

ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ



BAĞCILAR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Kemalpaşa Mahallesi Hacı Bektaş Veli Cad.
No:1 Bağcılar/İstanbul



(0212) 432 78 15



www.bagcilarram.meb.k12.tr

Çatışmanın Olumlu ve Olumsuz Yönleri

- Çatışma her zaman olumsuz bir durum değildir. Doğru şekilde yönetildiğinde çocuklar arasında empati, iş birliği ve problem çözme becerileri gelişebilir.

✓ Olumlu yönleri:

- Çocuklar, duygularını ifade etmeyi öğrenir.
- Problem çözme becerileri gelişir.
- Farklı bakış açılarını anlama ve saygı duyma yetisi kazanılır.

✗ Olumsuz yönleri:

- Sağlıklı yönetilmezse agresyon, öfke veya küskünlük oluşabilir.
- Çocuklar saldırgan veya içe kapanık bir tutum sergileyebilir.
- Sosyal ilişkiler zarar görebilir.

Çocuklarda Çatışma Çözme Becerileri Nasıl Geliştirilir?

✓ Duygularını İfade Etmeyi Öğretin:

- Çocukların "Ben üzgünüm çünkü..." veya "Beni sinirlendirdi çünkü..." gibi ifadeler kullanmasını teşvik edin.

✓ Empati Kurma Becerisi Kazandırın:

- Çocuğunuza, "Sence arkadaşın şu an nasıl hissediyor?" gibi sorular sorarak başkalarının duygularını anlamasına yardımcı olun.

✓ Alternatif Çözümler Üretmeyi Teşvik Edin:

- Çocuğunuza, "Bu sorunu başka nasıl çözebiliriz?" gibi sorular sorarak yaratıcı düşünmesini destekleyin.

Çatışma Nedir?

Çatışma, bireyler arasındaki fikir, duygu veya beklenti farklılıklarından kaynaklanan anlaşmazlıklardır. Çocuklar, gelişim süreçlerinde sosyal becerilerini öğrenirken çatışmalar yaşayabilirler. Bu durum, onların problem çözme ve iletişim becerilerini geliştirmeleri için bir fırsat olabilir.

Çocuklar arasında sık görülen çatışma nedenleri:

- Oyuncak veya eşyaları paylaşamama
- Kurallar konusunda anlaşmazlıklar
- Kıskançlık veya rekabet
- Yanlış anlama veya iletişim eksiklikleri



Etkili İletişim Teknikleri

Çocukların çatışmaları sağlıklı şekilde çözebilmeleri için doğru iletişim kurmayı öğrenmeleri önemlidir.

Etkin Dinleme:

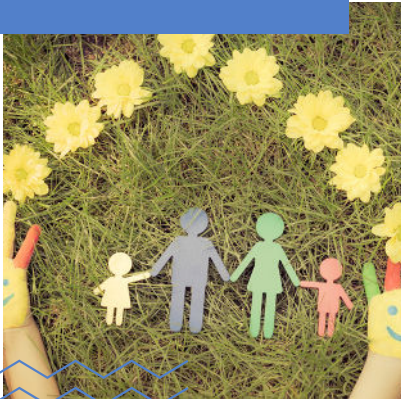
Çocuğunuz konuşurken göz teması kurarak ve başınızı sallayarak onu dinlediğinizi gösterin.

Ben Dili Kullanımı:


Suçlayıcı ifadeler yerine, "Ben üzülüyorum çünkü bu şekilde konuştuğunda kendimi kötü hissediyorum" gibi cümleler kullanmasını öğretin.


Açık ve Net İfadelerle Konuşma:


"Sen hep böyle yapıyorsun!" gibi genelleyci ifadeler yerine, "Bu davranışın beni rahatsız etti" şeklinde ifadeler kullanmasını teşvik edin.



Veliler Çocuklarına Nasıl Destek Olabilir?

 **Model Olun:** Çocuklar, en çok ebeveynlerinden öğrenir. Kendi çatışmalarınızı sakin ve saygılı şekilde çözdüğünüzde, onlar da sizi örnek alacaktır.

 **Olumlu Davranışları Teşvik Edin:** Çocuğunuzun çatışmaları yapıcı şekilde çözmesini fark ettiğinizde onu övün. "Harika! Arkadaşına nasıl hissettiğini söyledin ve güzel bir çözüm buldunuz!" gibi geri bildirimler verin.

 **Stres Yönetimi Konusunda Rehberlik Edin:** Çocuğunuza derin nefes alma, sakinleşme teknikleri ve sabırlı olma becerilerini öğretin.

Unutmayın!

- ◆ Çatışmalar öğrenme fırsatıdır.
- ◆ Çocuklarınıza model olun.
- ◆ Sabırlı olun, çözüm sürecine rehberlik edin.

EVDE UYGULANABİLECEK ÇATIŞMA ÇÖZME YÖNTEMLERİ



Problem Çözme Adımları:

- 1.Sorunu tanımlayın.
- 2.Herkesin bakış açısını anlamaya çalışın.
- 3.Çözüm yolları üretin.
- 4.En uygun çözümü seçin.
- 5.Çözümü uygulayın ve etkisini gözlemleyin.



Zaman Aşımı Yöntemi:

Çocuğunuz çok sinirliyse, biraz sakinleşmesi için ona zaman tanıyın.



Ortak Çözüm Bulma:

Çocukların birlikte uzlaşmasını sağlayın.