

ANABİLİM EĞİTİM KURUMLARI

SINAVLARA
HAZIRLANMA
SÜRECİNDE
DESTEKLEYİCİ
OLMAK



SINAVLARA HAZIRLANMA SÜRECİNDE DESTEKLEYİCİ OLMAK

Sınav sürecinde öğrencilerin sınavlara yönelik tutumlarını etkileyen bireysel ve çevresel pek çok faktör bulunmaktadır.

Sınavlara hazırlığın yoğunlaştığı şu günlerde veliler ve öğrenciler yoğun bir kaygı içerisinde. İki taraf da hem beklentili hem de endişeli. Sınavlarda başarılı olmak, öğrencinin olduğu kadar anne ve babaların da isteğidir.

Ancak bu dönemde anne babaların bazı yanlış tutum ve davranışlar içerisinde olduğu gözlemlenmektedir. Bunlar:

Çocuğu ile ilgili tüm sorumlulukları üstlenip okul ödevleri için kütüphanelerde araştırma yapan, YGS- LYS başvuru formunu çocuğu yerine kendisi dolduran, mümkün olsa onun yerine sınava girecek olan, "hiçbir iş yaptırmıyorum, hiçbir şeyini eksik etmiyorum, suyunu bile ayağına götürüyorum" diyen, hemen hemen tüm derslerden özel ders desteği sağlayan "koruyucu" aile modeli.

BASKICI AİLE TUTUMU



Çocuğunun her davranışını “sorgulayan ve yargılayan” aile modeli. Yani “Sınavın nasıl geçti?” yerine “kaç yanlışın var, arkadaşın kaç puan aldı, senden yüksek alan kaç kişi var?” sorularını öncelikli soran aileler bu gruba girmektedir.

Çocuğun geleceği konusunda aşırı kaygı duyan ve kaygısını çocuğuna fazlasıyla yansıtan “kaygılı” aile modeli.

Sınava hazırlık sürecinde olağanüstü bir durum varmış gibi “olağanüstü iyi davranan” aile modeli. Yani bir yıl boyunca eve misafir kabul etmeyen, seyahat programı yapmayan, çocuğunun salonda ders çalışmasına izin verip bir yıl boyunca hiç TV izlemeyen, hatta fazla konuşmayan, çocuğuna adeta steril bir ortam yaratan aileler bu gruba dahildir.

Başarının özünde sorumluluk ve özgüven duygusu vardır. Özgüven, sorumlulukları alıp başarıyla yerine getirmekle oluşur. Sorumluluk vermede ölçü iyi belirlenmelidir. Gençlere verilebilecek en ideal sorumluluk, kendi geleceğinin belirleyiciliğini üstlenme sorumluluğudur.

Çocuğunuzun başarısını artırmak ve bu dönemi daha sağlıklı biçimde geçirmesini sağlamak için size gerekli olabilecek bazı önerileri aşağıda bulacaksınız.

- **Olağanüstü davranmayın.**
- **Çocuğunuzun ergenlik döneminde olduğunu unutmayın.** Bu dönem çalkantılı ve ikilemliler bir dönemdir. Çocuğunuzun yerine sorun çözmek istediğinizde ya da ona önerilerde bulunmak istediğinizde onun sizinle aynı şeyleri göremeyeceğini bilin. Örneğin güneşli güzel bir günde sizin istememenize rağmen işlerinizi yapabilirken çocuğunuz böyle havalarda ders çalışmakta güçlük çekecektir.
- **Çocuğunuzun geleceği konusundaki endişeleriniz çocuğunuza yansır.** Bu nedenle öncelikle aileler kaygılarını azaltmaya çalışmalıdır. Yoğun kaygı yaşayan kişiler, geleceği düşünmekten bugünü kullanamazlar. Sizin sınav sonucu ile aşırı meşgul olmanız, çocuğunuzun da bu yönde meşguliyetini artıracaktır. Çocuğunuza yardımcı olmak için çocuğunuzun bugünkü yaptıkları ile ilgilenebilirsiniz.
- **Sevgiyi şartlı sunmayın.** Başarılı ya da başarısız her koşulda onların yanında olabileceğimizi onlara hissettirmeliyiz. Problemleri çözmeye değil anlamaya çalışın.
- Aile, Sürekli “Çalış!” demek yerine: “Ne yaptın, nasıl gidiyor, bizlerden bir isteğin var mı?” tarzında bir yaklaşımı tercih etmelidir.
- Aile, Çocuğun yaptıklarını yetersiz görmek yerine; yapılanları takdir etmeli, yapılması gerekenleri ise yeni hedefler olarak önüne koymalıdır.
- **Aile, başkalarının yanında çocuklarını eleştirmemelidir.**

- **Beden dili ve ses tonu ile verdiğiniz mesajlara dikkat edin.** Anne babalar bazen çocuklarına; “sınav bizim için önemli değil, kazanamazsan da olur. Canını sıkma, kafana takma” gibi önerilerde bulunmaktadırlar. Ancak eğer anne-baba çocuklarına bunları söylerken, beden dili ve ses tonları desteklemiyorsa yani ağızlarından çıkan ile bedenlerinin söylediği çelişiyorsa öğrenci daha çok beden diline dikkat edecektir. Ebeveynlerin kaygılı, üzüntülü halleri çabucak algılanır.
- **“-Meli, -malı” eklerini dikkatle kullanın.** “Başarılı olmalısın, dikkatli olmalısın, kendini dersine vermelisin, bu yıl mutlaka kazanmalısın” türünden zorunluluk ifade eden cümleler öğrencinin kaygısının artmasına neden olmaktadır. Bu tür zorunluluk ifade eden sözleri mümkün olduğunca az kullanmaya çalışın.
- **Ders çalış demeyin.** Sorumluluğunu bilen ve sınavlara hazırlanan öğrenciler için ailelerin uyarılarına ihtiyaç yoktur. Öğrenci ne kadar ders çalışacağına ve ne zaman ders çalışacağına kendisi karar verebilir. Anne ve babaların iyi niyetli olarak verdikleri ders çalış, mesajları öğrencinin kaygısını artırabilir. Bazı öğrenciler bu nedenle kendisi için değil ailesi için ders çalışması gerektiği düşüncesine kapılıp daha yoğun kaygı hissedebilir. Ya da ailesine tepki göstererek ders çalışmayı aksatabilir.
- **Negatif motivasyondan uzak durun.** Bazı anne ve babalar çocuklarının motivasyonunu artırmak için: “Bu gidişle sen asla kazanamazsın, yata yata sınav kazanılmaz.” gibi sözler söyler. Ancak negatif motivasyon pek az öğrencide başarı sağlar. Hatta öğrencinin kendisini başarısız görmesine neden olarak kaygısını artırabilir.
- **“Yasaklamak” yerine “kısıtlamak”ı tercih edin.** Çocuğunuzun tüm yaşamını sadece ders çalışma davranışıyla doldurmasını; sürekli ev, okul, dersane üçgeni içinde gidip gelmesini beklemeyin. Dersin dışında her şeyi yasaklamak, başarıyı getirmeyecektir.
- **Kendi hayatınızı unutmayın.** Çocuğu sınavlara hazırlanan bazı aileler, kendi yaşamlarını bir kenara bırakarak çocukları için uğraşmaya başlamaktadır. Çocuğuna daha fazla yardımcı olmak için annenin işinden ayrılması, annenin çocuğunu sınav salonlarının kapısında beklemesi, öğretmenlerle her gün sonuçları konuşması sık görülen tablolardır. Bu görüntüler, çocuğa sınavın çok önemli olduğunu ve kazanamama durumunda ailenin çok üzüleceği düşüncesini hatırlatmaktadır. Sizler kendi hayatınız olduğunu, sizin de kendi planlarınız olması gerektiğini unutmayın. Böylece hem kendinize hem de çocuğunuza daha fazla yardımcı olabilirsiniz.
- **Çocuğunuzdan beklentilerinizde gerçekçi olmaya çalışın.** Her anne ve baba kendi çocuğunun daha özel olduğunu düşünür. Oysa her insanın objektif bakıldığında belli alanlarda kuvvetli yönleri olabildiği gibi belli alanlarda da zayıf özellikleri olabilir. Beklentileriniz ile çocuğunuzun yapabilecekleri birbiriyle uyumlu olursa çocuğunuz daha az kaygı yaşayacaktır.
- **Bu zor dönemde çocuklarınıza anlayışlı ve destekleyici davranın.** Kaygının yoğunlaşması ile birlikte çocuklarınız kendilerini daha çaresiz ve çözümsüz hissedebilirler. Bu nedenle daha tepkili olabilirler. Daha önceden kızmadıkları şeylere şimdilerde daha sert tepkiler gösterebilirler. Bu durumun geçici olduğunu düşünerek çocuğunuza karşı anlayışlı olmaya çalışın.

Güvenin ifadesi: Anne ve babaların “Sana güveniyorum.” ifadesini öğrenciler genelde “Senden bekliyorum.” şeklinde algıladıklarından bu ifadeyi sıkça kullanmak olumlu bir etki yaratmamaktadır. Hatta kaygıyı artırabilmektedir. Eğer çocuğunuzun gerçekten çalıştığını gözleyebiliyorsanız “Ne kadar emek harcadığını görüyorum, hiçbir emek karşılıksız kalmaz.” demek daha etkili olabilir.

ÇOCUĞUNUZUN SINAV ÖNCESİ DÖNEMDE EN ÖNEMLİ GEREKSİNİMLERİ HUZURLU, SAKİN VE MUTLU BİR ORTAM; SEVGİ VE DESTEK, İLGİ VE ESNEKLİK, GÜVEN VE CESARETTİR. BU ORTAMI ONLAR İÇİN OLUŞTURDUĞUNUZDA BAŞARI ZATEN KENDİLİĞİNDEN GELECEKTİR.

Kaynaklar

<http://www.egitimtercihi.com>

<http://sorgunram.meb.k12.tr/>