

ORTAÖĞRETİME BAŞLANGIÇ...

Sevgili Veliler,

Çocuğunuzun ortaöğretime başladığı şu günlerde, endişelerinizi hafifletmek ve aklınızdaki soruları bir ölçüde de olsa giderebilmek amacıyla bir yazı hazırlamak istedik.

Bu yıl, öğrencilerimiz için "*uyum yılı*" olacak. Bizler, hayatlarının bu önemli döneminde ihtiyaç duydukları her konuda yanlarında olacak, atacakları her yeni adımda onları destekleyip yüreklendirecek, heyecan ve başarılarını birlikte paylaşacağız. Önceden ilkokul deneyimi olmuş bir çocuk, bir grubun üyesi olmuş, kurallar ve sorumluluklar hakkında fikir sahibi olmuşsa da ortaöğretim pek çok yönüyle ilköğretimden farklıdır. Bu nedenle çocuğunuz geçen yıllarda sorunsuz bir okul dönemi geçirmiş olsa bile, okulun ilk günlerinde duygusal açıdan zorlanabileceğini unutmamak gerekir. Peki bu konuda ona nasıl destek olabilirsiniz?

İşte önerilerimiz...

Çocuğun yaşadığı heyecanla karışık kaygısının temel nedeni, bilinmezliğe doğru attığı adımdır. Okula başlamadan önce onu duygusal açıdan hazırlamak, yaşayacakları hakkında bilgi vermek kendisini iyi hissetmesini sağlayacaktır. Okulda çok sayıda arkadaş edineceğini ve onu seven öğretmenleri olacağını söyleyebilir, kendi okul anılarınızı anlatıp okula giden çocuklarla ilgili hikayeler okuyabilirsiniz.

Çocuğunuzun okulun ilk günleri yaşayabileceği en önemli kaygı, sınıf öğretmeninden ayrılarak pek çok farklı öğretmen ve derslere olacak uyum ile ilgilidir. Okulun ilk günlerinde çocuğunuza, kendi sorumluluklarını alması ve kendini ifade edebilecek olgunluğa geldiği hakkında bilgi vermeniz, onu biraz olsun rahatlatacaktır. 5. Sınıfa başlamaları ile artık ilk çocukluktan çıkıp yeni bir gelişim dönemine başladıklarının ve sorumluluklarının arttığını, bununla nasıl baş edebileceğine dair rehberlik birimi ve öğretmenlerimiz olarak hem siz velilerimize hem de öğrencilerimize destek için yanınızda olacağız.

Öğretmenlere bakış açısı, çocuğunuzun uzun yıllarını geçireceği okula bakış açısının temellerini oluşturur. Daha ilk günlerden "*şunu yapmazsan öğretmenine söylerim*" , "daha çok çalışmalısın artık ortaokula başladın" gibi kaygı düzeyini arttırıcı

ifadeler öğretmenleri ile kuracağı güven ve sevgi ilişkisini ve derslere bakış açısını olumsuz yönde etkiler.

Çocuğunuz okuldan eve geldiğinde gününü nasıl geçirdiği ile ilgili sohbet etmeniz onun okul deneyimlerini sizinle paylaşarak rahatlamasını sağladığı gibi okula uyum sürecini de hızlandırır. Bir takvim üzerinde, okulda bulunacağı günleri ve tatil günlerini işaretlemek, okul günlerinde öğretmenleri ve arkadaşları ile yapacağı güzel şeyleri anlatmak da onu rahatlatacaktır.

Normal bir uyum sürecinde dahi, psikolojik nedenlere bağlı olarak; karın ağrısı, mide bulantısı, kusma, yüksek ateş v.b. rahatsızlıklar yaşanabileceği unutulmamalıdır. Böyle bir durumla karşılaştığınızda telaşa kapılmadan tutarlı ve kararlı bir şekilde sorunu çözmeye çalışmanız uygun bir yaklaşım olur.

Çocuğunuz, herhangi bir sağlık şikayeti ile okula gitmek istemiyorsa, öncelikle onu yargılamadan ve eleştirmeden dinlemelisiniz. Eğer rahatsız olmadığından eminseniz, ona, okulda revir olduğu, hastalık durumunda okul doktorunun kendisiyle ilgileneceği, sizin hemen haberdar edilip okula gelebileceğinizi uygun bir dille açıklamalı ve okula gitmesi konusunda onu ikna etmelisiniz. Daha sonra bu olaydan sınıf öğretmeni ve psikolojik danışmanını haberdar etmelisiniz.

Yatış ve kalkış saatlerinin rutine oturtulması okula uyumun yanı sıra çocuğunuzun verimli öğrenmesine de olumlu etki sağlayacaktır.

Son olarak küçük bir hatırlatma: **unutmayın ki çocuklar yeni şartlara büyüklerden daha kolay ve rahat uyum sağlarlar.** Çocuğunuzun yaşayabileceği güçlükler bir hafta on gün içinde yapacağımız işbirliği ile ortadan kaldırılabilir. Bu süreçte **size güvenmesi ve sizi yanında hissetmesi onun en önemli yardımcısı** olacaktır.

Bütün bunların yanı sıra çocuğunuzun tüm yaşantısının "**okul**" olmasına izin vermeyin. Mutlaka ilgi duyduğu bir alanda uğraşı olmasını sağlayın (spor, müzik v.b.). Ayrıca, çocuğunuzun akademik başarısı kadar sosyal becerilerinin de önemli olduğu unutulmamalıdır. Bu nedenle arkadaşlarını birlikte karar vereceğiniz zamanlarda eve davet etmesine izin verin. Doğum günleri gibi birlikte olabilecekleri organizasyonları kaçırmamaya özen gösterin.

Öğrencilerimizin öğrenim yaşamları boyunca kendileri için gerekli olan bilgi, beceri, tutum ve davranışları edinmeleri sürecinde okul ve ailenin ortak hareket etmesinin önemine inanıyor, yapılacak çalışmalarda siz değerli velilerimizin katkılarını bekliyor ve hedeflerimize hep birlikte el ele ulaşmayı arzuluyoruz.

UĞUR KOLEJİ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ

