



ORTAOKUL ORYANTASYON (OKULA UYUM) SÜRECİ VELİ BROŞÜRÜ

Her çocuk için farklılık gösterebilir. Bazı çocuklar daha dışa dönüktür bazıları ise önce gözlem yaparak daha sonra arkadaş edinmeyi seçebilir. Ancak genel olarak uzun bir tatilin ardından kurallı ve disiplinli bir çevrede olmak çocuklar için hareketliliğin, kaygının, mutluluğun ve heyecanın görülmesi beklenen bir durumdur. Okula başlamadan önce çocuğunuz ile okul hakkında paylaşımlarda bulunabilir, kendi okul hayatınızın ilk gününden örnekler vererek, var ise fotoğraflarla destekleyerek okul ortamını özendirici hale getirebilirsiniz. Unutmayın onların kahramanları sizlersiniz.



Çocuğum, branş öğretmenlerinin verdiği projeleri, ödevleri ve sunumları takip etmekte zorlanır

İlkokul sisteminden farklı olarak, çocuklarımız, her öğretmenin verdiği ödev, proje ve sunumları takip etmekte zaman zaman güçlük yaşayabilir. Bu güçlükleri önlemek için öncelikle çocuğunuzun organizasyon becerileri istenen seviye gelene kadar çocuğunuz ile beraber verilen sorumlulukları takip edebilir, ona yardımcı olabilirsiniz. Belirli bir süre sonra ara ara sözel hatırlatmalarda bulunarak destek verebilir, sonrasında ise tüm sorumluluğu çocuğunuza bırakabilirsiniz.



Çocuğum ilkokul arkadaşlarından ayrıldığı için üzgün ve yeni arkadaşlık kurmakta zorlanıyor ona nasıl yardımcı olabilirim ?

Öncelikle çocuğunuza hayatın her döneminde zorluklar yaşayabileceği ve hiç bir şeyin çözümsüz olmadığı aktarılmalıdır. Baş etme ve problem çözme becerileri konusunda çocuklar güçlendirildikçe uyumu da kolaylaşacaktır. Fakat en önemlisi okul başlamadan önce ortaokulla ilgili çocuğunuzun bilgi sahibi olması ve onu nasıl bir sürecin beklediğini okuldan alabileceğiniz bilgiler ışığında anlatabilirsiniz. Öğrencilerin uyumunu desteklemek amacıyla anne babalar birbirleriyle tanışabilecekleri ortamlar oluşturabilir çocuklar ile birlikte okul dışı etkinlikler yapılabilir. Öğrencilerin okul dışında da bir arada olması paylaşımları arttıracığı gibi birbirlerini daha hızlı tanımalarına olanak sağlayacaktır.

Çocuğum ödevi yoksa ders çalışmıyor. ortaokul sürecinin başlangıcında ders çalışma alışkanlığı oluşturmaya nasıl yardımcı olabilirim?

İlkokul döneminde öğrencilerde genel olarak ödev yoksa ders çalışmama gerek yok anlayışı hakimdir. Ortaokul sürecinin temel olan 5.sınıfta ders çalışma alışkanlığının oluşması için öncelikle çocuklarımızı yüreklendirmeli ve nasıl ders çalışacağı konusunda desteklemeliyiz. Okul PDR Uzmanından günlük program oluşturulması/ zaman yönetimi konusunda destek istenebilir. Programın içerisinde günlük konu tekrarı, ödevlerin yapılması ve ertesi gün işlenecek konulara hazırlık detaylarının olması önemlidir. Ayrıca yılın başında ev kuralları ders çalışma alışkanlığını düzenleyecek şekilde net belirlenmelidir. Örneğin günde 1 saat teknolojik aletler ile zaman geçirmek gibi... bu şekilde sene başında düzenli bir programının olması, ev kurallarının belirlenmesi ortaokul sürecinin sağlıklı başlamasına destek olacaktır.

Çocuğum, ilkokul sınıf öğretmeni sisteminden ortaokul sistemine geçerken zorluk yaşayacak mı?

İlkokul sisteminde, çocuklarımızın alıştığı tekli öğretmen sisteminden çoklu öğretmen sistemine geçişte, çocuklarımız zaman zaman güçlük yaşayabilirler. Birçok konuda danışma ihtiyacı hissederler. Bu ihtiyaçlara cevap vermek için "mentörlük sistemi" kullanılır ve her sınıfın mentör öğretmeni bu süreçte çocuklarımıza sosyal-duygusal ve akademik açıdan destek verir. Gerçektiği durumlarda ise ilgili Müdür Yardımcısı ve PDR uzmanından yardım isteyerek süreç kolaylaşır.

Çocuğum okulda yaşadıkları ile ilgili sorularıma cevap vermek istemiyor. yeni başladığı bu dönemde sınıf içerisinde herhangi bir problem yaşayıp yaşamadığını nasıl anlayabilirim?

Öncelikle ailelerin bu süreçte kaygılarını minimum düzeyde tutması çok önemlidir. O gün okulda yaşadıkları ile ilgili sohbet edilebilir fakat bu sorgulama-dan ziyade karşılıklı günün değerlendirilmesi şeklinde olabilir. Ergenlik döneminin başlangıcında olunan bu dönemde çocuklar aileleri ile her şeyi paylaşmak istemeyebilirler bu süreçte sizinle kurduğu pozitif güven ilişkisi önemlidir. Gerek duyduğunda ilgili PDR uzmanından yardım alabileceği konusunda bilgilendirilebilirsiniz.

5. sınıflarda disiplin yönetmeliği var mı?

5. sınıf ve tüm ortaokullarda M.E.B 'in kural ve yaptırımlarını belirlediği öğrenci davranışlarını değerlendirme kurulu vardır. Ortaokul öğrencilerinin ilgi, istek, yetenek ve ihtiyaçlarını belirleyerek olumlu davranışlar kazanmaları ve olumsuz davranışların önlenmesi için öğrenci davranışlarını değerlendirme kurulu oluşturulur. Bu kurulun amacı istendik öğrenci davranışlarının yerleşmesini ve gelişmesini sağlamaktır. Tüm öğrenciler, Oyantasyon Sürecinde PDR Bölümünün yaptığı sunumla, Okul kuralları, ihtiyaçları olduğu durumlarda izlenecek yol ve Davranış Değerlendirme Kurulu ile ilgili basamakları öğrenirler.

Çocuğum davranışlarında değişiklik hissediyorum ergenliğe mi girdi?

Bu yaştaki çocukların ruh halleri sık sık değişiklik gösterebilir. 10 yaşındaki bir çocuk için hem ergenlik dönemindeki fiziksel değişimlerle, hem arkadaşlarla sosyalleşmek hem de okulla başa çıkmak kolay bir süreç olmayabilir. Önemli olan ebeveynlerin çocukla doğru iletişim kurması ve çocuğun kendini ifade etmesine fırsat vermesidir. Eğer ebeveynler çocukta, keskin davranışlar ve kişilik değişimleri gözlemliyorsa örneğin uyku ya da yemek sorunu veya okula gitmek istememek gibi, mutlaka ilgili PDR Uzmanına danışmalıdır.

Çocukta doğru teknoloji kullanımı nasıl olmalıdır?

Ebeveyn-çocuk arasında doğru ve sağlıklı bir iletişim olmalıdır. Teknolojiyi tamamen yasaklamak bir çözüm değildir. Önemli olan teknoloji kullanımının sınırlı olması ve nasıl kullanıldığıdır. Öncelikle ebeveyn çocuğuna güvenle nasıl internet kullanılacağını anlatmalıdır ve çocuğun online olduğu zamanlarda onunla vakit geçirmelidir. Online platformlarda karşılaşabileceği sorunlar çocuğa aktarılmalı ve çocuk buna hazırlanmalıdır. Örneğin; kimlik hırsızlığı konusunda çocuk bilgi edinmelidir, tanımadığı kişiler ile konuşmasının, bilgi alışverişinde bulunmasının sakıncalı olacağı vurgulanmalıdır. Çocuğun tüm teknoloji araçlarını kullanımı sınırlı ve denetimli olmalıdır. İnternet kullanımı mutlaka aile korumalı olmalıdır.

Çocuğumu çoğu zaman "mutsuz" olduğunu gözlemliyorum,

Çocukların genel ve doğal yapısı mutludur. Ancak, ergenliğe doğru duygu geçişleri sık yaşanır. Karşıt gelişleri artar. Peki bir çocuk neden mutsuz olabilir? Bunun pek çok sebebi olabilir burada önemli olan bizim nasıl yaklaştığımızdır. Çocuğumuz bizi örnek alıyor olabilir, o gün çözemediği bir sorun yaşamış olabilir. İngiltere'de yapılan bir araştırmada annesi babası işe mutsuz giden çocukların okula mutsuz gittikleri konusunda anlamlı bir benzerlik çıkmıştır, anne baba olarak bizler evde pozitif mutlu bir enerji içinde miyiz? Mutsuzlukla mı gündeme geliyor? Çocuğumuza her gün bugün seni üzen bir olay oldu mu? Diye sorarsak beyin o gün için mutsuz olayları çağıracaktır. Çocuğumuza bugün seni mutlu eden şeyleri anlatır mısın dersek, beyin bunlara odaklanacaktır. Beynimizdeki bir bölge "Amigdalamız"ın tehlikeleri algılamak için nöronlarının yaklaşık üçte ikisini kullandığını bunun sonucunda acı ve korku dolu olayların güzel olaylara göre uzun süreli hafızada daha kolay tutulduğunu biliyor muydunuz? Bilimsel olarak beynimizin negatif olayları daha hızlı hatırladığı kanıtlanmıştır. Dr.Dawson Church'in içsel epigenetik müdahaleler olarak adlandırdığı çalışmasıyla imgeleme, olumlu düşünce ve mediyasyon gibi yöntemlerin genleri aktif hale getirdiğini ve sağlığı olumlu yönde etkilediğini kanıtlamıştır. Bu nedenle gün sonunda çocuğumuzun mutsuz eden olaylar yerine mutlu olduğu olaylara odaklanmasını olumlama yaptırarak sağlayabiliriz

