



# MONIKULTTUURINEN VANHEMMUUSRYHMÄ

-Ryhmäläisille jaettavat materiaalit

Turkki

OPETUS- JA  
KULTTUURIMINISTERIÖ



### Çokkültürlü Ebeveynlik Grubu

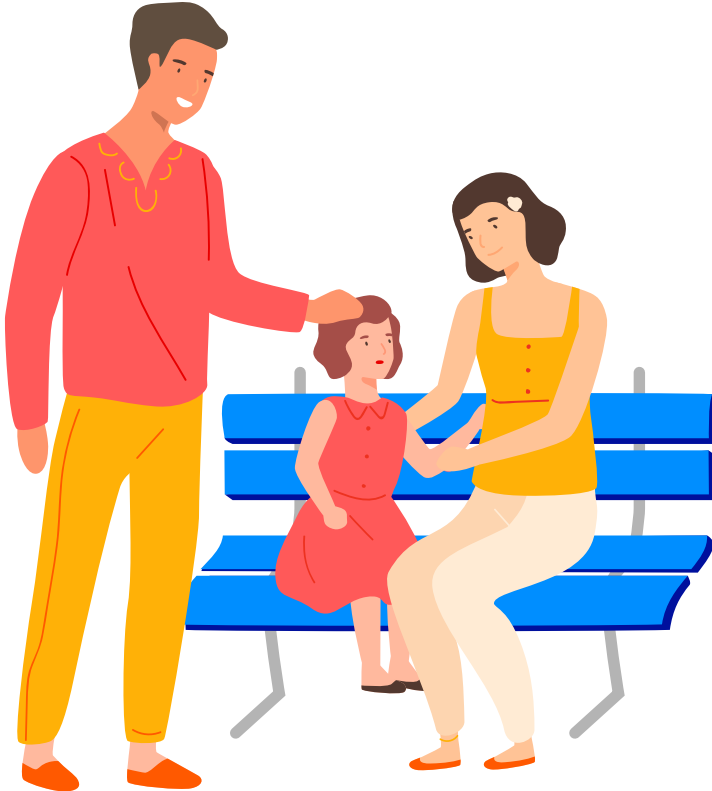
#### Görüşme sürelerinin içeriği:

- 1. Görüşme Grup tanıtımı, kurallar, duygusal emek / işçilik
    - » TARİH ve ZAMAN
  - 2. Görüşme Zihinselleştirme
    - » TARİH ve ZAMAN
  - 3. Görüşme Ebeveynlik bölümleri
    - » TARİH ve ZAMAN
  - 4. Görüşme Çocuklar ve gençler medyada
    - » TARİH ve ZAMAN
  - 5. Görüşme Aile kültürleri
    - » TARİH ve ZAMAN
  - 6. Görüşme Çocuklu ailelere yönelik hizmetler ve bitiş
    - » TARİH ve ZAMAN
- Ev için öneriler:
    1. Ailenize, bugünkü gruptan aldığınız duygu kartlarını ve duygu ölçeri gösterin.
    2. Çocuklarla birlikte kartları gözden geçirin ve her kartın hangi duyguyu tarif ettiğini düşünün.
    3. Duygu kartları ve duygu ölçerin yardımıyla günün duyguları hakkında konuşun.
    4. Çocuğunuzdan diğer kişinin belirli bir durumda ne hissettiğini düşünmesini de isteyebilirsiniz.



## Ebeveynlikte zihinselleştirme

- Zihinselleştirme, kendinizi ve başkasını anlamaya çalışmak anlamına gelir:
  - » Çocuğun duyguları, düşünceleri ve niyetleriyle ilgileniyorsunuz.
  - » Çocuğun ne hissettiğini veya düşündüğünü bildiğinizi varsaymıyorsunuz, ama onu açıklığa kavuşturmaya çalışacaksınız.
  - » Ayrıca kendi duygularınızı ve bunların neden kaynaklanabileceğini de düşünün.
- Zihinselleştirmeyi desteklemek için
  - » Yardımcı olması için duygu kartlarını kullanabilirsiniz.
  - » Çocukla konuşun, çocuğun davranışının ardındaki nedenleri veya duyguları sesli olarak tahmin edin.
  - » Çocuğa kendi duygu ve düşüncelerinizden bahsedin.
  - » Oyun ve hayal gücünden yararlanın!
- Ev için öneriler:
  - » Günde bir kez bilinçli zihinselleştirmeden yararlanarak çocuğunuzla birlikte bir durum üzerinde düşünün:
    - Çocukla durum hakkında ne hissettiğini, ne demek istediğini ve ne düşündüğü hakkında konuşun. Duygu kartlarından ve duygu ölçerden yararlanın.
    - Sizde ne tür duygu ve düşüncelerin uyandırdığı üzerine düşünün.
    - Son olarak, kendi kendinize düşünün.Çocuğun duygu ve düşüncelerini onunla konuşmadan doğru tahmin ettiniz mi? Duygular hakkında konuşmak neden önemlidir?



## Ebeveynlik bölümleri



### 1. Çocuğun bağımsız hale gelmesinin desteklenmesi

- Çocuğun yaşamını ilgilendiren konularda karar verme sürecine katılma hakkı vardır.
- Çocuğun özgürlük ve sorumluluk miktarı, çocuğun yaşı ve gelişim düzeyinden etkilenir.
- Çocuğun bağımsız hale gelmesi için yetişkinin cesaretlendirmesine ve teşvikine ihtiyacı vardır.
- Bir çocuğun kendi başına bir şeyler yapmaya çalışmasına izin verildiğinde, çocuğun özgüveni ve kendi yeteneklerine olan inancı güçlenir.

### 2. Ebeveynin çocuğa gösterdiği sıcaklık yeteneği

- Çocuğun ebeveyni ile sıcak ve yakın bir ilişkiye ihtiyacı vardır.
- Sevgi, örneğin dokunarak (sarılma, öpücükler), takdir sözleriyle (Seni seviyorum, sen önemlisin, harikasin, senden hoşlanıyorum) veya birlikte vakit geçirerek gösterilebilir.
- Her insanın kabul görmeye ve sevmeye

ihtiyacı vardır. Bunu çocuklarına vermek ebeveynin sorumluluğundadır.

### 3. Ebeveynin çocuğu koruma yeteneği

- Ebeveynin görevi çocuğu korumaktır. Ebeveyn çocuğu(n) örn;
  - » Temel bakımıyla ilgilenererek (yemek, temizlik, giysi vb.),
  - » Günlük ritmine özen göstererek,
  - » Çocuğun fiziksel veya psikolojik şiddet yaşamamasına önem vererek,
  - » Çocuğa sınırlar koymayı ve kendini korumasını öğreterek,
  - » Sıcaklık ve sevgi sunarak,
  - » Çocuğun ebeveyninden ne bekleyebileceğini bilmesi için öngörülebilir davranarak onu korur.
- Evde anlaşmazlıklar veya çatışmalar varsa, bunların çözüme kavuşturulması önemlidir. Çocuğun, anlaşmazlıkların çözülebileceğini ve anlaşmazlıklar nedeniyle kimsenin güvenliğinin tehdit edilmediğini görmesi önemlidir.

#### 4. Sınırları belirleme

- Finlandiya'da fiziksel ve ruhsal cezalandırma / disiplin uygulama yasaktır. Çocuk, yetiştirme / terbiye edilme amacıyla olsa dahi dövülmemeli, aşağılanmamalı veya tecrit edilmemelidir.
- Disiplin uygulama yasağının olmasına rağmen, çocuğa sınırlar ve yaptırımlar uygulanabilir ve uygulanmalıdır.
- Kurallar ve sınırlarla ebeveyn çocuğu korur ve onun büyümesi ve gelişmesiyle ilgilenir.
- Ebeveynin görevi sınırları belirlemek ve kızgınlığa / öfkeye katlanmaktır.
- Kötü davranışı düzeltmek uzun bir zaman dahi almayabilir! En önemli şey tutarlı olmaktır = ebeveyn kararlaştırılan kurallara bağlı kalmalıdır.
- Bazen çocuğun hayal kırıklığına katlanmak ve hayır demek zordur. Çocuğun davranışının değiştirilmesi gerekiyorsa, bunu yapacak gücünüz olduğunda başlamak iyi bir fikirdir.

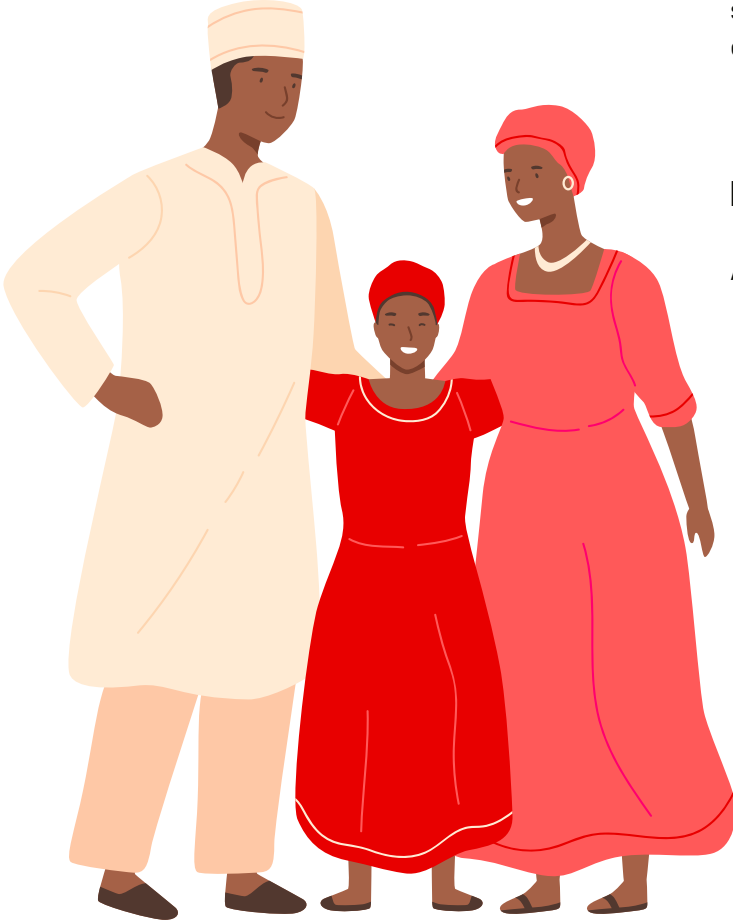
#### 5. İlişkideki meydana gelen bozuklukların düzeltilmesi

- Her ilişkide fikir ayrılıkları veya anlaşmazlıklar olacaktır.
- Çocuklar genellikle ortaya çıkan ihtilafları kendi başlarına düzelteceklerini henüz beceremezler ve bu nedenle bu durum her zaman ebeveynin sorumluluğundadır.
- Çocuklar anlaşmazlıkları çözme becerisini kendi anne babalarından öğrenirler. Çocuklar ayrıca ebeveynleri arasındaki iki taraflı ilişkiyi takip eder ve onlardan öğrenir.
- Sorunu açıklığa kavuşturmadan önce duyguların yatışmasına izin vermek daha iyidir.
- Duygular hakkında konuşmak önemlidir!
- Bir yetişkin de özür dileyebilir!

Ebeveynlik büyük bir sorumluluktur ve çoğu zaman ebeveynlik meydan okuma gibi görünebilir. Hiçbir ebeveyn her zaman mükemmel bir ebeveyn değildir, herkes zaman zaman hata da yapar. En önemli şey bir ebeveyn olarak sevgi vermek, konuşmak ve en iyisi için çaba göstermektir.

#### Ev için öneri:

Ailece birlikte güzel bir şeyler yapın!



## Aile kültürleri

Her ailenin, bunlardan oluşan kendine özgü aile kültürü vardır: örneğin; aile değerleri ve tutumları, Soy ağacı, topluluk, sosyal çevre ve toplum.

### Bir çocuğun iki dilli olması nasıl desteklenir?

Evde kendi ana dilinizi konuşun.

Ebeveyn, çocukla henüz iyi bilmediği bir dilde konuşursa, yanlış telaffuzun çocuğa geçme riski vardır.

Çocuk her iki dili de düzenli olarak ve yeterli düzeyde duymalıdır. Bu nedenle, örneğin erken çocukluk eğitimi veya aile kulüpleri, iki dili benimsemesi/özümsemesi beklenen küçük bir çocuk için önemli yerlerdir.

### Çocuğun kültürel kimliğinin oluşumu nasıl desteklenir?

Finlandiya'ya uyum sağlamanın yanı sıra, entegrasyon aynı zamanda kişinin kendi kültürünü korumasıyla da ilgilidir. Çocuklara anavatanı ve kültürü hakkında anlatmak ve öğretmek de önemlidir:

- Çocuğun aynı ülkeden gelen başka aileler ile tanışması da iyi olur.
- Çocuklara kendi vatanın hayatı, anıları ve olayları hakkında anlatın.
- Kendi ülkenizin yemeklerini yapın ve çocuklara da yemek yapmayı öğretin.
- Gelenek ve bayramlarınızı(a) muhafaza edin/bağlı kalın.
- Memleket ile ilgili videolar ve resimler gösterin, memleketinizin müziklerini çalın.
- Mümkünse akrabalarınızla iletişim halinde olun.
- Çocuklarınıza kendi vatanınızın masallarını, şiiirlerini veya hikayelerini anlatın.
- Çocuklara ülkenizin şarkılarını veya tekerlemelerini öğretin.

### Ev için öneriler:

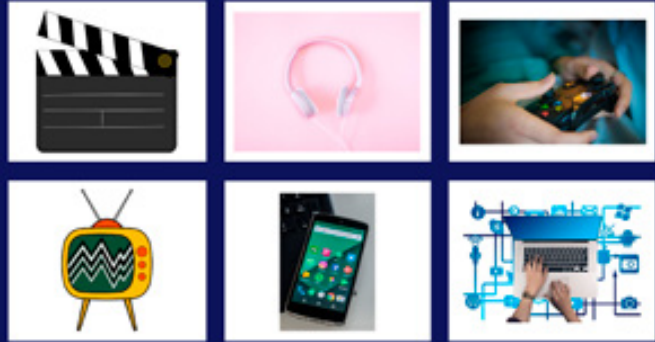
Aileniz veya arkadaşlarınızla farklı yetiştirme kültürleri hakkında konuşun / tartışın.

Aile kültürünüzde gelecek nesillere de aktarmak istediğiniz şeyler nelerdir? Değişmesini istediğiniz bir şey var mı?



## Çocuklar ve Medya

- Medya çok çeşitlidir ve hayatımızın bir parçasıdır.
- Çocuğun dijital dünyada da güvende olmasını sağlamak ebeveynin sorumluluğundadır.
- Medyanın bir birçok faydası ve verdiği keyif vardır. Bunları birlikte keşfedin.



- Sosyal medyada yaş sınırı genellikle 13'tür, ancak bazı uygulamalarda daha fazladır. Yaş sınırını birlikte kontrol edin.
- Sosyal medyayı birlikte inceleyin ve onunla olumlu olarak ilgilenin.
- Çocuğunuza sosyal medyada can sıkıcı şeyler olabileceğini önceden söyleyin. Çocuğu, bir şey olursa anlatması için cesaretlendirin.
- Çocuklarınıza güvenlik talimatlarını öğretin.



- Yaş sınırları ve içerik etiketleri, ebeveynlerin çocuklarını uygunsuz içerikten korumalarına yardımcı olur.

- Aile için ortak dijital kurallar üzerinde anlaşmak önemlidir!
- Birlikte uygun olan ekran süresi hakkında konuşun. Bir ebeveyn olarak, çocuğunuzun yeterince dinlenmesine, spor yapmasına, sosyal ilişkilerinin ve ders çalışmak için
- Bunlar üzerinde anlaşabilirsiniz, örneğin:
  - » Günde ne kadar süre TV izleyebilir?
  - » Dijital cihazlarda günde ne kadar süre oynayabilir?
  - » Geceleyin telefon/tablet nerededir?
  - » Akıllı cihazlar yemek masasına götürülebilir mi?
  - » Ne tür içerikler izleyebilir ve oynayabilir?



## Cocuklu aileler için hizmetler

Finlandiya'da aileler için ebeveynlik ve çocuk yetiştirme konusunda geniş bir destek yelpazesi mevcuttur!

Desteğe başvurmak için doğru yerin neresi olduğunu bilmiyorsanız, önemli değildir.. Doğru

hizmeti bulmanıza yardımcı olması için bir meslek profesyoneli ile konuşun. Endişelerinizi bu broşürde yer alan her şey hakkında dile getirebilirsiniz!

- Hizmetler için kendi dilinizde tercüme talebinde bulunun!



### Kreş ve okul

Çocuğun büyümesini, gelişmesini ve öğrenmesini destekler!

Kreşte birçok meslek profesyoneli vardır, örn; erken çocukluk eğitimi özel öğretmeni

Okuldaki öğretmenlere ek olarak, çocuk öğrenci refahı hizmetleri: okul sosyal hizmet uzmanı, okul psikoloğu, öğrenci rehberliği ve danışmanlığı ve okul sağlığı hizmetleri de mevcuttur.



### Ana Çocuk Sağlığı Kliniği

Çocuk bekleyen aileler ve okul çağına gelmemiş olan çocuklar ve onların aileleri için.

Sağlık kontrolleri için düzenli görüşmeler, ayrıca randevu talep edebilirsiniz. Ebeveynlik için destek ve danışmanlık!

Oulu neuvola (Ana Çocuk Sağlığı Kliniği)  
08 558 44356



### Yetiştirme ve aile danışmanlık merkezi

Ebeveynlerin, çocuklarının veya ailelerinin durumuyla ilgili endişe duyduklarında, yetiştirme konusunda destek ve rehberlik alması.

Ayrılık durumlarında arabuluculuk yardımı da dahil olmak üzere karşılıklı konuşma desteği.

İletişim telefon aracılığıyla Pzt-Cuma 10:00-12:00 saatleri arasında, Tel: 040 650 6014

### Çocuk ve Ergen/Genç Psikiyatrisi Çalışma Grubu (LANU)

18 yaşın altındaki kişilerin uzman psikiyatrik tedavisinden sorumludur.

Tedaviye sevk ile yönlendirilir.



## Çocuk Koruma

Çocuk ve gençlerin bakım ve yetiştirilmesiyle ilgili zorluklar, kötü muamele ve şiddete ilişkin durumlar.

Ebeveynlerin veya çocukların/gençlerin ruhsal veya madde bağımlılığı sorunları ve diğer yaşam krizleri.

İletişim için: [www.ouka.fi/huoli](http://www.ouka.fi/huoli)



## Sosyal Hizmetler

Zor yaşam durumları, ekonomik güçlükler ve çocuk yetiştirmedeki zorluklar için destek.

İletişim için: [ouka.fi/huoli](http://ouka.fi/huoli) veya bölgenizdeki sosyal hizmeti arayın.

e-Aile Merkezi ile Yardım Talebi formu aracılığıyla iletişime geçebilirsiniz:

<https://easiointi.ouka.fi/sosiaali-ja-perhepalvelut/pyyda-apua/>

### Sosyal hizmetler iletişim bilgileri:

#### Göçmen hizmetleri nöbetçi servisi

Pazartesi-Perşembe 09:00-10:00 saatleri arasında kendi görevlinizi arayabilirsiniz.

Sosyal hizmet uzmanları için telefon hizmet saatleri Pazartesi- Perşembe 10-11 saatleri arasında

**Kontinkangas Tel: 040 182 8078**

**Tuira Tel: 040 683 8138**

**Haukipudas Tel: 040 630 6525**

**Kaakkuri Tel: 050 316 9095**

**Kiiminki Tel: 050 407 3513**

## Kuruluşlar tarafından sunulan destek biçimleri şunları içerir:



Ebeveynlik için diyalog desteği

Ebeveyn grupları ve eğitimleri

Boşanma / ayrılma ve çift ilişkilerinde sorunlar için destek

Boşanmış ebeveynlere ortak velayet desteği



(Kangastie 9, Tuira, 0400-581606)

Şiddet nedeniyle evde tek başınıza veya çocuklarla kalamıyorsanız,

Sığınma Evinde günün her saati kendinizi güvende hissedebilir ve bebeğinizin günlük hayatının iyi geçmesi için gereksinim duyduğunuz yoğun desteği alabilirsiniz



Aile kulüpleri ve aile kafeleri

Kamplar

Ailelere yönelik etkinlikler