

REHBERLİK

bülteni

Sevgili Velim,

Çocuğunuz bir yaş daha büyüdü ve artık ortaokul öğrencimiz oldu.

Biraz düşünelim bir yaş daha büyümek ne demek?

Çocuğunuz fiziksel, bilişsel ve duygusal anlamda pek çok değişikliğin olduğu bir döneme giriyor. Geçiş süreci dediğimiz bu dönemdeki değişiklikler ve yenilikler çocuğunuzun birçok duyguyu aynı anda yaşamasına sebep oluyor. Evet evet doğru anladınız ergenlik dönemi kapımızı tıklatmaya başladı bile.

-Ben artık çocuk değilim , bana karışmayın!

Pekiii ergenlik dönemi ne demek?

Ergenlik "Bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçerken bireyselleşmesini ve toplumsallaşmasını sağlayan "Ruhsal, Fiziksel ve Sosyal Olgunlaşma Dönemi" demektir.

Oysa ergenlik dönemini bir cümleyle anlatmak mümkün değil. Ergenlikte oluşan ruhsal, fiziksel ve sosyal değişimleri bir arada düşünürsek biz ebeveynleri uzun ve zorlu bir süreç bekliyor diyebiliriz.

-Yalnız kalmak istiyorum , kimse beni anlamıyor!

Ya ortaokul öğrencisi olmak ne demek?

Ortaokul öğrencisi olmak... Akademik anlamda ondan beklentilerin artması, daha fazla sayıda ders, farklı farklı öğretmenler, sorumluluklar, arkadaşlık ilişkileri, değişen fiziksel gelişim, duygusal gergitler.. Hepsi bir arada!

-Hiçbir isteğim olmuyor, hiçbir şeye izin vermiyorsun !

Tanıdık geliyor mu ?

- Sen zaten hiçbir şeyi beceremezsin.
- Çocuk gibi davranıyorsun, büyüdün artık.
- Bizim dönemimizde ergenlik mi vardı?
- Biz arkadaş gibiyiz, onun her istediğini yaparız.
- Oğlum aslandı aslan o ne yapıyorsa doğrudur.



Bu durum sizinle olan ilişkinizi nasıl etkileyecek?

Siz bu sürece ne kadar hazırlıklı olursanız onun da uyum sağlaması o kadar kolay olacaktır. Bu süreçte sabırlı ve destekleyici olmak gerekir. Herhangi bir sınavda yaşanan başarısızlık nedeniyle çocuğunuzu suçlamanız ya da yaşanan başarısızlığa odaklanmanız akademik anlamdaki özgüvenine zarar verir. Sınavlara aşırı anlamlar yükleyip aşırı kaygılanmasına ya da "Ne yapsam olmuyor" hissine kapılarak çabalamaktan vazgeçmesine neden olur. Çocuğunuz sahip olduğu potansiyel doğrultusunda bir akademik başarı gösteremiyorsa bunun nedenlerinin neler olabileceğini konuşmak ve başarabilmesi için nasıl destek olabileceğinizi sormak daha yararlı olacaktır.

Ergenlikle beraber arkadaşları daha önemli hale gelmeye başlayacaktır. Bu durum anne baba olarak size kendinizi kötü hissettirmesin. Sizi hala çok seviyor ama bu gelişiminin bir parçası; kendi ayakları üzerinde durabilen bir yetişkin olabilmek için sizin gölgenizden çıkmaya hatta zaman zaman sizinle çatışmaya ihtiyacı var. Sizin sabırlı tutumunuz ve doğru yönlendirmeleriniz bu dönemi sağlıklı bir şekilde geçirmesini sağlayacaktır.

Onun duygusal iniş çıkışları karşısında sizin sağlam durmanız gerekir. Sizin kurallarınıza ve sınır koymanıza bu dönemde de ihtiyacı vardır ancak belli sınırlar içinde kendisi de inisiyatif kullanabilmelidir. Seçeneklere siz karar verin ama bırakın da seçme hakkı onun olsun. Ders çalışma saatleri, teknoloji kullanım süresi gibi konularda anlaşmalarınız olsun. Davranışlarının sonuçları ile yüzleşmesine izin vermezseniz sorumluluk gelişimine en büyük zararı siz verirsiniz. Arkadaşları ve arkadaşlarının aileleri hakkında bilgi sahibi olmaya ortaokul döneminde de kesinlikle devam etmelisiniz. Ergenlik dönemi, kişinin risk almaya en yatkın olduğu dönemlerden biridir ve arkadaşlarının da onun üzerinde etkisi büyüktür.

Tanıdık geliyor mu ?

- O kaç almış, seni geçmiş mi ?
- Şu an işim var, başka zaman konuşuruz.
- Artık internet ve dışarı çıkmak yok, evde oturup ders çalışacaksın!
- Aman dur koşma terleme.
- Çantasını bile ben taşıyım benim çocuğum çok önemli.





Peki Biz Neler Yapmalıyız?

- Yargılamadan, eleştirmeden, sorgulamadan onları dinleyin. Anlaşılmanın onlar için çok önemli olduğunu unutmayın.
- Başkalarının yanında eleştirmeyin, düzeltilmesi gereken davranışı olduğunu düşünüyorsanız bunu başbaşayken konuşun.
- Sorunlarını küçümsemeyin, ufak tefek sorunların onlar için önemli olduğunu unutmayın.
- Çocuklarınıza sorumluluk verin. Fikrini sorun. Bağımsızlaşmasına izin verin.
- Yaşına ve ihtiyacına uygun kurallar koyun.
- Net olun, mümkün olduğunca tutarlı davranın.
- Başarılarını kutlayın. Kıyas yapmak sadece çocuğun kaygısının artmasına sebep olur.
- Gözlemleyin, izleyin, fark edin.

Ve en önemlisi de sevginizi göstermeyi ihmal etmeyin.

Ortaokul dönemi boyunca rehberlik servisi olarak hem sosyal-duygusal hem de akademik birçok konuda sizlerin yanınızdayız.

İSKOÇLAR DER Kİ ;
ÇOCUKLAR DUDAKLARINIZI DEĞİL,
AYAKLARINIZI İZLERLER.

REHBER ÖĞRETMEN
YELİZ TIKIROĞLU
TASARIM
MUSA ÇAM
EDİTÖR
RAMAZAN SİPAHİ

