



OKULA UYUM



Veli Bülteni

Sevgili Velilerimiz,
Çocuğunuz için yeni bir dönem başladı. Ortaokuldan liseye geçiş, yalnızca okul değişikliği değildir; aynı zamanda yeni dersler, yeni öğretmenler, yeni arkadaşlıklar ve farklı bir ortam anlamına gelir. Bu değişim, öğrencilerimizde heyecan, merak ve kimi zaman da kaygı uyandırabilir. İşte bu noktada en önemli görev, çocuğunuzun yanında olan siz değerli velilere düşmektedir.



9. SINIFTA OKULA UYUM SÜRECİ



- **Akademik Uyum:** Öğrenciler daha yoğun bir ders programı ile karşılaşır. Sınavlar, ödevler ve sorumluluklar artar.
- **Sosyal Uyum:** Yeni arkadaş çevresi edinmek, grup içi ilişkiler kurmak ve kendine ait bir yer bulmak onlar için önemlidir.
- **Duygusal Uyum:** Ergenliğin getirdiği iniş çıkışlarla birlikte bazen öfke, kaygı, kararsızlık ya da özgüven sorunları yaşanabilir.

DİKKAT !



- Her öğrencinin uyum süreci farklıdır. Bazıları kısa sürede adapte olurken bazıları biraz daha fazla desteğe ihtiyaç duyabilir.





OKULA UYUM



Veli Bülteni

VELİLERİN ÇOCUKLARINA YAKLAŞIMI NASIL OLMALI?

- Dinleyen ve anlayan ebeveyn olun
- Çocuğunuzun yaşadığı duyguları küçümsemeyin.
- “Büyütüyorsun” demek yerine “Seni anlıyorum” demek çok daha yapıcıdır.
- Güven veren bir iletişim kurun
- Çocuğunuz, sorunlarını size rahatça anlatabileceğini hissetmeli.
- Yargılayıcı değil, çözüm odaklı yaklaşım sergileyin.



- Bağımsızlığına saygı gösterin
- Lise yılları, kimlik gelişimi için çok kritiktir. Çocuğunuza sorumluluk verirken onu yönlendirin, ama hayatını tamamen kontrol etmeyin.
- Olumlu pekiştirme yapın
- Küçük başarılarını fark edin ve takdir edin.
- Sadece sonuçlara değil, gösterdiği çabaya da değer verin.

VELİLER BU SÜREÇTE ÇOCUKLARINI NASIL DESTEKLEYEBİLİR?

- **Akademik Destek**

Evde ders çalışma ortamını düzenleyin.

Çalışma saatlerini planlamasına yardımcı olun ama yerine ödev yapmayın.

Notlarını sadece sonuç olarak değil, gelişim süreci olarak değerlendirin.





OKULA UYUM



Veli Bülteni

VELİLER BU SÜREÇTE ÇOCUKLARINI NASIL DESTEKLEYEBİLİR?



- **Duygusal Destek**

Ergenlik döneminde dalgalı duygular olağan bir süreçtir. Sabırlı olun. Çocuğunuzun hata yapabileceğini kabul edin. Hataları öğrenmenin bir parçası olarak görmesini sağlayın.

Onun kendini değerli hissetmesine katkı sağlayın.

- **Sosyal Destek**

Arkadaşlık ilişkilerini takip edin, ama seçimine tamamen müdahale etmeyin.

Gerekli gördüğünüzde rehber öğretmenden destek alın.

Çocuğunuzun okul dışındaki sosyal faaliyetlere (spor, sanat, kulüp çalışmaları) katılımını teşvik edin.

- **Aile İçi İletişim**

Evde sağlıklı iletişim ortamı kurun. Birlikte vakit geçirmeye özen gösterin. Akşam yemeklerinde ya da günün belli saatlerinde çocuğunuzla sohbet edin.

Aile içinde güvenli, sevgi dolu bir atmosfer, okul uyumunu kolaylaştırır.

SON SÖZ



Her çocuk, kendi yolunu bulmaya çalışan bir fenerdir. Onların ışığını daha parlak kılacak olan; ailelerinin sevgisi, öğretmenlerinin desteğidir. Birlikte olduğumuzda, öğrencilerimizin ışığı geleceğe umutla yol gösterecektir.

Unutmayalım ki bu yolculuk sadece akademik başarıdan ibaret değildir; aynı zamanda güçlü bir kimlik oluşturma ve hayata hazırlanma sürecidir. Çocuğunuzun yanında olduğunuzu hissettirmek, ona güven vermek ve gerektiğinde elinden tutmak, atacağı her adımı daha sağlam kılacaktır.



Okul Psikolojik
Danışmanı
Aleyna GÜVENLER