

**OKUL PSİKOLOJİK DANIŞMAN VE  
REHBERLİK BÜLTENİ**

**PDR CUMHURİYET**

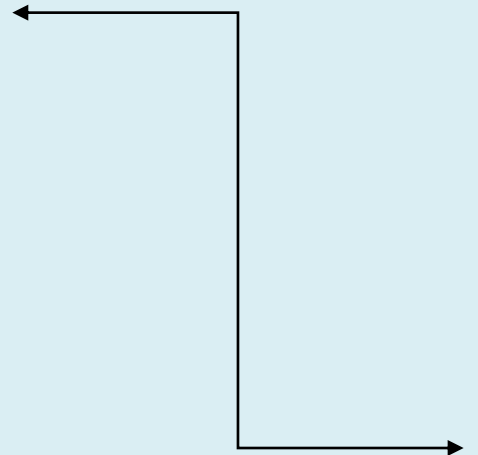


**CİLT:1 SAYI:6  
MART**



***Dergimizin Bu Ayki Sayısında;***

- ✓ **Ebeveynler Çocuklarının Ders Çalışma Motivasyonunu Nasıl Artırabilir?**
- ✓ **Ebeveynlerin Çocuklarını Ders Çalışma Konusunda Motive Etmek Adına Yaptığı Yanlışlar**
- ✓ **Ebeveynlerin Yapmaması Gerekenler Kısaca Bahsettik. Şimdi ise Yapılması Gerekenlere Gelelim.**
- ✓ **Hikâye ve Kitap önerisi**
- ✓ **Haberler ve Duyurular**



## Ebeveynler Çocuklarının Ders Çalışma Motivasyonunu Nasıl Artırabilir?



Öğrencilik hayatı gerçekten uzun ve zorlu bir süreçtir. Öğrencilerin okulda geçirdikleri zaman dışında evde de ödev yapmak ve ders çalışmaları gerekiyor. Ders çalışmak gibi zor bir işi yıllarca ve düzenli olarak yapabilmek hiç kolay değildir. Bunun için yüksek bir motivasyon gerekir. Eğer çocuğunuz iç motivasyona sahipse şanslı sayılırsınız. Çünkü sürekli olarak çocuğunuzla ders çalışması konusunda tartışma yaşamayacak ve çalışması için uzun uzun öğütler vermek zorunda kalmayacaksınız. Tabi ki iç motivasyona sahip çocukların da çalışma motivasyonu zaman zaman düşebilir. Özellikle istedikleri başarıyı gösteremedikleri durumlarda çalışma istekleri azalabilir. Fakat bu durum çok uzun sürmez ve doğru bir yaklaşımla tekrar çalışma motivasyonunu yükseltebilirsiniz. Bazen de yüksek motivasyona sahip öğrencilerin sınav kaygısı olabilir. Böyle bir durumda okul rehber öğretmeninden yardım almanız faydalı olacaktır.

Eğer çocuğunuz dış motivasyona sahipse işinizin daha zor olduğunu söyleyebilirim. Çocuğunuz, genellikle kendiliğinden ders çalışmaya başlamayacak, başlasa bile kısa bir süre sonra çalıştım diye yanınıza gelecektir. Bir gün çalışıp 3-4 gün kitabın kapağını açmak istemeyecektir. Siz ise, ona sürekli ders çalış demekten bıkmış olacaksınız ve bazen pes edip kendi haline bırakacaksınız fakat işlerin daha da kötüye gittiğini görünce ebeveyn olarak dayanamayıp yine ders çalışması için çabalamaya devam edeceksiniz. Büyük bir umutla, bir gün kendiliğinden ders çalışmasını bekleyeceksiniz.



“Mesele,  
**BAŞARI** ise,  
motivasyon  
her şeydir.»

Öğrenciler ile yaptığım görüşmeler de şunu anladım ki, velilerin çocuklarının ders çalışması için iyi niyetle yaptıkları bazı çalışmalar çocuklarının motivasyonunu artırmadığı gibi maalesef düşürmekte. Birçok öğrencim ailesinin çalışma motivasyonunu düşürdüğünü söylüyor. Peki, aileler nerede yanlış yapıyor?

## Ebeveynlerin Çocuklarını Ders Çalışma Konusunda Motive Etmek Adına Yaptığı Yanlışlar;

### Kıyaslama Yapmak:

Çocuğunuzu başka birisiyle kıyaslamayın. Kıyaslama yapmanız çocuğunuzun daha fazla ders çalışmasını

### Öğüt Vermek:

Tabi ki çocuğunuza zaman zaman öğüt verebilirsiniz. Çok sık yaptığınızda işe yaramayacaktır. Mantıklı düşünme, gelecek ile ilgili plan yapma gibi üst düzey zihinsel işlevlerden beynin ön bölgesi (frontal lob)

### Korkutmak:

Çalışmazsa başına gelecek şeylerle korkutmayın. “Böyle çalışırsan fen lisesini rüyada görürsün.”, “Bu çalışmayla ancak meslek lisesine gidersin.” V.b. cümleler çocuğunuzun moralini bozacak ve ders çalışma

### Tehdit Etmek:

Çocuğunuzu çalışmadığı takdirde telefonunu almak, dışarı çıkmasına izin vermemek, istemediği okula göndermek gibi durumlarla tehdit etmeyin. Çocuğunuzun çalışma motivasyonunu artırmadığı gibi kaygısının da artmasına neden olabilir

### Kendi Hayatınızdan Örnek Vermek:

Ebeveynler çocuklarına kendi yaşadıkları sıkıntıları, zorlukları ve imkânsızlıklar içinde büyüdüklerini anlatarak çocuklarının bu durumdan ders almasını isterler. Tabi ki bunu zaman zaman yapmak problem değildir. Ancak her akşam biz çocukken diye başlayıp uzayan cümlelerle kendi hayatınızdan kesitler sunmanız çocuğunuzun çalışma motivasyonunu artırmayacaktır. Zaten birçok ebeveyn de bunu tecrübe etmiştir.

### Sürekli Ders Çalış Demek:

Çocuğunuza sürekli ders çalış diyerek düzenli çalışmasını sağlayamazsınız. Odasına gidip masasına kitaplarını açmasını sağlamış olabilirsiniz. Ancak çocuğunuzun ders çalışmak için değil sizin baskınızdan kaçmak için bunu yapmış olma ihtimali yüksek, bunu kitap ile bakışmasından anlayabilirsiniz.

### Yüksek Hedefler Koymak:

Çocuğunuzun çalışmasını sağlamak için yüksek hedefler koymayın. Hedefler çocuğunuzun yapabileceğinin çok altında ve çok üstünde olmamalıdır. Çocuğunuz koyduğunuz hedefe ulaşamadığında veya ulaşamayacağını düşündüğünde çalışma motivasyonunu kaybeder ve devamında özgüvenini sarsmış olursunuz.

## Ebeveynlerin Yapmaması Gerekenler Kısaca Bahsettik. Şimdi ise Yapılması Gerekenlere Gelelim.

### Öncelikle Çocuğunuzu İyi Tanıyın

Çocuğunuzu daha iyi motive etmek için nasıl davranmanız gerektiğini çocuğunuza sorabilirsiniz. Mesela kız çocukları ile erkek çocuklarını motive teknikleri daha farklıdır. Kızları motive etmek için daha duygusal, onların duygu ve düşüncelerini paylaşmalarına fırsat vermek daha etkili iken erkek çocuklarda duygusal yaklaşmak genelde işe yaramaz. Onlara karşı daha kararlı ve otoriter davranmak gerekir.

### Teknolojiye (telefon, bilgisayar, TV) Sınır koyun

TV izlemek ve bilgisayar ile oyun oynamak ders çalışmaya göre daha eğlencelidir. Çocuğunuza seçme şansı verirsiniz tabi ki teknolojiyi seçecektir. Bilgisayar ile oynama şansı olan çocuklar tabi ki onun başından kalkıp ders çalışmayı tercih etmeyecektir. Bu nedenle teknoloji kullanımı konusunda sınır koyun.(Çocuğunuzun sağlıklı gelişimi için de sınır koymalı ve teknoloji başında nasıl vakit geçirdiğini takip etmelisiniz.) Çocuğunuz ders çalışmasa bile onlar ile oynayamayacağını bilmelidir.

### Çocuğunuzla Birlikte Bir Plan Yapın

Anne-baba olarak çocuğunuzun da fikrini alarak bir plan yapın. Çocuğunuzun fikrini almak çok önemli, aldığınız kararlarda çocuğunuz da söz sahibi olursa bu kararlara uyma ihtimali daha yüksek olacaktır.

### Takip Çizelgesi Kullanın

İnsanlar somut olan şeylerden daha iyi motive olurlar. Planı yazılı hale getirme sebebi de somutlaştırmak ve hatırlamasını sağlamaktır. Özellikle ilkokul ve ortaokul öğrencileri için takip çizelgesine okuduğu kitap sayfasını, günlük tekrarını, çözdüğü soru sayısını yazın.

### Aldığınız Kararları Takip Edin

Çocuğunuzla yaptığınız plana, çocuğunuzun aksatmadan kendiliğinden uyacağını sanıyorsanız çok iyimsersiniz. Çocuğunuz yaptığınız bir plana birkaç gün sorunsuz uysa bile zaman geçtikçe plana uymamaya, aksatmaya başlayabilir. Burada ebeveyn olarak aldığımız kararların takipçisi olmalısınız.

### Kullandığınız Sözcüklere Dikkat Edin

Klişe bir söz vardır. “Ne söylediğiniz değil, nasıl söylediğiniz önemlidir.” Bu sözü ciddiye alın. Çocuğunuzun ders çalışmasını istiyorsanız onun motivasyonunu artırmaya yönelik konuşun. Kızmak, bağırarak, suçlamak, yargılamak işe yaramayacaktır. Herhangi bir sebeple hissettiğiniz öfkeyi çocuğunuzdan çıkarmayın.

## Nasıl Bakarsan Öyle Görürsün

Fransa’da, ağır işçilerin işleri hakkında ne düşündüklerini incelemek üzere araştırmayı yürüten bir görevli, bir inşaat alanına gönderilir. Görevli, ilk işçiye yaklaşır ve sorar: “Ne yapıyorsun?”

“Nesin sen, kör mü?” diye öfkeyle bağırır işçi.

“Bu parçalanması imkânsız kayaları ilkel aletlerle kırıyor ve patronun emrettiği gibi bir araya yığıyorum. Cehennem sıcaklığında kan ter içinde kalıyorum. Bu çok ağır bir iş, ölümden beter.” Görevli hızla oradan uzaklaşır ve çekinerek ikinci işçiye yaklaşır. Aynı soruyu sorar: “Ne yapıyorsun?” İşçi cevap verir:

“Kayaları mimari plana uygun şekilde yerleştirilebilmeleri için, kullanılabilir şekle getirmeye çalışıyorum. Bu ağır ve bazen de monoton bir iş, ama karım ve çocuklarım için para gerekli sonuçta bir işim var. Daha kötü de olabilirdi.”

Biraz cesaretlenen görevli üçüncü işçiye doğru ilerler.

“Ya sen ne yapıyorsun?” diye sorar.

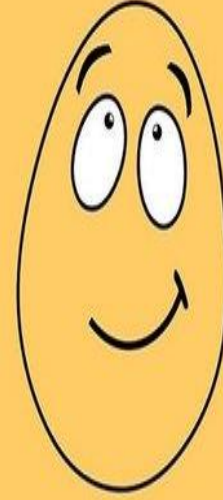
“Görmüyor musun?” der işçi kollarını gökyüzüne kaldırarak. “Bir katedral yapıyorum.”

Bu hikâyenin enteresan tarafı her üç işçinin de aynı işi yapıyor olmaları. Görmeyi seçtiğiniz yol sizin tutumunuza bağlıdır. Bugün hava biraz bulutlu mu yoksa biraz güneşli mi? Güllerin dikenini mi vardır, dikenli dalların gülleri mi? Bardağın yarısı boş mudur, yarısı dolu mu? Yoksa bardak olması gerekenin iki katı büyüklükte midir? Seçim size ait...

## KİTAP ÖNERİSİ

# MOTİVASYON DÂHİSİ

Kişisel Motivasyon Yönetimi



TAYFUN TOPALOĞLU

# HABERLER-DUYURULAR

## Milli Eğitim Bakanı Selçuk: 2 Temmuz Kadar Okullar Açık, Ara Tatil Yok!



Milli Eğitim Bakanı Ziya Selçuk, ara tatille ilgili "15 Şubat'taki iki haftayı üç hafta yaptık. Yani bu ara tatili alarak oraya ekledik ve bir ara tatilden ziyade hatta okulun uzatılmasıyla ilgili de planlamalarımız var. Bizim okullarımız seminer dönemi dahil, 2 Temmuz'da bitiyor ama öğrenciler ondan önceki haftalarda bırakıyorlar. Ama bu sefer öğrencilerimizi 2 Temmuz'a kadar okulda tutmakla ilgili planlama çalışmaları var. Ara tatil yok" dedi.

### YÜZ YÜZE EĞİTİMDE İLK HAFTA

Yüz yüze eğitimde ilk haftayı değerlendirmesi istenen Selçuk, ilk hafta Türkiye'deki bazı illeri ve ilçeleri gezdiğini, hem açılışlar yaptıklarını hem de okulların açılışının nabzını tuttuğunu ve gözlemler yaptığını söyledi.

Selçuk, "Çocuklarda bir zıplama hissiyatı var. O kadar mutlular ve gözleri parlıyor ki okulu çok özlemişler, yerlerinde duramıyorlar. Bugün de Ankara Bahçelievler'de bir ortaokula gittim. Acayip mutlular. Sarılmaya, tokalaşmaya çalışıyorlar. Öğretmen odasına gittiğimde öğretmenlerden teşekkür alıyorum" diyerek gözlemlerini dile getirdi.

Milli Eğitim Bakanı Selçuk, yüz yüze eğitime katılıma ilişkin ise, "İlkokullar ve ortaokullarda öğrencilerde yüzde 80'in biraz üzerinde katılım var. Liselerde biraz daha az, yüzde 74 katılım var.

Orada sınava hazırlık ya da başka nedenlerin etkili olduğunu düşünüyoruz.

Kimseyi 'Okula gelin' diye özellikle davet edip zorlamıyoruz. Bu gönüllü bu konu. Gönüllü olarak insanların yüzde 80-82'sinin katılıyor olması zaten velinin de çocukların da bunu istediğini gösteriyor. Ayrıca bazı durumlarda çocuklar gelmek istemeyebiliyor, veliler göndermek istemeyebiliyor. Evde hasta olabiliyor, başka nedenler olabiliyor.

OKULUMUZ PSİKOLOJİK  
DANIŞMAN / REHBER  
ÖĞRETMENLERİ VE SORUMLU  
OLDUKLARI SINIFLAR

Ashhan UZUN (0536 065 05 59)

[5. Sınıflar ve S/F , S/G Sınıfları]

Gülşah KÖLEMEN (0533 094 79 74)

[6. Sınıflar ve S/C , S/D , S/E Sınıfları]

Ahmet YAVUZ (0541 445 71 10)

[7. Sınıflar ve S/A , S/B Sınıfları]