

ÇANKIRI ŞEHİT YUSUF ÇELİK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ E-BÜLTENİ



Bülten Tarihi: 05/09/2023

Bu sayıda:

Okullar açılıyor	Kapak
Uyum programı	Kapak
Okula uyum süreci	2
Çantada neler olmalı?	2
Anne-babalara öneriler	3
Okula uyum ipuçları	3
Nelerden sakınmalıyız	4

OKULLAR AÇILIYOR

2023-2024 eğitim öğretim yılında okul öncesi, ilkokul ve ortaokula başlayan öğrencileri kapsayan uyum eğitimi ve rehberlik çalışmaları ilimiz okullarında başladı. Öğrencilerin yeni okullarına uyum ve adaptasyonunu hedefleyen eğitimler aynı zamanda bazı rehberlik faaliyetlerini de kapsıyor. Okul öncesi eğitime, ilkokul 1'inci sınıfa, Mesleki ve Teknik Anadolu Liselerinde 9'uncu sınıfa başlayacak öğrenciler için 04-08 Eylül 2023 tarihleri arasında uyum eğitimleri yapılacak. Ayrıca, ortaokul ve imam hatip ortaokullarının 5'inci sınıfları ile ortaöğretim kurumlarının hazırlık ve 9'uncu sınıflarına yönelik rehberlik ve uyum çalışmaları ise 11-15 Eylül 2023 tarihleri arasında gerçekleştirilecek. Eğitimler sayesinde öğrenci, veli ve öğretmen işbirliğini artırmak ve geliştirmek hedeflenirken, veli eğitimi programları sayesinde ise kazanımlar, akademik ve sosyal faaliyetler ve okul çalış-

maları hakkında bilgiler de velilere sunulacak. Eğitimlerde okul yöneticileri, sınıf öğretmenleri ve okul rehber öğretmenleri velileri bilgilendirme çalışmaları yürütecekler. Çalışmalar kapsamında ayrıca, veliler, çocuklarıyla birlikte gruplar halinde okula gelerek sınıflar, rehberlik servisi, kütüphane, okul bahçesi, giriş-çıkış ve sınıf kuraları gibi okulun iç ve dış mekanları hakkında öğretmenlerinden bilgiler alacaklar. Dijital olarak ulaşılabilen uyum rehberinde öğretmen-öğrenci ilişkileri, öğretmen-veli ilişkileri, öğrencilerin akademik olarak desteklenmesi gibi ailelere yönelik bazı tavsiyeler yer alıyor.

Velilerimiz Okul Uyum Rehberine www.cba.gov.tr adresinden ulaşabilirler. Okul uyum eğitimlerinin ve yeni eğitim döneminin hayırlı olmasını dileriz.



Uyum Programı

NEDİR?

Öğretim ortamını, öğretmenini ve arkadaşlarını tanıtan programdır.

Veli, öğrenci ve öğretmenin tanışma etkinlikleri ile desteklendiği bir zaman dilimidir.

Öğrencinin mutlu olmasını ve okula alışma sürecini



OKULA UYUM SÜRECİ

Öğrenciler okula gelirlerken bazı problemler yaşayabilirler.

Uyum problemi yaşayan öğrencilerde;

- 1- Ağlayarak ya da sözel olarak ayrılığı protesto etmek
- 2- Anne veya babasının kucağından inmek istememek
- 3- Anne-babanın okuldan gitmesine sarılarak izin vermemek
- 4- Anne-babaların arkalarından ağlamak gibi davranışlar görülebilir.

Çocuk herhangi bir sağlık şikayeti ile okula gitmek istemediğini belirtiyorsa, anne-baba çocuğu yargılayıp, eleştirmeden dinlemelidir. Eğer çocuğun rahatsız olmadığı biliniyorsa, çocuğa uygun bir dille ve açıklayıcı bir ko-

nuşma yapılarak okula gelmesi konusunda ikna edilmeli, bu olaydan psikolojik danışman ve sınıf öğretmeni haberdar edilerek, gerçek problemin ne olduğu araştırılmalıdır. Gerekğinde uzman kişilerden yardım alınabilir.



Öğrencimizin Çantasında Neler Olmalı?

Öğrencimizin çantasında neler olmalı?

1. Beslenme çantası
2. Suluk ya da matara
3. Kurşun kalem, boya kalemleri, silgi, kalemtraş
4. Defter, not defteri
5. Islak/kuru mendil ya da peçete, kolonya



Çocuklar okula gelirken evden oyuncak gibi kişisel eşya getirmek isteyebilirler. Öğretmenlerimizin kontrolleri ile kademeli olarak oyuncak getirme davranışı azaltılacaktır.

Sonbaharla birlikte gelen bulaşıcı hastalıklardan korunmak için gerekli tedbirleri almakta yarar var. Kişisel eşyalar başkalarıyla paylaşılmamalı.

Çocuğumun bu durumla nasıl başa çıktığını görmek için onu nazikçe nasıl kontrol edebilirim?



İster okulda ister evde olsun çocuğa bakım verenler, onların yaşadıkları olumsuz duyguları güvenli ve destekleyici bir ortamda ifade etmelerine ve iletmelerine yardımcı olmak için oyun ve çizim gibi yaratıcı etkinlikler yaptırabilirler. Bu, çocukların öfke, korku veya üzüntü gibi zor duyguları ifade etmenin olumlu yollarını bulmalarına yardımcı olur. Çocuklar duygusal ipuçlarını genellikle ebeveynler ve öğretmenler gibi hayatlarındaki önem-

li yetişkinlerden aldığından, yetişkinlerin kendi duygularını iyi yönetmeleri ve sakin kalmaları, çocukların endişelerini dinlemeleri, nazikçe konuşmaları ve güven vermeleri önemlidir.

*Yetişkin olarak öncelikle
kendi duygularınızı tanımalı
ve yönetmelisiniz.*

ANNE-BABALARA ÖNERİLER

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.

Çocuğunuzun yaşayabileceği en önemli kaygı, sürekli okulda kalacağı, eve dönmeceği ya da gününün tamamını okulda geçireceği ile ilgilidir. Sizlerin de çocuğunuzun öğretmene teslim ettikten sonra onu merak etmeniz doğaldır.



Sabahları evden sakın, huzurlu ve mutlu ayrılmasına özen gösterin. Her çocuğun uyum süresinin birbirinden farklı olduğunu göz önüne

alırsak, elbette bu süreçte bazı öğrencilerimizin grubun geneline kıyasla biraz daha zorlanması normaldir.

Çocuğunuz sabah okula gelmeniz konusunda ısrar ediyorsa, ona herkesin bir görevi olduğunu, onun görevinin ise, okula gitmek olduğunu belirtebilirsiniz. Kullanacağınız ifadelerin kısa, net ve kesin olması önem taşır.

Çocuğunuz okuldan eve geldiğinde gününü nasıl geçirdiği ile ilgili sohbet etmeniz onun okul deneyimlerini sizinle paylaşarak rahatlamasını sağladığı gibi okula uyum sürecini de hızlandırır.

Normal bir uyum sürecinde dahi, psikolojik nedenlere bağlı olarak; karın ağrısı, mide bulantısı, kusma, yüksek ateş vb. rahatsızlıklar yaşayabileceği unutulmamalıdır. Böyle bir durumla karşılaştığımızda 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 yalnız olmadığını, hastalık

durumunda öğretmenin kendisiyle ilgileceği, sizin hemen haberdar edilip okula gelebileceğinizi uygun bir dille açıklamalı ve okula gitmesi konusunda onu ikna etmelisiniz.

Her anne-baba çocuğunun ilk öğretmenidir.



Okula Uyumu Kolaylaştıracak İpuçları

Çocuğunuzla okul alışverişini birlikte yapın.

Kendi okul anılarınızı onunla paylaşın.

Çocuğunuzun gelişimsel açıdan okula hazır olduğundan emin olun.

Okulunu birlikte ziyaret edin. Mümkünse öğretmeni ile tanışın.

Okula uyum sürecinde ona karşı anlayışlı ve sabırlı olun.



Okula gitmenin onun sorumluluğu olduğunu anlatın. Her insanın yapması gerekenler olduğunu hatırlatın.

Korku ve endişeleri varsa, sizinle paylaşmasını sağlayın. Duyguları nedeniyle eleştirmeyin, suçlamayın ve başka çocuklarla kıyaslamayın.

NELERDEN SAKINMALIYIZ?

“Ben birazdan geleceğim”, “Seni erken alacağım”, “İstemezsen eve gideriz” gibi uyum sürecini zorlayacak sözler vermeyin.

Okula giriş esnasında başka çocukları göstererek “Bak, arkadaşım hiç ağlıyor mu?” diyerek kıyaslamaya girmeyin.

Uyum sürecinde ortaya çıkan sorunlarda çocuğunuzu veya eşinizi suçlamayın.

Korkutma, ceza verme, şiddet uygulama gibi davranışlardan uzak durun.

Aşırı koruyucu aile tutumlarından uzak durun.

Çocuğunuza yaptığımız uyarılara dikkat edin ve onu korkutacak konuşmalardan uzak durun .

Özellikle ilk aylarda okula gitmeye karşı isteksizlik gösterme her zaman okulda, öğretmende ya da çocukta bir sorun olduğu anlamına gelmemekte; çocuğun zamana ihtiyacı olduğunun da bir göstergesi olabilmektedir. İlk aylardan sonrada bu isteksizliğin devam etmesi durumunda çocuğun tepkisi ciddiye alınmalı ve nerede sorun olduğu araştırılmaktadır.



EĞİTİM HAYATINIZDA BAŞARILAR DİLERİZ!



ALO REHBERLİK: 0376 213 16 01

www.cankiriram.meb.k12.tr

cankiriram@gmail.com – 137863@meb.k12.tr

Cumhuriyet Mah. Alparslan Türkeş Bul. No: 48