



## HAYAL KIRIKLIKLARIYLA BAŞ ETMEK

Burada amaç, okul veya meslek seçiminde sorunlarla karşılaşıldığında, çocuğunuzun durumunu daha iyi anlamak için vaktiyle kendinizin neler hissettiğini düşündürmektir.

### Alıştırma:

Aşağıdaki sorulara dürüstçe cevap verin:

1. Okulda hiç hayal kırıklığı yaşadınız mı?
2. Anneniz ve babanız, hayal kırıklığı yaratan bu duruma nasıl tepki gösterdi?
3. Onların gösterdiği tepki konusunda ne hissettiniz?
4. Hayal kırıklıklarıyla daha iyi baş etmek için neler yardımcı oldu?
5. Çocuğunuzun yaşadığı hayal kırıklıklarına nasıl tepki gösteriyorsunuz?
6. Gösterdiğiniz tepkinin, hayal kırıklıklarıyla baş etme konusunda çocuğunuza yardımcı olduğunu düşünüyor musunuz?
7. Nelerden memnunsunuz veya neleri farklı yapmayı istersiniz?

### Notlar:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Kaynak: Margit Voglhofer