

KARADERE ORTAOKULU

OKUL REHBERLİK SERVİSİ

A-ÇOCUKLA İLETİŞİM VE AİLE ARASI İLETİŞİM

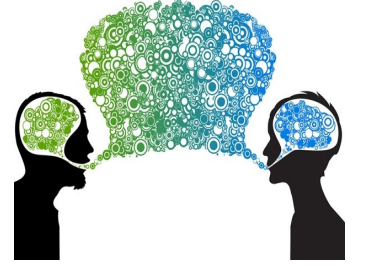


Çocuklar hayatlarının ilk günlerinden itibaren anne babalarının tepkilerine ve duyguların fazlaca duyarlıdırlar. Dolayısıyla çocukla kurulacak iletişimin kalitesi çocuk ile anne-baba arasındaki sorunların hem ortaya çıkışında hem de çözümünde belirleyicidir. Çocukla nasıl iletişim kurulacağı ya da kurulamayacağını bilmek anne babanın en başta öğrenmesi gerekenler arasındadır. Anne babanın görevi çocuğa kurallarla dolu bir kışla ya da okul değil yuva sağlamaktır.

Yeterince iyi anne-baba olabilmeyen temel koşulu çocuk ile beyaz eşya kullanma kılavuzlarında yazıldığı gibi mekanik ve

ruhsuz önerilerle dolu bir ilişki biçimi oluşturmamaktır. Her çocuk doğuştan var olan bireysel özelliklere sahiptir. Bilişsel işlevleri, zekaları, duyguları, düşünce biçimleri ve davranışları farklı farklıdır. Anne babalık sanatı aslında çocuğun bireysel özelliklerini göz önünde tutarak onunla iletişim kurabilmeyi başarabilmektir. Uygun zamanda, uygun yerde ve uygun biçimde tepki verebilme başarısını gösterebilmek ancak çocukla var olan sağlıklı iletişim sayesinde gerçekleşebilir.

Çocukla sağlıklı iletişim kurmadan onun duygularını istek ve ihtiyaçlarını anlamamız müm-



kün değildir. Çocukla sadece sözlü iletişim kurulmaz, iletişimin duygusal yönü de vardır. Anne-baba çocuk ilişkisinde duygunun eksikliği istenmeyen ruhsal sorunların ve kişilik özelliklerinin gelişmesen neden olur. Çocuğun ne hissettiğini bilmeden vereceğimiz tepkilerin sağlıklı olması beklenemez

İŞTE, DOĞRU İLETİŞİMİN 13 ALTIN KURALI

- 1) Öncelikle çocuğunuzu iyi dinlemeyi öğrenmelisiniz. Onu dinliyormuş gibi yapmayın, bunu hemen hisseder. Eğer bir işiniz varsa biraz beklemesini ve birazdan onu dinleyeceğinizi ifade edin.
- 2) Onunla konuşurken göz göze gelmelisiniz. Bu onun kendisini önemli hissetmesine neden olur. Konuşma başlamadan önce onu kucağınıza alabilir ya da onun mesafesinde oturabilirsiniz. Yukarıdan konuşmanız onun karşısında bir güç olduğunuz imajını yaratabilir. Söylediklerini anladığınızı belli etmek için onay işaretleri verin (başınızı sallamak, "hıı... hıı...", evet, seni anlıyorum" demek gibi).
- 3) Görüşlerini saygı ile dinleyin. Haksız olduğu bir konu söz konusu olsa bile dinlenmeye hakkı vardır. Kendi duygularını, düşüncelerini tanımalı ve özgür bir ortamda bunu her zaman söyleme hakkı olduğunu bilmelidir. Kendisini rahatlıkla ifade edebilen bir çocuk kendisine daha çok güvenir.
- 4) Sorunlarını çözmek için kendisi çaba göstermelidir. Zorlandığı anlarda çözümsel davranmayın sadece ona yol gösterin. Çözümü kendisi bulabildiğini görebilsin.
- 5) Yanlış bir davranış yapmış olsa bile ondan bahsederken öncelikle olumlu olan yönlerini vurgulayın. Bu davranışı ile onu sevmenizden bir şey eksil-

mediğini hissettirmelisiniz. Olumlulardan sonra olumsuz davranışlar nedenleri ile vurgulanmalı ve çözüm için birlikte yeni kararlar alınmalıdır.

6) Almış olduğunuz her yeni karar ya da koymuş olduğunuz her kural kararlı ve sürekli bir biçimde uygulanmaya devam edilmelidir. Sağladığınız tutarlılık doğru davranışın yerleşmesini sağlayacaktır.

7) Ona gün içerisinde yaşına uygun sorumluluklar verin. Yapmış olduğu her sorumluluk için dönem dönem ona teşekkür etmeyi unutmayın.

8) Gün içerisindeki yapacağı her şey yaşına uygun bir şekilde planlanmalıdır. Ne kadar süre televizyon izleyecek, saat kaçta uyuyacak, oyuncaklarını ne zaman toplayacak gibi. Bunun bilincinde olan bir çocuk kendi sınırlarının ve birey olduğunun daha çok farkındadır.

9) Anne ve baba olarak her akşam onunla özel rutin aktiviteler planlayın. Bir çocuk için annenin yeri ayrı, babanın yeri ayrıdır. Bu nedenle birbirinizin rollerini almak için çaba göstermeyin. Her akşam sizinle en az bir şey

yapacağını bilmesi onu mutlu eder, rahatlatır ve ilişkinizi güçlendirir.

10) Onu sevdiğinizi dile getirmelisiniz. Sevgiyle büyüyen bir çocuk yaşam karşı çok daha güçlü durur.

11) Söz verdiğiniz şeylerde kesinlikle geri çekilmeyin. Bu onun size olan güvenini zedeler.

12) Ona ait olan sınırları aştığında uyarıda bulunun. Bu uyarılar çocuğu azarlayacak ya da rencide edecek biçimde olmamalıdır. Açıklayıcı bir uyarı, bu davranış sonrasında ondan beklediğiniz davranış biçimi ve kararlı bir tutumla zaten istediğiniz sonucu alabilirsiniz.

13) Bir çocuk yetiştirirken sabırlı olmak ve karşınızdakinin bir çocuk olduğunun farkında olmak çok önemlidir. Sabırlı olabilmemiz için kendinize de zaman ayırmalı, yaşamdaki yerinizin ve beklentilerinizin daha fazla farkında olmalısınız. Unutmayın; mutlu bir anne-babalar daha mutlu çocuklar yetiştirebilecektir

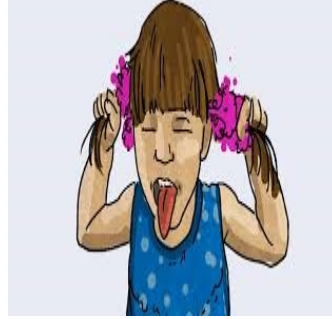


B-ÇOCUKLARDA DAVRANIŞ BOZUKLUĞU



Her çocuğun gelişimi kendine özgüdür. Bu nedenle de her çocuk birbirinden farklıdır. Anne ve babaların çocuklarında fark ettikleri kendi çocuklarını diğerlerinden ayıran özellikler önemlidir, üzerinde durulmalıdır. Ancak bunların hepsi davranış bozukluğu değildir. Davranış Bozukluğu, bireyi, aileyi olumsuz yönde etkileyen, diğer insanların temel haklarının çiğnendiği yaşa uygun toplumsal kuralların hiçe sayıldığı davranışlardan oluşan bir durumdur. Çocukta görülen olumsuz bir davranışın, davranış bozukluğu sınıfına girebilmesi için bazı ölçütler vardır.

1. YAŞINA UYGUN OLMAMASI: Çocuklarda davranış problemlerinden bahsetmek için önce



çocuğun içinde bulunduğu gelişim döneminin özelliklerini iyi bilmek gerekir. Çocukta ortaya çıkan yaşına bağlı yer yeni gelişme çocuğa değişik şartlar sunar

ve zorluklar, güçlükler doğurur. Yeni şartlara uyum sağlayana kadar çocuklarda geçici uyum sorunları yaşanabilir. Gelişim döneminin kendine özgü davranışlarının dışında olmalı. **2. YOĞUN OLMASI:** Ortaya çıkan duygu ve davranışların şiddetinin normaldekenden fazla olması gerekir. **3. SÜREKLİ ORTAYA ÇIKMASI:** Davranışın uzun zamandan beri ısrarlı bir şekilde devam ettirilmesi gerekir. **4. CİNSEL ROL BEKLENTİLERİNE UYMAMASI:** Erkek ve kız çocukların cinsel rollerine göre davranmadığı durumlar olmalı.

Çocuğunuzu iyi tanıyınız. Çocuklardan yapamayacağı şeyleri istemeyiniz. Onları yeteneklerinin ötesinde başarı göstermeye zorlamayınız.

EN SIK GÖRÜLEN DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

- Hırçınlık,
- Sinirlilik,
- Saldırganlık,
- İnatçılık,
- Yalan söyleme,
- Tırnak yeme,
- Saç koparma,
- Alt ıslatma ve dışkı kaçıрма,
- Yeme bozukluğu,
- Uyku bozukluğu,
- Okuldan kaçma,
- Karşı gelme,
- Konuşma bozukluğu,
- Çalma,
- Küfürlü konuşmadır.

DAVRANIŞ BOZUKLUĞUNA YOL AÇAN BİRÇOK NEDEN VARDIR. BUNLAR;

- Çocukların dikkat çekme isteği,
- Bu davranışların bazı durumlarda ödüllendirilmesi,
- Savunma,
- Yetişkin olmanın sembolü olarak görüp olgunlaşma göstergesi olarak görmesi,
- Yetişkinleri rahatsız ederek onları şaşırtma isteği,
- Arkadaşları tarafından onaylanma,
- İntikam almak,
- Anne ve baba ile hesaplaşmak,
- Kitle iletişim araçlarının olumsuz etkisi,
- Fizyolojik sorunlar,
- Kalıtım,
- Yoksunluk,
- Temel ihtiyaçların doyurulmaması gibi durumlardır.



EN ETKİLİ BAŞETME YÖNTEMLERİ

Davranış Bozukluğu için en etkili yöntemler görmezden gelme, ödülü geri çekme, alternatif sunma, sözle uyarıda bulunma ve tartışmaktan kaçınmadır. Bağırma, susturma, vurma aranızdaki saygı bağının kopmasına neden olur. En önemli adım bu süreçte saygıyı yitirme-



mektir. Çocuğun olumlu noktalarını keşfedip ortaya çıkarmak ve yüreklendirmek olumsuz davranışları azaltıp çocuğun kendine güvenmesini sağlar. Bu çocukların koşullar her ne olursa olsun anne ve babası tarafından kabul edildiğini ve sevildiğini hissetmeye ihtiyaçları vardır.

NASIL DAVRANMALI, NELER YAPMALI

- Hiçbir zaman ceza şiddetle verilmemeli,
- Davranışla ilgili olay anında değil sakinken konuşulmalı,
- Çocuğa yaşına uygun sorumluluklar verilmeli, başarıma duygusu yaşatılmalı,
- Anne baba önce çocuğa olumlu rol model olmalı,
- Olumsuz davranışları gösterdiğinde değil, bu davranışları göstermediğinde ilgilenilmeli ve ödüllendirmeli,
- Anne ve babanın çocuğa yapma dememesi, davranış sayesinde anne ve babadan ilgi almaması gerekir,
- Çocuğa dürüstlük ve mülkiyet kavramları öğretilmeli, anne baba çocuğa model olmalıdır. Örneğin anne baba çocuğa verdikleri sözleri tutmalı, ona ait bir eşyayı alırken izin istemelidir,
- Çocuğun yaşına ve bireysel özelliklerine uygun beklentiler oluşturulmalı, başaramayacağı şeyler beklenmemelidir,
- Diğer çocuklarla kıyaslama yapılmamalıdır,



- Çocuğun istedikleri bu tip davranışlar yapıldıktan sonra yerine getiriliyor-

sa, çocuk istediklerini yaptırmak için bu davranışları araç olarak kullanır. Bu sebeple bu davranışlara tolerans göstermemek gerekir,

- Olumsuz davranış ortaya çıktığı durumlarda çocuk yaratıcılığa teşvik edilmeli, olumlu bir faaliyete yönlendirilmeli,
- Okul öncesi dönem, bireyin gelişimi açısından önemli yıllardır. Bu nedenle bu dönemde davranışların gözlenmesi, değerlendirilmesi, var olan sorunların çözülmesi, oluşabilecek problemler için önlem alınması büyük önem taşır. Okul öncesi dönemde çocuğun davranışlarının en fazla gözlemleneceği yer okuldur. Bu nedenle anne baba ve öğretmen devamlı iletişimde olmalıdır.
- Anne baba ile rahat konuşabilmesi için uygun ortamlar hazırlanmalı, cesaretlendirilmelidir. Çocukların anne babalar için basit, önemsiz konuları paylaşmalarına müsaade edilmelidir. Aksi halde, önemsiz şeyleri bile konuşmadığı anne ve babasına önemli konuları, duygu ve düşüncelerini anlatması çok zor olacaktır.

C-VELİLER ÖDEVLERE NASIL YARDIMCI OLABİRLER?

Ev ödevleri, öncelikle okulda öğrenilen bilgi ve yaşantıların kalıcılığını sağlamak veya bu bilgi ve yaşantıları genişletmek amacıyla öğretmenler tarafından öğrencilere verilmektedir. Sınıftaki öğrenci sayısının fazla olması ve programda ayrılan zamanın yeterli olmaması gibi çeşitli nedenlerle öğrencilerin bireysel çalışmalarına ve uygulamalarına imkan verilemeyen durumlarda ev ödevleri, ders dışı etkinliklerin en önemlisi olmaktadır. Öğrenciler ev ödevlerini yaparken yeni malzemeler kullanmalı ve yeni deneyimlerde bulunmalıdırlar. Bu deneyimler, öğrencilerin, bilgi ve yeteneklerinin farkına varmalarını ve geliştirmelerini, eksik yönlerini tamamlamalarını, bağımsız ve düzenli ders çalışma alışkanlığı kazanmalarını, okul dışındaki bilgi kaynaklarını kullanmalarını ve verilen sorumluluğu yerine getirmeyi öğrenmelerini ve dolayısıyla derslerinde başarılı olmalarını sağlamaktadır. Öğrencilerin düşüncelerini geliştirmeyen, yaratıcılığını desteklemeyen ve ezberciliğe yönelten

ev ödevlerinin, eğitim açısından bir anlamı bulunmamaktadır. Aynı zamanda ev ödevleri, anne babalara çocuklarının okul hayatıyla ilgilenmeleri için bir fırsat vermektedir. Aileler, çocuklarına uygun çalışma ortamı hazırlama, gerekli malzemeleri sağlama, istendiğinde yardımcı olma vb. gibi yollarla çocuklarının ev ödevlerinde, dolayısıyla eğitim ve öğretimlerinde önemli bir role sahip olmaktadır. Ev ödevleri, öğrencilerin ilgi ve yeteneklerine göre verilmediği, amacının açıklanmadığı ve öğretmene teslim edildikten

sonra içeriği hakkında değerlendirme yapılmadığı durumlarda ise öğrencilerin akademik konulara ilgisi azalabilmekte, öğrenci ödevini başkasına yaptırmaya başkasından alıntılar yapmaya yönelebilmekte veya yaptığı işi değersiz bir etkinlik olarak algıladığı için ödev yapma sorumluluğunu almayabilmektedir. Bu olumsuz sonuçların ortaya çıkmasını engellemek amacıyla öğretmenlere ve anne babalara bazı öneriler verilebilir;

Çocuğunuzun yanında ona uygulanan eğitimin tartışmasını yapmayınız. Okul ve öğretmenler ile ilgili görüşlerinizi çocuğun yanında açığa vurmayınız. Çocuğunuzun çalışma programı yapmasına, uygulamasına yardımcı olunuz. Planlı çalışma üzerinde durunuz.



Anne Babalar Neler Yapmalı?

1 Çocuklarına uygun çalışma ortamı (aydınlık, sessiz vb.) ve araç-gereç sağlamalıdır.

Çocuklar ödevlerinin büyük bir kısmını evde yapmaktadırlar. Çocuğun rahat çalışabilmesi için dikkatini dağıtacak uyaranların olmadığı bir odasının olması, isinin ve aydınlanmanın yeterli olması ve odasında çalışması için gerekli araç-gerecinin olması ödevlerini yapmasını kolaylaştıracaktır.

2 Özellikle ilköğretimin ilk yıllarında çocukların ev ödevlerini yapma zamanını planlamada güçlükler ortaya çıkabilmektedir.

Küçük çocuklar genellikle oyuna veya tv. izlemeye daha fazla süre harcayarak ödev yapmayı aksatabilmektedirler. Bu nedenle ilk yıllarda anne babalar, ödevlerin yapılacağı zamanı birlikte planlamalı, çocuğun bu plana uymasını sağlamalıdır.

3 Çocuk yardım istediğinde ev ödevlerine yardımcı olmalıdırlar.

Bu yardım, çocuğun ödevini yapmaya değil, onu yönlendirmeye yönelik olmalıdır. Çocuklar ödevlerini yaparken zorlandıklarında veya ödevlerle ilgili çeşitli soruları olduğunda en yakınlarında bulunan yetişkinin yardımına ihtiyaç duyabilmektedirler. Anne babaların çocuklarının tüm sorularını cevaplaması mümkün olmayabilir. Bu durumda anne babaların çocukların sorularına ilgisiz kalmamaları, başvuru kaynaklarını göstererek uygun rehberlikte bulunmaları gerekmektedir. Anne babaların çocuklarının yerine ödevlerini yapmaları ise çocukların çalışma alışkanlığı kazanmalarını ve sorumluluk duygusunu geliştirmelerini engelleyecektir.

4 Anne babalar, çocuklarının ev ödevlerini kontrol etmelidirler. Ödevlerin okulda sunulmadan önce evde anne babalar tarafından kontrol edilmesi, çocuklara yaptıkları hataları düzeltme ve eksiklerini tamamlama firkati verecektir. Ayrıca çocuğun ödevini bitirince takdir edilmesi öz güven ve öz disiplinini geliştirici bir pekiştire olacaktır.

5 Anne babalar, çocukların ev ödevlerine olan yaklaşımlarını etkileyecek olumsuz tutumlar göstermemeye çalışmalıdırlar.

Anne babaların çocuklarının ödevlerine karşı aşırı ilgili veya ilgisiz, baskıcı ve arkadaşlarıyla kıyaslayıcı tutumlara çocuğun ödevlerden hoşlanmamasına ve ödevini yapamama kaygısı duymasına neden olabilir. Anne babaların çocuklarına ev ödevlerinde destek ve rehberlik veren tutumlar sergilemeleri gerekmektedir.

6 Ödev yaparken çocuğun dinlenmesini ve enerji toplamasını sağlamak amacıyla anne babalar çocuklarıyla birlikte gevşeme veya rahatlama egzersizleri yapmalıdırlar.

Rahatlatıcı bir müzik dinlemek, bir şeyler yiyip içmek ya da vücudunu hareket ettirmek yararlı olacaktır. Çocuğun ödevini yaparken sıkılmasını önlemek için kısa süreli aralar vermesi de sağlanmalıdır.

7 Öğretmenler, anne babalar için çocukları ve onların öğrenimleriyle ilgili her türlü konuda rehber kişi durumundadır.

Bu nedenle, anne babalar düzenli aralıklarla öğretmenle görüşerek, ev ödevleri hakkındaki tutum ve beklentilerini, çocuklarına ev ödevlerinde nasıl yardımcı olacaklarını da öğrenmelidirler.

D-REHBERLİK SERVİSİ NEDİR?

Rehberlik; bireyi tanımak, onu kendisine tanıtmak, problemlerini çözmesi, gerçekçi kararlar alması, ilgi ve yeteneklerini geliştirilmesi, çevresine sağlıklı ve dengeli bir uyum sağlaması ve böylece kendini gerçekleştirme için, ilgili kişilerce yürütülen hizmetlerdir.

Okulumuzda, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri, insan hak ve sorumlulukları ile ilgili demokratik ve insancıl bir anlayış temelinde oturtulmuştur. Bilimsel ilke ve yöntemlerle öğrenciyi bir bütün olarak her yönü ile tanımaya çalışıp, bireye yönelik hizmetler verilmektedir. Çalışmalarımızda başarılı sonuçlar almamızın nedeni, öğrenci ile ilgili tüm okul çalışanlarının aynı anlayış ve işbirliği içinde hareket etmeleridir.

Rehberlik çalışmalarımızda "**Öğrenci Odaklı**" bir anlayış benimsenmektedir. **Öğrenci sürekli değişmekte ve gelişmektedir.** Öğrencinin kendine özgü yeteneklerini ilgi ve ihtiyaçlarına göre, sosyal, duygusal ve akademik yönden geliştirebilmesi için aileler, öğretmenlerimiz ve öğrencilerimizle çalışmalar sürdürülmektedir. Rehberlik hizmetleri yoluyla öğrencinin kendi kişiliğini daha iyi tanıması, olumlu ve güçlü yönlerini görmesi ve geliştirmesi, yaşam boyu karşılaşılabilecek problemlere çözüm yolları bulma yetisi kazanması ve kendi kendine yeterli hale gelmesine olanak sağlanır.

Öğrencilerimizin normal gelişim süreci içerisinde karşılaşılabilecekleri güçlükleri sorun haline gelmeden çözümlenmelerine yardımcı olmayı amaçlayan ve bu doğrultuda çalışmalarını yürüten merkezimizin hedefleri:

Öğrencilerimizin; Kendilerini tanıyan, sağlıklı kararlar alabile, karşılaştığı sorunlara uygun çözüm yolları bulabilen, kendisi için uygun seçimler yaparak, gerçekçi kararlar alabilen, var olan tüm ilgi ve yeteneklerini en üst düzeyde kullanabilen, programlı çalışmanın önemini kavramış, hayata olumlu bakabilen, hoşgörü ve saygıyı ön planda tutan, insanlarla etkili iletişim kurabilen, insan ilişkilerine değer veren, her bireyin değerli olduğuna inanarak, bireysel farklara önem veren, onların duygularını anlamaya çalışan; mutlu, sağlıklı ve üretken bireyler olarak topluma kazandırılmasına yardımcı olmaktır.

Bu amaçlar doğrultusunda Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi çalışmalarını eğitsel, kişisel ve mesleki alanda yürütür. Bu çalışmalar öğrenciyi tanıma, izleme, destekleme ve yönlendirme şeklinde yapılmaktadır.

Sizlere yardım için her an hazır olduğumuzu unutmayınız.