



## Hedef belirlerken nasıl yardımcı olabilirsiniz?

### YAPMAK İSTEDİĞİN ŞEY NEDİR?

Örneğin "Bunu yapmayacağım, bunu istemiyorum" gibi olumsuz ifadeler yerine çocuğunuzla daha motive edici ve olumlu yönde konuşmanız hedef belirlemesini kolaylaştıracaktır.



## Veli Broşürü

Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

**Sena ÖZKAN**

## YAPMAK İSTEDİĞİN ŞEY ULAŞILABİLİR Mİ?

Çocuklarınıza ulaşılması güç ve mantıksız hedefler koymak bıkkınlık yaratabileceği gibi gerekli olan çabayı göstermesini de engelleyecektir.





### **HEDEFİNE ULAŞMAK İÇİN GEREKLİ ÖZELLİKLERE SAHİP MİSİN?**

*Hedefleri belirlerken çocuğunuzun kendi kapasitesine uygun ve yeteneklerini dikkate alarak kararlar almasına yardımcı olmanız, çocuğunuzun kendi özelliklerinin farkında ve uygun hedefler belirlemesini kolaylaştıracaktır. Ayrıca süreç sonunda yaşayacağı hayal kırıklığı ve özgüven zedelenmelerinin de engellenmesini sağlayacaktır.*

### **İYİ TANIMLANMIŞ BİR HEDEF CÜMLESİ KUR.**

*Hedef cümlesi açık ve kesin olmalıdır. Çünkü bu ifade çocuğunuzun ne için uğraştığını kendisine hatırlatan ve hedefe ulaşmak için gerekli olan motivasyonu sağlayan en önemli unsurdur.*



### **HEDEFİNİ YÖNETİLEBİLİR ADIMLARA BÖL.**

*Bu hedefe ulaşmak için çocuğunuzun atması gereken adımların planlanması gerekir. Planlama hedefe ulaşmada yol haritası çizer ve hedefe doğru ilerlemesini izleme-değerlendirme imkanı sunar.*

