|  |
| --- |
| Velilerimizin Dikkatine! |
| **SAYIN VELİ**  Yaşamda herkesin başkalarının yardımına ihtiyac duyduğu dönemler vardır. Bunu çekinilecek bir olay ya da olumsuz bir durum olarak kabul etmemek gerekir. Güvensizlik, arkadaşlık, cinsiyet, ruh sağlığı gibi durumlar insanı zaman zaman rahatsız eder. Bunlara benzer başka sorunlarda eklenebilir. Bütün bunlar insanı mutsuz kılar, verimli çalışmayı engeller, yaşamın temellerini eksik oluşturur. Okul çağında, özellikle de çocuğunuzun birden bire değiştiği ortaöğretim çağında bu gibi durumlarla sıklıkla rastlayabilirsiniz. Yaptığımız test ve anketlerde, öğrencilerimizin genel görüş bildirimlerinden elde ettiğimiz sonuçlar bizi bu noktalarda siz sayın velilere bazı öneriler getirme fikrini oluşturdu. Bu dönemdeki çocuklarımızın arkadaşlarına ve öğretmenlerine olduğu kadar siz sayın velilerden de yadım ve destek ihtiyaçları vardır. Gerek aile ve gerek okul eğitimi için gereken en önemli ilke SEVGİ dir. Çocuğa karşı gerçek ilgi ve sevgi göstermek iyi bir eğitim ortamının en önemli koşuludur. Yapılan araştırmalarda; çocuk sevdiği kimsenin ya da kendisi ile ilgilenen kimsenin, ona sevgisini verebilen kimsenin güvenini yitirmemek için; onun hoşuna gidecek davranışlarda bulunacak, kendini sürekli yenileyecek ve onu örnek alacaktır. Böylece davranışlarını geliştirir, zamanla kişilik çatışmasından kurtulur güven hissetmeye başlar. Bu nedenle; evde anne-baba, okulda öğretmenler çocuğun duygusal güvenini kazanmasına önem vermek zorundadırlar. Çocuğunuzla sağlam bir ilişkinin temeli KAYITSIZ ŞARTSIZ SEVGİ dir. Ancak böylesi bir sevgi, çocuğunuzdaki potansiyeli tam olarak ortaya koymasını, çocuğunuzdaki davranışların tam olarak anlayabilmenizi, yaramazlıklarına-hırçınlıklarına karşı tutumunuz yolunu çizmenizi, sevgisizlik-güvensizlik-başarısızlık nedenlerini belirlemenizi sağlar.  Sevgi, sizin ve çocuğunuzun hangi noktalarda olduğunu, disiplin dahil her alanda ne yapmanız gerektiğine işaret eden göstergeler oluşturacaktır. Eğer sevgi olmasaydı; annelik ve babalık insanı çaresizliğe sürükleyecek bir yük haline gelirdi. Çocuğunuzu sevgiden ve sevgi göstergelerinizden mahrum bırakmayın. Her ortamda ve herfırsatta sevginizin-desteğinizin varlığını hissettirin. Bu sayade gerekli sabrı ve çaresizlikten doğan rahatsızlıklarınızın çıkışlarınıda bulabilirsiniz. Ruh sağlığı güçlü yetişen bir gençlik, başarılı ve mutlu bir toplum oluşturur. Bu nedenle evde anne-baba olarak yapabildiğinizin tüm özverilerinizin tekrar bir gözden geçirilmesini; Kendi eksikliklerinizi ya da yanlış gördüğünüz davranışlarınızı değerlendirmeniz sizin ve çocuğunuzun sürekli bir gelişimini sağlayacaktır. Hepimiz bu çocukluk döneminden geçtikbelki ancak; gelişen ve değişen yaşam standartlarımız yeni neslin farkli olmasına sebep olabiliyor. "Ben senin yaşındayken ......" Diye başlayan hiç bir cümle akılda kalmaz, bilakis yeni neslimizi sıkar ve bocalamalarına neden olabilir. Bu aşamada çocuğumuzun ruhsal gelişmesine yapabileceğimiz en büyük yardımlardan biri, kendi manevi hayatınızı çocuğunuzun gelişim düzeyine göre paylaşmanızdır. En uygun yöntem ile onunla şuanki yaşamınızın iyi ve kötü yanları ile mutlu ve mutsuzluklarınız ve hatta onunla ilgili duygularınızı paylaşmanız ile onun eğitimine önemli bir adım atabilirsiniz.Çocuğunuzun ruhsal gelişimine yardımcı olabilecek olayları sonradan değil de şu anda yaşanırken paylaşmak; çocuğunucun kendi deneyimleri ile öğrenmesine yardımcı olacağı gibi sizin deneyimlerinize de katılmasından dolayı aranızdaki bağın kuvvetlenmesini sağlayacaktır. Bir çocuk duygusal açıddan doymak için anne be babası ile (ve başkalarıyla) göz iletişiminden yararlanır. Anneler ve babalar sevgilerini bir iletme yöntemi olarak, çocuklarıyla ne kadar çok gözle iletişim kurarlarsa, o çucuk o kadar çok sevgiye doyar, duygu dağarcıgı da o oranda gelişir. Gözle iletişim; coçuğunuz ile kurabileceğiniz en önemli kontak yöntemidir. Bu sayade sözlerinizi, duygularınızı, amaçlarınızı vb. ona aktarabilirsiniz. Onunla iletişim kurmaktan korkmayın. Ergenlik beliktilerinin ortaya çıktığı 12-15 yaşlarında çocuklarımızın ilk gençlik döneminde olumsuz davranışların yoğun yaşandığı görülür. 15-17 yaş arası güvensizlik ve çekingenliğin belirgin olduğu dönemlerdir. Bu dönemlerde; hırçınlık, ders çalışmama ve başarısızlık, sorumluluklardan kaçma, can sıkıntısı, tepkilerini sert dile getirmesinden görüş ayrılığından doğan kuşak çatışması, çabuk karamsaklığa düşma, alıngan ve huzursuzluk, gezme ve eğlencelerden kısıtlandığında yalan söylemesi, kardaş çatışmasının yoğun yaşanması, güvensizlik, başaramama korkusu,sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kuramama vb davranışların çok görülmesi normaldir. Bu çağda gençlerimiz yeni arayışlar içinde bunalırkaen biryandan da kendi bedeni ile ruhsal gelişimini dengelemeye çalışmakta, ancak doğal olarak tepkilerinde belirgin iniş ve çıkışlar oluşturmaktadır. Bir yandan büyümek için sabırsızlanırken öte yandan çocuksu tavırlardan sıyrılamamanın verdiği rahatsızlığı yaşamak, davranışlarındaki sebatsızlığı açıklayabilir. Çocuklarımız bizden farklı ve ayrı bir kişilik geliştirebilirler. Bunu makul ve olgun karşılamak, hoşgürü ve sevgi ile yaklaşmak, bazen de bocalamalarında onlara destek olmak, güven aşılamak gerekir. Sözcüklerle anlatılan bir hayat felsefesinin, deneme ve yanılma ile öğrenmenin yanında daha az etkili olduğunu düşünürsek; burada amacımızın yanılma paylarını en aza indirgemek ve başarı sağlayarak onlara güven duygusunu aşılamaktır. Doğal olarak hata yapacaklardır. Her ortamda kollanan, yapma sorumluluğu ona verilen ancak sizlerin tamamladığı davranışlarının sonuçlarını yaşayarak görüp öğrenmesini sağlayın. Çocuklarımızın dünyasının, bizim yaşadığımız gerçek dünyadan farklı olduğunu herzaman sezinleriz; ancak onların dünyasına inmeye bir türlü cesaret edemeyiz nedense... Belki yetişkinliğimizin bize gerekleridir bu. Çocuklarımızla tam bir yetişkin gibi konuşur, hatalarımızı kabul etmeyiz. Çocuklarımızda bizim hatalarımızı görmemeleri için vargücümüzle uğraşırız. Bazende onlara ağır ithamlarda bulunabiliriz. Eğer yetiştin hatasız ve doğru ise çocuğun da bu ithamların gereklerini yerine getirmesi çok doğaldır. Bunun yanında özür düleyen, hatalarını kabul ederek doğruyu birlikte tartışarak bulmaya çalışan yetişkin, çocuğunun dünyasına inebilmiş demektir. O zaman sorunlar birlikte tartışılarak, çözüm formülü birlikte keşfedilir. Kısaca; okullarda verilen eğitim-öğretim çalışmalarının, ailedeki eğitim ve öğretim ile desteklenmesi, çocuğunuzun başarısında sizin da çok önemli katkılarınızın olabileceğini kabul etmeniz; sevgi, ılımlı yaklaşım, güven ve destekle adımlarını daha sağlam atmasına yardımcı olabileceğinizi bilmeniz çok önemlidir. Bu doğrultuda getirebileceğimiz birkaç öneri aşağıda sıralanmıştır.  \* Çocuğunuzu iyi tanıyın, onun yapabileceği düzeyde verim bekleyin. Kapasitelerinin üzerinde çalışmalarını düzenlemeyin. Verimli olarak ders çalısabilmesi için çalışma ve dinlenme saatlerinin programlamlanması gerekmektedir. Planlı olarak çalışılan dersler, bilinçli olarak öğrenmeyi oluşturur. Çocuğunuz ezberlemeden, not için değil de öğrenmek için çalışmayı bilmeli. Ondan not istemeyin, neler öğrendiğini sorun. Kazanılan bir bilgi ancak bir sonraki bilgi ile transfer edilebilirse öğrenilmiş olur.  \* Çocuklarınızın 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. Bu da nedenli sağlıklı bir gençlik oluşturur tartışma konusudur? Özellikle bu yaşlarda yönlendirilen çocuklar; ilgi, yetenek ve çeşitli alanlara göre kaydırılmalı, alternatiflerini belirlemesinde yardımcı olmalı, başarılı olabilecekleri iş yaşantılarına yönlendirilmeleri sağlanmalıdır.  \* Çocuklarınıza kıyas getirmeyin, sürekli başkaları ile kıyaslanan çocuk kendini 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 edeici her söz, onlara bir adım daha ileri gitmelerini sağlayacak sizin güveninizden emin olacaklardır.  \* 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 arkadaşca tavırlarınızla iletmek istediğiniz mesajı tam olarak verebilirsiniz.  \* Anne ve baba olarak ortak kararlar alınız ve davranışlarınızda her zaman doğru ve tutarlı olunuz. Çelişkili davranışlarınızla çocuğunuz her zaman bocalayacak ve doğruyu bir başkasında arayacaktır.  \* Aile içi problemlerin, tartışmalarınızın çocuğunuza yansıması; huzurlu bir ortamda yetişemeyen çocukların geleceklerinide bu doğrultuda düzenlemelerine sebep olacaktır. Çocuklar önünde yapılan tartışmalar, okul ve öğretmenler hakkındaki eleştiriler çocukta bocalamaya, tatta öğretmenlerini eleştirme hakkına sahip olmasından kaynaklanan eğitim başarısızlığına ve okuldan soğumasına neden olacaktır.  \* 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 birhayli inmiştir. Bu yaşlarda uyarılan ve gerekli tedbirleri alınan çocuklarımızın sağlıklı bir gençlik oluşturması için tüm imkanlarımızı zorlamalıyız.  \* Çocuklarınızın ihtiyaçlarını karşılarken tutarlı ve titiz olunuz. Hertürlü ihtiyaçlarının karşılanması için, onlardan beklentilerinizin gerçekleşip gerçekleşmediğini kontrol ediniz.  \* Çocuklarınızın yaş konum itibarı ile cinsel gelişimlerine başlamış durumdalar. Onların sorabileceği cinsellikleri ile ilgili konularada hazırlıklı olunuz. Yalın ve dürüst bir şekilde makul olarak cevaplayınız. Korkup çekinebileceği bir ortam yada sır ve gizlerle dolu bir hale girmesini engelleyiniz. Bu konudaki ılımlı ve destek verici yaklaşımınız, çocuğunuzn çevreden yalan yanlış bilgiler almasını engeller. Bu çağdaki çocukların beden ve ruhsal gelişimleri doğru bir orantıda olmayabilir. Beden gelişiminin bir anda hızlanması, ruhsal gelişiminin ise daha yavaş olması bazı hırçınlıklara ve asi liklere sebebiyet verebilir. Bu durumu anlayışla karşılamak ve mantıklı bir yaklaşım ile aşılmasına yardımcı olmak çocuğunuzun cinsel kimliğini kazanmasında en önemli görevdir.  \* Çocuklara karşı sabır, soğukkanlılık, anlayış, sebatlık ve sevgi ile yaklaşın, bu onların sizin ile olan ilişkilerinde daha yakın olmalarını sağlayacakldır. Yüksek sesle söylenen emir verici sözler, ağır eleştiriler ve azarlamalar asla fayda getirmeyeceği gibi çocuğunuzun sizden kopmasına ve uzaklaşmasına hatta bir çok konuda yalana başvurmasına sebep olacaktır.  \* Çocuğunuzun derslerinde ve davranışlarında daha iyiye yöneltilebilmesi 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.  \* Çocuğunuzun sağlık durumu ile yakından ilgileniniz. Hastalıklardan bir kısmı çocuğun yaşam enerjisini önemli ölçüde azaltarak onu dermasız 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 yerekir. Bu yakınmalar aslında onun sorunlarını dolaylı olarak anlatış şekli olabilir.)  \* Çocuğunuzu kahvaltı etmeden yada yemek yemeden kesinlikle okula göndermeyiniz. Özellikle orta oğretim 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 duzenlı olmasına önem veriniz.  \* 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 davramışlarınızda örnek olduğunuzu unutmayınız. Çocuklarınızın belirli davranışlarınıda anna ve baba olarak farklı davranışlar göstermeyiniz. Ortak bir karar alarak ikinizde davranışlarınızda örnek ve tutarlı olunuz. Onun eleştirilerini dinleyerek makul bir şekilde cevaplandırınız. Hatalarınızı düzeltme yönünde onunla tartışınız, gerekirse özür dilemeniz bile çocuğunuzun gözğünde 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. Şürekli dersine çalış ikazı olumsuz etki yapabileceği gibi aynı zamanda çocuğunuzun çalışma azmınıde kıracaktır. Çocuğunuzun programlı çalışmaya alıştırılması, dinlenme, eğlence saatlerinin planlanması için onu yönlendirilmesi, dersi öğrenmesi için çalışması gerektiği aşılanmalıdır. Aksi taktirde saatlarce bilinçsiz olarak çalışılan bir konu sadece zaman israfıdır. Ders öğrenmek içinm 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 verdiğinizi, ona güvendiğinizi, sorumluluklarını yerine getirebileceğinden emin olduğunuzu ona her fırsatta belirtin. Ona ve fikirlerine değer verin, onu dinleyin, sosyal saşantısında faal olması için onu destekleyin. Okul ve çevresindeki sosyal faaliyetlere katılmadsı için teşvik edin. Ona değer verdiğinizi, 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 paylaşı, onunla guru duydugunuzu her fırsatta belirtin.  \* Çocuğunuzun arkadaş çevresi, onun gelişimi ve sosyal hayatının oluşumunda çok büyük etkendir. 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.  \* Çocuğunuzu sıksık eleştirmekten kaçınınız. Bunu başkalarının, hatta arkadaşlarının yanında yapmayınız. Beğendiğiniz ve taktir ettiğiniz yönlerini ona söyleyiniz. Çocuklarınız arasında kıskandırmadan mütekabil 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. Son olarak; çocuğunuz sürekli bir büyüme ve gelişme içinde olduğunu unutmayınız. Sizin çocuğunuz olsa da; sizden farklı bir kişilik geliştirmekte. 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.  Okuldaki eğitim ve öğretim çalışmalarının ailedeki eğitim ve öğretim çalışmaları ile desteklenmesi gerektiğini, çocuğunuzun başarısında sizin de çok önemli katkılarınızın 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 ÇOCUĞUNUZ OLARAK DOĞMAK ONLARIN ELİNDE DEĞİLDİ, ANCAK SEÇME HAKLARI OLSAYDI, SİZDEN BAŞKA KİMSENİN ÇOCUĞU OLMAK İSTEMEZLERDİ... |