Haftalık sohbet kartı

Hafta sonu çocuğunuzla 15 dakika oturun. Soruları sırayla sorun, cevapları birlikte yazın. Amaç notları konuşmak değil, çocuğunuzun nasıl hissettiğini anlamak.

15 dakika · haftada 1
yargılamadan dinle

HAFTA _____ ÇOCUĞUM _____

Bu hafta en çok neyle gurur duydun?

Seni zorlayan bir şey oldu mu?

Gelecek hafta neyi farklı yapmak istersin?

Sana nasıl yardımcı olabilirim?

BİRLİKTE ALDIĞIMIZ KARAR *kısa ve yapılabilir olsun*

VELİYE KÜÇÜK HATIRLATMALAR

- → Telefonu uzaklaştırın, göz teması kurun.
- → Sonuca değil çabaya odaklanın: "Pes etmedin, harika."
- → Hemen çözüm sunmayın; önce "Anlat, dinliyorum" deyin.
- → Kıyaslama yapmayın; çocuğunuzu yalnızca dünkü haliyle karşılaştırın.

ÇOCUĞUN İMZASI _____ VELİNİN İMZASI _____