

Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Bülteni

PDR CUMHURİYET



Cilt 1, Sayı 4
OCAK



Dergimizin bu ayki sayısında:

- ✚ Çocuk eğitiminde sevginin yeri
- ✚ "Aile ilişkilerinde sevgi"
- ✚ Çocuklarımıza sevgimizi nasıl göstermeliyiz?
- ✚ Bilim insanları açıkladı: İlgi görmeyen çocukların beyni küçülüyor
- ✚ Şiir, kitap önerisi, özlu sözler
- ✚ Haberler ve duyurular

ÇOCUK EĞİTİMİNDE SEVGİNİN YERİ

Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Bildirisi'nin ilk maddesi şöyle der:

'Çocuklar şefkat, sevgi ve anlayış görme hakkına sahiptir.'

Bu yasanın da tanımladığı gibi sevgi ve şefkat çocuğun doğal hakkıdır. Bu hak ise öncelikle aile içinde çocuğa tanınmalıdır. Yapılan araştırmaların ortaya koyduğu sonuçlara göre sevgiden mahrum büyüyen bu tür gereksinimleri göz ardı edilen çocukların suç işleme ve suça karışma oranı sağlıklı ortamlarda büyüyen akranlarına kıyasla çok yüksektir. Ailesi tarafından sevgi ve ilgi görerek, saygı gösterilerek büyütülen çocuklar genellikle uyum ve davranış sorunları da yaşamıyorlar.

Çocuğumuz şartlar ve durum ne olursa olsun pazarlıksız olarak onu sevdiğimizi ve bu sevginin hiçbir durum ve şartta değişmeyeceğini bilmelidir. Sevgi çocuğumuzla aramızdaki yegane bağıdır. Bu bağ ne kadar sağlam ve ne kadar sağlıklı örülmüşse o kadar donanımlı ve kendine güvenli bir çocuk yetiştirebiliriz. Onunla ilişkimiz o kadar sorunsuz olur ve gelecekte sorumluluklarının bilincinde, sevgi vermeyi bilen bir yetişkin olarak var olur.



AİLE İLİŞKİLERİNDE SEVGİ

İnsanın kişiliğinin oluştuğu sosyal ve toplumsal bir varlık olarak olgunlaşp kendisi olmanın bilincine vardığı zaman dilimi, **hayatın ilk yıllarıdır.** Bu dönemde ailenin etkisi ne kadar olumlu ve sağlıklıysa hayatın geri kalan kısmı da bu doğrultuda biçimlenir.

Özellikle babaların çocuklarına olan sevgilerini göstermekten çekindiği ya da onları ancak uyudukları zaman sevip okşadıkları şeklinde anlatılan örnek olayları hepimiz duymuşuzdur. Kafaları karıştıran bir konu da 'acaba çok sevgi gösterirsek şımartır mıyız?' düşüncesidir. Çocuklar tutarsız ilgi ve sevgiden şımarırlar. Keyfimizin yerinde olduğu bir gün evet dediğimiz bir konuya ertesi gün



ve sadece o an canımız sıkın diye hayır diyorsak, sadece o an sussun diye normalde izin vermeyeceğimiz bir şeyi onaylıyorsak, çocuğumuza olan sevgimizi ona istediği her şeyi alarak göstermeye çalışıyorsak şımarır.

Kısacası sevgi üzerine bir şey eklemeye gerek kalmadan, şartlara koşullara bağlanmadan çok değer verdiğimiz çocuklarımıza verebileceğimiz en değerli hazinemizdir.

Bir elbisesi eksik olabilir, bir öğün yemek yemezse büyük bir eksiklik olmaz ama sevgi olmazsa bütün psikolojik ve biyolojik gelişimi etkilenir.

Peki neler yaparsak çocuklarımızla aramızda sevgiye dayalı bir bağ geliştirmiş oluruz ya da sevgimizi gösterebiliriz? İşte küçük ipuçları:

- ✓ Çocukla olan iletişimde öncelikle göz teması önemlidir. Bu 'seni dinliyorum' mesajını verir. Göz teması kadar önemli olan konu ise tensel temas yani dokunmaktır. Çocuğumuzu kucaklamak, sarılmak, öpmek, saçını okşamak sevildiğini hissettirir.
- ✓ Çocuğunuzun başka çocuklarla kıyaslamayın. Sizin çocuğunuz farklı bir bireydir. Sizin bile birebir kopyanız değildir.
- ✓ Sevgi sözcüklerini sıklıkla kullanmaktan ve onu sevdiğinizi söylemekten çekinmeyin.
- ✓ Çocuklarımız başkalarının yanında eleştirmeyi biliriz ama övgü konusunda cimri davranırız. Oysa asıl eleştiriye çocuğumuzla baş başayken yapmalı övgü ve sevgi sözcüklerini toplum içinde söylemeliyiz.

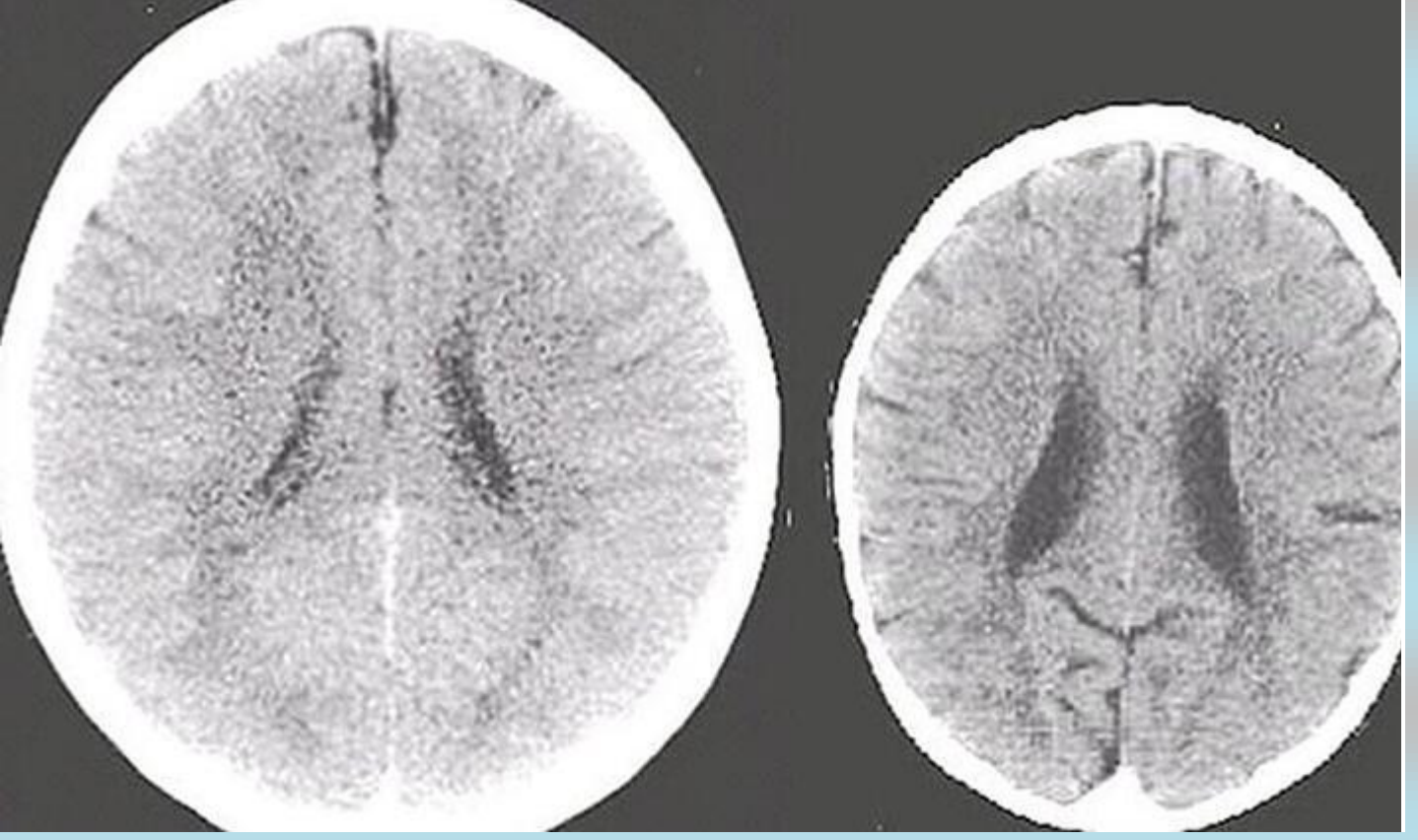
- ✓ Çocuklara sevgi göstermenin hediye almakla aynı şey olmadığını hatırlamanızda fayda var. Hediyeler sevgi sözcükleri kadar kalıcı etkiler yaratamazlar.
- ✓ Sevgiyi göstermenin en iyi yolu sevgi dolu bir aile sunabilmektir. Çocuğunuzun büyüttüğünüz aile ortamını ya da çevrenizi bu açıdan gözden geçirmenizde fayda var.
- ✓ Çocuğunuza mutlaka zaman ayırın ve birlikte bir şeyler yapın. Ne yaptığınızın o kadar çok önemi yok ama birlikte yapmanızın büyük önemi var.
- ✓ Onunla konuşun. Sadece konuşmak bile ona önem vermek, ilgi göstermek, zaman ayırmak anlamına gelir.
- ✓ Çocuklarımız yanlış yaptıklarında da bizim çocuklarımız, muhteşem başarılar elde ettiklerinde de... Birinde çok severken birinde az sevmek söz konusu bile olamaz.
- ✓ Çekirdek ailenizle yetinip çocuğunuzun bireyselleştirmek yerine; büyükanne, büyükbaba gibi aile bireyleriyle ilişkilerinizi güçlendirin.



Çocuklarımıza sevgimizi göstermek için hazır fırsat varken, kucağımıza sığarlarken, yuvadan uçmamışlarken, hazır dizimizin dibindelerken mümkün olduğu kadar çok kucaklayıp, öpmenin, sarılmanın ve sınırsız sevmenin tadını çıkaralım...

BİLİM İNSANLARI AÇIKLADI:

İLGİ GÖRMEYEN ÇOCUKLARIN BEYİNİ KÜÇÜLÜYOR



ABD'de yapılan bir araştırma, ailesinden ilgi görmeyen çocukların beyinlerinin görenlere göre daha küçük olduğunu ve gelişimini tamamlayamadığını ortaya koydu.

Tekساس'taki Çocuk Hastanesi'nde Psikiyatri Bölümü'nde görevli Profesör Bruce D. Perry, ilgiyle büyüyen bir çocuk ile ilgisiz büyüyen bir çocuğun beyin gelişimi arasındaki farkı gözler önüne serdi. Perry, yayınladığı makalede çocukların yetiştirme tarzının beyin gelişimi için kilit rolde olduğunu belirtti. Bunu kanıtlamak için de ailesinin ilgisiyle büyüyen bir çocuk ile ilgisiz büyüyen 3 yaşındaki iki çocuğun beyin hareketlerini ve gelişimini gösteren tomografi sonuçlarını kullandı.

Sputnik'in haberine göre Perry, "Fotoğraflarda da görüldüğü gibi sol taraftaki beyin taraması, ailesinin ilgisiyle yetişen ortalama bir çocuk beyni. Öte yandan sağ tarafta ailesiyle zaman geçirmeyen ve ailesinin ilgisini görmeyen bir çocuğun beyninin taraması var. Bu çocuğun şiddet görmüş olabileceğini de tahmin ediyoruz. Bu taramalar sonucunda, sağ taraftaki çocuğun beyni yaşıtına göre daha küçük" dedi.

Perry, "Sağ taraftaki çocuğun beyninin yeteri kadar gelişmemesi gelecekte hastalıkların da habercisi. Bu durum genelde Alzheimer hastası olan yaşlı bireylerde görülür. Bu çocuğun hafıza sorunu yaşaması çok olası. Öte yandan bu çocuğun bağlanma sorunları yaşaması ve sosyal olarak izole bir hayat sürmesi oldukça mümkün" şeklinde konuşarak ailelere uyarıda bulundu.

1 ŞİİR :

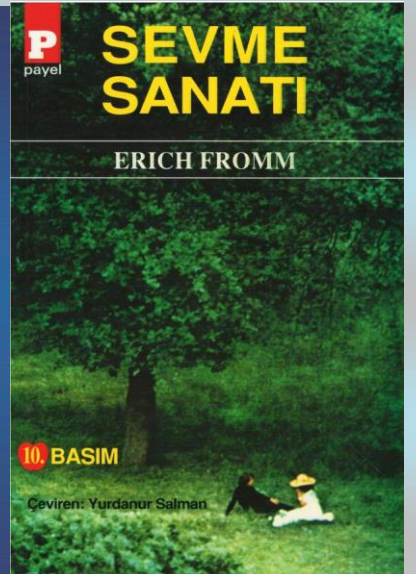
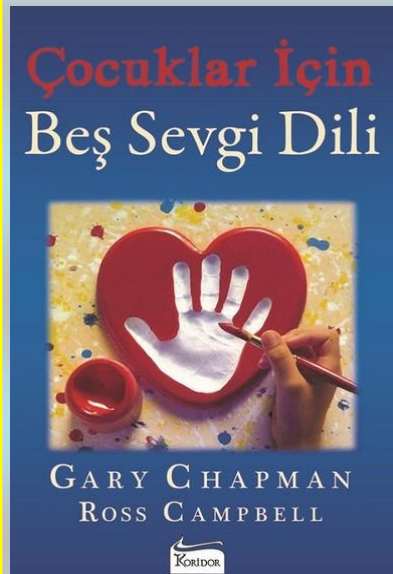
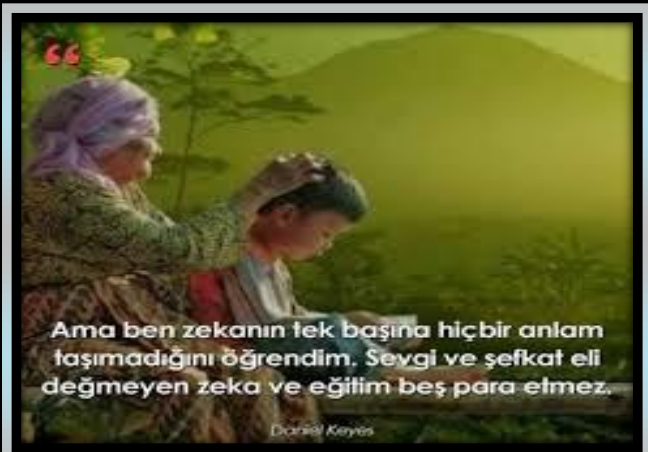
Nazım Hikmet - 'Dünyayı Verelim Çocuklara'

Dünyayı verelim çocuklara
hiç değilse bir günlüğüne
allı pullu bir balon gibi verelim
oynasınlar
oynasınlar türküler söyleyerek
yıldızların arasında
dünyayı çocuklara verelim
kocaman bir elma gibi verelim
sıcacık bir ekmek somunu gibi
hiç değilse bir günlüğüne doysunlar
dünyayı çocuklara verelim
bir günlük de olsa öğrensün dünya
arkadaşlığı
çocuklar dünyayı alacak elimizden
ölümsüz ağaçlar dikecekler



2 KİTAP ÖNERİSİ

Beş Sevgi Dili ile dünya çapında tanınan Dr. Gary Chapman milyonlarca çifte birbirlerinin sevgi dillerini öğrenerek nasıl daha güçlü, daha tatmin edici ilişkiler geliştirecekleri konusunda yardım etti. Şimdi de, tıpkı yetişkinler gibi çocukların da beş farklı sevgi dilini konuştuğunu öğreterek aileler için paha biçilemez bir kılavuz sunuyor.



HABERLER - DUYURULAR

➤ DİJİTAL KARNE

Bakan Selçuk, 22 Ocak'ta başlayacak sömestr tatili öncesi öğrencilere dijital karne verilip verilmeyeceği sorusunu, şu şekilde yanıtladı:

"Evet dijital bir karne var çünkü bizim yüz yüze karne vererek hareketliliği artırmak gibi bir niyetimiz tabii ki yok. O yüzden de bir dijital karne söz konusu. Liseler için birinci dönemle ilgili notlandırma süreci bittikten sonra karne olabilir. Biz mevzuatın esnekliği içerisinde çocuklarımız ve velilerimiz açısından en kolay hangisi oluru düşünmeye çalışıyoruz. "

➤ PDR SERVİSİ HER ZAMAN YANINIZDA

Okulumuz Psikolojik Danışman / Rehber Öğretmenleri olarak her gün, 08.30-16.30 saatleri arasında öğrencilerimize ve velilerimize her türlü konuda destek olabilmek için bireysel görüşmelere açığız. Bizlerle telefon ya da whatsapp aracılığıyla da iletişime geçebilirsiniz.



ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNE 3000 SORULUK YENİ KAYNAK DESTEĞİ

Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıflar için hazırlanan Çalışma Fasiküllerinin üçüncü üniteleri ile uzaktan eğitime kaynak desteği sürüyor.

Çalışma fasikülleri öğrencilerin işleyecekleri konuları pekiştirecekleri ve farklı soru türleri üzerinde deneyim kazanacakları şekilde tasarlandı. Fasiküller, 5, 6, 7 ve 8. sınıf düzeylerinde Türkçe, Matematik, Fen Bilimleri ve Sosyal Bilgiler (8. sınıflar için T.C. İnkılap Tarihi ve Atatürkçülük) branşlarının her ünitesi için ayrı bir kitapçık olacak şekilde hazırlandı. Fasiküllerde çeşitli soru türlerinin yanı sıra eşleştirme, bulmaca gibi etkinliklere de yer verildi.

Ünitelerin işleniş zamanına göre yıl boyunca yayımlanacak olan fasiküllere <http://odsgm.meb.gov.tr/> adresinden erişilebiliyor.

OKULUMUZ PSİKOLOJİK DANIŞMAN / REHBER ÖĞRETMENLERİ VE SORUMLU OLDUKLARI SINIFLAR

Ashhan UZUN (0536 065 05 59)

[5. Sınıflar ve 8/F , 8/G Sınıfları]

Gülşah KÖLEMEN (0533 094 79 74)

[6. Sınıflar ve 8/C , 8/D , 8/E Sınıfları]

Ahmet YAVUZ (0541 445 71 10)

[7. Sınıflar ve 8/A , 8/B Sınıfları]