



Nazmi Arıkan

FEN BİLİMLERİ

Eğitim Kurumları

ÜNİVERSİTE HAZIRLIK / REHBERLİK BİRİMİ VELİ BÜLTENİ

SINAVA HAZIRLIK SÜRECİNDE AİLE İÇİ İLETİŞİM



LGS maratonunu atlatalı henüz üç yıl olmuştu ki yeni bir macera daha başladı: **YKS**.

Yaklaşık iki yıldır tüm dünyayı kasıp kavuran bir salgın hastalık ile mücadele etmek yeterince zorken bir de sınav gündemi ile yaşamaya başlamanın hiç kolay olmadığını tahmin ederiz. Şüphesiz her aile çocuğunu gözünden sakınır, korur, kollar. Ancak pandemi de dahil ailede, ülkede, dünyada yaşanan olumsuzluklar, biz hiç istemesek de gençleri etkiliyor. Hastalıklar, kayıplar, taşınmalar... Her biri yeni bir uyum sürecini de beraberinde getiren değişiklikler. Fakat dışarıda ne yaşanırsa yaşansın her evin bir ruhu, kendi içinde başka bir dünyası olursa bu durum gençlerin ruhsal dayanıklılığına da katkı sağlayacaktır. Fizyolojik sağlık kadar ruhsal dayanıklılığın da önemli olduğunu unutmamalıyız.

Bu seneye kadar çocuğunuz ile kurduğunuz iletişimin birden çok keskin biçimde değişmesi faydadan ziyade zarar verici olabilir. Örneğin; bu seneye kadar çocuğun sadece derslerden iyi not alması gerekirken şimdi geleceğini belirleyecek bir sınav için çok daha büyük görevler yüklenmesini istemek sarsıcı olabilir.

Yetişkin dünyasında çok yaygın kullanılan bir tabir vardır: “Sadece mesleğini değil gelecek kırk yılını da belirliyorsun. O yüzden çok dikkat et, iyi düşün, pişman olacağın bir karar verme.

18 yaşındaki bir genç için sizce de çok büyük bir sorumluluk değil mi?

PEKİ NASIL BİR İLETİŞİM KURMALIYIZ?

Her Çocuk Farklıdır:

Her öğrencinin akademik geçmişi, ihtiyaçları, hedefleri, becerileri birbirinden farklıdır. İki kardeşlerin bile birbirlerinden farklı olduklarını unutmamalıyız. Her bir öğrenciye uyan ve en mükemmel sonucu veren tek bir yöntem olamaz.

LGS ile Kıyaslamayın:

YKS’den önce yaşanan en genel sınav deneyimi LGS olduğu için istemsizce bir kıyaslama içine girilebiliyor. Oysaki bu sınavlara girilen yaşlar, beklentiler, yaşanan deneyimler çok farklı. LGS’de tek beklenti iyi bir liseye yerleşmek iken YKS’de meslek, kazanç, yaşanacak şehir, statü gibi birçok beklenti içine giriliyor.

Çocuğunuzun Öğretmeni Olmayın:

Okuldan, kurstan, öğretmenlerinden ve neredeyse diğer tüm yetişkinlerden ders çalışmakla ilgili fazlasıyla yönerge alan gençlerin bir de eve gelince aynı şeyleri duymaya hiç tahammülleri kalmıyor. Bir çocuğun birden fazla öğretmeni ve akademik destek alabilecek seçeneği varken bir tane anne ve babası olduğunu unutmamalıyız. Hepimizin gardımızı indirdiği, kendimiz olabildiği tek yer evimizdir. Gençler evlerinde sürekli ders çalışmalarını söyleyen, kontrol eden, ceza veren ebeveynler yerine tabiri caizse nazlarını çeken, rahatlatan ebeveynler istiyorlar.

Beslenme, Uyku ve Sağlığa Dikkat Edin:

Rehber öğretmenlerin öğrenciler ile yaptığı görüşmelerde bazı öğrencilerin akademik açıdan hiçbir eksikleri olmamasına rağmen istedikleri performansı gösterememelerinin altında yatan nedenin bazen sadece uyku, beslenme ya da sağlık sorunları olduğu anlaşılır. Bazı vitamin değerlerindeki eksiklikler nedeniyle hafıza sorunları, uykusuzluk nedeniyle odaklanamama durumları yaşanabiliyor. Sınav senesinde bu hususlara biraz daha fazla dikkat etmek gerekiyor.



Hobi ve Uğraşları İçin Alan Açın:

Küçük yaşlarda birçok spor, sanat aktivitesi için ısrarla teşvik edilen çocukların sınav senesinde hepsini bıçak gibi kesmesi isteniyor. Ancak senelerdir yaptığı bu uğraşlardan gelen fiziksel ve ruhsal iyilik halinden mahrum kalmak öğrencinin motivasyonunu bozmakta hatta başarısını da olumsuz etkileyebilmektedir. Günlük 30-40 dakika ya da haftada bir iki gün ikişer saat yapılacak bir uğraş enerjiyi de, motivasyonu da yükseltecektir.



Kendinizle ya da Başkasıyla Kıyaslamayın:

Ebeveynler kendi geçtikleri yollardan edindikleri deneyimleri çocukları ile paylaşırken bazen kantarın topuzunu kaçırabiliyor. Kendi öğrencilik hallerini, ne zorluklarla ders çalıştıklarını, ne kadar azimli olduklarını sık sık anlatıp çocukların bunlardan feyz almasını bekleyebiliyorlar. Fakat dünya o kadar hızla değişiyor ki aynı evde büyüyen birkaç yaş farkı olan iki kardeş bile bambaşka yetişebiliyor.



Bazen Sadece Dinleyin, Tavsiye Vermeyin:

Gençler bazen sadece anlatmak ister. Yargılamadan dinleyen, anladığını hissettiren, eleştirmeyen ve hemen tavsiye vermeyen birine çok ihtiyaç duyarlar. Ebeveynlerin ilk refleksi çocuklarını hemen o olumsuz durumdan kurtarmak olduğu için meseleden çok çözüme odaklanabiliyorlar. Fakat gençler bazen sadece yalnız olmadığını hissetmek isterler.

Yöntem Değiştirin:

“Her gün konuşuyoruz, anlatıyoruz ama yine de bildiğini yapıyor.” Tanıdık geldi mi? Ya da “Her istediğini alıyoruz, yapıyoruz. Ondan sadece ders çalışmasını istiyoruz fakat olmuyor.” Belki de uzun süredir denediğiniz ve sonuç alamadığınız yöntemleri değiştirmek gereklidir. Mesela öğrencinin kendi sorumluluğunu alması için gerekli davranış değişikliklerini yapmak daha uygun olacaktır. Aksi halde zamanla uyarılarınızın dozunu artırmak gerekecektir ve bu da aranızdaki ilişkiyi zedeleyecektir.



Rehber Öğretmeni ile Dirsek Temasında Olun:

Öğrencinin tüm akademik sürecini takip eden rehber öğretmeni ile belli aralıkla görüşmek hem aile hem de öğrenci için faydalıdır. Ortak akıl ile çocuğa nasıl yaklaşılması gerektiğine birlikte karar verilir. Aile evde, rehber öğretmen eğitim ortamında çocuğu gözlemler. Sonrasında karşılıklı iletişim ile devam edilir.

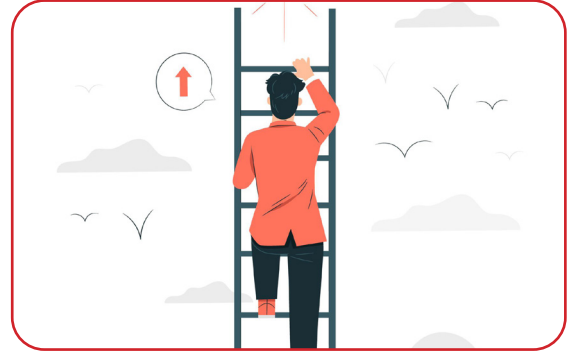


Skor Odaklı Değil Süreç Odaklı Olun:

Ders çalışmak birçok ayağı olan çok komplike bir eylemdir. Bu noktada sadece saat, soru sayısı, sınav puanı gibi sayısal verilerle tam bir analiz yapılamayabilir. Öğrencinin çabasını, emeğini, isteğini de göz ardı etmeden her bir adımını takdir ederek yeni bir adım daha atabilecek gücü bulmasına destek olabiliriz.

Sözlerin Sihrine Dikkat Edin:

Geçmişte “yapamazsın” dediklerinde hırslanan, azim hikayeleri ile gaza gelen, nice yokluklar içinde büyük başarıya ulaşmış insanların hayatlarını dinledikçe daha çok çalışan kuşağın çocukları şimdi anne baba oldu. Çocuklarının aynı sözlerle aynı şekilde karşılık vermesini bekliyorlar. “Bu gidişle yapamazsın” dediğinizde çocuk buna inanabilir. Anne babası dahi ona güvenmiyorsa nasıl azimle çalışabilir? “Biz sana çok güveniyoruz, her koşulda başarılı olacağına inanıyoruz” da çocuk üzerinde çok büyük bir sorumluluk oluşturup baskı altında hissettirebilir. Bunların yerine “Elinden geleni yaparsan, doğru biçimde emek verersen neden olmasın?” tarzında daha sürece odaklı sözler söylemek faydalı olabilir.



Milli okçu Mete Gazoz’un sözleri ile bitirelim dilerseniz: “Benim yaşamak için suya ihtiyacım var. Annem de benim için bir su. Ve o şöyle bir su, yani sihirli bir su gibi. 2015 Dünya Şampiyonası’na geldiğimizde çok kötü bir yarışma geçmişti, mutsuz döndüm bayağı bir. Okçuluğu bırakmak istiyordum dedim anneme. Böyle bir şaşırdı annem. Annem dedi işte ‘Benim sana olan sevgim bu yarışmada dünya şampiyonu olsan da aynıydı, olmasan da şimdi de aynı. Eğer sen bırakmak istiyorsan bırak yani ama ben senin daha iyi olacağına kalbimden, gönülden hiç şüphem yok.’ dedi. Annem bunu söylediğinde ne bileyim elim ayağım sanki boşaldı sanki, kesildim. Düşecek gibi oldum. Boş boş gülmeye başladım. Sarıldım marıldım boynuna, öptüm möptüm. Kaybettiğim zamanlarda işte o lafı geliyor aklıma. 17 yaşında ben olimpiyatlara gidebildiysem oraya gitmemi sağlayan annemin söylediği o sözdü yani.”

(<https://www.youtube.com/watch?v=1qPwwFIPplk>)

Fen Bilimleri Eğitim Kurumları
Rehberlik Birimi