***AİLE-ÇOCUK KONTRATI***

“Her çiftin 3 parçası vardır : Sen, ben ve biz. İki kişi ve her biri kendi yaşamına sahip, her biri 3 önemli parça... Her biri diğerini daha mümkün kılar. Yani, ben “seni” daha mümkün kılarım, sen “beni” daha mümkün kılarsın, ben “bizi” daha mümkün kılarım ve birlikte “birbirimizi” mümkün kılarız.” **(Satir, V.)**

Bir problemle karşılaştığımızda aslında bir kaç alternatifimiz vardır:

Problemi tartışabilir, halletmeye çalışabiliriz.

Problemi yok sayar, kaybolmasını umutla bekleyebiliriz.

Karşımızdaki insanı suçlayabilir, saldırabilirz.

Problemden ziyade herşeyi konuşup asıl konunun etrafında dönüp dolaşabiliriz.

Oysa problemi halletmenin en etkili yolu ise, doğrudan problemi ele almaktır. **(Ayalon, O.)**

Hangi yaşta olursak olalım, kendimizi gerçekleştirebileceğimiz; net ve anlaşılır ortamlar hepimiz için önemlidir. Ailedeki bireyler, birbirlerinin gelişimlerini mümkün kıldıkları ve birbirlerine karşı açık oldukları takdirde olumlu iletişimi yakalayacaklardır. “Her birey iletişim kurar, ancak önemli olan bu iletişimi nasıl kurduğu ve ne tür bir sonuç aldığıdır. Her birey belli kurallara uyar, ama önemli olan bu kuralları nasıl kurduğu ve ne tür sonuç aldığıdır.” Ailedeki bireylerin sorun çıktığında konuşmak yerine sorun çıkmadan önleyici bir şekilde davranmaları, konuşmaları, dinlemeleri, birbirlerinden beklediklerini açığa kavuşturmaları tarafları mutlu edecek, aile ortamını güçlendirerek olumlu ve eğitici bir duruma getirecektir. **(Satir, V.)**

Aile içinde yaşanabilecek problemleri halledip, iletişimi güçlendirmek ve farkındalık sağlamak amacıyla kullanılabilecek araçlardan bir tanesi de “Aile Çocuk Kontratı” olabilir.

***Aile-Çocuk Kontratı Nedir?***

Aile-çocuk kontratı aileyi oluşturan bireylerin birbirlerinden beklentilerini, temel kuralları, sonuçlarını ve kazanılan ayrıcalıkları içeren, genellikle aile içinde konuşulmayan, bazen konuşulan fakat netleştirilmeyen, bireylerin bir şekilde birbirlerinden bekledikleri konuların paylaşılıp bir karara varıldığı yazılı metinler ifade edilmektedir.

Aile-çocuk kontratıyla; bütün tarafların kazanır duruma gelmesi **,** beklentilerin yazılı ve sözlü olarak ifade edilmesi, karşılıklı güvenin oluşturulması, kişilerin davranışlarını kontrol etme yeteneklerinin geliştirilmesi ve aile yaşantılarında “anlaşılır ve sağlıklı” bir ortama kavuşmalarını amaçlanmaktadır.

Gençlerin, kurallara uyduklarında kazandıklarını, bunun yanında kuralların ihlali halinde kaybedecekleri imtiyazların farkına varmalarını sağlar.Aile-çocuk kontratı tek başına ailelerin birbirlerinin duygularını anlamalarına yardımcı olmaz, sadece sorun olarak görülen ya da sorun yaratılacağı düşünülen konular üzerinde paylaşımda bulunmalarına olanak verir.

***Kontrat oluşturulurken bir kaç yöntem izlenebilir:***

1-Taraflara boş birer kontrat verilerek doldurulması, sonra birleştirmesi istenebilir.

2-Taraflar önce beklentilerini konuşabilir sonra verilen kontratı birlikte doldurabilirler.

Kontratın maddeleri oluşturulurken; herkes için önemli olan, problem teşkil eden veya düzelmesi istenilen konular belirlenir. Her bir konu için tarafların birbirlerinden beklentileri ve beklenen davranışın yerine getirilmemesi halinde nelerin olacağı yazılır. Verilecek ödüllerin her iki tarafı da mutlu edecek şeyler olması önerilir. Bütün bireyler için maddeler netleşinceye kadar kontratın maddeleri tartışılır sonra yazılı hale getirilir ve imzalanır.Kontratın gözden geçirilmesi ve yeniden yapılandırılması için ileri bir tarih belirlenir. Kontratın son hali tarafların birbirlerinin düşüncelerini dikkate aldığı, fikir birliğine vardıkları maddelerden oluşmalıdır.Kontratın bir örneği imzalayan tüm kişilere verilmelidir.

Kontratın adil olmasına özen gösterilir. Ebeveynler için kolay olan bir şey çocuklar için çok zor olabilir. Anlaşmanın kısa süreli olması, zaman zaman yeniden yapılandırılması, tarafların birbirlerinin beklentilerini ve sürecin nasıl gittiğini anlamalarını sağlayacaktır.

***Kontratın İşleyişi ve Değerlendirmesi:***

Yazılı ifadelerin her iki tarafı da bağlayan tarafları vardır. Aile olarak, paylaşımınızda bunları da konuşun; bu iletişim onlara herkesin sorumlulukları olduğunu hatırlatacaktır. İmzalanmış kontrat taraflar tarafından okunmuş ve bütün şartları kabul edilmiş sayılır, üzerinde tek taraflı olarak ekleme, çıkarma, tahrifat yapılmasına izin verilmez.Kontratla ilgili sistemli olunur. Gözden geçirmek, yenilemek için bir tarih konulması önerilir. Küçük çocuklarda günlük gözden geçirmek, ergenlerde haftalık, 15 günlük veya aylık olarak değerlendirmeler yerinde olacaktır. İlerleyen zamanda kontratta yapılan değişiklikler konuşulduktan sonra yazılı hale getirilmeli ve geçerlilik süresi tekrar belirlenmelidir.

Aile olarak birlikte oturun ve kontratınızda yazılı olan maddelerin nasıl yürüdüğünü değerlendirin. Her maddeyle ilgili beklentilerinizin karşılanıp karşılanmadığını, anlaşmanın yürüyüp yürümediğini konrol edin. Bunu yaparken belki çocuğunuzla paylaşımlarınızda belki daha olumlu bir atmosfer yakalama olanağını da bulacaksınız. Taraflardan birinin kontrata aykırı davranması halinde ne yapılacağı da açıkça yazılır.Tarafların, birbirlerine kontrattaki maddelerle ilgili olarak başardıklarıyla duyulan sevinci anlatması ve sonucun beklenilen gibi olduğu durumlarda kontrat gereği mükafatlandırılması önerilir.

***Örnek Paylaşıma Dair Bir Kaç Not:***

Her ailenin benzer gibi görünen, ama ayrıntılarda farklılaşan bir iletişim stili vardır. Sizler de çocuklarınızla olan paylaşımınızda farklı konuları, farklı şekillerde ele alacaksınız; ben yine de sizlerle çocuklarınız arasında sorun çıkabileceği düşünülen bazı konular üzerine birkaç örnek vereceğim. Paylaşım ve kontrat sizlerin ihtiyacı ve yaşantısı doğrultusunda şekillenecektir.

***Aile olarak neleri konuşmalıyız?***

Okul konularını, kişisel konuları, ailevi konuları, diğer,..

Ev yaşantısıyla ilgili neleri konuşmalıyız?

Evdeki sorumluluk alanlarımız neler?

Yemekler ne zaman, ne kadar ve nerede yenmeli?

Kimler eve gelebilir?

Evde hayvan beslenip beslenmeyeceği...

Oda paylaşımı, kurallar ve dekorasyon nasıl olmalı?

Ailece ne zaman birlikte olunacak ve ne yapılacak?

Ne zaman ve ne kadar süre için dışarı çıkılabilecek?

Eve en son saat kaçta gelinecek?

Ders nerede ve nasıl çalışılacak?

Bilgisayar ne zaman ve ne kadar kullanılacak?

Saat kaçta yatılması ve kalkılması gerekiyor?

Ne kadar süre için ne kadar ve nelere para kullanılabilecek?

**Örnek Aile Kontratı**

**................. Ailesi Kontratı**

 Tarih................

Biz aşağıda isimleri ve imzaları bulunan kişiler aşağıda yazılı olan konular üzerine yaptığımız paylaşımda fikir birliğine vardık ve anlaştık.

İsim İsim İsim İsim

İmza İmza İmza İmza

Bu sözleşme [..../..../200...- ..../..../200...] tarihleri arasında geçerlidir.