

# Aile Eđitim ve Destek Grubu

2026-2027

EYLÜL:

*Birlikte Öğrenmek,  
Birlikte Destek Olmak*

Psikolog Ömer Bilgiç



# Neden buradayız ?

**Bu buluşmaların amacı yalnızca bilgi vermek değil.**

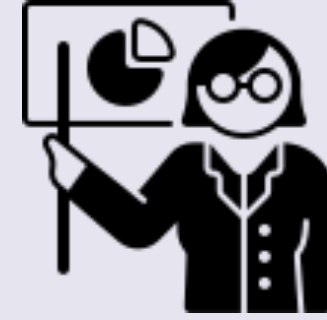
- Deneyimlerimizi paylaşmak
- Benzer süreçlerden geçen ailelerle tanışmak
- Birbirimizden öğrenmek
- Zorlandığımız konuları konuşabilmek
- Günlük yaşamda işe yarayan çözümleri birlikte keşfetmek
- Gerektiğinde profesyonel destek almak



# Bu Bir "Ders" Değil

Burada **yalnızca dinleyen ve anlatan** kişiler olmayacak.

Uzman: Bilgi ve Rehberlik



Aile: Deneyim ve Gözlem



Grup: Paylaşım ve Destek



**Amaç: Bilgiyi günlük yaşıama birlikte uyarlamak.**

# Güvenli Bir Grup İçin...

- Birbirimizi dinleyelim.
- **Yargılamadan** konuşalım.
- Farklı deneyimlere **saygı** duyalım.
- Herkesin konuşma **zorunluluğu olmadığını** unutmayalım.
- **Tavsiye** vermeden önce dinleyelim.
- "Sizin de bunu **yapmanız gerekir**" yerine "Bizde şöyle **işe yaramıştı**" diyelim.

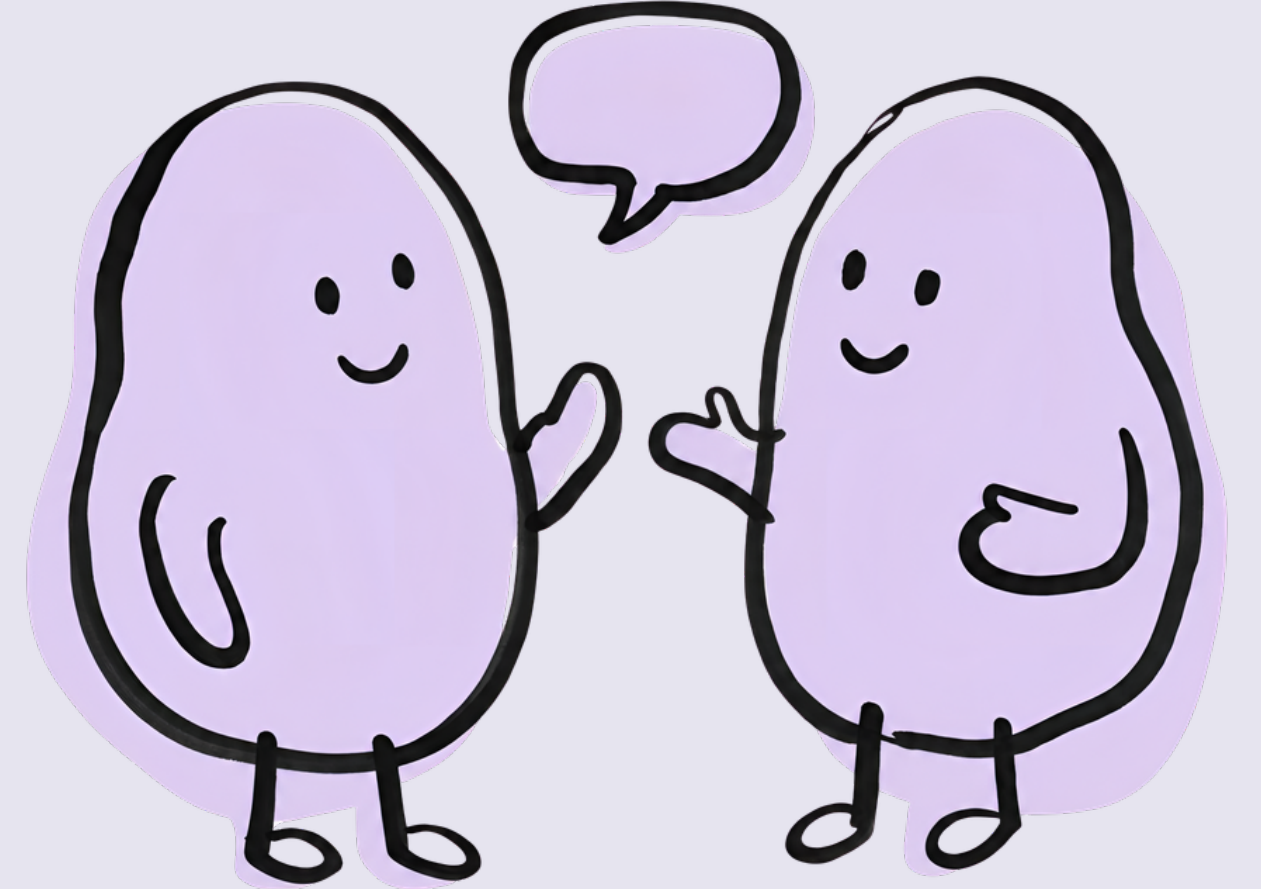


# Birbirimizi Tanıyalım

Sıra sizde...

Kendinizi kısaca tanıtırken:

- Kendinizden ve yakınınızdan biraz bahsedin.
- Şu sıralar sizi en çok zorlayan konu ne?
- Bu buluşmalardan ne bekliyorsunuz?



# Aslında Yalnız Değiliz

**"Sizin yaşadığınız bir şeyi başka bir aile de yaşıyor olabilir."**

- Bağımsızlık konusunda zorlanıyor musunuz?
- Davranış problemleri sizi zorluyor mu?
- İletişimde güçlük yaşıyor musunuz?
- Gelecek konusunda kaygılarınız var mı?
- Cinsellik ve mahremiyet hakkında konuşmak zor geliyor mu?
- Telefon ve internet kullanımıyla ilgili endişeleriniz var mı?





# Sizce Neleri Konuşmalıyız?

Bağımsızlık

Sosyal Medya

Dijital Dünya

Cinsellik

Sosyal İlişkiler

Gelecek

Yalnızlık

Ruh Sağlığı

Bakım Veren Kendisi

Kardeş İlişkileri

Problem Davranışlar

İletişim

# Bundan Sonraki Aylarda...

|         |                                              |            |
|---------|----------------------------------------------|------------|
| EKİM    | Yetişkin Bireyin Bağımsızlığını Desteklemek  | 24.10.2026 |
| KASIM   | Problem Davranışları Anlamak ve Yönetmek     | 21.11.2026 |
| ARALIK  | İletişim, Duygular ve Aile İçi İlişkiler     | 19.12.2026 |
| OCAK    | Cinsellik, Mahremiyet ve Sağlıklı İlişkiler  | 23.01.2026 |
| ŞUBAT   | Dijital Dünya ve Çevrim İçi Güvenlik         | 20.02.2026 |
| MART    | Ruh Sağlığını Desteklemek                    | 20.03.2026 |
| NİSAN   | Hakları Bilmek Savunmak ve Toplumsal Katılım | 17.04.2026 |
| MAYIS   | Bakım Verenin İyi Oluşu                      | 22.05.2026 |
| HAZİRAN | Gelecek Planlaması                           | 19.06.2026 |
| TEMMUZ  | Ailelerin Seçtiği Konu (İhtiyaç Oturumu)     | 24.07.2026 |
| AĞUSTOS | Yıl Sonu Değerlendirmesi ve Güçlü Yönler     | 14.08.2026 |



# Katılımınız için teşekkürler

"Bugün buradan yanınıza aldığınız  
tek bir řey nedir ?"

Tek bir cümleyle...

