



**ÖZEL 3 MART AZİZOĞLU ORTAOKULU  
REHBERLİK SERVİSİ**

**ÇOCUĞUNUZ SINAVA HAZIRLANIYOR!...**

*VELİ BÜLTENİ*

**2016, KASIM**

**(7. SINIF)**

## ÇOCUĞUNUZ SINAVA HAZIRLANIYOR!...

Çocuğunuz sınava hazırlanıyor ve siz onu destekliyorsunuz. Öncelikle çocuklarınızı desteklemek ve onları hayata hazırlamak göreviniz. Onların başarısı sizlere de gurur veriyor.



Bu konuda pek çok şey yaparken belki de unuttuğumuz bazı noktalar kalıyordur!

- Kendi isteklerinizin, beklentilerinizin onlar için aşırı bir yük olabileceğini düşünüyor musunuz?
- Onlara yardım etmekle, onları kontrol etmek arasındaki farkı biliyor musunuz?
- Anne baba olarak beklentilerinizde haklı olabilirsiniz, fakat çocuğunuzun beklentilerini öğrenmek ve bunları dikkate almak gerekmez mi?
- Kapasitesinin üzerinde ve onların ilgilerinden farklı beklentilerinizin çocuklarınızı aşırı zorlayacağını ve mutsuz edebileceğini biliyor musunuz?

“Başarımıza verilen değer bize özgüven değil “ya başaramazsam?” diyen bir kuşku kazandırır”.

Onun için çocuğunuza sadece başarıları için değil, kendisi için değer verdiğinizi belirtmelisiniz.

Unutmayalım ki; hayattaki sınavlar, sadece fen lisesine ya da üniversiteye girmek için verilmez.

Bütün hayat bir sınavdır ve hepsini kişiliğimizin değerleriyle vermemiz asıl olmalıdır. Çocuklarımıza destek olabilmek için onları gerçekten tanımanın çok önemi vardır. Çocuklarımızı tanımanın yolu, onlarla iletişimimizi arttırmak, onları dinlemek ve onlara değer vermekten geçer.

Çocuklarımızın duygularını ve düşüncelerini paylaşmalı, kendi duygu ve düşüncelerinizi de onlara aktarmalısınız. Çocuklarınızı dinleyin, anlayın ve hayatı onlarla paylaşın.

Birini yeterince tanımak oldukça karmaşıktır ama ödülü de “birbirinizi anlamak ve sevmek” olarak çok değerlidir.

Bütün bunlar bize sınava sadece çocukların değil anne-babaların da girdiğini göstermektedir. Anne-babalar da; en az çocuklar kadar, bazen onlardan da fazla kaygılı olabilmekteler.

Hiç kuşkusuz bu sınavlar önemli. Ancak daha da önemli olan, çocuklarımızın kendisidir.

Çocuklara “doğru ve onların başarısını arttırabilecek şekilde” destek verebilmeniz için bazı öneriler:

- Çocuklarınızın okul, sınav, başarı ve devam durumunu takip edin.
- Çocuklarınızın evde verimli ders çalışabilmesi için uygun bir ortam hazırlayın.
- Çocuklarınızın evde ders çalıştığı saatlerde mutlaka ona yardımcı olun.
- Öğrencilerinizin arkadaş gurubunu ve onlarla olan ilişkilerini kontrol edin.
- Cep telefonu, bilgisayar ve televizyon konusunda sınırlayıcı olun.
- Çocuklarınızla diyalogunuzda sert, kırıcı ve eleştirici olmamaya özen gösterin.





- Sınava hazırlanan her çocuk sınav kaygısını az veya çok yaşar. Onu rahatlatacak konuşmalar yapılması, neşeli ortamlar oluşturulması motivasyonunu artırır.
- Kaygı, çocuğun yakın çevresindeki insanların kaygılı olması ve beklenti düzeyinin yüksek olmasıyla artar. Bu nedenle sınava karşı gerçekçi yaklaşın ve kaygılarınızı çocuğa yansıtmayın.
- Güven verici, rahatlatıcı, motive edici sözler kullanın.
- Çocuğunuzu başkalarıyla kıyaslamayın. Her çocuk kendi kapasitesine ve yeteneklerine göre değerlendirilmelidir.
- Sürekli “ders çalış”, “hadi odana git” demeyin. Bu onun inatlaşmasına ve ders çalışmamasına neden olacaktır.
- Evdeki huzursuzluklar, tartışmalar çocuğunuzu da etkiler ve başarısızlığına sebep olabilir.
- Çocuğunuzun başarısı düştüğü zaman hemen yargılamayın önce nedenlerini öğrenin ve çözüm bulmasında yol gösterici olun.
- Önemli olan onun seviliş sayıldığı bir ortamda olduğunu hissetmesidir. Bunu sözlü olarak ifade edin.
- Sonuçlar ne olursa olsun yanlarında olduğunuzu ve onlara değer verdiğinizi göstermelisiniz.
- Sınavların asla bir dönüm nokrası olmadığına, yaşantıdaki amaçlara ulaşmayı kolaylaştıracak bir araç olduğuna ilk önce siz inanmalısınız.
- Daha sonra bu fikri çocuklara benimsetmeli ve bu fırsatı iyi kullanabilmeleri için doğru biçimde destek olmalısınız.

## BAŞARI

Günlük yaşamımızda ne sık kullanırız başarı sözcüğünü; Başarılı öğrenci, başarılı iş adamı, başarılı...



Başarı, her birey için doğası gereği mutlu olabilme, hazzla ulaşma yollarından biridir.

Bir başka deyişle; “Başarı, gidilecek bir yerden ziyade bir yolculuktur.”

Önemli olan siz anne-babaların, çocuğunuza hayatı boyunca karşılaşılabileceği sınavlar için gerekli ilgi, bilgi ve becerileri kazandırmanın yanı sıra; mücadeleden yılmayan, özgüvenli, gelişime açık tutumları da kazanabilmesine yardımcı olmanızdır. Sınav hayatındaki basamaklardan yalnızca biridir, kesinlikle bir kişilik testi olarak algılanmamalıdır. Başarı beklenen her alanda olduğu gibi, sınavlarda da bir anda istenilen noktaya varılması tesadüftür. Anne-baba olarak unutulmaması gereken nokta; sürekli olan başarıların, tesadüf olmadığıdır.

**DEĞİŞTİREMEYECEĞİNİZ BİR GEÇMİŞ GERİDE DURURKEN,  
ŞEKİLLENDİRİP SAHİP OLABİLECEĞİMİZ BİR GELECEK BİZİ  
BEKLİYOR.**

*Gelin başlangıç olarak bugünü seçelim. Okul-veli işbirliği ile  
çocuklarımız için elele verelim .*



**Bilgen BEZEN**  
**Rehber Öğretmen**