

Etkinlik Adı: Ebeveyn Duygu Paylaşım Buluşmaları

Hedef Grup: Ebeveynler

Süre: 45–60 dakika

Sıklık: Haftada 1 kez veya iki haftada 1 kez

Katılım: Öğretmen ve katılmak isteyen tüm sınıf velileri

Format: Grup paylaşımı + mini farkındalık çalışması

Amaçlar:

- Ebeveynlerin yaşadıkları günlük zorlukları, duyguları ve deneyimleri güvenli bir ortamda paylaşabilmesi.
- Ebeveynler arası sosyal destek mekanizmasını güçlendirmek.
- Duygusal farkındalığı artırmak ve sağlıklı duygu düzenleme becerilerini deneyimlemek.
- Çocuklarla iletişimde zorlandıkları noktaları fark edip çözümleri birlikte üretmek.

Materyaller: Kalem–kağıt

Uygulama Yönergesi (Oturum Akışı)

1. Açılış – Isınma (10 dakika)

Öğretmen kolaylaştırıcı şu sorulardan birini seçerek grubu açar:

- “Bu hafta ebeveynlikte sizleri en çok zorlayan şey neydi?”
- “Hafta boyunca sizi çocuğunuzla ilgili en çok yoran şey ne oldu?”

Amaç: Katılımcıları rahatlatmak ve paylaşım için güvenli bir alan oluşturmak.

2. Grup Paylaşımı – “Bu Haftaya Dair Bir Anım” (20–25 dakika)

Veliler sırayla, tamamen günlük hayattan kısa bir durum paylaşır:

Bu hafta evde çocukla ilgili yaşadığım bir olay...

- Bu olay beni nasıl etkiledi? (zorladı, mutlu etti, şaşırttı, düşündürdü vb.)
- Bu durumu çözmek için neler yaptım?
- Bu durumu tekrar yaşasam neleri farklı yapabilirim?

Öğretmenin toplantıda kullanabileceği doğal yönlendirmeler:

- “Paylaştığınız için teşekkür ederim, hepimizin benzer yaşadığı durumlar olabiliyor.”
- “Bunu duymak başka velilere de fikir verebilir.”
- “Bu durumda işe yarayan yöntemler varsa birbirinizle paylaşabilirsiniz.”
- “Benzer bir durum yaşayan veliler varsa onlar da ekleyebilir.”

Bu bölüm tamamen karşılıklı deneyim paylaşımı niteliğindedir; öğretmen sadece akışı yönetir.

3. Küçük Grup Çalışması – “Ortak Noktalarımız” (10 dakika)

Veliler 2–3 kişilik gruplar hâlinde sohbet eder:

- Çocuklarla ilgili bu hafta benzer yaşadığımız bir durum var mı?
- Birbirimize önerebileceğimiz küçük çözümler neler?
- Hangi davranışlarımız işe yaradı?

Amaç: Velilerin birbirini tanıması, yalnız olmadığını hissetmesi ve fikir alışverişi yapılması.

4. Kapanış ve Bir Sonraki Buluşmaya Küçük Hatırlatma (5 dakika)

Öğretmen, isteğe bağlı küçük bir hatırlatma verir:

- “Bu hafta çocuğunuzla ilgili sizi mutlu eden tek bir olayı aklınızda tutun.”
- “Evde iyi giden bir davranışı not alabilirsiniz.”
- “Bir dahaki buluşmada isterseniz kısaca paylaşabilirsiniz.”

Not: Öğretmen, veliyle yapılan görüşmelerde veya çocukla ilgili paylaşımlarda zorlanan ve velilerde çocuk ile baş edememe ipuçları gibi bir durum fark ederse rehberlik ve psikolojik danışmanlık servisinden destek almalıdır. Bu grup toplantıları rehberlik ve psikolojik danışmanlık servisinden destek alınarak, kendilerini de toplantıya davet ederek bir arada gerçekleştirilebilir.

Beklenen Sonuçlar:

- Veliler kendi deneyimlerini daha rahat paylaşır. Birbirlerinden fikir ve destek alma fırsatı bulurlar.
- Ev–okul iletişimi güçlenir.
- Çocuklarla ilgili günlük yaşamdaki sorunlara birlikte çözüm üretme alışkanlığı artar.
- Sınıf velileri arasında güven ve dayanışma gelişir.

