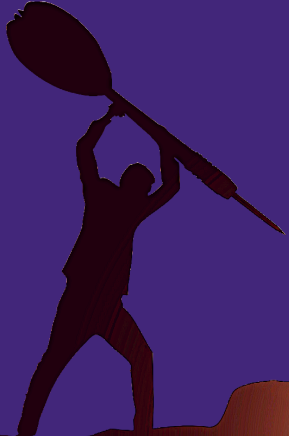


# HAYAL VE HEDEF ARASINDAKİ FARK EYLEMDİR.



## HEDEF BELİRLERKEN AİLE NE YAPMALI ?

- İlgi duyduğu alanları gözlemleyin, öğrenin.
- Aşırı disiplinli olmaktan kaçının.
- Hayallerine veya yaptıklarına suçlayarak, küçük düşürerek, yargılayarak yaklaşmayın.
- Beklentileriniz ve öğrencinin kapasitesi arasında uyum olmasına özen gösterin
- Çocuğunuz ile iletişim halinde olun, onu dinleyin,iletişimi siz başlatıp hayalleri ve hedefleri üzerine sohbetler edin. Bu hayal ve hedeflerin sadece akademi/ders konusunda olmadığına özen gösterin.
- Hedeflerine ulaştığı veya ulaşamadığı zamanlarda daima yanında olduğunuzu hissettirin, söyleyin.

Ergenlik Döneminde

## HEDEF

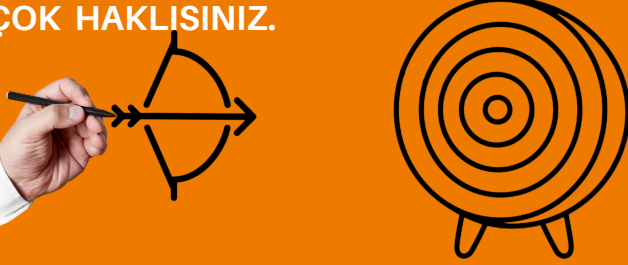


## BELİRLEME

Veli Bilgilendirme Broşürü

Karar verme, motivasyon sağlama ,  
HEDEF BELİRLEME ergenlik  
dönemindeki çocuklarımızın  
yaşadığı güçlükler arasında yer alır.

Çocuğunun büyüdüğünü gören  
anne babalar sorumluluk alması,  
geleceği için hedef belirlemesi  
gerektiği endişesine kapılır.  
ÇOK HAKLISINIZ.



AMA UNUTMAYALIM Kİ  
ERGENLİK DÖNEMİ KİMLİK  
KARMAŞASININ YAŞANDIĞI,  
BEDENSEL ALGIYA  
ODAKLANILAN, KARARSIZLIK  
DUYGUSUNUN YOĞUN  
YAŞANDIĞI BİR DÖNEMDİR.

## HEDEF BELİRLEMENİN ÖNEMİ

Hayatlarına dair amaç oluşmasını ve  
motivasyon sağlar.

Umut , öz -saygı ve problem çözme  
beceriisi gelişir.

Kendi gelecekleri için adım atmalarına  
yardımcı olur.

Hedefe ulaşıldığında yaşanan başarıyı  
duygusu teşvik edici olup devamının  
gelmesi istediğinden hayal kurma ve  
yaratıcılık becerisi artar.

## HEDEF NASIL OLMALI ?

- Somut hedefler belirlenmeli
- Kısa hedefler ile başlanmalı  
(saatlik,günlük,haftalık gibi)
- Çocuğun gelişim seviyesine  
,zihinsel becerilerine uygun  
YETERLİ olabileceği ve  
başarabileceği hedefler olmalı

## MOTİVASYON ETKİSİ

Motivasyon; kişinin eyleme geçmesini  
sağlayan içsel ve dışsal sebepler,  
istekler olarak adlandırılabilir.

İçsel Motivasyon; kişinin kendi isteği ile  
yeni şeyler öğrenmek ve yapmak için  
çabalaması

Dışsal Motivasyon; kişinin yaptığı veya  
yapacağı eylemlerden sonra alacağı  
ödüllere nedeniyle davranışını  
şekillendirmesi ( not alma,para,tebrik  
edilme gibi)

## DİSİPLİN ETKİSİ

Disiplin koyulan kurallara bağlılık  
anlamına gelir.

Disiplinin olması kişinin hedefe  
ulaşmasını kolaylaştırır ve motivasyon  
olmadığında harekete geçmeyi sağlar.



## MOTİVE ETMEK İÇİN

Başarısızlıklarını önüne çıkarmak  
yerine başarılarını konuşmak

Övgü ve eleştiri dengesini kurmak

Çabasını takdir etmek

Gerçekçi beklentilere sahip olmasını  
sağlamak