna sahip
- Mizah duygusu gelişmiş
- Yeni durumlara çabuk adapte olabilir.
- Problem çözme becerisi yüksek
- Yüksek benlik algısına sahip

PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK;
Karşılaştığımız zorlayıcı olayların ve olumsuz koşulların üstesinden gelebilme ve bu durumlara uyum sağlayabilme yeteneğidir.