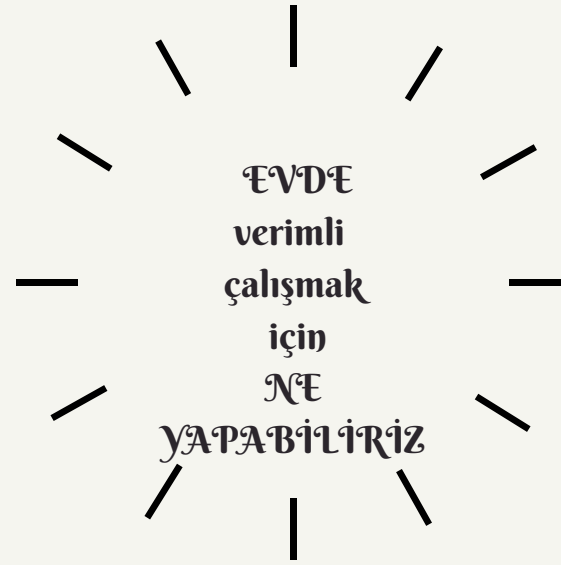


Çocukların çalışma ortamlarında televizyon, telefon, ışıklı, hareketli dikkat dağıtacak eşyaların olmamasına, odasına fazla girilmemesine dikkat edilmeli, ders çalışma programına uygun gününü geçirmelerine yardımcı olunarak çocuğun verimini artırmaya çalışılmalıdır.

Sınav Kaygısını Azaltmada ne yapabiliriz?

- Onu ne kadar sevdiğimizi, değer verdiğimizi ona hissettirmeliyiz.
- Ders çalış gibi rahatsız emir verici ifadeler çocuklarımız da karşıt davranışlara sebep olabilmektedir. Bunun yerine "Ders çalışmazsan ileride derslerinden başarısız olabilir sınavda düşük not alabilirsin" gibi süreçte yaşayabileceği durumları anlatabiliriz.



Her anne-baba çocuğunun özelliklerini iyi bilmeli ve ders ortamı hazırlarken de buna göre bir ortam hazırlanmalıdır. Çocuğun kendisine ait sade bir çalışma odasının olması, eğer bu mümkün değilse evin sessiz bir köşesinin ona ayrılması sağlanmalıdır.

Kitap okuma saati
oluşturularak aile de
herkesin bu saate uyması
sağlanmalıdır.



ALPARSLAN
ORTAOKULU

OKUL BAŞARISI
VE
MOTİVASYON

REHBERLİK
SERVİSİ

Veli Broşürü

- Çoğunuzu çok iyi gözlemleyin, ruhsal bir sıkıntı yaşıyorsa, aşırı kaygılı ise, uzun süre dikkat ve öğrenme sorunları yaşıyorsa bunların sebebini ve çözümünü bulmaya çalışmalıyız. Kaygıyla baş edemediğini görürseniz profesyonel destek almaktan kaçınmayın.
- Bizim istediğimiz mesleğe değil yetenek ve ilgilerine uygun mesleklere yönelmeli onlar için araştırma yapmalıyız.

**SEVGİNİZİ
GÖSTERMEKTEN
KORKMAYIN.
DOĞRU
DAVRANIŞLARI
TAKDİR EDİP
ÇOCUKLARINIZI
CÉSARETLENDİRİN.**

Tembel ve aptal çocuk yoktur, öğrenme heyecanını .

...

kaybetmiş ve potansiyeli keşfedilmeyen çocuk vardır.

- Sana verdiğim emeklere yazıklar olsun, sana annelik / babalık hakkımı helal etmiyorum. Arkadaşın nasıl çalışıyor sen ise yüz karasın. gibi karamsarlık oluşturacak ifadeler yerine, duygularımız belirten "Bugün çalışma programına uymayıp sorumluluklarını yerine getirmediğin için kendimi değersiz hissettim" gibi duygunuzu belirten ifadeler kullanmalıyız.
- Ona değer verdiğinizi, ona inandığınızı, sınavdan düşük puan alsa da bizim için çok değerli olduklarını söylemeli, davranışlarımızla belli etmeliyiz.

UNUTMAYALIM

Baskı kurmak daha verimli ve sağlıklı bireyler oluşturmayacağı gibi demokratik anne baba da, çocuğumuzun her istediğini yapabilecek bir ortamı oluşturmak değildir. Hayatta sorumluluklarımızın olduğunu ve bunları gerçekleştirirken, insana, hayvana ve bitkilere zarar vermeden yaşamamız gerektiğini belirtmeliyiz.



- Günümüzün bir kaç saatini ailece aktivitelere ayırabiliriz.(Tabu, Film, sessiz sinema, kızma birader vb.)
- Çocuklarımıza patron gibi değil onlara dost, sırdaş, arkadaş gibi yaklaşmalı, gün boyunca yaşadığımız durumları onlara paylaşıp, çocuklarımızın da bizimle paylaşabileceğini dile getirip ısrar etmemeliyiz.
- Ders çalışmanın bir süreç olduğunu, bu süreçte bunalmaların, bıkkınlıkların olabileceğini bilmeli bu duyguların geçici olacağını ifade etmeliyiz.