



**Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü**

**Veli**

**Bilgilendirme Rehberi**

**Ankara 2015**

**Veli**

**Bilgilendirme Rehberi**

## **Değerli veliler,**

Sınavlara hazırlanan öğrencilerin desteklenmesi kadar, eğitimcilerin ve ailelerin güçlendirilmesi de büyük önem taşımaktadır. Sınavlarda öğrenci başarısının artırılmasına yönelik rehberlik hizmetleri kapsamında Bakanlığımız tarafından öğrenci, öğretmen ve velilerle çok sayıda çalışma gerçekleştirilmektedir.



Bildiği üzere sınavlarda başarıyı sağlayan birden fazla faktör bulunmaktadır. Öğrencinin sınavlara akademik olarak hazır olması kadar psikolojik olarak da kendisini sınava hazır hissetmesi başarılı olması için önemli bir koşuldur. Okul Rehberlik Servislerine gelen çok sayıda öğrenci sınavlara çalışmalarına rağmen sınav öncesinde ve esnasındaki kaygılarından dolayı başarılı bir sonuç alamadıklarını ifade ederek yardım istemektedir. Sınav sistemi, sınav kaygısı ve verimli ders çalışma yöntemleri konularında hazırlanmış bu kılavuz, hayatta karşılarına çıkacak sınavlarda başarı sağlayarak sağlıklı birer birey olmalarını arzu ettiğimiz çocuklarınıza nasıl yardım edebileceğinize dair önemli bir kaynaktır.

Değerli ailelerimizden gelecek katkı ve önerilerle daha da zenginleşeceğini düşündüğüm bu kılavuzun hazırlanmasında emeği geçenlere teşekkür ediyorum, yararlı olmasını diliyorum.

**Nabi AVCI**

**Milli Eğitim Bakanı**

## ÇOCUKLARIMIZLA İLİŞKİLERİMİZ

Çocuklarımızın ilk öğrenme yaşantıları bilindiği gibi ailede gerçekleşir. Dolayısı ile çocuk-aile ilişkisinin çocuğun gelişiminde öncelikli bir önemi vardır.

Biz anne babaların, çocuklarımızla kurduğumuz ilişkiler, onların gelişimlerini (duygusal, sosyal, bilişsel gelişim alanlarında) olumlu ya da olumsuz yönde etkiler.

Çocuklarımız ile kuracağımız olumlu ilişkiler, onların özgüveni, sorumluluk sahibi, kendi kendine yeten, başarılı bireyler olmalarını sağlar.

### **Anne- baba çocuk ilişkisini geliştirmek için;**

- ▶ Çocuklarımızı anlamaya ve dinlemeye çalışalım.
- ▶ Çocuklarımıza sevgimizi belli edelim.
- ▶ Çocuklarımızı başka çocuklar ile kıyaslamayalım.
- ▶ Çocuklarımıza yönelik davranışlarımızda tutarlı olalım.
- ▶ Çocuklarımızla onların mutlu olacağı, kendilerini ifade edebilecekleri, gelişimlerine katkı sunabileceğimiz zamanlar ayıralım.
- ▶ Çocuklarımızla işbirliğine gidelim.
- ▶ Çocuklarımızın duygularını ifade etmelerine olanak sağlayalım.

Çocuklarımızın fizyolojik (yeme, içme, nefes alma vb.) güvenlik (barınma, korunma vb.) ait olma ve sevgi (sosyal ihtiyaçlar, arkadaşlık, aile) değer ihtiyaçları (saygı, güven, başarı vb.) kendini gerçekleştirme (problem çözme becerileri, özgür olma vb.) gibi ihtiyaçları vardır.



Çocuklarımızın ihtiyaçlarının farkında olarak, içinde buldukları gelişim dönemi doğrultusunda ihtiyaçlarını karşılamak, olumlu ebeveyn davranışları sergilemek, onların hayatta birçok alanda başarılı olmalarını sağlar.

- ▶ Çocuğumuzun kendisine ait hakları, kişilik özellikleri, davranışları olduğunu unutmayalım.
- ▶ Her çocuk farklı özelliklere sahiptir. Onları birbiri ile kıyaslamayalım.
- ▶ Çocuklarımızın yaşamına ortak olarak onlarla iyi ilişkiler kuralım.
- ▶ İlgi duydukları alanlarda destekleyelim, becerilerini geliştirmelerine fırsatlar sunalım.

## ÇOCUKLARIMIZI TANIYALIM

Çocuklarımızın doğumdan itibaren bireysel özelliklerini bilir ve takip ederiz. Büyüme / gelişme sürecinde, eğitim hayatında, sosyalleşmesinde, vb. farklı yaşam alanlarında da iyi tanıyarak, gerektiğinde yönlendirmeler yapmalıyız.

Çocuğumuzun sosyal paylaşım ağlarını kullanımı, onun günlük yaşam etkinliklerini yerine getirmesine engel oluyorsa, çocuğumuzla bu durumun olumsuzlukları hakkında konuşalım, eğer çözüme ulaşamıyorsak bir uzmandan destek almalıyız.

Çocuklarımızı tanıdığımız ölçüde onlara destek olabiliriz.

### OKUL HAYATI

Çocuğumuzun dersine giren öğretmenleri ile akademik başarısını ve gelişimini belli aralıklarla değerlendirelim. Başarısını bir önceki durumu ile kıyaslayalım.

### SOSYAL PAYLAŞIM AĞLARI

Hangi sosyal paylaşım ağlarını kullandığını, kimlerle nasıl bir iletişim içinde olduğunu, zamanını ne kadarını sosyal paylaşım ağlarında geçirdiğini, bunun hayatına etkilerini değerlendirelim.

### SOSYAL ETKİNLİKLER

Katılmak istedikleri ve katıldıkları sosyal etkinlikleri değerlendirelim. Bu değerlendirmeler çocuklarımızın ilgileri, yetenekleri, becerileri, vb. hakkında bize ipuçları sağlar.

### ARKADAŞ İLİŞKİLERİ

Kimlerle arkadaş olduklarını, onlarla neler yaptıklarını, nerelere gittiklerini bilelim. Arkadaşlarının ailelerini tanıyalım, mümkünse birlikte vakit geçirelim.

## ANNE BABA TUTUMLARI

Çocuklarımıza yönelik tutumlarımızı 4 temel başlıkta toplayabiliriz;

**1.Baskıcı ve Otoriter Tutum:** Anne-babaların çocuk üzerinde güç kullanması, isteklerini çocuklarına zorla yaptırmasıdır.

Güven duymamak, en bilinen konularda bile akıl vermek, bağırarak, tehdit etmek, uzun süre küsmek, ceza vermek, maddi ödüller aracılığıyla iş yaptırmak baskıcı ve otoriter tutum yöntemleridir.



İsteklerimizi yaptıramadığımızda, çocuğumuzla güç savaşına girerek otoriter davranmış oluruz. Böyle bir yaklaşıma yöneldiğimizde tutumumuzu gözden geçirmeliyiz. Çocuğumuzun kişiliğine saygı duymalı, atacağımız olumlu adımlarla eleştirilerimizi daha yapıcı hale getirmeliyiz.

**2. Aşırı Koruyucu Tutum:** Çocuğun gereğinden fazla korunması, sürekli kontrol edilmesidir.

Çocuk gerçekte kendi gereksinimlerini karşılayabilecek olmasına rağmen bütün ihtiyaçlarının anne-babası tarafından karşılanmasıdır. Aşırı koruyucu tavırlar çocuğa “güçsüz olduğu” mesajını verir.



Çocuklarımızı koruduğumuz kadar gerektiğinde onların gelişmeleri, büyümeleri, ilerlemeleri için fırsatlar sunmalıyız.

**3.İlgisiz ve Kayıtsız Tutum:** Çocuğa ihtiyacı olan konularda destek vermeyen, ihmal eden aile tutumudur. Aile çocuğa kural koymaz, sınırları belirtmez.

Çocuğuna zaman ayıramadığını söyleyerek ilgisiz ve vurdumduymaz davranır.

**4.Demokratik tutum:** Kurallar aile içinde, aile bireylerinin fikirleri alınarak oluşturulur, gerekçeleri belirtilir ve tutarlı bir şekilde hayata geçirilir.



Sonuçta çocuklarımız kendine güvenen, kendisi ile barışık, işbirliğine yatkın, haklarını koruyabilen, sorumluluk sahibi, sosyal becerileri güçlü, yaşamdan keyif alan, mutlu bireyler olarak yetişirler.

Anne-babalar olarak, çocuklarımızın ihtiyaçlarını göz önüne alan, duygu ve

düşüncelerine önem veren demokratik anne-baba tutumuna sahip olmak isteriz. Ancak her davranışımızda tek bir tutuma uygun davranamayabiliriz. Bazen çocuğumuz için kaygılanarak aşırı koruyucu, bazen de çocuğumuzun ihtiyaçlarını tam olarak anlayamayıp ilgisiz bir tutum sergileyebiliriz.

## **ÇOCUKLARIMIZIN GELECEKLERİNE İLİŞKİN PLANLARIMIZ**

Hamilelik sürecinden itibaren çocuklarımızın nasıl bir eğitim alacakları konusunda hayaller kurmaya, planlar yapmaya başlarız.

Henüz doğmamış ya da daha okula dahi başlamamış çocuğumuz için pek çok hayal kurarız. Kurulan bu hayallerin ne kadar gerçekçi/gerçekleşebilir olduğunu zaman gösterecektir.

Çocuklarımızla ilgili gelecek planlarımızda, okul dönemindeki zorlukları, çocuk olmanın getirdiği zorlukları göz önünde bulundurarak, onlarla birlikte yapmalıyız.

- ▶ Çocuğumuzun iyi para kazanacağı bir işi olsun.
- ▶ Çocuğumuz bize baksın.
- ▶ Çocuğumuz doktor olsun.
- ▶ İngilizcenin yanı sıra Almanca da öğrensın.
- ▶ Çocuğumuz mühendis olsun.
- ▶ Yurt dışında yüksek lisans yapsın.

Çocuklarımız için oluşturmaya çalıştığımız planlar süreç içinde değişebilir, gelişebilir. Bu durumun böyle olması da oldukça normaldir.

İnsan, zaman içinde gelişir, olgunlaşır ve değişir.

## **ANNE BABALARIN BEKLENTİLERİ**

Biz anne ve babalar, çocuklarımıza daha iyi eğitim koşulları sunabilmek için birçok fedakârlıkta bulunuyor ve çaba harcıyoruz. Fedakârlıklarımız arttıkça da çocuklarımızdan beklentilerimiz artıyor bununla birlikte de çocuklarımızın sorumlulukları katlanıyor.

Beklenti düzeyimizi; düşük, gerçekçi ve yüksek olarak gruplandırabiliriz.

Anne babalar olarak, çocuklarımıza yönelik beklentilerimizin düşük olması, çocuklarımıza onlara güvenmediğimiz, başarılı olamayacakları, yetersiz oldukları mesajını verir. Çocuklarımızın ders çalışmaya yönelik motivasyonları ve okula karşı ilgileri azalır, dolayısıyla okul başarıları da düşer.

Çocuklarımıza yönelik beklentilerimizin yüksek olması iletişimimizi olumsuz etkiler. Çocuklarımızın mükemmel olmasını beklememiz, akranları ile kıyaslamamız, hata yaptığında yargılamamız, ders başarısını artırması için sürekli “ders çalışmasına” vurgu yapmamız, kendisini baskı altında, değersiz, başarısız, kendine güvensiz hissetmesine neden olabilir.

Çocuklarımıza yönelik beklentilerimizin düşük ve yüksek düzeyde olması anne-baba-çocuk ilişkisinin yara almasına sebep olabilir.

### Sınav

#### Ne Değildir?

- Sınav anne-babaların ya da çocuklarımızın değerini ölçmez.
- Geleceğimizin tek belirleyicisi değildir.
- Çocuğumuzun başarı / başarısızlığı anne ve babaların başarı / başarısızlığı demek değildir.
- Sınavda başarılı olmak, mutlu olmamızın tek yolu değildir.

### Sınav

#### Nedir?

- Çocuklarımızın öğrenme yaşantılarını değerlendiren ve çocuklarımızın bir üst eğitim kurumuna yerleşmesini sağlayan bir araçtır.

## ANNE VE BABALARIN SINAVLARA YÜKLEDİKLERİ ANLAMLAR

Çocuklarımızın eğitim yaşantısı ve sınavlara ilişkin, olumlu ve olumsuz pek çok düşüncemiz vardır.

- ▶ Benim sunabileceğim olanaklar sınırlı, kendini mutlaka kurtarması gerekiyor,
- ▶ Ben fabrikatör değilim”, “Ona bırakabileceğim evim, arabam yok ne yaparsa kendisi yapacak”
- ▶ Benim yapmak isteyip de yapamadıklarımı çocuğum yapmalı, “Ben doktor olamadım çocuğum olmalı”, “Ben okuyamadım, çocuğum okumalı”.
- ▶ Arkadaşlarımızın, akrabalarımızın, komşularımızın çocukları istedikleri okulları kazandılar, benim çocuğum da kazanmalı, “Diğerlerinden ne eksiki var”
- ▶ Geleceği sınavda başarılı olmasına bağlı, "Bu sınavda başarılı olursa hayatı kurtulacak”, “Bizim yaşadıklarımızı yaşamasını istemiyoruz”, “Sınavda başarılı olursa mutlu bir geleceğe sahip olur”



- ▶ Çocuğumun benim hayallerimi değil de kendi hayallerini gerçekleştirmesini isterim
- ▶ Bizim zamanımızda imkânlar azdı, şimdi imkanlar çok fazla, “Başarısız olması kabul edilemez”
- ▶ Bütün imkânlarımızı çocuğumuzun başarılı olması için kullandık, “Saçımızı süpürge ettik”, “Varımızı yoğumuzu harcadık”
- ▶ Çocuğumun başarısı benim başarım demektir, “Başarısız olursa bunu nasıl açıklarız”, “El alem ne der?”
- ▶ Çocuğumun mutlu ve başarılı olacağı bir mesleği olmasını isterim.

Çocuğumuzun sınavdan düşük puan alması, dünyanın sonu değildir. İlgili yetenek ve becerileri doğrultusunda, okulun ilgili öğretmenlerinden de (rehber öğretmen, sınıf ve branş öğretmenleri) destek alarak doğru yönlendirmeler yapabilirsiniz.

- Sınava giren bizler değil çocuklarımızdır...
- Her çocuk aynı düzeyde sınav kaygısı yaşamaz...
- Çocuklar farklı durumlara, farklı kaygı tepkileri verirler...

## **ANNE & BABALARIN SINAV KAYGISI**

Sınav kaygısı, bireyin sınavlarda duygusal ve fiziksel olarak yaşadığı yoğun gerginlik halidir. Öğrenciler farklı düzeylerde sınav kaygısı yaşarlar ve veliler de bu kaygıya ortak olurlar.

- ▶ Anne babaların, çocukların sınav sürecinde tamamen ilgisiz olmaları; çocuklarını ders çalışmaya yönlendirmeleri konusunda yetersiz kalmalarına ve gereken desteği sunamamalarına neden olabilir.
- ▶ Anne babaların, çocukların sınav sürecinde belirli bir düzeyde kaygı duymaları normaldir. Duyulan bu kaygı, çocuklarımıza destek olabilmemiz için gereklidir.
- ▶ Babaların yüksek düzeyde sınav kaygısı yaşamaları, çocuklarına yönelik yüksek beklenti duymalarına neden olur. Çocuğun var olan sınav kaygısına anne ve babanın sınav kaygısı da eklenince çocukların kaygı düzeyleri daha da artar ve bu durum çocuk ile anne-baba iletişiminin bozulmasına neden olabilir

## **SINAV ÖNCESİNDE ANNE-BABALAR NE YAPMALI?**

- ▶ Önceliğin, çocuklarımızın fiziksel ihtiyaçlarını (hastalık, beslenme, uyku, vb.) karşılamak olduğunu unutmayalım.

- ▶ Çocuklarımızın ders çalışabilmeleri için uygun ortamlar hazırlayalım.
- ▶ Çocuklarımız için yaptıklarımızı sürekli hatırlatarak onların yüzüne vurmayalım.
- ▶ Çocuklarımıza farklı konularda sorumluluklar verelim.
- ▶ Çocuklarımızın ders çalışmaları konusunda gözlemci, gerektiğinde de destekçi olalım.
- ▶ Sınavda sorumlu oldukları konuları/kazanımları takip edelim.
- ▶ Çocuklarımızın dinlenmelerine ve diğer etkinliklere (sinema, spor, tiyatro) zaman ayırmalarını destekleyelim.

Eğer çocuğumuzun sınav kaygısı onun günlük yaşantısını olumsuz etkiliyor ve günlük yaşam etkinliklerini yerine getirmesine engel oluyorsa okulumuzun rehberlik öğretmeninden destek alabiliriz.

### **SINAV SONRASINDA ANNE & BABALAR NE YAPMALI?**

- ▶ Çocuğumuz zorlu bir sürecin üstesinden geldiği için onu kutlayalım.
- ▶ Çocuğumuz konuşmaya hazır olduğunda sınavın bir değerlendirmesini yapalım ve yeni planlar oluşturmasını destekleyelim.
- ▶ Çocuğumuza ne yapmak istediğini soralım ve imkânlarımız ölçüsünde ona rahatlayabileceği bir ortam sağlayalım.
- ▶ Çocuğumuz sınav ile ilgili konuşmaya istekli değilse sorularımızı daha sonraya bırakalım.
- ▶ Sınav süreci yorucu bir süreçtir, dolayısıyla dinlenmesini sağlayalım.

### **ÖĞRENCİLERDE GÖRÜLEN SINAV KAYGISI**

#### **Sınav Kaygısı Belirtileri;**

Çocuklarımız sınav kaygısı yaşadıklarında; gerginlik, nefes almakta güçlük, iştahsızlık, endişe, tedirginlik, sinirlilik, sıkıntı, başarısızlık korkusu, isteksizlik, mide bulantısı, çarpıntı, titreme, ağız kuruluğu, terleme, uyku düzensizliği, karın ağrıları, vb. belirtilerden bazılarını yaşarlar.

Bu belirtilerin yanı sıra öğrencilerin ders başarılarında düşüşlerin olması, dikkatlerin dağılması, kendilerine güvenlerinde azalma, kendilerini yetersiz, değersiz görmeleri ve iletişim problemleri yaşamaları, ders çalışmak istememeleri de sınav kaygısının anlaşılmasını sağlar.

#### **Sınav Kaygısı neden oluşur?**

Çocuklarımızın ya da biz anne ve babaların gerçekçi olmayan düşünceleri ve

beklentileri sınav kaygısının oluşmasında etkili rol oynar.

Gerçekçi olmayan düşüncelere mükemmeliyetçilik, aşırı genelleme, ya hep ya hiç, akıl okuma örnek olarak verilebilir.

### **Sınav kaygısının oluşmasında etkisi olan düşünceler**

- ▶ “Tüm bildiklerimi unutmuş gibi hissediyorum”,
- ▶ “Bu bilgiler benim ne işime yarayacak ki?”,
- ▶ “Sınavda kesinlikle başarılı olmalıyım”,
- ▶ “Çok fazla konu var nasıl yetiştireceğim”,
- ▶ “Sınava giren çok fazla kişi var, ben nasıl başarılı olabilirim”,
- ▶ “Sınavım kesinlikle kötü geçecek”,
- ▶ “Başarısız olursam annem-babam bana ne der”,
- ▶ “Sınav benim için herşeydir”, vb.

### **Sınav kaygısı ile baş etmek için sınav kaygısını oluşturan düşünceleri alternatifleri ile değiştirmek gerekir. Bu alternatif düşünceler;**

- ▶ Tüm bildiklerimi unutmuş olduğumu düşünsem de gerektiğinde hatırlayabiliyorum.
- ▶ Bu öğrendiklerim gelecekte işime yarayabilir.
- ▶ Sınav hayatımın anlamı değildir.
- ▶ Sınavda elimden geleni yapacağım”, “Başarılı da olsam başarısız da olsam ailem beni sever.
- ▶ Sınavda başarılı olmazsam bu benim hayatımın sonu olmaz.
- ▶ Eğer sistemli çalışırsam ne kadar çok kişi sınava girerse girsin başarabilirim.
- ▶ Çok fazla konu var ancak zamanımı iyi planlarsam hepsini yetiştirebilirim.

### **Çocuklarımızın kaygısını azaltmak için ayrıca;**

Çocuklarımızın istek ve ilgileri doğrultusunda çeşitli sosyal etkinliklere yönlendirerek kaygılarının azalmasına yardımcı olabiliriz.

*Satranç*

*Tenis oynamak*

*Sinema*

*Resim yapma*

*Tiyatro*

*Enstrüman Çalma*



## ORTAK SINAVLARI TANIYALIM

Çocuklarımızın okul yaşantılarında her dönem çeşitli sınavlar uygulanarak bazı derslerdeki öğrenme düzeyleri ölçülmektedir.

2013 - 2014 eğitim - öğretim yılından itibaren 8. sınıfta sınava devam eden çocuklarımıza 6 temel ders içeren ortak sınavlar gerçekleştirilmektedir.

Bu dersler;



Sınavda hangi derslerden ne kadar soru sorulacağı, sürenin ne kadar olacağı, zamanın nasıl kullanılacağına ilişkin bütün bilgiler Bakanlığımız internet adresinde yayımlanan Ortak Sınavlar E- Kılavuzu'nda yer almaktadır.

Ebeveyn olarak öncelikle sizin bu kılavuzu okumanız, çocuğunuza destek olma noktasında önemlidir. Okuduğunuz kılavuzda yer alan önemli bilgileri çocuğunuzla birlikte değerlendirip onun da okumasını sağlayarak zamanı etkin kullanma ve sınava ilişkin strateji geliştirme noktasında destek olabilirsiniz.

## DERS ÇALIŞMA SÜRECİ VE AİLE

Ders çalışmayı genellikle sınavlarda başarılı olmak için yaptığımız bir faaliyet gibi düşünürüz, oysaki ders çalışmak yeni şeyler öğrenmenin başlangıcıdır. Ders çalışma faaliyetini yerine getiren / getirmeye çalışan çocuğumuz sorumluluklarından birini de yerine getiriyor demektir. Ders çalışmak, sınavlardan her zaman yüksek puanlar almayı sağlamayabilir, fakat çocuğumuzun başarısının bir adım öteye gitmesini sağlarken, aynı zamanda sorumluluk duygusunun gelişmesini, sebat ve mücadele etmeyi, öğrenmenin mutluluğunu keşfetmeyi sağlayacağını unutmayın.

## VERİMLİ DERS ÇALIŞMA YÖNTEMLERİ

### 1. Zamanı Planlama

Çocuklarımızın zamanlarını onlarla birlikte planlayarak hem zamanı hem de enerjilerini daha ekonomik kullanmalarına yardımcı olalım.

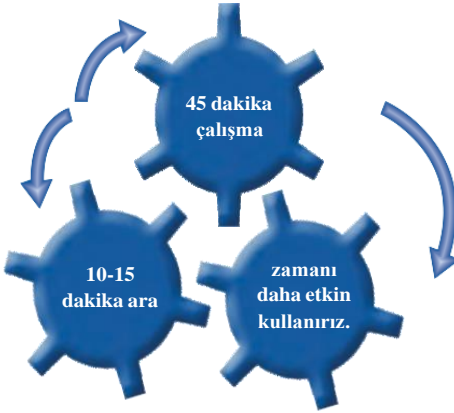
### 2. Çalışma Ortamını Düzenleme

Herkese tam anlamıyla uyan bir çalışma ortamı modeli ortaya koymak güç olsa da aşağıda belirtilen önerileri dikkate alalım.

#### Çalışma ortamımız nasıl olmalıdır?

- ▶ İyi aydınlatılmış,
- ▶ Sessiz,
- ▶ Çalışılacak eğitim materyallerinin bulunduğu,
- ▶ Uygun yükseklikte bir masa ve sandalye,
- ▶ Düzenli,
- ▶ Ne sıcak ne soğuk,

### 3. Çalışma Sürelerinin ve Aralıklarının Planlanması



Bu şekilde çalışmak çocuklarımızın konuları daha iyi öğrenmelerini ve hatırlamalarını sağlar.

Ders aralarında kısa bir yürüyüş, hafif fiziki aktiviteler, müzik dinleme, gevşeme egzersizi çocuklarımızı rahatlatır.

#### 4. Not Tutma

- ▶ Aktif katılımı sağlar.
- ▶ Unutmayı azaltır.
- ▶ Zaman tasarrufu sağlar.
- ▶ Dinleme becerisini geliştirir.

Not tutmada en önemli nokta; anlatılanlarda önemli kısımları kendi cümleleri ile yazmalarıdır.

#### 5. Aktif Dinleme

*Çocuklarımızın iyi bir dinleyici olabilmeleri için;*



- Ders sıkıcı olsa bile önemli ve yararlı olacağını düşünüp dersi dikkatle dinlemeleri,
- Duyguları ile değil aklı ile dinlemeleri.
- Eğer konuşmacı ile aynı fikirde değilse soru sormaları ve dinlemeye devam etmeleri,
- Verilen örneklerin olayları nasıl desteklediğine dikkat etmeleri,
- Dışarıdan gelen ses, görüntü, dikkat dağıtan, vs. ile ilgilenmemeleri konusunda yönlendirelim.

#### 6. Hızlı ve Etkili Okuma

Okumada planlı hareket etmek ve böylece zamanı iyi değerlendirmek çocuklarımız için önemlidir. Bunun için aşağıdaki ilkelere uymaları beklenir.

- ▶ Kitabın 'İçindekiler' bölümü gözden geçirilmeli.
- ▶ Başlıklara göz atmalı varsa özet kısmı okunmalı.
- ▶ Giriş ve sonuç bölümleri mutlaka okunmalı.
- ▶ Kitabın ilk ve son paragrafı mutlaka okunmalı.



## 7. İSOAT Tekniđi

### İzle

5 dakikalık bir süre içerisinde konunun ana hatlarını oku, göz gezdir.

### Sor

Okunan bir konuyu anlayabilmek için akıldan sorular oluştur,

### Oku

Oluşturulan soruların cevaplarını bul ve gerekirse not al,

### Anlat

Aldığın notları karşınızda birileri varmış gibi yüksek sesle anlat,

### Test Et

Kitabı ve aldığımız notları kaldırıp konuyu kendi kendinize anlatmaya çalış.

Bu uygulamadan sonra; ana fikrin, anahtar sözcüklerin, oluşturulan soruların ve cevapların zincirleme olarak çağrışım yapar hale gelmiş olması gerekir.

## 8. Özet Çıkarma

Öncelikle, kitapların bölüm/ünite sonlarındaki özetleri okuma alışkanlığı edinmelerine, metin ile özeti karşılaştırarak özet çıkarma becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabiliriz.

Konuları kendi cümleleri ile özet haline getirerek çalışırsa hatırlaması kolaylaşır.

Kitaplardaki bölüm/ünite sonlarındaki özetleri okuma alışkanlığı edinerek, metin ile özeti karşılaştırarak bu konuda beceri geliştirmelerine destek olabiliriz.

Çocuklarımızın öğrenme yaşantılarında çeşitli zorluklarla karşılaşabiliriz. Her zorluk aslında bir çözümü içinde barındırır. Önemli olan doğru çözüm yolunu bulmaktır.

Yaşamımızın en değerli varlıkları olan çocuklarımızı sevgi ile büyütebilmemiz ve her koşulda yanlarında olduğumuzu hissettirmemiz sorunlarla mücadele ederken biz anne-babalara güç verecektir. Unutmayalım ki bizler de çocuklarımız ile birlikte büyüyor büyürken de öğreniyoruz.

*Çocuklarımızın duygu ve düşüncelerine kulak verelim.*

*Prof.Dr. Atalay YÖRÜKOĞLU'nun kaleme aldığı **Pulsuz Dilekçe***

## **Sevgili anneciğim, babacığım;**

Büyük duygu ve düşüncelerimi dile getirebilseydim, size şunları söylemek isterdim. Sürekli bir büyüme ve değişme içindeyim. Sizin çocuğunuz olsam da sizden ayrı bir kişilik geliştiriyorum. Beni tanımaya ve anlamaya çalışın

Deneme ile öğrenirim. Bana ayak uydurmakta güçlük çekebilirsiniz. Oyunda, arkadaşlıkta ve uğraşlarımda özgürlük tanıyın. Beni her yerde, her zaman koruyup kollamayın. Davranışlarımdan sonuçlarımı kendim görürsem daha iyi öğrenirim. Bırakın kendi işimi kendim göreyim. Büyüdüğümü başka nasıl anlarım?

Büyümeyi çok istiyorsam da ara sıra yaşımdan küçük davranmaktan kendimi alamıyorum. Bunu önemsemeyin. Ama siz beni şımartmayın. Hep çocuk kalmak isterim sonra. Her istediğimi elde edemeyeceğimi biliyorum. Ancak siz verdikçe almadan edemiyorum. Bana yerli yersiz söz de vermeyin. Sözüünüzü tutamayınca sizlere güvenim azalıyor.

Bana kesin ve kararlı davranmaktan çekinmeyin. Yoldan saptığımı görünce beni sınırlayın. Koyduğunuz kurallar ve yasakların hepsini beğendiğimi söyleyemem. Ancak, hiç kısıtlanmayınca ne yapacağımı şaşırıyorum. Tutarsız davrandığınızı görünce hem bocalıyor, hem de bundan yararlanmadan edemiyorum.

Öğütlerinizden çok davranışlarınızdan etkilendiğimi unutmayın. Beni eğitirken ara sıra yanlışlar yapabilirsiniz. Bunları çabuk unuturum. Ancak birbirinize saygı ve sevginizin azaldığını görmek beni yaralar ve sürekli tedirgin eder.

Çok konuşup çok bağırmayın. Yüksek sesle söylenenleri pek duymam. Yumuşak ve kesin sözler bende daha iyi iz bırakır. "Ben senin yaşında iken..." diye başlayan söylevleri hep kulak ardına atarım.

Küçük yanlışlarımı büyük suçmuş gibi başıma kakmayın. Bana yanılma payı bırakın. Beni, korkutup sindirerek, suçluluk duygusu aşıl原因arak uslandırmaya çalışmayın. Yaramazlıklarım için beni kötü çocukmuşum gibi yargılamayın. Yanlış davranışım üzerinde durup düzeltin. Ceza vermeden önce beni dinleyin. Suçumu aşmadığı sürece cezama katlanabilirim.

Beni dinleyin. Öğrenmeye en yakın olduğum anlar, soru sorduğum anlardır. Açıklamalarınız kısa ve özlü olsun. Beni yeteneklerimin üstünde işlere zorlamayın. Ama başarabileceğim işleri yapmamı bekleyin. Bana güvendiğinizi belli edin. Beni destekleyin; hiç değilse çabamı övün. Beni başkalarıyla karşılaştırmayın; umutsuzluğa kapılırim.

Benden yaşımın üstünde olgunluk beklemeyin. Bütün kuralları birden öğretmeye kalkmayın; bana süre tanıyın. Yüzde yüz dürüst davranmadığımı görünce ürkmeyin. Beni köşeye sıkıştırmayın; yalana sığınmak zorunda kalırım. Sizi çok bunaltsam bile soğukkanlılığımızı yitirmeyin. Kızgınlığınızı haklı görebilirim, ama beni aşığılamayın. Hele başkalarının yanında onurumu kırmayın. Unutmayın ki ben de sizi yabancıların önünde güç durumlara düşürebilirim.

Bana haksızlık ettiğinizi anlayınca açıklamaktan çekinmeyin. Özur dileyişiniz size olan sevgimi azaltmaz; tersine, beni size daha çok yaklaştırır. Aslında ben sizleri olduğunuzdan daha iyi görüyorum. Bana kendinizi yanılmaz ve erişilmez göstermeye çabalamayın. Yanıldığınızı görünce üzüntüm büyük olur.

Biliyorum, ara sıra sizi üziyor, belki de düş kırıklığına uğrattıyorum. Bana verdikleriniz yanında benden istediklerinizin çok olmadığını da biliyorum. Yukarıda sıraladığım istekler size çok geldiyse birçoğundan vazgeçebilirim; yeter ki beni ben olarak seveceğinize olan inancım sarsılmasın

Benden "Örnek çocuk" olmamı istemezseniz, ben de sizden kusursuz ana-baba olmanızı beklemem. Sevecen ve anlayışlı olmanız bana yeter.

Sizin çocuğunuz olarak doğmak elimde değildi. Ama seçme hakkım olsaydı, sizden başka kimsenin çocuğu olmak istemezdim.

Sevgiler, Çocuğunuz...



MEB Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü

Beşevler MEB Kampüsü A Blok, ANKARA  
e-posta: oer@meb.gov.tr • [http: //orgm.meb.gov.tr](http://orgm.meb.gov.tr)