

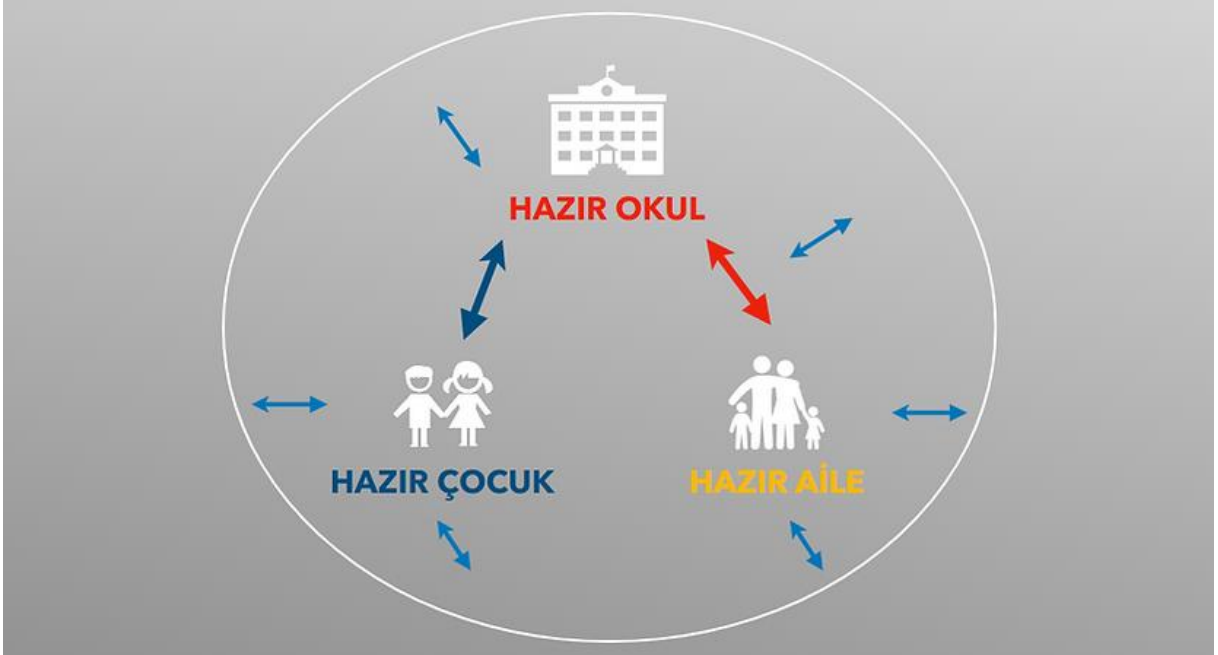
ORTAOKULA UYUM REHBERİ

Değerli Velimiz;

Bildiğiniz üzere çocuğunuz yeni bir öğretim kademesine, ortaokula başlamaktadır. Bu hem sizin hem de çocuğunuz için heyecan verici bir deneyimdir. Her yeni başlangıç gibi bu da sevincin yanı sıra tedirginlik yaratabilir. Çocuklarımızın okula uyumunu kolaylaştırmak için bir Uyum Programı hazırlanmıştır. Bu Uyum Programı'nın etkili olabilmesi okuldaki tüm çalışanların ve ailelerin iş birliği yapması ile mümkündür. Kısaca sizlerin içinde yer almadığınız bir uyum sürecinin başarılı olmayacağı açıktır. Bu düşünceden hareketle, çocuğunuzun okula uyumunu kolaylaştırmak ve bu aşamayı daha rahat geçirmeniz için bu sayfada sizlere bazı bilgiler sunulmaktadır.

Çocuğunuz iyi bir eğitim - öğretim yılı geçirmesi dileğiyle hoş geldiniz.

Öğrencimizin okula uyumunun daha etkili gerçekleşebilmesi için siz değerli velilerimizin katkısına önem veriyoruz



Okula hazır ailenin özellikleri aşağıdaki gibi ifade edilir:

- Çocukların **gelişim özellikleri** hakkında bilgi sahibi olan,
- Çocukların toplumsal uyumu ve akademik başarısı için eğitim kurumlarının önemini farkında olan,

- Çocukların gelişim alanlarını desteklemeye yönelik zengin uyarıcı çevre sunan,
- Çocukların eğitim sürecinde eğitim kurumlarıyla iş birliği hâlinde ve bu kurumlara destek olan,
- Çocuğa öz güveninin artacağı ve özerklik duygusunun gelişeceği demokratik ortamlar sunan ve çocuğun her yönden gelişimini sağlayan ailedir.

Öncelikle size oryantasyona neden önem veriyoruz bu konuda bilgi vermek isteriz:

- Bu süreç kısa bir zaman dilimini içermez, öğrencinin öğrenme yolculuğuyla ilgilidir. Öğrenmeyi kıymetli bir kıvılcım olarak görmesini sağlayacak bir süreç olduğu hatırdada tutulmalıdır.
- Bunun için planlı ve programlı ilerlemeyi ve velilerimizle iş birliği yapmayı önemsiyoruz.
- Okul sadece dersler değildir. Okulda öğrenci tüm yönleri ile gelişiyor. Okulun ayrı bir yer olmaması, yaşamın bir parçası, evinin uzantısı ve doğal çevresi olması için çalışıyoruz.
- Öğrencimizi tüm yönleriyle tanımak için gerekli olan teknikleri kullanırız. Elde ettiğimiz verileri hem siz velilerimizle hem de öğrencilerimizle paylaşıyoruz. Öğrencimizin kendisini tanıması için bizlerin rehberlik etmesi önemli görevlerimizden biridir.

Bu bilgilerle birlikte, uygulayabileceğiniz ve dikkat edebileceğiniz uygulamaları sizlerle paylaşmak istiyoruz:

ORTAOKULA UYUM

Yaşanan bu dönemde çocuğunuzun okula uyumunun sağlıklı bir şekilde gerçekleşebilmesi için velilerimizle birtakım öneriler paylaşmak istedik:

OKUL FİKRİNE ÇOCUĞUMU NASIL HAZIRLAMALIYIM?

İlkokul arkadaşlarından, öğretmeninden ve alışıldık okul çevresinden ayrılmanın çocuklar üzerinde duygusal yansımaları vardır. Okulumuzun ilkokulundan ortaokuluna geçmiş olsa da ortaokulu ve ortaokul öğrenme ortamını farklı bir yer olarak algılayabilir. Bu nedenle çocuğun okula öncelikle duygusal olarak hazırlanması gerekmektedir. Çocuklar ayrılıkların verdiği üzüntü ile birlikte yeni okul, arkadaş ve öğretmenlerin nasıl olacağını kestiremediklerinden kaygıya kapılabilirler. Yaşanan bu kaygı doğal olmakla beraber sürecin nasıl ilerleyeceğine dair çocuğu bilgilendirmekle üstesinden gelinecektir. Arkadaşlarından ayrılmanın kaygısını yaşayan çocuklara arkadaşlarını istediği zaman görebileceği aktarılıp yeni arkadaşlıkların onun arkadaş çevresini genişleteceğine dair olumlu konuşmalar yapılabilir.

OKUL AÇILDIĞINDA NELER YAPMALIYIM?

Okula devamlılık büyük önem taşır. Çocuğun yeni okula dair kaygılarından dolayı bir iki gün gitmemesinin onu rahatlatacağını düşünmek bir yanılısamadır aksine okula uyumu güçleştirebilir. Çocuğunuz okula o gün için gitmek istemediğini belirttiğinde yapılan etkinliklerin onsuz eksik kalacağı mesajı verilmelidir. Çocuğunuz okulun ilk günleri arkadaş edinmekte zorluk çektiğini sizinle paylaşabilir. Bu durumda çocukla arkadaşlık geliştirmek için neler yapılacağına dair konuşulabilir.

UYUM SÜRECİNİ DESTEKLEYECEK TAVSİYELER

- Okul alışverişine çocuğunuzla birlikte gidin, ihtiyacı olan malzemelerde mutlaka çocuğunuzun da fikrine başvurun okul için teşvik edici olacaktır.
- Okul uyumunun gerçekleşmesinde en önemli adım ortaokul başlamadan önce ortaokulla ilgili bilgi sahibi olmaktır. Bu nedenle ortaokul sistemi ile ilgili öncelikli bilgi sahibi olun ve bu bilgileri çocuğunuzla paylaşın. Nasıl bir ortamın onu beklediğini, okulu, sınıfı ve öğretmenleriyle ilgili detaylı bilgi verin.
- Başlayan yeni süreç içerisinde çocuğunuzu başarıları için yüreklendirin (Okulun ilk haftasını ne güzel yönettin, arkadaşlarıyla olan iletişiminden mutlu görünüyorsun vb.). Unutmayın; sizden takdir görmek onun için teşvik edici olacaktır.
- Gelişim dönemi dolayısıyla çocuğunuz için arkadaşlık ilişkilerinin önemi artacaktır. Arkadaş ilişkilerini destekleyiniz, çocuğunuzun yakın arkadaşlarını sizler de tanıyınız.
- Çocuğunuzun okulla ilgili kaygıları olabilir, hoşgörüyü yargılamadan dinleyin. Çocuğunuzla birlikte çözüm yollarını düşünün, rehberlik servisinden yardım alabileceğinizi unutmayın.
- Okulun nasıl geçtiğini sormak isteyebilirsiniz bu doğaldır ancak ısrarcı olunmamalıdır. Anlatmak istediğinde bırakın sizle paylaşsın. Odağını kaygıya çekecek “Bir sorun yok değil mi?” “Arkadaşlarıyla bir problem yaşıyor musun?” gibi söylemlerden uzak durulmalı olumlu cümleler kurulmalıdır.
- Ortaokul dönemiyle birlikte çocuğunuzda ergenlik öncesi dönem başlayacaktır. Yaşanılacak fiziksel, sosyal ve duygusal değişimleri takip ediniz.
- Çocuğunuzun akademik başarısıyla ilgili beklentilerinizin olması doğaldır ancak her çocuğun içinde bulunduğu gelişim dönemine,

ilgi ve yeteneklerine göre başarısının ve başarı alanlarının çeşitlilik gösterebileceği atlanmamalıdır.

- Çocuğunuzun uyku ve beslenme alışkanlıklarının düzene girmesi uyumu kolaylaştırmakla beraber fiziksel gelişimin hızlı bir şekilde yaşandığı bu dönemde destekleyici olacaktır. Düzenli uyku; öğrenmeye, hafızaya ve büyümeye katkı sağlar. Doğru beslenme ise çocuğunuzun zihin performansını artırmakta, sağlıklı bir birey olarak büyüüp gelişmesini desteklemektedir.
- Çocuğunuzun eğitim sürecinde aile ve öğretmenin önemli bir yeri vardır. Yaşanacak süreç içerisinde aile, öğretmen ve psikolojik danışmanın (rehber öğretmen) iş birliği içerisinde hareket etmesi okula uyumu kolaylıkla sağlayacaktır.

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ