

ÖĞRENCİLERE YARIYIL TATİLİ İÇİN GENEL ÖNERİLER

1. Sinema, tiyatro, gösteri, vb.; Yoğun okul programı nedeniyle dönem içerisinde fazlaca vakit ayıramayan çeşitli sanatsal etkinliklere katılımı gerçekleştirmek,
2. Atölye çalışmaları; Çocukların hem kişisel hem de sosyal gelişimlerini destekleyecek atölye çalışmalarına katılımını sağlamak,
3. Spor; Yaş gelişim özelliklerine uygun sportif faaliyetler yaparak fiziksel gelişimi desteklemek,
4. Müzik ve resim; Yetenek ve ilgi alanları doğrultusunda resim ve müziğe zaman ayırmak, konser ve sergilere katılmak,
5. Kitap ve dergi; Çocuklarımızın okuduklarını anlama ve genel kültürlerini yükseltmek amacıyla ilgi alanlarına yönelik okuma zamanları yaratmak,
6. Yakın çevremizi tanıyalım etkinlikleri; Yaşadığımız bölgedeki müzeler, tarihi ve turistik yerlere yapılacak geziler yaşayarak öğrenme fırsatı olarak değerlendirilmelidir,
7. Ev oyunları; Evde gerek bireysel gerekse aile bireylerinin katılımıyla oynanabilecek oyunlar almak, eğlenceli geçen bir yarıyılın hatırası olabilir,
8. Televizyon ve bilgisayar; Boş zaman planlamasında eğlendirici ve eğitici olan televizyon ve bilgisayar programları yanında oynamaktan hoşlanılan, şiddet unsurları içermeyen elektronik tabanlı oyunlara da yer verilmelidir.
9. Ödevler; Bazı okul ve öğretmenler, dönem içerisinde edinilen bilgi ve becerilerin kısa sürede unutulmaması amacıyla tekrar amaçlı ödev vermektedir. Tatil planlaması içerisinde mutlaka ödevlere de yer verilmeli, son günlere sıkıştırılmamalıdır.



KENDİNİZE NOT VERİN

En düşük: 0 puan

En yüksek: 10 puan

| DAVRANIŞLAR | NOT |
|---|-----|
| Sevginizi davranışlarınızla göstermek (ona sarılmak, güzel sözler söylemek vb.) | |
| Çocuğunuzu ETKİN dinlemek | |
| Birlikte vakit geçirmek (doğa yürüyüşü yapmak, sinemaya gitmek vb.) | |
| Olumlu ve yapıcı eleştiri yapmak | |
| Veli toplantılarına ve seminerlere katılmak | |
| Problem yaşadığında, birlikte çözüm yolları aramak | |
| Ona verdiğiniz sözü tutmak | |
| Empati kurmak, onu anlamaya çalışmak | |
| Hoşgörülü olmak | |
| Arkadaşlarının isimlerini bilmek, onları tanımak | |
| Arkadaşlarıyla kıyaslama yapmamak | |
| Evde okuma saati belirleyip hep birlikte kitap okumak | |
| Çocuğunuzun kendini tanıması için hobilerine destek vermek | |
| Çocuğunuzun yeteneklerinin farkında olmak | |
| Çocuğunuzun ilgilerinin farkında olmak | |
| Mesleki yönlendirme yapmak, doğru karar verebilmeleri için destek sağlamak | |
| Evdeki bireylere söz hakkı vermek, demokratik ortam oluşturmak | |
| Ödevlerini nasıl yapacağı konusunda destek sağlamak | |

Çocuğunuzun karnesiyle sizin davranış ve tutumlarınız arasında bir bağ var, bu bağı görmeden çocuklarınızı yargılamayın. Bu tatil dönemini bir fırsat olarak değerlendirin, kendinizi ve çocuğunuzla etkileşiminizi sorgulayın.

UNUTMAYIN, ÇOCUK AİLENİN YANSIMASIDIR.



VELİ BROŞÜRÜ

YARIYIL TATİLİ

VE

KARNE

DEĞERLENDİRMESİ

**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE
REHBERLİK SERVİSİ
HAZIRLAYAN: Psikolojik Danışman Ve
Rehber Öğretmen
ŞADIYE DENİZCİ**

KARNE KORKUSU

Karne Korkusu Nedir?

Öğrencinin karneyi aldıktan sonra olumsuz olaylar olacağını, ailelerinin sert bir tutum izleyeceğini zihninde tasarlamasına karne korkusu denir.

Bu olumsuz olayların olacağı endişesini yaşayan öğrenci, buna maruz kalmamak için evden uzaklaşmak isteyebilir, yalana başvurabilir ya da kendisine zarar verebilir.

KARNE NEYİN GÖSTERGESİDİR?

Karne aslında çocuğun başarısından ziyade derslerindeki bazı eksikliklerinin olduğunu göstermek için öğrenciye ve veliye verilen bir uyarı belgesidir. Çocuğun, ilgi, yetenek, zeka ya da sosyal hayatındaki başarısının bir göstergesi **değildir**.

Çocuğunuzun karnesine baktığınızda, nerede eksik olduğunu görebilir, kendinize de “Nerede yanlış yaptım?” sorusunu sorabilirsiniz. Aileden yeterince destek alamayan öğrenci, nerede yanlış yaptığını göremeyebilir. Aileler çocuklarının okul hayatında maddi ihtiyaçlarının (harçlık, kitap, kalem, defter v.b) yanında duygusal ihtiyaçlarının da farkında olmalıdır. Aile içinde duygusal ihtiyaçları doyurulmayan bir çocuk, bunu başka yerlerde doymak ister, yanlış arkadaş çevresi edinebilir, dersleri önemsemeyebilir. Ailelerin en büyük sorumluluğu çocuklarına ‘SEVGİ’lerini göstermektir. Kendilerini ve insanları sevmeyi, sorumluluk almayı, yapabildiği şeylere odaklanıp, emek verip üretebilmeyi ve “öğrenme”yi öğretmek ailenin görevidir. Bütün bunlar, onun sadece maddi ihtiyaçlarını karşılamakla değil, onu sevdiğini hem sözle hem de davranışla göstermekle, ona güvenmekle, onunla sağlıklı iletişim kurmakla, onun kapasitesini kabul edip zorlamamakla olabilir.

*Çocuktan başarı beklerken onun kapasitesini de bilmek gerekir. Yersiz kıyaslamalar olumsuz sonuçlar doğurabilir. Onu “O” olduğu için sevmeli, onu olduğu gibi kabul etmelidir.

Aileler şunu asla unutmamalı; zayıf karne ile yeterince ilgilenilmemiş çocuk arasında kuvvetli bağ vardır.

Peki neler yapılmalı, neler yapılmamalıdır? →

ÇOCUKLARIN KARNE KORKUSUNDAN KURTULMALARI İÇİN AİLELERE ÖNERİLER

1. Çocuğunuzun karnesiyle ilgili duygularınızı, çocuğunuzun kişiliğini incitmeden net bir şekilde anlatın. Onun başarılı olabilmesi için onun arkasında olduğunuzu ona hissettirin.
2. Çocuğunuzu suçlayıp **yargılamayın**.
3. Ona aşağılayıcı isim-lakap takmayın.
4. Seni, okuldan alacağım gibi **tehditler savurmayın**.
5. Onu eleştirip, emirler vermeyin.
6. Çocuğunuzu arkadaşlarıyla, kardeşleriyle, komşularınızın çocuklarıyla **kıyaslamayın**. O herkesten farklı bir bireydir unutmayın.
7. Çocuğunuzu kesinlikle aşağılamayın, özellikle arkadaşlarının yanında bunu yapmayın. Onun kendine olan güven duygusunu zedelemiş olursunuz.
8. Çocuğunuza devamlı cezalandırma, bağırma gibi davranışlarla yaklaşmayın.
9. Çocuğun kendi karnesiyle ilgili anlattıklarını dinleyin. Onun **duygu ve düşüncelerine önem verin**.
10. Her ailenin çocuklarıyla ilgili bazı beklentileri vardır. Bunları onunla konuşun. **Beklentilerinizi ona anlatın**.
11. Çocuğunuzun karnesi zayıf olabilir. Düzeltmesi için ona açık bir kapı bırakın, yol gösterin.
12. Çocuğunuzun ders başarısızlığının giderilebilmesi için **beraber çözüm yolları arayın**.
13. Çocuğunuzun zayıfı varsa bile, onu sürekli ders çalışmaya zorlamayın, dinlenmesine fırsat verin. Ancak eksikliklerini gidermek için onunla beraber uygun bir plan yapın ve bunu uygulayın.
14. Çocuğunuza karnesinin iyi de olsa kötü de olsa sizin onu seveceğinizi ve onun arkasında olduğunuzu ona hissettirin.

“Çocukların başarısızlık nedenleri araştırıldığında ailedeki iletişim bozuklukları, ailenin çocuğun kapasitesinin üstünde beklentilere sahip olması ve baskıcı otoriter tutumu ön plana çıkıyor. Her karne döneminde başarısızlık sorunu nedeniyle psikiyatriste başvuran öğrenci sayısı artıyor.”

KARNE NOTLARI DÜŞÜKSE NE YAPMALIYIM?

- Anne baba olarak çocuğunuzu, önce sizin çocuğunuz olduğu için **koşulsuz sevdiğinizi** gösterin.
- Sevginizi akademik başarılarıyla koşullamayın.
- Okul konusunu bir kenara bırakın, diğer yeteneklerini ve becerilerini ön plana çıkararak onunla gurur duyduğunuzu gösterin. İyi olduğu alana odaklanın.
- Yeteneklerini keşfetmesi için çeşitli hobi kurslarına gönderin. Bu hem çocuğun sosyalleşmesine, hem de özgüveninin yükselmesine yardımcı olacaktır.
- Çocuğunuz karnesini getirdiğinde ders notları düşük olsa da, ona sarılıp onu öpün ve ne olursa olsun sevginizi hissettirin.
- Notları düşük olduğu dersler üzerinde konuşun, neden düşük olduğunu dinleyin, çözüm önerilerinizi onunla paylaşın ve ikinci dönem bu çözüm yollarını deneyerek üstesinden gelebileceğini söyleyin.
- Ona inandığınızı gösterin.
- **ÇOCUĞUNUZLA ARANIZA KARNE NOTUNUN GIRMESİNE İZİN VERMEYİN.**

