

STRESLİ BİR DÜNYADA MUTLU ÇOCUK

KİTABI EBEVEYN KİTAP OKUMA ATÖLYESİ PROGRAM KİTAPCIĞI

Kitap Hakkında:



Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek

Yazar: Ahmet Yıldız

Yayınevi: ALFA Yayınları

Sorular çocuklardan önce doğar, onlardan daha hızlı büyürler.

Doğmadan önce: “Bu dünyaya çocuk getirilir mi?”

Doğduktan sonra, “İyi bir anne/baba olabilecek miyim?”

Büyüyünce: “Ben nerede yanlış yaptım?”

Anne babalık istifa edilemeyen bir görev; iyi yapmak yetmiyor, her gün daha iyi yapmak gerekiyor! Neyse ki, çocuğunuz dünyadaki ilk çocuk değil ve son çocuk da olmayacak. Bilim dünyası hızla kritik sorunlara uygulanabilir çözümler üretiyor.

Mutlu bir çocukluk herkesin hakkı ve isteği. Büyük soru şu? Peki, ama nasıl?

Türkiye çapında etkinlik uygulamalarıyla tanınan Ahmet Yıldız bu kitabında iki büyük sorunun peşinde:

“Çocuğuma mutlu bir çocukluk yaşatabilecek miyim?”

“Çocuğuma mutlu, başarılı ve güvenli bir gelecek inşa edebilecek miyim?”

Mutlu çocuklar üzerine odaklanmak çok önemli, çünkü çocuklar hızla mutsuzlaşıyor. Araştırmalara göre, çocukların üçte biri mutsuz.

İradeleri, istekleri ve dikkatleri görülmedik derecede kırılgan, zayıf ve dağınık.

Güzel haber şu ki, mutlu çocuk olmak öğrenilebiliyor.

Giriş

Etkinliğin Amacı:

Bu etkinlik, Ahmet Yıldız'ın "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" adlı eserini merkezine alarak, ebeveynlere çocuk yetiştirme sürecinde karşılaştıkları zorluklara bilinçli ve bilimsel yaklaşımlar sunmayı amaçlamaktadır.

Günümüzde ebeveynler, çocuklarının duygusal, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarına nasıl yanıt verecekleri konusunda birçok soru işaretiyle karşı karşıyadır. Bu etkinlik, bu soru işaretlerini gidermeye yardımcı olacak bilgileri, deneyimleri ve uygulamaları ebeveynlerle paylaşmayı hedeflemektedir.

Ebeveynlerin çocuklarıyla daha kaliteli, anlamlı ve bilinçli zaman geçirebilmeleri için gereken bilgi ve becerilere odaklanan bu etkinlik, aynı zamanda çocukların duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarını daha derinlemesine anlamalarına yardımcı olacaktır. Etkinlik boyunca, çocukların bu ihtiyaçlarına nasıl cevap verebilecekleri, onları nasıl daha mutlu, sağlıklı ve dengeli bireyler olarak yetiştirebilecekleri konularında bilgiler sunulacaktır.

Etkinlik, teorik bilgilerin yanı sıra pratik uygulamalar, etkinlikler ve tartışma bölümleriyle zenginleştirilmiştir. Bu sayede ebeveynler, öğrendikleri bilgileri günlük yaşantılarına nasıl entegre edebilecekleri konusunda da fikir sahibi olacaklardır.

Katılımcı Profili:

Etkinliğimize, çocuk yetiştirme sürecinde daha bilinçli ve bilgilendirilmiş olmayı arzulayan tüm ebeveynler davetlidir. Etkinlik, özellikle çocuklarıyla daha kaliteli ve anlamlı zaman geçirmeyi hedefleyen, onların duygusal, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarını daha derinlemesine anlamak isteyen ebeveynler için tasarlanmıştır. Ayrıca, çocuklarının karşılaştığı zorluklara ve streslere nasıl daha etkili bir şekilde yanıt verebileceklerini öğrenmek isteyen ebeveynler için de bu etkinlik büyük bir fırsattır.

Etkinlik Süresi ve Formatı:

Etkinlik, toplamda 5 hafta boyunca devam edecektir. Her hafta, Ahmet Yıldız'ın "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" kitabından belirlenen bölümler üzerinde derinlemesine çalışılacaktır. Bu bölümlerden seçilen alıntılar, ebeveynlerle tartışma ve fikir alışverişi yapmak için kullanılacaktır. Her oturum, konunun daha iyi anlaşılmasını sağlamak için farklı etkinliklerle zenginleştirilecektir. Etkinliğin son haftasında, yazar Ahmet Yıldız ile canlı bir "yazar-okur buluşması" gerçekleştirilmesi planlanmaktadır. Ancak, teknik ya da diğer nedenlerle bu buluşma gerçekleşemezse, katılımcılar için alternatif bir etkinlik düzenlenecektir. Bu alternatif etkinlik, kitabın öne çıkan noktalarının özetlenmesi ve ebeveynlerin deneyimlerini paylaşımları üzerine odaklanabilir.

Ebeveyn Davet Aşaması:

▪ **Hedef Kitle Belirleme:**

Etkinliğe kimlerin katılmasını istediğinizi belirleyin. Bu, ebeveynler olabilir, ancak belirli bir yaş aralığındaki çocuğu olan ebeveynler veya belirli bir konuda destek arayan ebeveynler olabilir. Bütün velilerde dahil edilebilir. Kitabın tamamı veliler tarafından okunabilir ancak oturumlar 12 -22 ebeveynin katılımıyla yapılmalıdır.

▪ **Bilgilendirme:**

Hedef kitlenizi etkinlik hakkında bilgilendirin. Bu, web sitenizde bir duyuru yaparak, sosyal medya hesaplarınızda paylaşımlar yaparak veya e-posta listeleri aracılığıyla gerçekleştirilebilir.

Web Sitesi Duyurusu:

*Ebeveyn Kitap Okuma Etkinliği: "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek"
Çocuğunuzun mutluluğu ve gelişimi için neler yapabileceğinizi öğrenmek ister misiniz?
Ahmet Yıldız'ın "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" kitabı üzerine
düzenlediğimiz 5 haftalık özel etkinliğimize davetlisiniz!*

Tarih: [Başlangıç Tarihi] - [Bitiş Tarihi]

Yer: [Etkinlik Yeri/Online Platform Adı]

Kayıt ve Detaylar: [webadresiniz.com/kayıt]

Bu özel etkinlikte, kitaptan seçilen bölümler üzerinde çalışacak, çocuklarınızın duygusal ve psikolojik ihtiyaçlarına nasıl yanıt verebileceğinizi keşfedeceksiniz. Kayıt ve detaylı bilgi için tıklayınız! (Link)

E-posta İçeriği:

Konu: "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" Kitap Okuma Etkinliğimize Davetlisiniz!

Sevgili [Ebeveyn Adı],

Çocuğunuzun mutluluğu ve gelişimi için neler yapabileceğinizi daha derinlemesine öğrenmek ister misiniz? Ahmet Yıldız'ın "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" adlı kitabını temel alarak hazırladığımız 5 haftalık 'Ebeveyn Kitap Okuma' etkinliğimize sizi davet ediyoruz.

Etkinlik Detayları:

Tarih: [Başlangıç Tarihi] - [Bitiş Tarihi]

Yer: [Etkinlik Yeri/Online Platform Adı]

Bu etkinlikte, kitaptan seçilen bölümler üzerinde derinlemesine çalışmalar yapacak, çocuklarınızın duygusal, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarına nasıl daha etkili bir şekilde yanıt verebileceğinizi öğreneceksiniz.

Etkinliğimize katılmak için [webadresiniz.com/kayıt] adresinden kaydınızı yapabilirsiniz. Kontenjanımız sınırlıdır, bu nedenle erken kayıt yaptırmanızı öneririz.

Çocuğunuzun mutluluğu ve gelişimi için atacağınız bu değerli adımda sizinle birlikte olmayı dört gözle bekliyoruz.

Saygılarımla,
[Eğitimci ve okul adı]

▪ Davet Gönderme:

SMS mesajı ve davet mektubu ile potansiyel katılımcılara doğrudan ulaşın. Bu mesajlarda etkinliğin tarihini, süresini, içeriğini ve kayıt sürecini belirtin.

SMS Davet Mesajı:

"Merhaba! 'Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek' kitabı üzerine 5 haftalık özel

bir 'Ebeveyn Kitap Okuma' etkinliğimize davetlisiniz. Detaylar ve kayıt için [webadresiniz.com] adresini ziyaret edin. Sınırlı kontenjan!"

Davet Mektubu:

Sevgili Ebeveyn,

Çocuğunuzun mutluluğu ve gelişimi için neler yapabileceğinizi daha derinlemesine öğrenmek ister misiniz? Ahmet Yıldız'ın "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" adlı kitabını temel alarak hazırladığımız 5 haftalık 'Ebeveyn Kitap Okuma' etkinliğimize sizi davet ediyoruz.

Etkinlik Detayları:

Tarih: [Başlangıç Tarihi] - [Bitiş Tarihi]

Yer: [Etkinlik Yeri/Online Platform Adı]

Süre: Toplam 5 hafta

Bu etkinlikte, kitaptan seçilen bölümler üzerinde derinlemesine çalışmalar yapacak, çocuklarınızın duygusal, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarına nasıl daha etkili bir şekilde yanıt verebileceğinizi keşfedeceksiniz. Ayrıca, her oturumda farklı etkinliklerle konuları pekiştireceğiz.

Etkinliğimizin son haftasında, yazar Ahmet Yıldız ile online bir "yazar-okur buluşması" gerçekleştirmeyi planlıyoruz. Bu özel buluşmada, kitap hakkındaki sorularınızı doğrudan yazarla paylaşma fırsatı bulacaksınız.

Etkinliğimize katılmak için [webadresiniz.com/kayıt] adresinden kaydınızı yapabilirsiniz. Kontenjanımız sınırlıdır, bu nedenle erken kayıt yaptırmanızı öneririz.

Çocuğunuzun mutluluğu ve gelişimi için atacağınız bu değerli adımda sizinle birlikte olmayı dört gözle bekliyoruz.

Saygılarımla,

Eğitimci adı ve okul

▪ **Kayıt Süreci:**

Katılımcıların etkinliğe kaydolabilecekleri bir platform oluşturun. Bu, web sitenizde bir kayıt formu olabilir.

▪ **Geri Bildirim:**

Kayıt olan katılımcılara onay mesajı gönderin ve etkinlik öncesi hatırlatma mesajları veya e-postaları ile bilgilendirin.

Kayıt Onay Mesajı:

Konu: Ebeveyn Kitap Okuma Etkinliği Kayıt Onayınız

Sevgili [Ebeveyn Adı],

"Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" kitabı üzerine düzenlediğimiz 'Ebeveyn Kitap Okuma' etkinliğine kaydınız başarıyla tamamlanmıştır!

Etkinlik Detayları:

Tarih: [Başlangıç Tarihi] - [Bitiş Tarihi]

Yer: [Etkinlik Yeri/Online Platform Adı]

Etkinlik öncesi size hatırlatma mesajı göndereceğiz. Etkinliğimizde sizinle birlikte olmayı dört gözle bekliyoruz.

Saygılarımla,

[Eğitmen Okul Adı]

Etkinlik Öncesi Hatırlatma Mesajı/E-postası:

Konu: Ebeveyn Kitap Okuma Etkinliği Hatırlatması

Sevgili [Ebeveyn Adı],

"Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" kitabı üzerine düzenlediğimiz 'Ebeveyn Kitap Okuma' etkinliğimize sadece birkaç gün kaldı! Sizi bu özel etkinlikte aramızda görmekten mutluluk duyarız.

Etkinlik Detayları:

Tarih: [Başlangıç Tarihi] - [Bitiş Tarihi]

Yer: [Etkinlik Yeri/Online Platform Adı]

Gereçler: Kitabınızı yanınızda getirmeyi unutmayın!

Eğer herhangi bir sorunuz veya öneriniz olursa, lütfen bizimle iletişime geçin. Etkinliğimizde sizinle birlikte olmayı dört gözle bekliyoruz.

Saygılarımla,

[Eğitmen Okul Adı]

Ebeveyn Kayıt Tablosu:

Sıra No	Ebeveyn Adı Soyadı	Çocuğun Adı	Çocuğun Yaşı	Telefon Numarası	E-posta Adresi	Kayıt Tarihi	Özel Notlar
1	Ahmet Yılmaz	Ali Yılmaz	7	05XX XXX XX XX	ahmet@mail.com	01.01.2023	-
2	Elif Kaya	Ayşe Kaya	5	05XX XXX XX XX	elif@mail.com	02.01.2023	-
...

▪ Etkinlik Öncesi Hazırlık:

Katılımcılara etkinlik öncesi yapmaları gereken hazırlıklar hakkında bilgi verin. Örneğin, kitabın belirli bölümlerini okumalarını isteyebilirsiniz.

Konu: Ebeveyn Kitap Okuma Etkinliği Öncesi Hazırlıklarınız

Sevgili [Ebeveyn Adı],

"Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" kitabı üzerine düzenlediğimiz 'Ebeveyn Kitap Okuma' etkinliğimize katıldığınız için teşekkür ederiz! Etkinliğimizin verimli ve etkili geçmesi için bazı ön hazırlıkların yapılması gerekmektedir. Aşağıda etkinlik öncesi yapmanız gereken hazırlıkları bulabilirsiniz:

Kitap Okuma:

Etkinliğin ilk haftasında kitabın [1-3. bölümleri] üzerine odaklanacağız. Bu bölümleri etkinlik öncesi okumanız, tartişmalara daha aktif katılmanızı sağlayacaktır.

Not Alma:

Okurken aklınıza takılan soruları veya dikkatinizi çeken noktaları not alın. Bu notlar, etkinlik sırasında yapacağımız tartişmalarda size yardımcı olacaktır.

Soru Hazırlığı:

Kitapla ilgili merak ettiğiniz konuları veya anlamadığınız bölümleri belirleyin. Etkinlik sırasında bu sorularınızı grupta veya eğitmenle paylaşabilirsiniz.

Teknik Hazırlık:

Etkinlik online bir platform üzerinden gerçekteştirilecekse, gerekli uygulamayı önceden indirin ve internet bağlantınızın stabil olduğundan emin olun.

Etkinlikte aktif katılımınız, hem sizin hem de diğer katılımcıların daha verimli bir öğrenme süreci geçirmesini sağlayacaktır. Etkinlik öncesi bu hazırlıkları tamamlamanızı rica ederiz.

Eğer herhangi bir sorunuz veya öneriniz olursa, lütfen bizimle iletişime geçin. Etkinliğimizde sizinle birlikte olmayı dört gözle bekliyoruz.

Saygılarımla,

[Eğitmen Okul Adı]

▪ **Etkinlik Sonrası Geri Bildirim:**

Etkinlik sonrası katılımcılardan geri bildirim alın. Bu, etkinliğin nasıl geçtiğini değerlendirmeniz ve gelecekteki etkinlikler için iyileştirmeler yapmanız için önemlidir.

Haftalık Oturum Planları

Tanışma Süreci

Oturum Başlangıcı: Tanışma Etkinliği

- Eğitmen, katılımcıları kısaca tanıtarak başlar.
- Katılımcıların birbirleriyle tanışmaları için kısa bir süre verilir.

Tanışma Etkinliği Formu

Etkinlik Adı: "İlgi Alanları ve İsimler"

Amaç: Katılımcıların birbirlerini daha iyi tanımalarını, ortak ilgi alanlarını keşfetmelerini ve iletişim kurmalarını sağlamak.

Süre: Yaklaşık 20 dakika

Katılımcı Sayısı: En az 15 kişi

Ekipmanlar: Kâğıt, kalem veya yazma araçları

Adınız	Mesleğiniz	En İlgi Çekici Seyahat Deneyiminiz	En Sevdiğiniz Film veya Kitap
		..	
		..	
		..	
		..	
		..	
		..	

Etkinlik Aşamaları:

1. Her katılımcıya bir kâğıt ve kalem verin.
 2. Her katılımcıdan, adını yazmasını, mesleğini veya çalıştığı alandaki uzmanlığını yazmasını, en ilgi çekici seyahat deneyimini ve en sevdiği filmi veya kitabı yazmasını isteyin.
 3. Katılımcılara kendilerini kısaca tanıtmaları için 2 dakika süre verin.
 4. Sırayla, her katılımcı kendini tanıtarak kâğıdındaki bilgileri paylaşsın.
 5. Etkinlik boyunca, katılımcılara birbirlerinin meslekleri veya uzmanlık alanları hakkında sorular sormaları ve ilginç deneyimlerini paylaşmaları için teşvik edin.
 6. Son olarak, katılımcılardan en sevdikleri film veya kitap hakkında kısa bir açıklama yapmalarını isteyin.
 7. Etkinliği bitirirken, katılımcılardan birkaç kişiye diğerlerinin paylaştığı bilgileri hatırlamalarını ve bu bilgiler üzerinden daha derinlemesine konuşmalarını teşvik edin.
- Eğitmen, kitabın genel amacından ve bu oturumun hedeflerinden bahseder.

Sayın Katılımcılar,

Hepinize hoş geldiniz! Bugün buradayız çünkü çocuklarımızın mutluluğunu anlamak ve desteklemek istiyoruz. Bu oturumda, "Çocukların Mutluluğunu Anlamak" adlı kitabı ele alacağız ve çocukların mutluluğunu nasıl artırabileceğimize dair önemli bilgileri paylaşacağız.

Kitabın genel amacı, çocukların mutluluğunu anlamak ve onları daha mutlu bireyler olarak yetiştirmek için gereken bilgi ve araçları sunmaktır. Çocuklarımızın mutluluğu, onların sağlıklı gelişimleri ve yaşamları boyunca başarılı olmaları için kritik bir öneme sahiptir. Bu nedenle, çocuklarımızın mutluluğunu anlamak ve desteklemek, ebeveynler ve eğitimciler olarak bizim sorumluluğumuzdadır.

Bu oturumun hedefleri şunlardır:

- 1. Kitaptan alınan alıntılar aracılığıyla çocukların mutluluğunu etkileyen faktörleri anlamak.*
- 2. Katılımcıların kendi deneyimlerini ve bilgilerini paylaşarak birbirlerinden öğrenmelerini teşvik etmek.*
- 3. Çocukların mutluluğunu artırmak için pratik ipuçları ve stratejiler sunmak.*
- 4. Eğitimcinin rehberliğinde kitap üzerinde derinlemesine bir tartışma yapmak.*

Bugün birlikte çalışacağımız için çok heyecanlıyım. Hep birlikte, çocuklarımızın mutluluğunu daha iyi anlayacak ve onları desteklemek için güçlü araçlar geliştireceğiz. Şimdi, bu oturum boyunca birlikte neler öğrenebileceğimizi keşfetmek için sabırsızlanıyorum.

Teşekkür ederim ve başlayalım!

1. Oturum:

Mutluluğun Tanımı ve Çocuklukta Mutluluk

OTURUM AKIŞI:

Açılış ve Tanışma

- Eğitimci, katılımcıları selamlar ve kısa bir giriş yapar.

Sayın Katılımcılar,

Bugün "Çocukların Mutluluğunu Anlamak" oturumunun ilk bölümüne hoş geldiniz. Bu oturumda, mutluluğun tanımı ve çocukluk döneminde mutluluğun nasıl şekillendiğini keşfedeceğiz. Çocuklarımızın mutluluğunu anlamak, onların sağlıklı bir geleceğe adım atmalarına yardımcı olmanın temel taşlarından biridir.

Mutluluk kavramı herkes için farklı bir anlam taşıyabilir, ancak çocuklarımızın mutluluğunu anlamak ve desteklemek için ortak bir temel oluşturmak önemlidir. Bu oturumda, mutluluğu tanımlayacak ve çocukluk döneminde mutluluğun nasıl şekillendiğini anlamamıza yardımcı olacak bazı kavramları ele alacağız.

Ayrıca, bu oturum boyunca kitaptan alınan alıntılarını kullanarak önemli konuları tartışacağız. Kendi deneyimlerimizi ve bilgilerimizi paylaşmak için buradayız, bu yüzden interaktif bir oturum olmasını bekliyoruz.

Hadi başlayalım ve çocukların mutluluğunu daha iyi anlamaya adım atalım!

- Katılımcıların bu kitap okuma etkinliği hakkında düşüncelerini paylaşmaları teşvik edilir.
- Daha sonra kitaptan aşağıdaki alıntılar okunarak ve sorular sorularak süreç başlatılır.

Kitaptan Alıntılar ve Tartışma

- Eğitimci, kitaptan alıntılarını paylaşarak oturuma başlar:

Alıntı - 1:

"Mutluluk, negatif duyguların kişinin yaşamı içinde az, pozitif duyguların ise çok yer almasıdır. Mutluluk, sevmek ve çalışmaktır. Mutluluk, yaşamdan alınan doyumdur. Mutlu çocuk ise; hayattan ve yaşamaktan zevk alan, çevresinde oluşan olaylara duyarlı, canlılara şefkatle yaklaşabilen, empati yeteneği gelişmiş, etrafındaki kişiler ile doğru iletişim kurabilen, hayatın inişli çıkışlı duygu durumlarına karşı dirençli bir bireydir." [Sayfa: 15]

Tartışma Soruları:

- "Mutluluk sizin için ne anlama geliyor? Çocuğunuzun mutluluğunu nasıl tanımlarsınız?"
- "Çocuğunuzun hayatında pozitif duyguları artırmak için neler yapabilirsiniz?"

Eğitiminin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Şimdi, "Mutluluk" konusunu ve bu alıntıyı ele aldık. Sizlerin düşüncelerini duymak çok değerliydi. Şimdi, kitaptan aldığımız bu temel kavramları pekiştirmek ve çocuklarımızın mutluluğunu desteklemek için somut adımlara geçelim.

Kitapta belirtildiği gibi, çocuklarımızın mutluluğu, pozitif duyguların ağırlıklı olduğu bir yaşamla bağlantılıdır. Bu nedenle, çocuklarımıza pozitif deneyimler sunmak önemlidir. Bu, büyük etkinliklerle sınırlı değil, günlük yaşamın içinde de olabilir. Birlikte oyunlar oynamak, aile içi sohbetler düzenlemek veya doğada vakit geçirmek gibi basit aktiviteler, pozitif deneyimler yaratmanıza yardımcı olabilir.

Ayrıca, çocuklarımıza yaşamları boyunca empati ve iyi iletişim becerileri kazandırmak da önemlidir. Bu, onların duygusal zekalarını geliştirmelerine yardımcı olur ve olumlu ilişkiler kurmalarını sağlar. Empati yeteneklerini desteklemek için, onların duygusal deneyimlerini anlamaya çalışın ve hissettikleri konusunda onları cesaretlendirin.

Olumsuz deneyimleri olumlu öğrenme deneyimlerine dönüştürmek de önemlidir. Çocuklarımıza, zorlukların birer fırsat olduğunu ve her deneyimden bir şeyler öğrenebileceklerini öğretin. Bu, problem çözme becerilerini geliştirmelerine ve hayatın zorluklarına karşı daha dirençli olmalarına yardımcı olacaktır.

Son olarak, unutmayın ki çocuklarımızın mutluluğu, aile içi ilişkilerle de yakından ilişkilidir. Ailedeki olumlu ilişkiler, çocukların duygusal güvenlerini artırabilir ve onları daha mutlu bireyler yapabilir. Aile içi iletişimi açık tutmaya çalışın ve çocuklarınıza sorumluluklar vererek aile sürecine dahil etmeye çalışın.

Kitapta verilen bilgileri daha fazla anlamlandırmak ve öğrenilenleri günlük hayata uygulamak için, kitabın ilerleyen bölümlerini okumanızı ve önerileri denemenizi öneririm. Ayrıca, çocuk gelişimi ve mutluluk konularında daha fazla bilgi edinmek için kaynaklar araştırmak da faydalı olabilir. Sizlere daha fazla bilgi sağlamak için buradayım, başka hangi konuları ele almak istersiniz?"

Alıntı - 2:

"Çocuğunuz ne kadar mutlu edebilirsiniz? Mutlu olmanın ve mutsuz olmanın sınırı nedir? Mutluluk ve mutsuzluğun bir süresi var mı? Bir çocuğun mutluluk veya mutsuzluk limitini belirleyen üç unsur vardır: Çocuğun genetik yapısı, çocuğun yaşadıkları ve çocuğun yaşayacağını düşündükleri." [Sayfa:

17]

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuzun mutluluk sınırları nelerdir? Hangi faktörler onu mutlu veya mutsuz yapabilir?"
- "Çocuğunuzun gelecekteki mutluluğunu nasıl destekleyebilirsiniz?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Çocuğunuzun mutluluk sınırları, çocuğun genetik yapısı, yaşadıkları deneyimler ve gelecekte neler yaşayacağını düşündüğü faktörlerden etkilenebilir. Öncelikle, çocuğunuzun kişisel

özelliklerini ve genetik yapısını anlamak önemlidir. Her çocuk farklıdır ve bu farklılıklar, mutluluk algılarına da yansır. Bazı çocuklar daha pozitif ve neşeli doğarlar, diğerleri ise daha sakin ve düşünceli olabilirler. Bu nedenle, çocuğunuzun doğal kişiliğini kabul etmek ve ona bu temelde yaklaşmak önemlidir.

Ayrıca, çocuğunuzun yaşadığı deneyimler de mutluluğunu etkiler. Olumlu deneyimler, çocuğunuzun mutlu olmasına katkıda bulunabilirken, olumsuz deneyimler mutsuzluğa neden olabilir. Bu nedenle, çocuğunuzun güvenli ve destekleyici bir çevrede büyümesini sağlamak önemlidir. Aynı zamanda, olumsuz deneyimleri olumlu öğrenme deneyimlerine dönüştürme yeteneğini geliştirmek, çocuğunuzun duygusal dayanıklılığını artırabilir.

Gelecekteki mutluluğu desteklemek için, çocuğunuzun hayal kurmasına ve hedefler belirlemesine yardımcı olabilirsiniz. Onun ilgi duyduğu alanları keşfetmesine ve tutkularını takip etmesine izin vermek, onun gelecekteki mutluluğunu şekillendirebilir.”

Alıntı - 3:

"Çocuğunuzun önünde uzun bir yol var. O yolda yürümek onu mutlu etmeli. Vardığı yer değil geçtiği yollarda karşılaştıkları onu mutlu etmeli. O yolda karşılaşacağı anlık haz ile yolun ilerisinde yaşayacağı haz arasında tercih yapabilmesi ve o yolculuğa anlam verebilmesidir asıl mutluluk. Çocuk gelecek için şimdinin hazzından vazgeçebiliyorsa mutludur. Çocuk, sergilediği tüm davranışları sadece mutlu olmak için yapar." [Sayfa: 46]

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuzun mutluluğunu desteklemek için ona nasıl bir yol haritası çizebilirsiniz?"
- "Çocuğunuzun anlık tatmin ve uzun vadeli mutluluk arasındaki dengeyi nasıl öğrenebilir?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

“Arkadaşlar, bu alıntı üzerinden çocuklarımızın mutluluğunu destekleme konusunu ele alalım. Alıntıda vurgulanan önemli bir nokta, çocuklarımızın yaşamlarının bir yolculuk olduğu ve bu yolculuğun kendilerini mutlu etmesi gerektiği. Peki, bu fikirleri nasıl pratiğe döküyoruz?”

Öncelikle, çocuğunuzun ilgi duyduğu alanları ve hedeflerini anlamak önemlidir. Onların tutkularını keşfetmelerine ve bu tutkuları takip etmelerine izin vermek, mutluluklarını artırabilir. Bir çocuğun gelecekte mutlu olabilmesi için, şu anki tatminden vazgeçebilmesi ve uzun vadeli hedeflere odaklanabilmesi gerekir. Bu noktada, çocuğunuza zaman yönetimi ve planlama becerileri kazandırmak önemlidir.

Ayrıca, çocuklarımıza anlık tatmin ve uzun vadeli mutluluk arasındaki dengeyi öğretmek de önemlidir. Anlık hazlar, elbette ki önemlidir, ancak çocuklarımıza gelecekteki mutluluğun da aynı derecede değerli olduğunu anlatmalıyız. Bu dengeyi sağlamak, onların hayatta daha bilinçli kararlar alabilmelerine yardımcı olacaktır.

Sizler, çocuklarınızın mutluluğunu desteklemek için hangi yöntemleri kullanıyorsunuz? Bu konuda deneyimlerinizi paylaşmak isterseniz, sizi dinlemek isterim.”

Alıntı - 4:

"Mutlu ailelerde yaşayan çocuklar daha mutlu. Eğer çocuğunuz varsa mutluluk istiyorsunuzdur. Çünkü çocuk demek gelecek demektir. Mutlu çocuklar mutlu ailede filizlenir. Eğer ailenin yapısında ve işleyişinde sorunlar varsa çocuğun hayatında mutsuzluk var demektir." [Sayfa: 49]

Tartışma Soruları:

- "Aile içi ilişkilerin çocuğunuzun mutluluğunu nasıl etkileyebileceğini düşünüyorsunuz?"
- "Aile içi sorunları çözmek, çocuğunuzun mutluluğunu nasıl artırabilir?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Değerli katılımcılar, bu alıntı, aile içi ilişkilerin çocuklarımızın mutluluğu üzerindeki etkisini vurguluyor. Aile, çocukların hayatında temel bir rol oynar ve aile içindeki ilişkilerin niteliği, çocuklarımızın duygusal ve psikolojik gelişimini büyük ölçüde etkileyebilir.

Aile içi ilişkiler, çocuğunuzun güven duygusu, özsaygı ve duygusal denge geliştirmesine yardımcı olabilir veya olumsuz yönde etkileyebilir. Bu nedenle, çocuklarımızla sağlıklı ve destekleyici bir iletişim kurmak, onların duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve karşılamak önemlidir.

Ayrıca, aile içi sorunları çözmek de çocuğunuzun mutluluğunu artırabilir. Aile içi çatışmaların açık ve sağlıklı bir şekilde çözülmesi, çocuğunuzun duygusal güvende hissetmesine ve olumsuz etkilerden korunmasına yardımcı olabilir.

Sizler, aile içi ilişkileri nasıl daha sağlıklı hale getirebileceğinizi düşünüyorsunuz? Bu konuda deneyimlerinizi ve fikirlerinizi paylaşmak isterseniz, sizi dinlemek isterim."

Alıntı - 5:

"Mutluluk bizimle saklambaç oynuyor. Görüyoruz ama mutluluğu bulamıyoruz. Yaşadığımızda onun mutluluk olduğunu bilmiyoruz. Filozoflar mutluluğun peşinde. Mutluluk konusu eski Yunanda filozoflar arasında en çok tartışılan konulardan birisi olmuştur." [Sayfa: 12]

Tartışma Soruları:

- "Mutluluğu bulmak ve tanımak konusundaki düşüncelerinizi paylaşır mısınız?"
- "Sizce mutluluğu tanımlamak için evrensel bir tanım mümkün müdür?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Arkadaşlar, bu alıntıda mutluluğun bazen zor bir kavram olabileceğine ve herkes için farklı anlamlar taşıdığına dikkat çekiliyor. Mutluluk, kişisel deneyimlerimize, değerlerimize ve yaşam koşullarımıza bağlı olarak değişebilir. Şimdi, mutluluğu bulmak ve tanımak konusundaki düşüncelerinizi ve deneyimlerinizi paylaşmak isterseniz, sizi dinlemek isterim.

Ayrıca, mutluluğu evrensel bir şekilde tanımlamanın mümkün olup olmadığını düşünün. Belirli bir tanımın herkes için geçerli olup olmadığını veya herkesin mutluluğu farklı şekillerde

deneyimleyebileceğini düşünüyorsanız, bu konudaki görüşlerinizi paylaşın. Mutluluk kavramıyla ilgili tartışmalar, bizlere bu önemli konuyu daha iyi anlama fırsatı sunuyor.”

Genel Tartışma (Gerekli Olursa)

- "Sizce mutlu bir ailede olması gereken en önemli özellik nedir?"
- "Aile içi iletişimde hangi stratejileri kullanarak daha mutlu bir aile olabiliriz?"
- "Çocuklarımızın geleceği için neler yapmalıyız?" sorusu üzerine fikir alışverişi yapılır.
- "Aile yapısının çocuğun mutluluğuna etkisi nedir?" sorusu üzerine tartışma başlatılır.

Oturumu Kapatma

- Eğitimi, oturumu özetler ve bir sonraki hafta yapılacak çalışmalar hakkında bilgi verir.
Bölümünün okunması için görev verilir.
- Katılımcılardan geri bildirim alır ve teşekkür eder.

2. Oturum:

Aile İçi İlişkiler ve Mutluluk

Oturum Amaçları:

- Aile içi ilişkilerin mutluluk üzerindeki etkisini anlamak.
- Mutlu ailelerin özelliklerini keşfetmek.
- Aile içi iletişimin önemini kavramak.
- Aile içi ilişkilerde olumlu değişiklikler yapma yollarını öğrenmek.

OTURUM AKIŞI:

Açılış ve Tanışma

- Eğitmeni, katılımcıları selamlar ve kısa bir tanışma turu yapar.
- Katılımcıların bir önceki haftanın konusu hakkında düşüncelerini paylaşmaları teşvik edilir.

Kitaptan Alıntılar ve Tartışma

Eğitmeni ebeveynlere dönerek **“Şimdi kitaptan birkaç alıntı konusunda konuşalım isterseniz.”** diyerek daha önce kitapta işaretlediği aşağıdaki alıntıları okur ve sonrasında yine aşağıdaki soruları sorarak etkileşimi başlatır:

Alıntı – 1 :

"Mutlu ailelerde çocuklar olumlu yaşam deneyimleri yaşar. Mutlu aileler çocuklarına kişiliklerine ve yaşlarına uygun sorumluluklar vererek aile sürecine dahil olmasını sağlar. Mutlu aileler çocuklarının olumsuz olaylara karşı mesafe koymasını, kontrollü bir iletişim kurmasını ve olumlu zaman yönetmesini destekler." (Sayfa: 50)

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuza olumlu bir yaşam deneyimi sunmak için hangi aktiviteleri tercih ediyorsunuz?"
- "Olumsuz bir deneyimi olumlu bir öğrenme deneyimine nasıl dönüştürebiliriz?"

Eğitmenin Açıklaması:

Eğitmeni söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Öncelikle paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Her birinizin deneyimleri ve yaklaşımları, çocuklarınıza nasıl daha olumlu bir yaşam deneyimi sunabileceğiniz konusunda değerli bilgiler içeriyor. Kitapta da belirtildiği gibi, mutlu aileler çocuklarına olumlu yaşam deneyimleri sunar. Bu, sadece büyük etkinlikler veya tatillerle değil, günlük rutinlerde, basit oyunlarla, aile içi sohbetlerle ve birlikte geçirilen kaliteli zamanla da mümkündür.

Çocuklara kişiliklerine ve yaşlarına uygun sorumluluklar vermek, onların özsaygılarını geliştirir, bağımsızlık duygularını artırır ve aile sürecine aktif bir şekilde dahil

olmalarını sağlar. Bu, onların sosyal becerilerini geliştirmelerine ve aile içi dinamikleri daha iyi anlamalarına yardımcı olur.

Olumsuz deneyimlerin olumlu öğrenme deneyimlerine dönüştürülmesi konusunda ise, önemli olan çocuğun duygularını geçersiz kılmamak, onunla empati kurmak ve ona bu deneyimlerden nasıl ders çıkarabileceğini göstermektir. Olumsuz bir deneyim, doğru bir yaklaşımla, çocuğun problem çözme becerilerini geliştirebilir, direncini artırabilir ve ona hayatın zorluklarıyla nasıl başa çıkabileceğini öğretebilir.

Son olarak, kontrollü bir iletişim ve olumlu zaman yönetimi, çocukların duygusal zekalarını geliştirmelerine ve daha dengeli bireyler olmalarına yardımcı olur. Bu beceriler, onların hayatlarının her alanında başarılı olmalarına katkıda bulunacaktır."

Bu açıklama, ebeveynlerin sorulara verdikleri cevaplara ve kitaptan alınan alıntılara dayanarak hazırlanmıştır. Eğitimci, bu açıklamayı kullanarak oturumu daha etkili ve katılımcılar için daha anlamlı hale getirebilir.

Alıntı - 2:

"Mutlu ailelerde her aile üyesi kendisini aileye ait hisseder. Çünkü bu ailedeki herkes sevildiğini, önemli olduğunu ve aileye bir değer kattığını bilir, hisseder ve düşünür. Mutlu aileler sadece özel günlerde değil hayatın her alanında beraber olmaya özen gösterir." (Sayfa: 50)

Tartışma Soruları:

- "Aile içinde aidiyet duygusunu nasıl güçlendirebiliriz?"
- "Bir aile üyesinin aidiyet duygusunu kaybettiğini düşündüğünüzde nasıl bir yaklaşım sergiliyorsunuz?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Aidiyet duygusu, bireyin bir gruba veya topluluğa dahil olma hissidir ve bu, aile içinde de son derece kritiktir. Kitapta da belirtildiği gibi, mutlu ailelerde her birey, aileye ait olduğunu hisseder. Bu, sadece sevildiğini bilmekle kalmaz, aynı zamanda aile içinde önemli bir yere sahip olduğunu ve aileye değer kattığını hissetmekle de ilgilidir.

Aidiyet duygusunu güçlendirmek için, aile üyelerinin birbirlerine olan sevgi ve saygılarını düzenli olarak ifade etmeleri önemlidir. Bu, sadece sözlü ifadelerle değil, aynı zamanda davranışlarla, birlikte kaliteli zaman geçirerek ve birbirlerinin başarılarını ve çabalarını takdir ederek de yapılabilir.

Bir aile üyesinin aidiyet duygusunu kaybettiğini düşündüğümüzde, bu durumu göz ardı etmek yerine, onunla empatik bir şekilde iletişim kurmak ve onun duygularını ve endişelerini anlamaya çalışmak önemlidir. Aidiyet duygusunun kaybolması, bireyin aile içinde görmezden geldiğini veya değersiz hissettiğini gösterebilir. Bu nedenle, bu duyguları anlamak ve ona değer verildiğini göstermek için ekstra çaba sarf etmek gerekebilir.

Son olarak, aidiyet duygusunu güçlendirmek için aile içinde düzenli olarak birlikte vakit geçirmek, birlikte aktiviteler yapmak ve birbirlerine olan sevgi ve saygıyı ifade

etmek önemlidir. Bu, aile üyelerinin birbirlerine olan bağlılıklarını ve aidiyet duygularını güçlendirir."

Bu açıklama, ebeveynlerin sorulara verdikleri cevaplara ve kitaptan alınan alıntılara dayanarak hazırlanmıştır. Eğitimci, bu açıklamayı kullanarak oturumu daha etkili ve katılımcılar için daha anlamlı hale getirebilir.

Alıntı 3 :

"Mutlu aileler dijital aletlerle değil yüz yüze sözlü iletişim kurar. Eğer birinin dinlenilmeye ihtiyacı varsa televizyon kapatılır, telefon kaldırılır, tablet oyunu kapatılır, yemek yapma bekletilir, çamaşırlar bir saat sonra yıkanır. Çünkü o an önemli olan konuşmaya ihtiyacı olan aile üyesinin sorunlarını ve duygularını paylaşmaktır." (Sayfa: 50)

Tartışma Soruları:

- "Dijital aletlerin aile içi iletişimi üzerindeki etkisi hakkında ne düşünüyorsunuz?"
- "Aile içi iletişimi güçlendirmek için hangi yöntemleri tercih ediyorsunuz?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Öncelikle, paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Dijital çağda yaşıyoruz ve dijital aletlerin hayatımızda büyük bir yeri var. Ancak, bu aletlerin aile içi iletişimi üzerindeki etkisi, birçok aile için bir endişe kaynağı olmuştur. Kitapta da belirtildiği gibi, mutlu aileler yüz yüze iletişimi tercih ederler ve dijital aletlerin bu iletişimi engellemesine izin vermezler.

Dijital aletler, aile üyeleri arasındaki fiziksel ve duygusal mesafeyi artırabilir. Özellikle yemek masasında veya ailece geçirilen kaliteli zamanlarda dijital aletlerin kullanılması, aile üyeleri arasındaki bağı zayıflatabilir. Ancak, bu aletleri doğru bir şekilde kullanmak, aile içi iletişimi güçlendirebilir. Örneğin, ailece bir film izlemek veya bir oyun oynamak, aile üyeleri arasındaki bağı güçlendirebilir.

Aile içi iletişimi güçlendirmek için, birçok yöntem tercih edilebilir. Öncelikle, ailece geçirilen zamanın kalitesine odaklanmak önemlidir. Bu, birlikte oyun oynamak, birlikte yemek yapmak veya birlikte bir aktivite yapmak olabilir. Ayrıca, aile üyeleri arasında düzenli olarak duygusal paylaşımların yapılması, aidiyet duygusunu ve aile içi bağlılığı güçlendirir.

Son olarak, aile içi iletişimi güçlendirmek için, aile üyelerinin birbirlerine olan sevgi, saygı ve anlayışlarını ifade etmeleri önemlidir. Bu, sadece sözlü ifadelerle değil, aynı zamanda davranışlarla da yapılabilir."

Bu açıklama, ebeveynlerin sorulara verdikleri cevaplara ve kitaptan alınan alıntılara dayanarak hazırlanmıştır. Eğitimci, bu açıklamayı kullanarak oturumu daha etkili ve katılımcılar için daha anlamlı hale getirebilir.

Alıntı 4:

"Mutlu ailelerde kişiler birbirlerine sevgisini ve saygısını sadece sözlerle değil davranışlarla da gösterir. Bu ailelerde nezaket içeren "Teşekkür ederim.", "Hiç önemi yok.", "Sen daha değerlisin." gibi cümleler kurulur, bu cümlelere uygun davranışlar sergilenir." (Sayfa: 50)

Tartışma Soruları:

- "Sevgi ve saygı davranışlarla nasıl gösterebiliriz?"
- "Bir aile üyesine saygı göstermek için hangi davranışları tercih ediyorsunuz?"

Eğitiminin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Öncelikle, paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Sevgi ve saygı, aile içi ilişkilerin temel taşlarıdır ve bu değerler, sadece sözlerle değil, aynı zamanda davranışlarla da ifade edilmelidir. Kitapta da belirtildiği gibi, mutlu ailelerde bireyler birbirlerine olan sevgi ve saygılarını davranışlarıyla gösterirler.

Sevgi ve saygı davranışlarla göstermek için, birçok yöntem tercih edilebilir. Öncelikle, aile üyelerinin birbirlerine olan ilgilerini ve anlayışlarını ifade etmeleri, bu değerleri göstermenin en basit yollarından biridir. Bu, bir aile üyesinin bir problemi olduğunda onu dinlemek, onunla empati kurmak veya onun için küçük jestler yapmak olabilir. Ayrıca, aile üyeleri arasında düzenli olarak takdir ve teşekkür ifadelerinin kullanılması, sevgi ve saygının gösterilmesine katkıda bulunur.

Saygı göstermek için, birçok davranış tercih edilebilir. Öncelikle, aile üyelerinin birbirlerinin fikirlerine ve duygularına değer vermesi, saygının en önemli göstergelerinden biridir. Bu, bir aile üyesinin fikirlerine katılmamakla birlikte onu dinlemek, onunla anlaşmazlık yaşanırken bile ona saygılı bir şekilde yaklaşmak veya onun özel alanına ve sınırlarına saygı göstermek olabilir.

Son olarak, nezaket içeren cümlelerin kullanılması, aile içi ilişkilerin kalitesini artırabilir. 'Teşekkür ederim', 'Hiç önemi yok' veya 'Sen daha değerlisin' gibi cümleler, aile üyeleri arasında olumlu bir atmosferin oluşturulmasına katkıda bulunur."

Bu açıklama, ebeveynlerin sorulara verdikleri cevaplara ve kitaptan alınan alıntılara dayanarak hazırlanmıştır. Eğitimci, bu açıklamayı kullanarak oturumu daha etkili ve katılımcılar için daha anlamlı hale getirebilir.

Alıntı 5:

"Mutlu aileler, evlilikte güçlü duygusal bağların kurulmasına önem verir. Evlilik sorunları yaşanan ailelerde çocukların duyguları zarar görmekte ve mutsuz çocukluk yaşamakta. Mutlu evliliklerde günde en az iki kere eşler birbirine sarılır, seni seviyorum cümlesinden korkmaz. Her gün düzenli olarak en az 30 dakika duygularını konuşmaya özen gösterirler." (Sayfa: 49)

Tartışma Soruları:

- "Evlilikte duygusal bağları güçlendirmek için hangi yöntemleri kullanıyorsunuz?"
- "Evlilikte karşılaşılan zorluklarla başa çıkmak için hangi stratejileri tercih ediyorsunuz?"

Eğitiminin Açıklaması:

Eğitimci söz almak isteyen bütün ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Öncelikle, paylaşımlarınız için teşekkür ederim. Evlilik, aile yapısının temel taşıdır ve bu ilişkinin sağlığı, aile içi dinamikleri ve çocukların duygusal gelişimini doğrudan etkiler. Kitapta da belirtildiği gibi, mutlu aileler evlilikte duygusal bağların kurulmasına büyük önem verirler.

Duygusal bağları güçlendirmek için, eşler arasında düzenli olarak duygusal paylaşımların yapılması, birbirlerine olan sevgi ve saygılarını ifade etmeleri önemlidir. Bu, sadece 'seni seviyorum' gibi basit ifadelerle değil, aynı zamanda birbirlerine olan ilgilerini ve anlayışlarını gösteren davranışlarla da yapılabilir. Örneğin, birbirlerine sarılmak, birlikte kaliteli zaman geçirmek veya birbirlerinin başarılarını ve çabalarını takdir etmek, duygusal bağları güçlendirebilir.

Evlilikte karşılaşılan zorluklarla başa çıkmak için, öncelikle bu zorlukların farkında olmak ve onları kabullenmek önemlidir. Bu zorlukları aşmak için, eşler arasında açık ve dürüst bir iletişim kurulması, birbirlerinin duygularını ve endişelerini anlamaya çalışmaları gerekmektedir. Ayrıca, dışarıdan profesyonel yardım almak, evlilik terapisi veya danışmanlık hizmetleri, bazı durumlarda bu zorlukların üstesinden gelmek için etkili bir yöntem olabilir.

Son olarak, evlilikte duygusal bağların güçlendirilmesi, aile içi ilişkilerin kalitesini artırabilir ve çocukların duygusal gelişimine olumlu bir katkıda bulunabilir."

Bu açıklama, ebeveynlerin sorulara verdikleri cevaplara ve kitaptan alınan alıntılara dayanarak hazırlanmıştır. Eğitimci, bu açıklamayı kullanarak oturumu daha etkili ve katılımcılar için daha anlamlı hale getirebilir.

Genel Tartışma (Gerekli Olursa)

- "Sizce mutlu bir ailede olması gereken en önemli özellik nedir?"
- "Aile içi iletişimde hangi zorluklarla karşılaşıyorsunuz ve bu zorlukları nasıl aşabiliriz?"
- "Mutlu ailelerin diğer ailelere göre farkı nedir?"

Etkinlik: Aile İçi İletişim Oyunu

- Katılımcılar iki gruba ayrılır.
- Her grup, diğer gruptakilere bir hikaye anlatır, ancak bu hikayede sadece beden dili kullanılır.
- Diğer grup, anlatılan hikayeyi tahmin etmeye çalışır.
- Bu etkinlik, aile içi iletişimin sadece sözlü değil, aynı zamanda bedensel olduğunu göstermek için tasarlanmıştır.

Kapanış

Eğitimci, oturumu özetler ve katılımcılara bir sonraki hafta için okuma ödevi verir.

Katılımcılara, öğrendikleri bilgileri aileleriyle nasıl paylaşacaklarına dair önerilerde bulunulur.

Uygulayıcıya Notlar:

- Katılımcıların duygusal olarak rahat hissetmelerini sağlamak önemlidir. Bu, açık ve dürüst bir iletişim ortamı oluşturacaktır.

- Aile içi ilişkiler hassas bir konu olabilir. Katılımcıların duygusal tepkilerine saygı göstermek ve onları desteklemek önemlidir.
- Etkinlikler, katılımcıların aktif katılımını teşvik etmek için tasarlanmıştır. Eğitimci, katılımcıları etkinliklere katılmaya teşvik etmelidir.

Bu oturum, katılımcıların aile içi ilişkileri ve mutluluğu daha derinlemesine anlamalarına yardımcı olmayı amaçlamaktadır. Eğitimci, oturumu yönlendirirken kitaptan alıntılarını ve etkinlikleri kullanarak katılımcıların aktif olarak katılımını sağlamalıdır.

3. Oturum:

Çocuğun Fiziksel ve Psikolojik İhtiyaçları

Oturum Amaçları:

- Çocuğun fiziksel ihtiyaçlarını anlamak ve bu ihtiyaçları nasıl karşılayabileceğimizi öğrenmek.
- Çocuğun psikolojik ihtiyaçlarını tanımak ve bu ihtiyaçları nasıl destekleyebileceğimizi keşfetmek.
- Çocuğun duygusal gelişimini destekleyen faktörleri kavramak.
- Çocuğun fiziksel ve psikolojik ihtiyaçları arasındaki dengeyi nasıl sağlayabileceğimizi öğrenmek.

OTURUM AKIŞI:

Açılış ve Tanışma

- Eğitimi, katılımcıları selamlar ve kısa bir tanışma turu yapar.
- Katılımcıların bir önceki haftanın konusu hakkında düşüncelerini paylaşmaları teşvik edilir.

Kitaptan Alıntılar ve Tartışma

Eğitimi, "Bu hafta çocuğun fiziksel ve psikolojik ihtiyaçları üzerine konuşacağız. Kitaptan bazı alıntıları paylaşarak başlamak istiyorum." diyerek alıntıları okur ve tartışmayı başlatır.

Alıntı 1:

"Bir noktaya ulaşma kuramı: Bu kurama göre çocuğun psikolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının giderilmesi mutluluğa, ihmal edilen ve önemsenmeyen ihtiyaçlar mutsuzluğa neden olmaktadır." (Sayfa: 13)

Tartışma Soruları:

1. "Çocuğunuzun psikolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarını nasıl karşılıyorsunuz?"
2. "Çocuğunuzun hangi ihtiyaçlarını öncelikli olarak görüyorsunuz?"
3. "Çocuğunuzun ihmal edilen veya göz ardı edilen hangi ihtiyaçları olduğunu düşünüyorsunuz?"
4. "Çocuğunuzun mutsuz olduğunu hissettiğinizde bu durumu nasıl ele alıyorsunuz?"

Eğitiminin Açıklaması:

Eğitimi, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Çocuğun psikolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanması, onun sağlıklı bir birey olarak büyümesi için son derece önemlidir. Kitapta da belirtildiği gibi, bu ihtiyaçların ihmal edilmesi veya göz ardı edilmesi, çocuğun mutsuz olmasına neden olabilir. Ebeveynler olarak, çocuğunuzun bu ihtiyaçlarını anlamak ve ona uygun bir ortam sağlamak, onun duygusal ve fiziksel gelişimine büyük katkıda bulunacaktır. Psikolojik ihtiyaçlar, çocuğun sevildiğini, değerli olduğunu hissetmesi ve güvende olması gibi duygusal ihtiyaçları içerirken; fizyolojik ihtiyaçlar, beslenme, uyku ve fiziksel aktivite gibi temel yaşamsal ihtiyaçları kapsar. Ebeveynlerin bu ihtiyaçları dengeli bir şekilde karşılaması, çocuğun hem fiziksel hem de psikolojik olarak sağlıklı bir şekilde gelişmesini sağlar."

Alıntı 2:

"Teknolojinin, çocukların hayatında hiç olmadığı kadar zaman kaplaması onların hayatı yaşama şekillerini değiştiriyor... Fiziksel anlamda ve yaşamla ilgili bu hızlı değişime beyin aynı hızla cevap verememekte." (Sayfa: 28)

Tartışma Soruları:

1. "Çocuğunuzun teknoloji kullanımını nasıl sınırılıyorsunuz?"
2. "Teknolojinin çocuğunuzun yaşamındaki etkilerini nasıl değerlendiriyorsunuz?"
3. "Çocuğunuzun teknolojiye olan ilgisi karşısında nasıl bir tutum sergiliyorsunuz?"
4. "Çocuğunuzun teknoloji kullanımıyla ilgili gözlemediğiniz olumlu veya olumsuz değişiklikler nelerdir?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Teknolojinin hızla ilerlemesi ve çocukların yaşamlarında büyük bir yer kaplaması, onların sosyal, duygusal ve fiziksel gelişimini etkileyebilir. Kitapta da belirtildiği gibi, bu hızlı değişime beyin aynı hızla cevap veremeyebilir. Bu, çocukların sosyal becerilerinin gelişimini, dikkat sürelerini ve hatta uyku düzenlerini olumsuz etkileyebilir. Ebeveynler olarak, çocuğunuzun teknolojiye maruz kalma süresini sınırlamak, ona dengeli bir yaşam sunmak ve onunla kaliteli zaman geçirmek önemlidir. Teknoloji kullanımının dengeli olması, çocuğun hem fiziksel hem de psikolojik olarak sağlıklı bir şekilde gelişmesine yardımcı olacaktır. Teknolojiye olan bu ilgiyi tamamen engellemek yerine, onunla dengeli ve bilinçli bir şekilde nasıl başa çıkılacağını öğretmek, çocukların bu dijital çağda daha donanımlı bireyler haline gelmelerine yardımcı olabilir."

Alıntı 3: "Çocuğun büyürken ihtiyacı olan ilgiyi ve sevgiyi çevresinden alabilmesi gerekir. Bu tepkileri alamayan çocuk için fiziksel anlamda bir ailenin varlığından söz edilse bile ruhsal anlamda bir aileden bahsedilemez. Çocuk, aile olmanın en önemli özelliği olan paylaşma, sevgi, önemsenme, değerli olma gibi hususları öğrenemez. Bunların tam tersi bir kişilik yapısı edinir, narsist bir kişi olur." (Sayfa: 43)

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuza ne kadar ilgi ve sevgi gösterdiğinizi düşünüyorsunuz?"
- "Aile içinde paylaşma, sevgi ve değerli olma gibi kavramları nasıl teşvik ediyorsunuz?"

Eğitimcinin Açıklaması: Eğitimci, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar: "Çocuğun ruhsal gelişimi, aile içinde aldığı ilgi ve sevgiyle doğrudan ilişkilidir. Kitapta da belirtildiği gibi, bu ihtiyaçlarını karşılayamayan çocuklar, ruhsal anlamda desteksiz hissederler ve bu da onların kişilik yapısını olumsuz etkileyebilir. Aile içinde paylaşma, sevgi, önemsenme ve değerli olma gibi kavramların teşvik edilmesi, çocuğun sağlıklı bir birey olarak büyümesine katkıda bulunur. Ebeveynler olarak, çocuğunuzun bu ihtiyaçlarını karşılamak için ona ne kadar zaman ayırdığınızı ve onunla nasıl etkileşimde bulunduğunuzu düşünmek, onun ruhsal gelişimine katkıda bulunacaktır."

Alıntı 4:

"Çocuklar bilgisayar oyunlarının verdiği anlık hazların peşinden koşmakta. Her defasında bu haza olan gereksinimleri artarak devam etmekte. Çocukların 'yüksek doz haz' alma isteği onları hayattan uzaklaştırmakta ve bilgisayar başında geçen süreleri artmakta. Her doz aşımı ihtiyacı onu mutsuz etmekte." (Sayfa: 10)

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuzun bilgisayar oyunlarına olan ilgisi ve bu oyunlarda geçirdiği süre hakkında ne düşünüyorsunuz?"
- "Çocuğunuzun teknolojik cihazlardan aldığı 'anlık haz' ile ilgili gözlemlerinizi nelerdir?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Teknolojik cihazlar ve bilgisayar oyunları, çocukların yaşamlarında önemli bir yer kaplamaya başlamıştır. Kitapta da belirtildiği gibi, bu oyunlardan alınan anlık haz, çocukların bu oyunlara olan bağlılığını artırabilir. Ancak bu, çocukların sosyal etkileşimlerini, fiziksel aktivitelerini ve genel yaşam kalitesini olumsuz etkileyebilir. Ebeveynler olarak, çocuğunuzun teknoloji kullanımını dengeli bir şekilde yönlendirmek ve ona gerçek dünyada da tatmin edici deneyimler sunmak, onun sağlıklı bir birey olarak büyümesine yardımcı olacaktır."

Genel Tartışma (Gerekli Olursa)

- "Çocuğunuzun en temel fiziksel ihtiyaçları nelerdir?"
- "Çocuğunuzun psikolojik ihtiyaçlarına nasıl yanıt veriyorsunuz?"
- "Fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlar arasında nasıl bir denge kurmaya çalışıyorsunuz?"

Etkinlik: Duygusal Hikayeler

Amaç: Katılımcıların çocukların duygusal deneyimlerini daha iyi anlamalarını ve bu duygusal deneyimlere empati yapma becerilerini geliştirmelerini sağlamak.

Süre: Yaklaşık 30-45 dakika.

Gereçler: Renkli karton veya kâğıt, renkli kalemler veya boyalar, zamanlayıcı.

Nasıl Yapılır:

1. Her katılımcıya bir adet boş karton veya kâğıt ve renkli kalemler veya boyalar verin.
2. Katılımcılardan, çocukluklarından hatırladıkları bir duygusal deneyimi resim ve kısa bir yazı ile ifade etmelerini isteyin. Örneğin, bir çocukluk anısını, bir duygusal deneyimi veya bir çocukla geçirilen özel bir anıyı seçebilirler.
3. Katılımcılara bu görevi tamamlamaları için belirli bir süre verin (örneğin, 20 dakika).
4. Sürenin sonunda, her katılımcının duygusal hikayesini sırayla paylaşmasını isteyin. Hikayelerini anlatırken, duygusal deneyimlerini ve o anki duygularını nasıl hissettiklerini açıklamalarını teşvik edin.
5. Katılımcılardan, paylaşılan hikayelerle ilgili duygusal deneyimlerini ve empati kurma süreçlerini tartışmalarını isteyin. Hangi hikayeler onları etkiledi ve neden?

6. *Grup olarak, çocukların duygusal deneyimlerini anlamak ve onlara nasıl daha iyi destek olabilecekleri konusunda ortak öneriler ve stratejiler geliştirin.*

Bu etkinlik, katılımcıların duygusal anlayışlarını derinleştirmelerine ve çocukların duygusal dünyalarını daha iyi anlamalarına yardımcı olurken aynı zamanda empati becerilerini geliştirmelerine katkı sağlar.

Kapanış

- Eğitimci, oturumu özetler ve katılımcılara bir sonraki hafta için okuma ödevi verir.
- Katılımcılara, öğrendikleri bilgileri aileleriyle nasıl paylaşacaklarına dair önerilerde bulunulur.

Uygulayıcıya Notlar:

- Çocuğun ihtiyaçları konusunda ebeveynlerin duygusal tepkileri olabilir. Bu tepkilere saygı göstermek ve onları desteklemek önemlidir.
- Etkinlikler, katılımcıların aktif katılımını teşvik etmek için tasarlanmıştır. Eğitimci, katılımcıları etkinliklere katılmaya teşvik etmelidir.

Bu oturum, katılımcıların çocuğun fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarını daha derinlemesine anlamalarına yardımcı olmayı amaçlamaktadır. Eğitimci, oturumu yönlendirirken kitaptan alıntılarını ve etkinlikleri kullanarak katılımcıların aktif olarak katılımını sağlamalıdır.

5. Oturum:

Çocukta Mutluluğu Artıracak Aktiviteler ve Etkinlikler

Oturum Amaçları:

- Çocukta mutluluğu artıracak aktiviteleri ve etkinlikleri tanımak.
- Çocuğun duygusal ve fiziksel ihtiyaçlarını nasıl destekleyebileceğimizi öğrenmek.
- Çocuğun sosyal becerilerini ve yaratıcılığını nasıl teşvik edebileceğimizi keşfetmek.
- Çocuğun günlük yaşantısında mutluluğu artıracak rutinleri nasıl oluşturabileceğimizi öğrenmek.

OTURUM AKIŞI:

Açılış ve Tanışma

- Eğitmen, katılımcıları selamlar ve kısa bir tanışma turu yapar.
- Katılımcıların bir önceki haftanın konusu hakkında düşüncelerini paylaşmaları teşvik edilir.

Kitaptan Alıntılar ve Tartışma

Eğitmen, "Bu hafta çocukta mutluluğu artıracak aktiviteler ve etkinlikler üzerine konuşacağız. Kitaptan bazı alıntıları paylaşarak başlamak istiyorum." diyerek alıntıları okur ve tartışmayı başlatır.

Alıntı 1:

"Mutlu çocuk yetiştirmek isteyen ebeveynler bilimsel veriler ışığında ortaya çıkan aşağıdaki etkinlikleri haftalık olarak çocuklarıyla beraber gerçekleştirerek hem mutlu olabilirler hem de çocuklarına mutluluk katabilirler. Hafta: Çocuğunuzun beş güçlü yanını keşfetmesini sağlamak için onunla konuşun ve bunları bir kâğıda listeleyin. Bir hafta süresince bu güçlü yanlarını aktif olarak kullanmasını isteyin."

(Sayfa: 93)

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuzun hangi güçlü yanlarını keşfettiniz?"
- "Bu güçlü yanları nasıl daha aktif kullanabiliriz?"

Eğitmenin Açıklaması:

Eğitmen, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Çocuğunuzun güçlü yanlarını keşfetmek ve bu yönleri aktif olarak kullanmasını teşvik etmek, onun özsaygısını ve özgüvenini artırabilir. Her çocuğun kendine özgü yetenekleri, ilgi alanları ve güçlü yanları vardır. Bu güçlü yanları fark etmek ve onları teşvik etmek, çocuğunuzun kendini değerli ve yetenekli hissetmesine yardımcı olabilir. Ayrıca, bu güçlü yanları aktif olarak kullanmak, çocuğunuzun bu yeteneklerini geliştirmesine ve yeni beceriler kazanmasına olanak tanır. Ebeveynler olarak, çocuğunuzun bu güçlü yanlarını keşfetmek için onunla kaliteli zaman geçirmek, onunla derinlemesine konuşmalar yapmak ve onun ilgi alanlarına saygı göstermek

önemlidir. Bu, çocuğunuzun kendini değerli hissetmesine ve yeteneklerini en iyi şekilde kullanmasına yardımcı olabilir."

Alıntı 2:

"Çocuğun her akşam o gün yaşadığı olumlu bir olayla ilgili iki dakika konuşmasını sağlayın. Bu beynin olumlu deneyimleri tekrar yaşamasını sağlayacak ve olayın pozitif etkisini iki katına çıkaracaktır."

(Sayfa: 88)

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuzun bugün yaşadığı hangi olumlu olayı paylaşmak istersiniz?"
- "Bu tür olumlu olayların çocuğunuz üzerindeki etkisini nasıl gözlemliyorsunuz?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Olumlu deneyimlerin tekrar hatırlanması ve paylaşılması, beynin bu deneyimleri daha derinlemesine işlemesine ve bu olumlu duyguların daha kalıcı hale gelmesine yardımcı olabilir. Her gün yaşanan olumlu bir olayı hatırlamak ve üzerinde konuşmak, çocuğun o günü genel olarak olumlu bir şekilde değerlendirmesine ve olumsuz deneyimlere rağmen günün genelinde iyi hissetmesine yardımcı olabilir. Bu tür bir pratiğin düzenli olarak uygulanması, çocuğun olumlu düşünme becerilerini geliştirebilir ve genel yaşam memnuniyetini artırabilir. Ebeveynler olarak, çocuğunuzla bu tür olumlu deneyimleri paylaşarak onun duygusal zekasını ve olumlu düşünme becerilerini geliştirebilirsiniz. Ayrıca, bu tür bir pratiğin uygulanması, ebeveyn ve çocuk arasındaki bağı güçlendirebilir ve her iki tarafın da birbirleriyle daha derinlemesine bağlantı kurmasına yardımcı olabilir."

Alıntı 3:

"Küçük şeylerden zevk almasını öğretin: Hayat sadece büyük mutluluk anlarından oluşmamaktadır. Hayatın içinde küçük ama mutluluk etkisi büyük birçok durum vardır. Bunu çoğu zaman hayatın rutini içinde kaçıırız. Çocuğunuzun bu küçük mutluluk anlarını fark etmesini ve yaşamasını sağlayın." (Sayfa: 57)

Tartışma Soruları:

- "Çocuğunuzun yaşadığı hangi küçük mutluluk anlarına tanık oldunuz?"
- "Bu küçük mutluluk anlarını nasıl daha sık yaşatabiliriz?"

Eğitimcinin Açıklaması:

Eğitimci, ebeveynlerin sorulara verdiği cevapları dikkate alarak kitaptan faydalanarak aşağıdaki açıklamayı yapar:

"Hayatın içinde, büyük başarılar veya özel anlar kadar değerli olan küçük mutluluk anları vardır. Bu anlar, bazen bir çiçeğin güzelliğinde, bazen bir arkadaşın gülümsemesinde, bazen de bir şarkının melodisinde saklıdır. Çocuklar, bu küçük anların farkına vararak ve onları takdir ederek, hayatın tüm zorluklarına rağmen mutlu olmayı öğrenebilirler. Ebeveynler olarak, çocuğunuzun bu anları fark etmesine yardımcı olabilir ve onunla bu anları paylaşarak onun mutluluk duygusunu artırabilirsiniz. Örneğin, birlikte doğada yürüyüş yapmak, birlikte bir kitap okumak veya birlikte bir müzik dinlemek, çocuğunuzun hayatın küçük ama değerli"

anlarını takdir etmesine yardımcı olabilir. Ayrıca, bu tür aktiviteler, çocuğunuzun duygusal zekasını geliştirebilir ve onunla daha derinlemesine bağlantı kurmanıza yardımcı olabilir."

Etkinlik: Mutluluk Aktivite Kartları

Amaç: Katılımcıların çocukların mutluluğunu artırmak için kullanabilecekleri çeşitli aktiviteleri ve etkinlikleri öğrenmelerini sağlamak.

Süre: Yaklaşık 30-45 dakika.

Gereçler: Renkli karton veya kağıt, renkli kalemler veya boyalar, zamanlayıcı.

Nasıl Yapılır:

1. Her katılımcıya bir adet boş karton veya kağıt ve renkli kalemler veya boyalar verin.
2. Katılımcılardan, çocukların mutluluğunu artırmak için yapabilecekleri farklı aktiviteleri veya etkinlikleri listeleyen kartlar hazırlamalarını isteyin. Her kartta sadece bir aktivite veya etkinlik yer almalıdır. Örnekler: "Birlikte piknik yapmak," "Hikaye okuma saati düzenlemek," "Müzik dinlemek ve dans etmek," "Birlikte doğa yürüyüşü yapmak," "Birlikte el sanatları yapmak," vb.
3. Katılımcılardan bu görevi tamamlamaları için belirli bir süre verin (örneğin, 20 dakika).
4. Her katılımcının hazırladığı aktivite kartlarını toplayın.
5. Katılımcıları iki gruba ayırın.
6. İlk grup, diğer gruba hazırlanan aktivite kartlarını kullanarak beden diliyle bir aktivite veya etkinliği ifade etmeye çalışır. Sadece jestler, mimikler ve vücut hareketleri kullanarak bu aktiviteyi diğer gruba aktarmaya çalışırlar.
7. Diğer grup, ilk grubun ifade ettiği aktiviteyi tahmin etmeye çalışır.
8. Her tahmin edilen aktivite doğru tahmin edildiğinde veya belirli bir süre sonunda, gruplar yer değiştirir ve diğer grup aktiviteyi ifade etmeye çalışır.
9. Etkinlik sonunda gruplar bir araya gelir ve hangi aktivitelerin doğru tahmin edildiğini ve hangilerinin yanlış tahmin edildiğini değerlendirirler.
10. Katılımcılardan, bu aktivitelerin çocukların mutluluğunu artırmak için nasıl kullanılabileceği konusunda düşüncelerini ve paylaşımlarını isteyin. Hangi aktiviteler çocukların duygusal iyiliklerine katkı sağlayabilir?

Bu etkinlik, katılımcıların çocukların mutluluğunu artırmak için farklı aktiviteleri öğrenmelerine ve birlikte düşüncelerine olanak tanır. Aynı zamanda iletişim becerilerini ve ekip çalışmasını da geliştirir.

Genel Tartışma (Gerekli Olursa)

- "Çocuğunuzun en sevdiği aktiviteler nelerdir?"
- "Çocuğunuzun mutluluğunu artıracak etkinliklere nasıl katkıda bulunuyorsunuz?"
- "Çocuğunuzla birlikte hangi etkinlikleri yapmayı tercih ediyorsunuz?"

Kapanış

- Eğitimci, oturumu 3zetler ve katılımcılara bir sonraki hafta için okuma 3devi verir.
- Katılımcılara, 3đrendikleri bilgileri aileleriyle nasıl paylaşacaklarına dair 3nerilerde bulunulur.

Uygulayıcıya Notlar:

- Çocuğun mutluluğunu artıracak aktiviteler ve etkinlikler konusunda ebeveynlerin duygusal tepkileri olabilir. Bu tepkilere sayđı g3stermek ve onları desteklemek 3nemlidir.
- Etkinlikler, katılımcıların aktif katılımını teşvik etmek için tasarlanmıştır. Eğitimci, katılımcıları etkinliklere katılmaya teşvik etmelidir. Bu oturum, katılımcıların çocukta mutluluğu artıracak aktiviteleri ve etkinlikleri daha derinlemesine anlamalarına yardımcı olmayı amaçlamaktadır. Eğitimci, oturumu y3nlendirirken kitaptan alıntılarını ve etkinlikleri kullanarak katılımcıların aktif olarak katılımını sağlamalıdır.

6. Oturum: Yazarla Buluşma

Yazarla iletişim kurularak programı uygun olursa bu oturum gerçekleştirilecektir.

Yazar iletişim bilgileri:

Mail: ayildizpdr@gmail.com

Web: www.ahmetyildiz.com

Instagram: www.instagram.com/pd.ahmetyildiz

1. Oturum Başlangıcı (10 Dakika)

- Eğitmen, katılımcılara oturumun amacını ve yazarın kitap hakkında neler paylaşacağını özetler.

Örnek Eğitimci Metni (Eğitmen kendisi bunu hazırlayabilir. Bu örnektir.)

"Evet, sayın katılımcılar, hoş geldiniz. Bugün, bu oturumda kitabımızın yazarını ağırlayacağız ve onun kitabıyla ilgili önemli görüşlerini dinleme fırsatı bulacağız. Bu oturumun amacı, kitabın ana temasını ve çocukluk döneminde mutluluğun nasıl ele alındığını daha yakından incelemektir.

Yazar, kitabında mutluluğun tanımı, çocukların mutluluğunu artırmanın yolları, aile içi ilişkilerin çocuk mutluluğuna etkisi ve daha birçok önemli konuyu ele almıştır. Bu oturumda yazar, kitapta paylaşılan bilgileri sizinle paylaşacak ve sorularınıza cevap verecektir.

Kitabın içeriğini daha iyi anlayabilmek ve yazarın bakış açısını yakından takip edebilmek için bu oturumu interaktif bir şekilde sürdüreceğiz. Bu nedenle, lütfen kitapta ilginizi çeken veya daha fazla açıklama istediğiniz konuları belirlemek için sorularınızı hazırlayın.

Yazarın sunumu ve katılımcıların sorularıyla oturumu daha verimli bir şekilde geçirmeyi umuyoruz. Şimdi, yazarımızı dinlemek için kendisine söz vermek istiyorum. Kendisini kısaca tanıttıktan sonra, kitabın ana konularını paylaşacak. Şimdi, sözü yazarımıza bırakıyorum."

- Yazarı tanıtarak kısaca biyografisini ve uzmanlık alanlarını anlatır.

Hakkında:

Psikolojik Danışma ve Rehberlik eğitimi aldı. Bir dönem üniversitede "Eğitim Psikolojisi" ve "Erken Çocukluk Eğitimi" derslerine eğitmen olarak girdi.

Avrupa Birliği'nin Erasmus+ programı kapsamında desteklediği projelerde eğitimci ve içerik geliştirici olarak görev aldı. UNICEF tarafından desteklenen "Çocuk Sosyal Finansal Eğitimi" konusunda eğitimler verdi.

Gençlik Spor Bakanlığı tarafından desteklenen "Aile Akademi" projesinde binlerce anne babaya seminerler verdi.

Çocukları sokağa yeniden çağırmayı hedefleyen ve sokakta nitelik zaman geçirmelerini amaçlayan "Sokakta Hayat Var" projesinin koordinatörlüğünü yaptı.

Türkiye'nin en çok ziyaret edilen eğitim ve başarı sitesi olan www.kisiselbasari.com'un kurucusudur. Öğrencinin okul başarısı ve hayat başarısına katkı sunmak amacıyla bireysel ve grupta danışmanlık hizmetleri vermektedir. Ailelere yönelik eğitim, konferans ve atölye çalışmaları yapmaktadır.

"Eğitimin ilk ve en önemli merkezi evdir." düşüncesinden yola çıkan Yıldız, eğitimin sadece okul içine sıkıştırılmaması gerektiğine inanmaktadır.

Her insan bir bulmacadır düşüncesinden yola çıkan yazar bu bulmacayı çözebilmek için araştırmalar yapmayı ve bu sonuçları insanlara kitap, seminer, konferans ve dijital araçlar yoluyla sunmayı kendisine amaç edinmiştir. Halen yüksek lisans eğitimine devam etmektedir.

Yayınlanmış Kitapları:

- Güçlü Hafıza
- Üşenme Erteleme Vazgeçme
- Güçlü Beyin
- Sevdim Seni Matematik
- Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek

- Katılımcılara yazar hakkında sorular sorma fırsatının olacağını belirtir ve soruları önceden hazırlamalarını teşvik eder.

2. Yazar Sunumu (20-30 Dakika)

- Yazar, kitabı ve kitapta ele alınan ana konuları anlatır. Bu süreçte önemli noktalara vurgu yapar.
- Katılımcılara kitaptaki ana fikirleri, önerileri ve pratiğe dönük bilgileri paylaşır.

3. Soru-Cevap Oturumu (15-20 Dakika)

- Katılımcılar, yazarın sunumunu dinledikten sonra sorularını sormak için sırayla veya yazılı olarak fırsat bulurlar.
- Her katılımcının sorusu için belirli bir süre ayrılır ve yazar cevaplarını verir.
- Eğitimci, soru-cevap oturumunun düzenli ve etkili bir şekilde ilerlemesini sağlar.

4. Yazarla İnteraktif Sohbet (15 Dakika)

- Yazar, katılımcılarla daha rahat ve samimi bir şekilde sohbet eder.
- Katılımcılar, kitapta ele alınan konular hakkında deneyimlerini ve görüşlerini paylaşma fırsatı bulurlar.
- Eğitimci, bu interaktif sohbetin etkin ve saygılı bir şekilde ilerlemesini sağlar.

5. Oturum Sonu (10 Dakika)

- Eğitmen, oturumun sona erdiğini belirtir ve katılımcılara yazarın kitabını imzalamak (Süreç online olacağı için önceden imzalı kitaplar istenebilir.) veya ek sorular sormak için nasıl iletişim kurabilecekleri hakkında bilgi verir.
- Katılımcılara yazarla buluşma deneyimi hakkında geri bildirim verme fırsatı sunulur.
- Eğitmen, teşekkür eder ve "Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek" kitabı ebeveyn okuma etkinliğinin sonlandığı konusunda bir konuşma yapar. Sonraki kitap etkinliği için bilgi verir.

Örnek Eğitimci Metni (Eğitmen kendisi bunu hazırlayabilir. Bu örnektir.)

"Değerli katılımcılar, bu harika etkinliğin sonuna geldik. Hepinize bu süreçte gösterdiğiniz ilgi ve katılım için teşekkür ederim. 'Stresli Bir Dünyada Mutlu Çocuk Yetiştirmek' kitabını inceleyerek, çocuklarımızın mutluluğunu anlamak ve onlara destek olmak konusundaki bilgilerimizi artırdık.

Bu etkinliğin sizin için faydalı olduğunu umuyoruz. Unutmayın, çocuklarımızın mutluluğu biz ebeveynler için en önemli konulardan biridir ve bu konuda daha fazla bilgi sahibi olmak her zaman iyi bir adımdır.

Bir sonraki kitap etkinliğimizde başka bir değerli kitabı inceleyeceğiz. Katılımcılarımıza ilgi duyduğunuz konular hakkında daha fazla bilgi sağlamaya devam edeceğiz. Katılmak isterseniz sizi bir sonraki etkinliğimize davet ediyoruz.

Tekrar teşekkür ederim ve herkese mutlu günler dilerim!"