



**Co-funded by
the European Union**

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

LTTA Modül Senaryo Anahat

Modülün Parçaları Modül

Başlık Ve Altyazı:

Etkili İletişim Teknikler ile Anneler ve Aileler içinde o Doğum sonrası Dönem

Genel Bakış

Etkili iletişim dir hayati içinde o doğum sonrası dönem gibi anneler gezinmek duygusal, fiziksel, ve toplumsal değişimler. Bu modül, annelerin dinlendiklerini, anlaşıldıklarını ve değer gördüklerini hissetmelerini sağlayarak güven, empati ve desteği teşvik eden iletişim tekniklerini inceler.

Modül Amaçlar:

- İle sağlamak katılımcılar ile etkili iletişim teknikler kişiye özel ile destek lohusalık döneminde annelere ve ailelere.
- İle geliştirmek yetenekler içinde aktif dinleme, empati ve yargılayıcı olmayan iletişim.
- İle pratik bunlar teknikler aracılığıyla A gerçekçi senaryo tabanlı rol yapma etkinlik.

Modül İçerik Parça 1

Slayt 1: Etkili İletişim Teknikler ile Anneler Ve Aileler içinde o Doğum sonrası Dönem Kısa Versiyonu:

Etkili iletişim annelerle hakkında dinleme empatiyle, konuşuyorum ile nezaket ve yaratmak A güvenli uzay Neresi Onlar hissetmek duyulmuş Ve anlaşıldı. İle bina güven Ve gösteriliyor eşsiz Bakım yaparak, onların yolculuklarında gerçek bir fark yaratan anlamlı bağlantılar yaratabiliriz annelik yoluyla.

Uzun Versiyon:

Annelerle etkili iletişim, kelimelerin ötesine geçer; onların gerçekten dinlendiklerini, anlaşıldıklarını ve desteklendiklerini hissetmelerini sağlamakla ilgilidir. Annelik, çeşitli duygular ve zorluklar getirir ve her deneyim... eşsiz. İle kullanarak o Sağ iletişim teknikler, Biz olabilmek inşa etmek güven, güçlendirmek ilişkiler, ve anlamlı destek sağlamak.

1. **Aktif Dinleme** : Tamamen odak Açık Ne o anne dir diyerek, kaçınmak kesintiler, Ve Duygularını olumlularla kabul edin.

2. **Empati Ve Doğrulama** : Tanımak duygusal mücadeleler Ve doğrulamak duygular yerine anında çözüm sunmanın.
3. **Kullanarak Açık Uçlu Sorular** : Cesaretlendirmek Daha derine konuşmalar yerine hariç basit evet/hayır yanıtları.
4. **Kaçınmak Yargılama Ve Teklif Nazik Teşvik** : Anneler korku hüküm; Bunun yerine destek ve cesaretlendirme sağlayın.
5. **Yapı Sunmak Ve Mevcut** : Küçük varlığın jestleri olabilmek sahip olmak güçlü etki.
6. **Tutmak A Olumlu Ve Güven verici Ton** : Azaltmak stres ile kullanarak rahatlatıcı Ve onaylayıcı dil.
7. **Sağlamak Pratik Destek** : Eylemler konu gibi fazla gibi kelimeler—sunu yardım ile küçük Görevler yükleri hafifletebilir.

Refleks Sorular:

1. Nasıl olabilmek aktif dinleme geliştirmek A annenin güveni ve refah ?
2. İçinde Ne yollar olabilmek empati Ve doğrulama yardım olmadan vermek istenmeyen tavsiye?
3. Nasıl Yapmak küçük jestler varlığın Ve güvence yapmak A fark?

Slayt 2: giriş ile İletişim Teknikler

- Amaç: İle tanıtmak katılımcılar ile anahtar iletişim teknikler O genişletmek Destek lohusa anneler için.
- Önemli Noktalar:
 - Etkili iletişim kurulur güven Ve anlayış.
 - BT gerekir empatik ol, yargılayıcı olmayan, Ve kültürel olarak hassas.
 - Teknikler aktif olanları dahil et dinleme, kullanarak açık uçlu sorular, ve doğrulama duygular.

Slayt 3: Rol Yapma Etkinlik

Senaryosu Tabanlı Ders Planı

Hedefi:

- İle donatmak katılımcılar ile etkili iletişim teknikler kişiye özel ile doğum sonrası Destek.
- İle pratik bunlar teknikler bir gerçekçi senaryo.

Ders Planı:

1. **giriş (5 dakika)**
 - Tartışmak o önemi ile ilgili iletişim içinde doğum sonrası bakım.
 - Açıklamak Nasıl iletişim yapılar güven Ve teşvik eder katılım içinde bakım kararları.
2. **Anahtar İletişim Teknikler (10 dakika)**
 - Aktif Dinleme
 - Empati
 - Açık Uçlu Sorular
 - Netlik ve Sadelik
 - Sözsüz İletişim
 - Kültürel Duyarlılık
3. **Senaryo Etkinlik: Rol Yapma (25 dakika)**
 - **Kurmak:**

- Bölme katılımcılar içine küçük gruplar ile ilgili 3- 4.
 - atayın :
 - Anne (Emma, A 3 günlük doğum sonrası anne deneyimlemek (Emzirme zorlukları ve duygusal stres)
 - Aile Üye (destekleyici Ancak ezilmiş ortak veya iyi niyetli ama inatçı büyükanne)
 - Sağlık hizmeti Sağlayıcı (sağlayarak duygusal Ve pratik Destek (aile dinamiklerine aracılık ederken)
 - **Görev:**
 - Sağlık hizmeti sağlayıcılar kullanmak öğrenildi teknikler ile Destek Emma'nın emzirme endişeleri, duygusal iyilik hali ve aile ilişkileri.
 - Aile üyeler rol yapma gerçekçi duygular Ve endişeler ile iletişim becerilerinizi zorlayın.
 - **Zaman Paylaştırma:**
 - 10 dakikalar için rol yapma.
 - 5 dakikalar başına grup için bilgilendirme ve geri bildirim.
- 4. Grup Bilgilendirme Ve Refleks (5 (dakika)**
- Tartışmak dersler öğrenildi Ve yansıtmak Açık iletişim stratejileri.
 - Cesaretlendirmek katılımcılar ile paylaşmak gerçek hayat uygulamalar ile ilgili bunlar teknikleri.

Slayt 4: Tavsiye için Kadınlar DSÖ Yapma İstek ile İhmal etmek Onların Ortaklar

Sonrasında Doğum Kısa Versiyonu:

Dengeleme annelik Ve ortaklık olabilmek olmak zorlu. Açık iletişim, küçük eylemler Takdir ve ekip çalışması bu geçiş döneminde güçlü bir ilişkinin sürdürülmesine yardımcı olur.

Uzun Versiyon:

- Önceliklendirme açık iletişim Ve ifade etmek minnettarlık.
- Ayarlamak bir kenara zaman için birbirine göre, eşit içinde küçük yollar.
- Bir olarak çalışmak bebekteki takım bakım ve ev sorumlulukları.
- Göstermek takdir başından sonuna kadar küçük jestler.
- Olmak hasta Ve Destek her biri diğer başından sonuna kadar değişiklikler.

Refleks Sorular:

1. Nasıl sahip olmak senin ilişki ile senin ortak değişti o zamandan beri olma bir ebeveyn mi?
2. İçinde Ne yollar Yapmak Sen Destek birbirine göre?
3. Ne küçük Ancak anlamlı eylemler olabilmek yardım güçlendirmek bağlantınız ?

Slayt 5: Kapsamlı Doğum Ziyaret Rehberi

Rehber için A Lohusalık Ziyaret etmek:

1. **Hazırlanıyor için o Ziyaret etmek :** Takvim -de A uygun zaman, Ve dikkate almak kültürel arka plan.
2. **Değerlendirme o Annenin Refahı :** Sormak hakkında fiziksel ve duygusal sağlık.
3. **Destek Bebek Bakım :** Adres besleme Ve yeni doğmuş bakım endişeler.
4. **Güçlendirme Duygusal Destek :** Doğruyla duygular Ve teklif Teşvik.
5. **Teşvik edici Aile Katılım :** Takım çalışmasını teşvik edin içinde Bebek bakım.
6. **Sağlamak Pratik Yardım :** Yardım ev işleri veya bağlan kaynaklarla .

7. **Takip etmek Destek** : Plan için devam eden bakım Ve check- in'ler.

Refleks Sorular:

- Ne vardır o anahtar duygusal Ve fiziksel zorluklar yeni annelerin yüzü?
- Nasıl olabilmek A destekleyici çevre olmak yaratıldı ziyaretler sırasında ?

Slayt 6: Yasaklı Kelimeler içinde o Kısa

Versiyonu Ziyaret Edin:

Kelimeler darbe duygusal refah. Kaçınmak yargılayıcı, kritik, veya en aza indirgeme cümleler, Ve Bunun yerine destekleyici, onaylayıcı bir dil kullanın.

Uzun Versiyon:

- **Kaçınmak Karşılaştırmalar** (örneğin, "Diğer anneler yapma (Mücadelemiz o kadar çok ki.)
- **Yapma Soru Ebeveynlik Seçimleri** (örneğin, "Sen misin Elbette Sen gerekir olmak besleme O yol?")
- **Kaçınmak Vücutla İlgili Yorumlar** (örneğin, "Sen sahip değil kayıp o Bebek ağırlık henüz?")
- **Yapma En aza indir Duygular** (örneğin, "Onun Sadece hormonlar; sen elde etmek üzerinde BT.")
- **Olmak Dikkatli ile ilgili İstenmeyen Tavsiye** (örneğin, "Sen gerekir Yapmak (bunun yerine.?)
- **Yapma Acil Kurtarma** (örneğin, "Sen gerekir hissetmek daha iyi ile Şimdi.")

Refleks Sorular:

- Nasıl olabilmek kelimeler darbe A annenin güveni mi?
- Ne alternatif kelimeler veya ifadeler olabilir teşvik mi teklif ediyorsunuz ?

Bu modül, katılımcılara etkili bir şekilde anlamlı doğum sonrası destek sağlama becerileri kazandırmayı amaçlamaktadır. İletişim. İle evlat edinme anlayış, empati, Ve bağlantı, Biz olabilmek olumlu bir şekilde yeni annelerin ve ailelerinin refahını etkiler.