

AİLE EĞİTİMİ

ADİLE MERMERCİ ANADOLU LİSESİ

2015-2016 EĞİTİM-ÖĞRETİM YILI

AMAÇ: Lise çağındaki bireylerin kişisel, duygusal ve sosyal gelişimine katkı sağlamak.

Katılımcı sayısı : En fazla 15 veli

Eğitimin dayandığı kuram: Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

Eğitim tarihi: Aralık- Ocak ayı Salı günleri Saat: 13.00-15.00 arası

Eğitim süresi: 120 dakikalık 8 oturum

PROGRAM AKIŞI

1. OTURUM ERGENLİKTE GELİŞİM

- Tanışma (İp Yumağı etkileşim oyunu)
- Eğitimin Amacı
- Grup kurallarının oluşturulması
- Bedensel gelişim (Etkinlik-1)
- Zihinsel gelişim (Etkinlik-2)
- Duygusal gelişim (Etkinlik-3)
- Sosyal gelişim (Etkinlik-4)
- Cinsel gelişim
- Aktivite belirleme
- Serbest Kürsü (15 dakika)

2.OTURUM ERGENLE İLETİŞİM-1

- Uzay Oyunu
- İletişimi Başlatma
- İletişim Sürecini Yapılandırma (Etkinlik-1)
- Sözsüz İletişim (Etkinlik- 2)
- 'Deneme Koltuğu' Uygulama
- Aktivite Belirleme
- Serbest Kürsü (15 dakika)

3. OTURUM ERGENLE İLETİŞİM-2

- İletişim Engelleri
- 'Deneme Koltuğu' Uygulama
- Etkili Dinleme
- İyi bir dinleyicide olması gereken özellikler
- Kendini İfade Etme becerileri
- 'Sen Dili-Ben Dili' Alıştırma
- Aktivite Belirleme
- Serbest Kürsü (15 dakika)

4. OTURUM AİLE TUTUMLARI

- 'Kontrol Kimde' etkileşim oyunu
- İletişimde güç kullanımı
- Tutumlarımız pozitif mi, negatif mi?
- Anne-baba tutumları
- Yetkin tutum
- Uygulamalar
- Aktivite Belirleme
- Serbest Kürsü (15 dakika)

5. OTURUM ÇATIŞMALAR VE RİSKLER

- Çatışma ve türleri

- atışmanın oluşma süreci
- özüm merdiveni
- Öfke kontrolü
- Kas gevşeme egzersizleri
- Geleceđi Mektup
- Riskler ve risk takvimi
- Serbest Kürsü (15 dakika)

6. OTURUM **DAVRANIŞ OLUŞTURMA**

- Hikaye değerlendirme
- Kişilik üzerinde ailenin rolü
- Olay Canlandırma Etkinliđi
- Olumlu- olumsuz eleştiri
- Riskler ve risk takvimi
- Serbest Kürsü (15 dakika)

7. OTURUM **GELECEĐİ PLANLAMA**

- Geleceđi Planlama
- Öykü Çalışması
- Hedef Tablosu
- Duygu Paylaşımı
- Vedalaşma

RASİME TUĞRAL
PSİKOLOJİK DANIŞMAN

Yunus ÖZBEK
Okul Müdürü