

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi Veli Bülteni

OKULA UYUM



Uzaktan eğitimin ve yaz tatilinin ardından yüz yüze eğitimin başlamasını bazı öğrenciler mutluluk ile karşılarken bazı öğrenciler ise endişeye kapılabilmektedir. Bu süreç tüm öğrenciler için günlük alışkanlıkların ve rutinlerin değişmesi, sosyal ve duygusal becerilerin yeniden düzenlenmesi ile ilgili çaba ve zaman gerektirmektedir.

Okula başlama süreci öğrenciler için olduğu kadar aileler için de önemli bir aşamadır ve aileler de birtakım kaygılar yaşayabilir. Bu süreçte ailenin kaygılarının normal olduğunun farkına varıp uyku düzeni, evdeki çalışma düzeni ve diğer aktivitelerin planlaması ile ilgili günlük rutinlerin oluşturulmasında çocuklarına rehberlik etmesi sürecin daha olumlu geçmesine katkı sağlayacaktır.

Pandemi uzun bir süredir hayatımızın odağında ve her birimizi psikolojik, fiziksel ve zihinsel olarak etkiliyor. Bu süreçte çocukların verdiği tepkilerin de bizim verdiğimiz tepkiler gibi “yaşanılan anormal duruma verilen normal tepkiler” olduğunu hatırlamakta ve beklentilerimizi bu doğrultuda tutmakta fayda var. Her



değişikliğe alışmak için zamana ihtiyacımızın olduğu gibi çocukların da bu dönemde hem akademik hem de arkadaşlık ilişkilerini düzenleme adına bazı değişikliklere uyumlanmak için zamana ve desteğe ihtiyaçları olacaktır.