



Sayı:12  
Eylül 2021

# T.C. LONDRA EĞİTİM MÜŞAVİRLİĞİ

**REHBERLİK E-BÜLTENİ**

OKULA DÖNÜŞ

## OKULA DÖNÜŞ

✓ Çocuğunuzla okula dönüşüyle ilgili nasıl hissettiği hakkında konuşunuz.

✓ Çocuğunuzdu duygularını ifade etmesi için teşvik etmeniz önemlidir.

✓ Çocuğunuz kaygılıysa bunun normal olduğunu, sizin ve öğretmenlerinin ona destek olacağını anlamasına yardımcı olunuz.

✓ Çocuğunuzun kaygılarını ciddiye alınız, sizinle konuşmak istediğinde mutlaka zaman ayırınız ve onu dinleyiniz.



✓ Çocuğunuzdu etkin şekilde dinlemeniz kendisini değerli ve iyi hissetmesine yardımcı olur.

✓ Çocuğunuz onu etkin şekilde dinlediğinizi hissettiğinde, duygularını daha kolay dile getirebilir ve anlaşıldığını hissedebilir..

✓ Çocuğunuzun okula dönüşüyle veya okula yeni başlamasıyla ilgili siz kaygı yaşarsanız bu kaygılarınızı zor da olsa çocuğunuzla paylaşmamaya çalışınız.

- ✓ Çocuğunuzun sizin davranışlarınızı örnek aldığını hatırlayınız.

- ✓ Anne-baba olarak çocuğunuza yönelik davranışlarınızda tutarlı olunuz.

- ✓ Siz endişeliyseniz bu çocuğunuza da yansır, onun sakin olmasını istiyorsanız siz de sakin kalmaya çalışınız ve kendi duygularınızı çocuğunuza yansıtmamaya çalışınız.



- ✓ Çocuğunuza nasıl davrandığınız sizin kendinizi nasıl hissettiğinizle ilişkili olduğu için kendi duygularınıza, sağlığınıza gereken önemi veriniz.



- ✓ Kendinizle veya çocuğunuzla ilgili zorlandığınız durumlarda ilgili kişilerden gerekli yardımı alınız.

- ✓ Okul ve eğitim hayatıyla ilgili olumsuz ve çocuğunuzla sıkacak derecede uzun konuşmalar yapmayınız.

- ✓ Çocuğunuzla yargılamayınız ve destekleyici olunuz.

- ✓ Küçük çocuklar duygularını kelimelerle ifade edemeyebilirler, bu nedenle baskı oluşturmadan bir sohbet ortamı oluşturmaya çalışınız. Örneğin onunla oyun oynarken veya yürüyüş yaparken konuşunuz. Bu çocuğunuzun kendisini daha rahat ifade etmesine ve kaygılarını tanımlayabilmesine yardımcı olur.

✓ Pandemi süreciyle ilgili okulda yeni kurallar varsa çocuğunuzun bu kuralları anlamasını ve kurallara uymasını sağlayınız.

✓ Çocuğunuzun okuldaki kuralları anlamasını ve değişikliklere hazırlıklı olmasını sağlayınız.

✓ Ebeveyn olarak siz de okuldaki kuralları biliniz ve bu kurallara uyarak çocuğunuza iyi örnek olunuz.

✓ Okula alışma süreciyle ilgili çocuğunuza gerekli desteği veriniz.



✓ Çocuğunuzun okulda ihtiyaç duyacağı malzemeleri temin ediniz, bu malzemeleri okula zamanında ve eksiksiz götürmesini sağlayınız.



✓ Okula hazırlanmasına yardımcı olmak için okul kıyafetlerini hazırlamasını teşvik ederek, okula gitmesiyle ilgili olumlu konuşmalar yapınız.

✓ Özellikle küçük çocuklar için okul günleri çok fazla oto-kontrol gerektirebilir, bu da günün sonunda yorgun olmalarına, duygusal patlamalar yaşamalarına ve davranış değişikliklerine neden olabilir.



Çocuğunuzun yorgunluğunu gidermesini, dinlenmesini, sağlıklı beslenmesini ve yeterli uykuyu almasını sağlayınız.



Çocuğunuzun öğretmenleriyle ve okulundaki ilgili kişilerle iletişim halinde olunuz.



Çocuğunuz sizin ve öğretmenleri arasında iyi bir iletişim olduğunu hissederse, okula giderken kendisini daha rahat hissedecektir.



Çocuğunuz kaç yaşında olursa olsun sizin sevginize ve ilginize ihtiyaç duyar, bu nedenle sevgi dolu ve huzurlu bir aile ortamının önemini hatırlatarak tüm çocuklara sağlıklı, mutlu ve başarılı bir eğitim-öğretim yılı dileriz.



**KAYNAKLAR:**

1 - <https://parentinfo.org/article/returning-to-school-7-tips-to-help-your-primary-age-child-cope>

2-<https://parentinfo.org/article/returning-to-school-7-tips-to-help-secondary-students-cope>

3 - <https://www.gov.uk/government/publications/what-parents-and-carers-need-to-know-about-early-years-providers-schools-and-colleges-during-the-coronavirus-covid-19-outbreak/step-4-update-what-parents-and-carers-need-to-know-about-early-years-providers-schools-and-colleges>

4-<https://www.unicef.org/coronavirus/support-child-covid-reopening>

5-[https://www.pacey.org.uk/Pacey/media/Website-files/school%20ready/PACEY\\_preparingforschool\\_guide.pdf](https://www.pacey.org.uk/Pacey/media/Website-files/school%20ready/PACEY_preparingforschool_guide.pdf)

6 - <https://www.theguardian.com/us-news/2021/aug/13/schools-covid-safety-explained-us-masks-distancing>

7-<https://www.bbc.co.uk/bitesize/articles/z2j62v4>

8-<https://www.bbc.co.uk/bitesize/articles/zp7yn9q>

T.C. Londra Eğitim Múřavirliđi

First Floor 5-15 Cromer Street, London, WC1H 8LS

[londra.meb.gov.tr](http://londra.meb.gov.tr)