

# OKULDA VE HAYATTA SAĞLIKLI BİR GELİŞİM İÇİN VELİLERİMİZE ÖNERİLERİMİZ

- Sevgili Veliler, çocuğunuz sürekli bir büyüme ve gelişme içinde olduğunu unutmayınız. Sizin çocuğunuz olsa da; sizden farklı bir kişilik geliştirmekte. Çocuklara karşı sabır, soğukkanlılık, anlayış, sebatlık ve sevgi ile yaklaşın, bu onların sizin ile olan ilişkilerinde daha yakın olmalarını sağlayacaktır. Yüksek sesle söylenen emir verici sözler, ağır eleştiriler ve azarlamalar asla fayda getirmeyeceği gibi çocuğunuzun sizden kopmasına ve uzaklaşmasına hatta birçok konuda yalana başvurmasına sebep olacaktır.
- Çocuklarınızın sizin isteklerinizi yapması için korkutmayın, ağır cezalardan ve baskıcı tutumlardan uzak durun. Yüksek sesle verilmeye çalışılan hiç bir öğüt dinlenmez. Sevgi ve ılımlı bir yaklaşımla, yapabileceğiniz arkadaşça tavırlarınızla iletmek istediğiniz mesajı tam olarak verebilirsiniz.
- Çocuklarınıza kıyas getirmeyin, sürekli başkaları ile kıyaslanan çocuk kendine güvensiz ve gelişmeye kapalı çocuktur. Onlara olumsuz eleştiriler getirirseniz bir süre sonra olumsuz davranışları kendilerinde bir görev bileceklerdir. Çünkü yetişkin her zaman doğru söyler ve hata yapmaz ilkesini kabullenmiştir. Yapıcı ve teşvik edici her söz, onlara bir adım daha ileri gitmelerini sağlayacak sizin güveninizden emin olacaklardır.
- Çocuğunuzun devam durumunu ve okul ile ev arasındaki geliş-gidiş saatlerini sürekli kontrol altında tutun. Zararlı alışkanlıklar hakkında iyi bir örnek olun ki söyledikleriniz sadece lafta kalmasın. Ülkemizde zararlı alışkanlıklara başlama yaşı bir hayli inmiştir. Bu yaşlarda uyarılan ve gerekli tedbirleri alınan çocuklarımızın sağlıklı bir gençlik oluşturması için tüm imkânlarımızı zorlamalıyız.
- Çocuğunuzun arkadaş çevresi, onun gelişimi ve sosyal hayatının oluşumunda çok büyük etkindir. Okul dışı zararlı arkadaşlıklar, farklı problemleri de beraberinde getirir. Zararlı alışkanlıkların bu yaşlarda büyük merak konusu olduğunu, kişiliklerinin oluşma döneminde yanlış yönlendirilebileceklerini unutmayınız. Çocuğunuzun arkadaş edinmesi ve bu arkadaşlıklarda beklentilerini aza indirgeyerek mutlu arkadaşlıkların oluşumunu gerçekleştirebileceklerdir.
- Anne ve baba olarak ortak kararlar alınız ve davranışlarınızda her zaman doğru ve tutarlı olunuz. Çelişkili davranışlar çocuğunuzun her zaman bocalayarak doğruyu bir başkasında aramasına sebep olacaktır.
- Aile içi problemlerin, tartışmalarınızın çocuğunuza yansması; huzurlu bir ortamda yetişemeyen çocukların geleceklerini de bu doğrultuda düzenlemelerine sebep olacaktır.
- Çocuklar önünde yapılan tartışmalar, okul ve öğretmenler hakkındaki eleştiriler çocukta bocalamaya, hatta öğretmenlerini eleştirme hakkına sahip olmasından kaynaklanan eğitim başarısızlığına ve okuldan soğumasına neden olacaktır.
- Çocuklarınızın ihtiyaçlarını karşılarken tutarlı ve titiz olunuz. Her türlü ihtiyaçlarının karşılanması için, onlardan beklentilerinizin gerçekleşip gerçekleşmediğini kontrol ediniz.
- Çocuğunuzun sağlık durumu ile yakından ilgileniniz. Hastalıklardan bir kısmı çocuğun yaşam enerjisini önemli ölçüde azaltarak onu dermansız bırakabilir. Bir kısmı ise, neden oldukları devamlı acı ve ağrılar yüzünden çocuğun ilgi ve dikkatini ders konuları üzerinde toplamasına engel olabilir. (Çocuğunuz asılsız bedensel yakınmalarda bulunuyorsa bunlarında dikkate alınması gerekir. Bu yakınmalar aslında onun sorunlarını dolaylı olarak anlatış şekli olabilir.)
- Çocuğunuzun kahvaltı etmeden ya da yemek yemeden kesinlikle okula göndermeyiniz. Özellikle ortaokul çağındaki çocuklar, hızlı bir büyüme ve gelişme dönemi içindedirler. Bu konuda titiz olunuz.
- En iyi dinlenme, uyuyarak yapılan dinlenmedir. Özellikle düzenli olarak planlanan uyku çocukların yaşamında büyük önem taşır. Sinir sisteminin dinlenmesi ve enerji toplayabilmesi uyumaya bağlıdır. Bu sebeple çocuğunuzun uyku saatlerinin düzenli olmasına önem veriniz.
- Bilinçli, amaçlı ve sınırlı bir şekilde kullandığımızda, internetin yararı oldukça fazladır. Diğer türlü size zarar verebilir... Yapılan araştırmalar gösteriyor ki, internet akıllı telefonlar ve tablet uzun süre kullanıldığında kişide dikkat, hafıza, analiz yeteneğinde azalma gibi zihinsel sorunlara neden olur. Bu nedenle interneti yoğun kullanan kişiler günlük yaşamda, okumada, konuşmaları yeni şeyler öğrenmekte güçlükler yaşarlar.
- Çocuğunuza yeteri kadar harçlık veriniz. Harçlığını mümkünse aylık veya haftalık olarak belirleyiniz. Böylelikle kendisini yönetmeyi öğrenecek, sorumluluk kazanacaktır.
- Çocuğunuzun yaşamında en önemli çevre, aile çevresidir. Çocuk yaşamında en etkili örnekleri ailesinden alır. Anne ve baba olarak tüm davranışlarınızda örnek olduğunuzu unutmayınız. Çocuklarınızın belirli davranışlarını da anne ve baba olarak farklı davranışlar

# OKULDA VE HAYATTA SAĞLIKLI BİR GELİŞİM İÇİN VELİLERİMİZE ÖNERİLERİMİZ

göstermeyiniz. Ortak bir karar olarak ikinizde davranışlarınızda örnek ve tutarlı olunuz. Onun eleştirilerini dinleyerek makul bir şekilde cevaplandırınız. Hatalarınızı düzeltme yönünde onunla tartışınız, gerekirse özür dilemeniz bile çocuğunuzun gözünde sizi yüceltecektir.

- Çocuğunuzun gerekli tüm sorunları için sınıf ve okul rehber öğretmenlerine başvurunuz. Bu konuda size yapılan çağrılara mutlaka uyunuz. Onunda sorunlarını gerektiğinde sınıf ve okul rehber öğretmenlerine anlatması için teşvik ediniz. Sizin ve çocuğunuzun sorunlarınızın gizliliğe önem verilerek çözülmeye çalışılacağından emin olunuz.
- Çocuklarınızın çoğu evde, aileleri tarafından ders çalışmaya ikazlarının fazlalığından yakınmaktadırlar. Sürekli dersine çalış ikazı olumsuz etki yapabileceği gibi aynı zamanda çocuğunuzun çalışma azmini de kıracaktır. Çocuğunuzun programlı çalışmaya alıştırılması, dinlenme, eğlence saatlerinin planlanması için onun yönlendirilmesi, dersi öğrenmesi için çalışması gerektiği aşılmalıdır. Aksi takdirde saatlerce bilinçsiz olarak çalışılan bir konu sadece zaman israfıdır. Ders öğrenmek için çalışılır, öğrenmede ancak bir başka öğrenilen bilgiye transfer edilirse pekişir. Ancak öğrenilen bilgi yaşamda uygulanabilir. Planlı çalışma ise her zaman düzeni ve bilgiyi oluşturur.
- Çocuklarımız, kendilerine güvensiz olmaktan ve sosyalleşememekten rahatsızlar. Nedenlerini düşünürsek, çözüm yine bizlerde. Çocuğunuza değer verdiğinizizi, ona güvendiğinizi, sorumluluklarını yerine getirebileceğinden emin olduğunuzu ona her fırsatta belirtin. Ona ve fikirlerine değer verin, onu dinleyin, sosyal yaşantısında faal olması için onu destekleyin. Okul ve çevresindeki sosyal faaliyetlere katılması için teşvik edin. Ona değer verdiğinizizi, güvendiğinizi her ortam ve fırsatta övgülü sözlerle dile getirin. Çocuğunuzun şımarmasından korkmayın; bilakis size ve düşüncelerinize layık olmaya çalışacaktır. Ona olan güveninizi gösteremezseniz, ondan nasıl güven bekleyebilirsiniz ki?
- Çocuğunuzun ders çalışma ortamını hazırlamasına yardımcı olunuz. Mümkünse bir çalışma odası oluşturunuz. Eş dost toplantılarınızı onun programına uygun hale getirmeye gayret ediniz, ev işlerini ya da alış-veriş sorumluluklarını ders çalışma saatlerinin dışında oluşturunuz. Başarabildiği bir boş zaman etkinliğinin mutluluğunu birlikte paylaşıp, onunla gurur duyduğunuzu her fırsatta belirtin.

- Çocuğunuzu sık sık eleştirmekten kaçınınız. Bunu başkalarının, hatta arkadaşlarının yanında yapmayınız. Beğendiğiniz ve takdir ettiğiniz yönlerini ona söyleyiniz. Çocuklarınız arasında kıskandırarak azimlerinin artacağından ya da komşu çocuğu ile kıyaslandığında daha iyiye yöneleceğini sanmak yanlıştır. Onu kendi yapısı ve kişiliği ile kabul ediniz. Hiç kimse bir başkası olmak istemez, herkes bir başkası gibi olmak için çalışsaydı; hiç kimse olmazdı.
  - Çocuğunuzun okul yaşantısı ile ilgileniniz. Anlattıklarını büyük bir sabırla dinlemeye çalışınız. Mutluluklarını veya mutsuzluklarını onunla paylaşınız. Onlara karşı sabırlı, soğukkanlı ve anlayışlı olunuz. Deneme ve yanılma yolu ile öğreneceklerdir. Kusurları ve olumsuz hareketleri olacaktır. Çocuklarımızın, bizim gibi düşünüp bizim gibi hareket ve tavırları göstermiş olsalardı, ailede ve okulda eğitime gerek kalmazdı.
  - Çocuğunuzun derslerinde ve davranışlarında daha iyiye yönlenebilmesi için öğretmenleri ile sıkı bir ilişkiye girilmeli, toplantılara mutlaka katılmalı çocuğunuzun gelişimi ile ilgili konularda takipçi olmanızda yarar vardır. Öğretmenlerin alınmasını istediği ders araç ve gereçlerin zamanında temin edilmesine önem veriniz. Çocuğunuzun kılık ve kıyafetine, temizliğine özen gösteriniz.
  - Çocuklarımızın sınıf geçmesi önemli değildir. Önemli olan bir üst öğretim ve eğitime kendini hazır görerek güçlü bir şekilde geçmesidir. Çocuklarımız temelsiz yetişirse, bir sonraki eğitimlerine de hazırlıksız devam ederler. Özellikle bu yaşlarda yönlendirilen çocuklar; ilgi, yetenek ve çeşitli alanlara göre kaydırılmalı, alternatiflerini belirlemede yardımcı olmalı, başarılı olabilecekleri iş yaşantılarına yönlendirilmeleri sağlanmalıdır.
- Okuldaki eğitim ve öğretim çalışmalarının ailedeki eğitim ve öğretim çalışmaları ile desteklenmesi gerektiğini, çocuğunuzun başarısında sizinde çok önemli katkıların olabileceğini kabul etmeniz ve ona gereken yardımları yapmanızın başarısını olumlu yönde etkileyebileceğini kabul etmeniz gerekiyor. Ancak bu mantıkla yola çıktığınızda onlara istediklerini verebilir ve onlardan istediklerimizi alabiliriz.

**UNUTMAYIN: SİZİN COCUĞUNUZ OLARAK DOĞMAK ONLARIN ELİNDE DEĞİLDİ. ANCAK SECME HAKLARI OLSAYDI, SİZDEN BAŞKA KİMSENİN COCUĞU OLMAK İSTEMEZLERDİ...**

**ANAFARTALAR ORTAOKULU REHBERLİK SERVİSİ**