

## ANNE- BABALARA ÖZEL NOT: SINAVLARA HAZIRLANAN ÖĞRENCİ VELİSİ OLMAK

### **OLUMLUYU GÖRME;**

Öğrenci motivasyonunu arttırmak isteyen aileler, öğrencisinin yapamadıklarını değil, yapabildiklerinin üzerinde durmalıdır ki, takdir edildiğini ve desteklendiğini gören öğrencisi bu davranıőı daha sık gösterebilir. Örneğin; hafta içinde bir kez oturup ders çalıőan ocuğıa “oturup ders bile çalıőmıyorsun, ne zaman otursan bir bahaneyle kalkıyorsun, bakalım sınavda ne yapacaksın?” gibi bir ifade kullanmak yerine “geçen gün kendi baőına oturup ders alıőabilmen çok hoőuma gitti, senin ile gurur duyduk. Belki ilk baőta biraz zorlanırsın ama hiç moralini bozma, bununda üstesinden gelebilirsin” Őeklinde bir ifade kullanmak, gencin kendi baőına çalıőma davranıőını sıklaőtıracaktır.

### **SONUCA BAĞLI OLARAK YERMEME;**

Sınavla ilgili olarak, gencin değerini sınavdaki baőarıyla eő tutmak, sonuçlarla ilgili olarak korkutmak, tehdit etmek, “sen hele bir kazanama o zaman görüőürüz” ya da kazanamazsan arkadaşlarının yüzüne nasıl bakarsın, aile dostlarımızın hepsine rezil oluruz” gibi ifadeler gencin motivasyonunu değil kaygısını arttırır. Genç ailesinin ve baőkalarının gözünde kendisinin değil, sınavdaki baőarisının olduğunu düşünür ve sınava gerçek dıőı bir anlam yükler. Kaygı, öğrenmenin ve öğrendiğini kullanmanın önündeki en önemli engeldir. Kaygısı artan, sınava olduğundan farklı anlamlar veren öğrenciler için her sınav bir krizdir. ocuklarımıza, mutlaka kazanılması gereken bir sınavın sonuçlarını yorumlarken de “bak kaç tane yanlıőın var, bu yanlıőlarla sınavı nasıl kazanacağını merak ediyorum” veya “bak yine yanlıő yapmıőın, nasıl kapanacak bu açıklar?” demek yerine; “doğru cevapların geçen sınava göre artmıő, demek ki bir önceki sınavdaki açıklarını kapatmaya baőlamıőın” Őeklinde bir ifade kullanmak gencin motivasyonunu arttıracak, derslere daha sıkı sarılmasını sağlayacaktır.

### **BEKLENTİ DÜZEYİNİ YÜKSEK TUTMAMA;**

Her zaman anne-babalar genci tehdit etmeyebilir, bazen de genci olumlu etkilemek düşünceyle “ben sana güveniyorum, sen en iyi bölümlere layıksın, senin kazanmaman gibi bir ihtimal düşünemiyorum bile” gibi ifadeler kullanırlar, bu da gence taşıyabileceğinden fazla yük yükler. Kendisinden ne kadar büyük beklentiler olduğunu gören genç gerçekçi olmayan hedefler belirler ve bu hedefe ulaőmak için tüm gücüyle çalıőır. Ancak bir süre sonra taşıyamayacağı kadar ağır olan bu

yükün altında ezilmeye başlar. Yükün ağırlığını hissettikçe öğrenmesi ve öğrendiklerini kullanmasını zorlaştırır, çok çalışmasına rağmen beklediği karşılığı alamaz. Gencin bunları yaşamaması için, aile gençten verebileceğinden fazlasını beklememelidir.

### **SINAV HAYATTA HERŞEY DEĞİL;**

Hiç kuşkusuz, gençlerinin bu önemli dönemlerinde onlara en iyi şekilde destek olmak her anne-babanın isteğidir. Ancak önemli olan gencin “doğru ve onun başarısını arttırabilecek şekilde” destek vermektir. Bunun içinde sınavın asla dönüm noktası olmadığını ama yaşamdaki amaçlara ulaşmayı kolaylaştıracak bir fırsat olduğunu vurgulamalı ve onlara sınavdan alacakları sonuca değil, kendilerine değer verdiğimiz mesajını iletebilmeliyiz. Onlara içtenlikle “sen benim için her şeyden önemli ve değerlisin. Hayatındaki bu önemli dönemde, sana istediğin desteği vermeye hazırım. Senin kendi üzerine düşeni en iyi şekilde yapacağını biliyorum, ben de üzerime düşenleri yapmaya hazırım” diyebilmeliyiz.

### **İLİŞKİLERİ UZUN VADELİ DÜŞÜNME;**

Öğrenci olan çocuğunuzla ilişkiniz sadece sınav ve ders düzeyinde kalmamalı, onu bir insan olarak da değerlendirmeli ve yaklaşımlarınızı ona göre şekillendirmelisiniz. Sosyal aktiviteleri birlikte yapmalısınız. Anne-babalar çocukları ile nitelikli birliktelikleri önceden planlamalı kendiliğinden gelişmemelidir. Çocuğunuz kendini özel hissetmelidir.

**ÇOCUĞUNUZUN BÜYÜDÜĞÜNÜ NEREDEN ANLARSINIZ? SİZE SORU SORMAYI KESERLER VE TABİİ NEREYE GİTTİKLERİNİ SÖYLEMEYİ DE.**

**P.J.OROURKE**

**ÖZEL BAŞAK ORTAOKULU  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ**