

EĞİTİMDE

YANSIMALAR

AREL KOLEJİ

SAYI: 57

2025



İÇİNDEKİLER

BAŞARININ GÖRÜNMEYEN GÜCÜ: DUYGUSAL SAĞLAMLIK	2
ÇOCUKLARIN DUYGUSAL DÜNYASINI ANLAMLANDIRMAK	4
DİSİPLİN VE SEVGİ ARASINDA DENGE KURMAK	6
EĞİTİMDEN KARİYERE UZUNAN YOL	9
21. YÜZYILDA EBEVEYNLİK: DEĞİŞEN DÜNYADA ÇOCUKLARLA BİRLİKTE BÜYÜMEK	12
AİLE - ÖĞRENCİ - REHBERLİK ÜÇGENİNDE İLETİŞİM	14
TÜKENEN SÜRE, ARTAN KAYGI: ÖĞRENCİLER NEDEN ERTELİYOR?	17
ÖĞRENME SÜRECİNDE İÇSEL MOTİVASYONUN ÖNEMİ	20
EBEVEYN TUTUMLARI: HELİKOPTER EBEVEYNLİK	22
YAŞANTIMIZIN DÖNÜM NOKTALARI YENİ ROTALAR OLUŞTURMAK	25



Yeniden Merhaba,

AREL ailesi olarak her yeni eğitim-öğretim yılı içerisinde iki sayı olarak çıkarılan “Eğitimde Yansımalar” dergisini sizlerle paylaşmaktan mutluyuz. Hedefimiz; duyarlı, kendine güvenen, yaratıcı düşünen, araştıran, sorgulayan, bilgili, dönüşümlü düşünen, ilkeli, meraklı, dengeli, riski göze alabilen, açık görüşlü, iletişim becerilerini geliştirip sağlıklı ilişkiler kurabilen bireyler yetiştirmektir.

Hedeflerimizi gerçekleştirirken siz velilerimizin desteği ve okulumuzla kuracağınız güven dolu iş birliğimiz bizler için çok önemli. Eğitimde Yansımalar dergisinin bu sayısında öğrenciler ve siz velilerimizle yaptığımız görüşmeler ışığında gerekli gördüğümüz konularla ilgili daha derinlemesine bilgileri sizlerle paylaşmayı amaçladık.

Keyifle okumanızı diliyor, sevgi ve saygılarımızı sunuyoruz.

AREL Koleji
Rehberlik Bölümü



AREL Koleji Yayın Kurulu: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Merkez Mahallesi, Selahattin Pınar Sokak, No: 3, 34197
Yenibosna - Bahçelievler / İstanbul
Tel: (0212) 550 49 30 (pbx) - 630 35 05 (4 hat) Faks: (0212) 550 77 82
e-posta: arel@arel.k12.tr web: www.arel.k12.tr
Eğitimde Yansımalar Dergisi - Sayı: 57 - 2025

Kaynaklar:

- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2006). Academic resilience and its psychological and educational correlates: A construct validity approach. Psychology in the Schools. Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. New York: Broadway Books.
- Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.
- Terzi, Ş. (2006). Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılığın içsel koruyucu faktörlerle ilişkisi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi.

BAŞARININ GÖRÜNMEYEN GÜCÜ: DUYGUSAL SAĞLAMLIK

Günümüzde öğrencilerin başarı yolculuğu yalnızca bilgi birikimine değil, aynı zamanda duygusal sağlıklarına da bağlıdır. Duygusal sağlamlık; bireyin stres, kaygı, hayal kırıklığı ve zorluklar karşısında kendini toparlama becerisidir. Bu özellik, planlı çalışmayı sürdürme gücünü destekler ve öğrencilerin motivasyonunu uzun vadede canlı tutar.

Çocukların okul öncesinden lise son sınıfa kadar edindikleri duygusal sağlamlık, akademik başarıya giden yolda önemli bir rehberdir.

Duygusal Sağlamlık ve Planlı Çalışma

Planlı çalışma, yalnızca program yapmak değil, bu programı kararlılıkla sürdürebilmek anlamına gelir. Özellikle öğrenciler, başarısızlık ya da engellerle karşılaştıklarında çalışmaya devam edebilmek için güçlü bir iç motivasyona ihtiyaç duyarlar. Araştırmalar, yüksek duygusal sağlamlığa sahip öğrencilerin, zorluklara rağmen ders çalışma alışkanlıklarını daha istikrarlı biçimde sürdürebildiklerini göstermektedir.

Örneğin, ödevini yetiştiremeyen bir ilkokul öğrencisi kendini "başarısız" hissettiğinde pes etmek yerine, "Bir dahaki sefere daha planlı olmalıyım" diyebiliyorsa, bu duygusal sağlamlığın bir göstergesidir. Lise yıllarında ise sınavlarda alınan düşük bir notun ardından "Ben yapamıyorum" demek yerine, hataları analiz edip yoluna devam etmek aynı becerinin gelişmiş hâlidir.

Motivasyonun Gizli Anahtarı

Motivasyon, başarıya giden yolda yakıt gibidir. Ancak bu yakıt zaman zaman azalabilir. Burada devreye duygusal sağlamlık girer. Dayanıklı bireyler, düşüş yaşadıklarında hızla toparlanarak yeniden motive olabilirler.

Masten'in (2001) "büyüleyici sıradanlık" olarak tanımladığı duygusal sağlamlık, günlük streslerin olağan olduğunu hatırlatır. Bu farkındalık çocukların "Her şey yolunda gitmeli" beklentisinden uzaklaşmalarını sağlar. Böylece hatalar ve aksilikler, onları durduran değil geliştiren bir deneyime dönüşür.

Velilerin çocuklarına "Hatalar öğrenmenin parçasıdır." mesajını vermesi, onların motivasyonunu diri tutar. Örneğin, bir çocuğun puzzle yaparken defalarca yanlış parça denemesi, aslında hayatta da "deneme-yanılma" yoluyla öğrenmenin doğal olduğunun küçük bir yansımasıdır.

"Yapılan bir araştırma, öğrencilerin umut, iyimserlik ve problem çözme becerileri gibi içsel özelliklerinin onların duygusal sağlıklarını artırdığını ortaya koymuştur. Bu da gösteriyor ki çocuklarımızın küçük yaşlardan itibaren güçlü yönlerini fark etmelerini sağlamak, onların ileriki akademik yaşamlarında dayanıklılıklarını artıracaktır."

Her Yaşta Geliştirilebilir Bir Beceridir

Duygusal sağlamlık doğuştan gelen sabit bir özellik değildir; öğrenilebilir ve geliştirilebilir bir beceridir.

- Anaokulu döneminde, paylaşmayı öğrenmek, sıra beklemek ve küçük hayal kırıklıklarını yönetmek duygusal sağlamlığın ilk basamaklarıdır.

- İlkokulda, düzenli ödev yapmayı sürdürmek ya da başarısız bir sınav sonrası tekrar denemek bu beceriyi pekiştirir.

- Ortaokulda, ergenlik döneminin getirdiği duygusal dalgalanmalarla başa çıkabilmek ve arkadaşlık ilişkilerinde sorunları çözmek duygusal sağlamlığı güçlendirir.

- Lisede, sınav stresi, yoğun akademik program ve gelecek kaygısıyla başa çıkarken planlı çalışmayı sürdürebilmek, artık bu becerinin en görünür hâlidir.

Çocuğun yaşına uygun küçük hedefler koymak, onu yüreklendirmek ve hatalardan ders çıkarmasına fırsat vermek bu becerinin gelişmesini destekler.



“Araştırmalar, çocukların risklerle karşılaştıklarında onları koruyacak faktörlerin (aile desteği, öğretmen ilgisi, güçlü arkadaşlık ilişkileri) duygusal sağlamlıklarını güçlendirdiğini göstermektedir.”

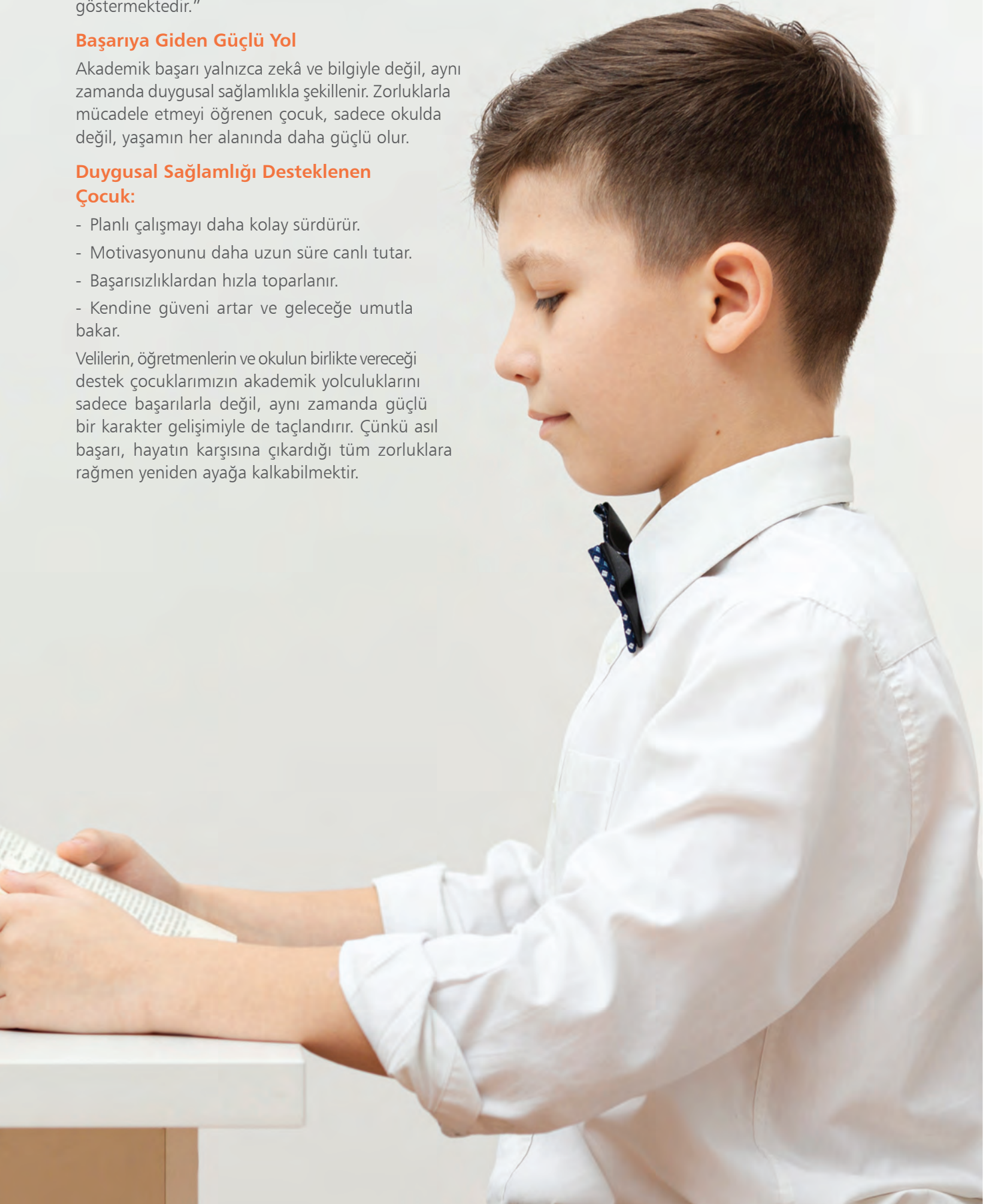
Başarıya Giden Güçlü Yol

Akademik başarı yalnızca zekâ ve bilgiyle değil, aynı zamanda duygusal sağlamlıkla şekillenir. Zorluklarla mücadele etmeyi öğrenen çocuk, sadece okulda değil, yaşamın her alanında daha güçlü olur.

Duygusal Sağlamlığı Desteklenen Çocuk:

- Planlı çalışmayı daha kolay sürdürür.
- Motivasyonunu daha uzun süre canlı tutar.
- Başarısızlıklardan hızla toparlanır.
- Kendine güveni artar ve geleceğe umutla bakar.

Velilerin, öğretmenlerin ve okulun birlikte vereceği destek çocuklarımızın akademik yolculuklarını sadece başarılarla değil, aynı zamanda güçlü bir karakter gelişimiyle de taçlandırır. Çünkü asıl başarı, hayatın karşısına çıkardığı tüm zorluklara rağmen yeniden ayağa kalkabilmektir.



Kaynaklar:

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in Education: Theory, Research, and Practice*. Pearson Higher Ed.
- Saarni, C. (1999). *The Development of Emotional Competence*. New York: Guilford Press.
- Güngör, D. (2017). Çocuklarda duygusal gelişim ve ebeveyn tutumlarının rolü. *Türk Psikoloji Yazıları*.

ÇOCUKLARIN DUYGUSAL DÜNYASINI ANLAMLANDIRMAK

Çocuk gelişimi, yalnızca bilişsel ve akademik süreçlerle sınırlı değildir; duygusal süreçler, en az bu alanlar kadar kritik bir öneme sahiptir. Duygular, bireyin çevresini algılama biçimini, olaylara verdiği tepkileri ve başkalarıyla kurduğu ilişkileri derinden etkiler. Özellikle çocukluk döneminde duyguların doğru anlaşılması, çocuğun benlik algısının şekillenmesinde, sosyal ilişkilerinde güven duygusunun gelişmesinde ve öğrenme süreçlerinde motivasyonun sürdürülmesinde belirleyici bir rol oynar.

Araştırmalar, ebeveynlerin çocuklarının duygularına duyarlı olmalarının, çocuklarda daha yüksek özgüven, güçlü sosyal beceriler ve akademik başarı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Buna karşın, duyguların görmezden gelindiği ya da yanlış yorumlandığı durumlarda çocuklarda içe kapanma, öfke kontrolü güçlükleri veya akademik motivasyon kaybı gibi sorunların ortaya çıkabileceği bilinmektedir.

Bu bağlamda, çocukların duygusal dünyasını anlamlandırmak yalnızca onların "anlık ihtiyaçlarına" cevap vermek anlamına gelmez. Aynı zamanda, onların uzun vadeli gelişimlerini destekleyen, sağlıklı bireyler olarak yetiştirmelerine zemin hazırlayan önemli bir ebeveynlik tutumudur. Duygulara duyarlı bir yaklaşım, çocukların hem kendilerini tanımlarını hem de başkalarının duygularını anlama becerilerini geliştirmelerine olanak tanır.

1. Çocuklukta Duyguların Gelişimsel Rolü

Duygular, çocukluk döneminde yalnızca anlık tepkiler olarak değil, aynı zamanda gelişimsel süreçleri şekillendiren temel unsurlar olarak değerlendirilmelidir. Çocuğun duygusal yaşantıları, onun benlik algısını, sosyal ilişkilerini, problem çözme becerilerini ve öğrenmeye yönelik tutumlarını doğrudan etkiler. Bu nedenle duygular, bilişsel gelişimin tamamlayıcı bir boyutu olarak ele alınmalıdır.

Benlik Algısı ve Kimlik Gelişimi: Çocuk, kendisine yönelik ilk değerlendirmelerini ebeveynlerinin ve yakın

çevresinin tepkileri üzerinden yapar. Duygularının kabul gördüğünü hisseden çocuk, kendi duygusal deneyimlerine değer vermeyi öğrenir ve olumlu bir benlik algısı geliştirir. Aksi durumda, duygularının sürekli reddedildiğini hisseden çocuklarda değersizlik ve yetersizlik duyguları öne çıkabilir.

Sosyal İlişkilerdeki Rolü: Duygular, çocukların akranlarıyla ve yetişkinlerle olan etkileşimlerinde temel belirleyicidir. Örneğin, empati kurabilme becerisi, öncelikle çocuğun kendi duygularını tanıması ve anlamlandırması ile mümkündür. Kendi duygularını sağlıklı ifade edebilen çocuk, başkalarının duygularını da daha kolay fark eder ve sosyal ilişkilerinde işbirlikçi davranışlar sergiler.

Öğrenme ve Akademik Başarıya Etkisi: Duyguların öğrenme süreçleri üzerindeki etkisi de göz ardı edilemez. Olumlu duygular (merak, ilgi, sevinç) öğrenmeye yönelik motivasyonu artırırken olumsuz duygular (kaygı, öfke, korku) öğrenme sürecini sekteye uğratabilir.

Duygusal Düzenleme Becerisi: Çocuklukta kazanılan duygusal düzenleme becerileri, yaşam boyu ruhsal sağlığın önemli bir göstergesidir. Çocukların öfke, hayal kırıklığı ya da üzüntü gibi yoğun duygularını kontrol etmeyi öğrenmeleri, onların ileriki yaşamlarında stresle baş etme kapasitelerini güçlendirir. Ebeveynlerin bu süreçte rehberlik etmesi, çocukların duygularını bastırmadan ama uygun yollarla ifade etmelerine olanak tanır.

Araştırmalar, çocuklukta duygularını tanıyabilen ve sağlıklı şekilde ifade edebilen bireylerin ileriki yaşamlarında daha güçlü sosyal ilişkiler kurduklarını, yüksek öz saygı geliştirdiklerini ve problem çözme becerilerinin daha etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu da duyguların yalnızca çocukluk dönemiyle sınırlı bir gelişim alanı değil, tüm yaşamı şekillendiren bir unsur olduğunu göstermektedir.

2. Duyguları Anlamanın Ebeveyn-Çocuk İlişisine Katkısı

Ebeveynlerin çocuklarının duygularını doğru şekilde anlamaları, güven temelli bir ilişki inşa etmelerinin ön koşuludur. Duygularını anlaşıldığını hisseden çocuk, kendini değerli görür, duygularını bastırma gereği duymaz ve ebeveynleriyle daha açık bir iletişim kurar. Bu durum, çocuğun hem ev ortamında hem de okul yaşamında kendini daha rahat ifade etmesine olanak sağlar. Güven duygusu gelişen çocuk, sosyal ilişkilerde daha işbirlikçi ve empatik davranışlar sergileme eğilimindedir.

3. Duygusal Farkındalığın Öğrenme Sürecine Etkisi

Duygusal farkındalık, bireyin kendi duygularını tanıyabilmesi ve bu duyguları anlamlandırabilmesi olarak tanımlanır. Çocuklarda duygusal farkındalık gelişmediğinde, öğrenme

süreçlerinde dikkat dağınıklığı, kaygı veya motivasyon kaybı gibi durumlar ortaya çıkabilir. Örneğin, sınav kaygısı yaşayan bir öğrenci, bilgiyi bildiği halde performansını sergilemekte zorlanabilir. Bu bağlamda ebeveynlerin çocuklarının duygularını tanımalarına destek olması, akademik başarı üzerinde dolaylı fakat önemli bir etkiye sahiptir.

4. Çocuğun Duygularını Anlamada Karşılaşılan Güçlükler

Velilerin çocuklarının duygularını anlamada zaman zaman güçlük yaşadıkları görülmektedir. Bunun nedenleri arasında yoğun yaşam temposu, başarı odaklı yaklaşım ve duyguların görmezden gelinmesi sayılabilir. Bazı ebeveynler, çocuğun öfke, üzüntü ya da kaygı gibi olumsuz duygularını zayıflık olarak değerlendirebilir. Oysa bu duygular, gelişimin doğal bir parçasıdır ve yok sayıldıklarında çocuklarda içe kapanma, davranış sorunları veya özgüven eksikliği gibi sonuçlara yol açabilir.

5. Çocuğun Duygularını Anlamaya Yönelik Temel Yaklaşımlar

Çocukların duygusal dünyasını anlamlandırmaya yönelik literatür, ebeveynler için uygulanabilir bazı temel yaklaşımlar önermektedir:

Aktif Dinleme: Çocuğun duygularını ifade ederken dikkatle ve yargılamadan dinlemek, duyguların önemsendiğini gösterir.

Duyguları İsimlendirme: Çocuğun duygularını tanımlamasına yardımcı olmak, onun öz-farkındalık geliştirmesine katkı sağlar. Örneğin, “Üzgün görünüyorsun, bu seni zorlamış olabilir.” ifadesi, çocuğun duygusunu anlamasına destek olur.

Normalleştirme: Olumsuz duyguların yaşamın doğal bir parçası olduğunu vurgulamak, çocuğun duygularını bastırma eğilimini azaltır.

Model Olma: Ebeveynin kendi duygularını sağlıklı şekilde ifade etmesi, çocuk için öğrenme fırsatı sunar.

Bu yaklaşımlar, ebeveyn-çocuk iletişimini güçlendirirken, çocukların duygusal düzenleme becerilerinin gelişmesine de katkıda bulunur.

Son olarak çocuğun duygularının anlaşılması yalnızca kısa vadeli bir rahatlama sağlamaz; aynı zamanda uzun vadeli gelişimsel kazanımlara da zemin hazırlar. Duygularını ifade edebilen ve anlaşıldığını hisseden çocukların:

- Özgüvenleri artar.
- Sosyal ilişkileri daha sağlıklı olur.
- Stresle baş etme becerileri gelişir.
- Empati kurma kapasiteleri güçlenir.

Dolayısıyla duygusal dünyayı anlamlandırma süreci, bireyin yalnızca çocukluk dönemini değil, yetişkinlik yaşamını da şekillendiren önemli bir gelişimsel yatırımdır.



Kaynaklar:

- Bayhan, P. & Artan, İ. (2004). Çocuk gelişimi ve eğitimi. Morpa Yayınları.
- Gordon, T. (2001). Etkili anne baba eğitimi. Profil Yayıncılık.
- Nelson, J. (2019). Pozitif disiplin. Kaknüs Yayınları.
- Özgüven, İ. E. (2000). Aile danışması. Nobel Yayınları.
- Yavuzer, H. (2010). Çocuğu tanımak ve anlamak. Remzi Kitabevi.

DİSİPLİN VE SEVGİ ARASINDA DENGELİ KURMAK

Her birey çocuğunun güçlü bir karaktere sahip olmasını ve yaşamda mutlu, başarılı bir birey olarak yetişmesini arzulayan bir yaklaşıma sahiptir. Ancak bu hedefe ulaşmak yalnızca iyi niyetle değil bilinçli, tutarlı ve dengeli bir rehberlikle mümkündür. Bu noktada çocuk gelişiminin iki temel unsuru öne çıkar: disiplin ve sevgi. Her ikisi de çocuğun sağlıklı, sorumluluk sahibi ve özgüvenli bir birey olmasında hayati rol oynar. Fakat bu iki kavram arasında doğru bir denge kurulmadığında, iyi niyetli çabalar bile zamanla olumsuz sonuçlar doğurabilir. Bu yazının amacı: çocuklara rehberlik eden herkesin disiplin ve sevgi arasında sağlıklı bir denge kurmasına yardımcı olmak ve ilişkileri daha sağlam temellere oturtmalarına katkı sunmaktır.

Disiplinin Anlamı: Cezalandırmak Değil, Yol Göstermek

Toplumda disiplin denildiğinde çoğu zaman akla ilk gelen şey cezadır. Oysa disiplin, ceza vermek ya da çocuğu bastırma anlamına gelmez. Gerçek disiplin, çocuğa doğru ve yanlış öğretme, sınırlar koyma ve bu sınırlar aracılığıyla ona hayatın kurallarını tanıtmaya sürecidir. Disiplinli bir ortamda yetişen çocuk, hem kendi haklarını hem de başkalarının haklarını korumayı öğrenir. Aynı zamanda davranışlarının sonuçlarıyla yüzleşmeyi, sorumluluk almayı ve özdenetim geliştirmeyi öğrenir.

Disiplin çocuğu şekillendirme sürecidir. Ancak bu süreçte disiplinin bir baskı aracı değil, rehberlik yöntemi olduğu unutulmamalıdır. Eğer disiplin korku ve ceza temelli bir şekilde uygulanırsa, çocuk zamanla kendini yetersiz, değersiz ya da isyankâr hissedebilir. Bu nedenle disiplinin mutlaka sevgiyle harmanlanması gerekir. Çocuk, disiplinle karşılaştığında ebeveynin niyetinin onu cezalandırmak değil, ona yol göstermek olduğunu hissetmelidir. Aksi takdirde, disiplin amacına ulaşmaz ve ebeveyn-çocuk ilişkisi zedelenir.

Sevgi: Çocuğun İçsel Gücünü Besleyen Temel Duygu

Sevgi, bir çocuğun ruhsal gelişiminde oksijen kadar gereklidir. Çocuk; sevildiğini hissettiği zaman kendine

güven duyar, aidiyet geliştirir ve çevresine karşı daha açık hale gelir. Sevgi, çocuğun temel güven duygusunu oluşturur. Bu güven duygusu ise onun öğrenmeye, keşfetmeye ve kendini ifade etmeye yönelik motivasyonunu doğrudan etkiler.

Ancak sevgi, yalnızca fiziksel temasla ya da güzel sözlerle sınırlı bir duygu değildir. Asıl sevgi; çocuğun duygularının ciddiye alınması, fikirlerinin dikkate alınması ve olduğu gibi kabul edilmesiyle kendini gösterir. Çocuğa, "Yanımdayım, hata da yapsan seni sevmeye devam edeceğim." mesajı verildiğinde çocuk hem duygusal olarak rahatlar hem de gelişimsel olarak daha sağlam adımlar atar.



Bazı ebeveynler, "Ben çocuğumu çok seviyorum, bu yüzden kural koyamıyorum." diyerek aşırı hoşgörölü bir yaklaşım benimseyebilirler. Ancak kuralsız bir sevgi, çocuğun sınırsız bir ortamda büyümesine neden olur. Bu durum da çocukta bencil davranışların, hayal kırıklığına karşı düşük toleransın ve sorumluluk almama eğiliminin gelişmesine yol açabilir. Gerçek sevgi, çocuğun duygusal ihtiyaçlarını gözetirken onun gelişimi için gerekli sınırları da koyabilmeyi gerektirir.

Disiplin ve Sevgi Arasında Nasıl Denge Kurulur?

Ebeveynlikte en zorlayıcı konulardan biri de tam bu noktada karşımıza çıkar: Hem sevgi dolu bir ortam sunmak hem de sınırlar koymak. Bu ikisini bir araya getirmek,

birçok aile için kafa karıştırıcı olabilir. Ancak sağlıklı çocuk yetiştirmenin yolu tam da bu dengede yatar.

İlk olarak, ebeveynlerin çocuklarına karşı tutarlı olması gerekir. Tutarlılık, çocuğun güven duygusunu pekiştirir. Eğer bugün izin verilen bir davranış yarın yasaklanırsa çocuk neyin doğru, neyin yanlış olduğunu öğrenemez. Bu da hem ebeveyne hem de kurallara karşı güven kaybına yol açar.

İkinci olarak ebeveynin çocuğa yön verirken kullandığı iletişim dili büyük önem taşır. Bağırarak, emir vermek ya tehdit etmek, kısa vadede işe yarıyor gibi görünse de uzun vadede çocukta öfke, korku ya da kaygı yaratabilir.



Bunun yerine, sınır koyarken açıklayıcı ve anlayışlı bir dil kullanmak hem çocuğun duygularını anlamasını hem de ebeveyniyle olan bağını korumasını sağlar.

Disiplin Sürecinde Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar

Disiplin ve sevgi dengesini kurarken aşağıdaki ilkelerden faydalanmak oldukça etkili olacaktır:

- Kurallar net olmalı ancak esnek uygulanmalıdır: Kuralların açık ve anlaşılır olması, çocuğun sınırları kolayca kavrayabilmesini sağlar. Fakat bu kurallar yaşa ve duruma göre esnek olmalı, katı ve değişmez olmamalıdır. Böylece çocuk, gerektiğinde kuralların neden değişebileceğini anlayarak esneklik kazanır.

- Disiplin davranışa yönelik olmalı, kişiliğe değil: Eleştiriler ve uyarılar, çocuğun karakterine değil; sadece sergilediği davranışa odaklanmalıdır. Örneğin, "Yaramazsın" demek yerine, "Bu davranış uygun değil." demek daha yapıcıdır ve çocuğun kendini kötü hissetmesini engeller.

- Olumlu davranışlar takdir edilmelidir: Sadece hatalar değil, iyi davranışlar da fark edilmeli ve geri bildirimle desteklenmelidir. Bu, çocuğun özgüvenini güçlendirir ve olumlu davranışların tekrarlanmasını teşvik eder.

- Çocukla birlikte çözüm aranmalı ve sorumluluk verilmelidir: Disiplin sürecinde çocuk da karar alma sürecine dahil edilmeli, davranışlarının sorumluluğunu üstlenmesi sağlanmalıdır. Bu yaklaşım, iç disiplin gelişimini destekler ve çocuğun özgürlük duygusunu artırır.

- Ebeveynler davranışlarıyla örnek olmalıdır: Çocuklar söylenenlerden çok görülenleri öğrenir. Bu nedenle anne-babaların kendi davranışları, tutumları ve iletişim şekilleri çocuklar için en güçlü modeldir. Disiplin sürecinde en çok başvurulan yöntemlerden biri ceza olsa da, ceza çocuğun davranışının nedenini anlamasını sağlamaz. Tam aksine, çoğu zaman davranış gizlenir ya da ebeveynlerden korku

gelişir. Bu yüzden çocuk davranışının doğal sonucu ile yüzleştirilmelidir. Örneğin, odasını toplamayan bir çocuğun oyuncağını bulamaması, kendi davranışının doğal bir sonucudur. Böylece çocuk hem sorumluluk almayı öğrenir hem de dış otoriteye ihtiyaç duymadan davranışlarını düzenlemeye başlar.

Sevgi ve Disiplin Birlikte Olduğunda Ne Olur?

Disiplinin sevgiyle desteklendiği ortamlarda yetişen çocuklar genellikle şu özelliklere sahip olur:

- Sağlıklı bir özgüven geliştirirler.

- Sınırların varlığını içselleştirir, kendi yaşamlarında da kurallar koyabilirler.

- Sorumluluk alırlar, hatalarından ders çıkarabilirler.

- Duygusal dayanıklılıkları yüksektir, eleştiriye daha açık hale gelirler.

- Toplumsal kurallara daha kolay uyum sağlarlar.

Böylesi çocuklar; sadece aile içinde değil, okulda ve sosyal çevrelerinde de daha başarılı ilişkiler kurarlar. Çünkü çocuk, ailesinden gördüğü sevgi ve disiplin dengesi sayesinde karşılaştığı zorlukları yönetebilecek iç kaynakları geliştirmiş olur. Disiplin ve sevgi, çocuk yetiştirmenin iki kanadıdır. Biri olmadan diğeri çocuk gelişimini tamamlayamaz. Ne sadece sevgiyle ne de sadece disiplinle sağlıklı bireyler yetiştirilebilir. Aşırı baskıcı, kurallarla dolu bir evde büyüyen çocuklar duygusal olarak kapanabilirken kuralsız, sınırsız sevgiyle büyüyen çocuklar da hayatın gerçeklerine hazırlıksız kalabilirler.

Bu nedenle her anne-baba, çocuğuna hem sevgiyi doyasıya hissettirmeli hem de sınır koymaktan çekinmemelidir. Bu sınırlar, çocuğun gelişimsel ihtiyaçlarına uygun ve öğretici olmalı sevgi ise koşulsuz, tutarlı ve güven verici biçimde sunulmalıdır. Çünkü çocukların ihtiyacı olan şey; mükemmel ebeveynler değil, dengeli ve farkındalık sahibi ebeveynlerdir.



Kaynaklar:

- Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and crisis. New York: Norton.
- Levinson, D. J. (1978). The seasons of a man's life. New York: Knopf.
- Masten, A. S. (2014). Ordinary magic: Resilience in development. New York: Guilford Press.

EĞİTİMDEN KARIYERE UZUNAN YOL

Okula başlamak; her çocuk için yeni bir başlangıç her veli için ise yeni sorumluluklar demektir. Eğitim hayatı, ilkokuldan başlayan ve lise yıllarından geleceğe uzanan bir yolculuktur. Çocuğunuzun okul hayatına nasıl adım attığı onun kişisel gelişiminde, akademik başarısında ve kariyer hedeflerinde belirleyici olacaktır.

Günümüzde başarılı olmanın yolu yalnızca ders kitaplarından öğrenilen bilgilerden geçmiyor. Artık bireylerin kendilerini tanımaları, güçlü yönlerini fark etmeleri var olan yeteneklerini ve potansiyelleri doğru şekilde kullanabilmeleri oldukça önemlidir. Bu noktada çocukların ve gençlerin erken yaşta yeteneklerini keşfetmeleri büyük bir avantaj sağlar. Eğitim sürecinde öğrenciler yalnızca akademik bilgilerle donatılmamalı; aynı zamanda ilgi ve yeteneklerini keşfetmesine olanak tanıyarak geleceğini planlamaya, üretmeye ve kendi yolunu bulmasına destek olunmalıdır.

İlkokul, ortaokul ve lise düzeyinde öğrencilerin eğitsel, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarının farkına vararak nasıl destekleneceğine ve süreç yönetimine birlikte bakalım.

1. Temel Eğitim – Öğretim Dönemi (İlkokul)

Merak, ilgi ve Öğrenme İsteği: İlkokul, öğrenmeye duyulan doğal merakın en yoğun yaşandığı ve ilk çocukluk dönemine göre ilgi alanlarının ortaya çıkmaya başladığı dönemdir. Bu merak, ilgi ve öğrenme isteğinin olumlu beslenmesi ve pekişmesine destek olunması öğrenme sürecini oldukça olumlu etkiler. Bu dönemde çocuğunuzun desteklenmesi, güvenli ortamın oluşturulması önemlidir. Başarısız olduğu durumlarda başarısızlık nedenleri birlikte araştırılarak yapıcı dönütler verilmelidir. Doğruya birlikte ulaşmasına destek olmak oldukça önemlidir.

Temel Akademik Beceriler: Okuma, yazma, matematik gibi beceriler yanında sosyal ilişkiler, iş birliği ve sorumluluk alma alışkanlıkları da geleceğin temelini oluşturur. Bu dönemde ödev sorumluluğu oluşturmasına ve günlük tekrar alışkanlığını kazanmasına destek olmak iyi bir temel bilgi birikimi oluşturmasının en önemli kriterleri arasında yer alır. Ayrıca zamanı planlama ve yönetme becerisi

kazanması geleceği planlaması ve başarısı açısından da oldukça önemlidir.

Öz güven Kazanma: İlk başarı deneyimleri bu dönemi oldukça anlamlı kılar. Yaptığı bir ödevden pekiyi almak okula olan sevgi ve ilgisini artırır. Evde de başarılarının görülerek devamı için yüreklendirilmesi öz güven kazanmasında önemli bir rol oynar.

Bu dönemde ev ve okul arasında düzenli rutinler oluşturulması yanında sanat, spor gibi ilgi alanlarının birlikte keşfedilmesi yeteneklerinin ortaya çıkmasını sağlar. Bu süreç ve deneyim yoldaşlığı çocuğunuzun kendine ve aileye güven oluşturmaya, öğrenci – ebeveyn arasında güçlü bir bağ kurulmasına katkı sağlar.

2. Kimlik Gelişimi ve İlgi Alanlarının Keşfi (Ortaokul Dönemi)

Ortaokul dönemi ergenliğin başladığı kritik yaş dönemidir. Bu dönemde gençler artık aileden bağımsız olmanın ön alıştırmalarını yapmaktadır. Çoğunlukla akran grupları ve sınıf arkadaşları ile zaman geçirmek önemli olmaktadır. Bireysel ilgi alanlarını keşfetmeye, grupta söz sahibi olmaya, kimlik oluşturmaya başladıkları dönemdir.

Farklı Deneyimler Kazanmanın İlk Adımları

Bir öğrencinin ilgi alanlarını keşfetmesinin en iyi yolu, farklı etkinliklere katılmaktır. Bu etkinlikler sadece okul ve ders merkezli olmamalıdır.

Kulüpler ve Atölyeler: Okulda açılan bilim, sanat, müzik veya robotik kulüplerine katılmak, farklı alanları deneyimlemek için harika bir yoldur.

Spor Faaliyetleri: Takım sporları, bireysel sporlar veya doğa sporları gibi farklı spor dalları, öğrencilerin hem fiziksel yeteneklerini hem de takım çalışması, liderlik gibi becerilerini keşfetmesini sağlar.

Gönüllü Çalışmalar: Bu dönem gençlerinin katılmasında sorun oluşturmayacak sivil toplum kuruluşlarında zaman geçirmesi, barınak ziyaretleri yaparak hayvan bakımını üstlenmesi, yaşlı ve çocuklara kitap okumak gibi etkinliklerle zamanı verimli hale getirmesi toplumsal duyarlılığının artmasına olanak sağlar.

Hobiler Oluşturmak

Gelecekte seçilecek meslek ya da yapılacak iş, kısacası kariyer oluşturmak çoğu zaman hobilere dayanır.

Dijital Dünyaya Duyulan İlgi: Bilgisayar / telefon / tablet gibi araçlarda oyun oynamak yerine oyun kodlama programlarını araştırabilir. Kodlama ve yazılımın temel basamaklarını öğrenebilir. Podcast vb. görsel içerikler düzenleyebilir. Tüm bunlar teknoloji ve medya alanında gelişmesine olanak sağlayacaktır.

Okuma ve Araştırma Alışkanlığı Oluşturma: Farklı konularda kitaplar okumak, belgeseller izlemek ve merak edilen konular hakkında araştırma yapmak, öğrencilerin ilgi duydukları alanları daha derinlemesine keşfetmesini sağlar.

Yaratıcı Faaliyetler: Resim, tiyatro, müzik gibi sanatsal faaliyetlere katılmak; hikâye, şiir ve günlük yazmak farklı ilgi alanlarını ortaya çıkarabilir.

Öğrenciler, ilgi duydukları konuların günlük hayatta nasıl kullanıldığını gördüklerinde motivasyonları artar. İleride yapacakları mesleklerin temelini de bu dönemde atmış olurlar.

Bu süreçte önemli olan, **denemekten ve hata yapmaktan korkmamaktır**. Her deneme, bir sonraki adım için bir öğrenme fırsatıdır. Öğrenci, neyi sevmediğini keşfettiğinde bile bu ona neyi sevdiği hakkında önemli ipuçları verir. Ayrıca ebeveynin destekleyici ve yüreklendirici olması, birlikte keyifli zaman geçirmek, birlikte deneyimlemek için olanaklar oluşturması gencin yeteneklerinin açığa çıkması için önemli bir fırsattır. Bu durum sadece ders ve not odaklı öğrenci ebeveyn ilişkisi yerine öğrenen, birlikte eğlenen ve yeni ilgi alanları keşfeden sıcak aile ilişkisi oluşturur.

3. Geleceğe ve Kariyere Yolculuk (Lise)

Lise öğretimi geleceği planlama, şekillendirme ve kariyer oluşumuna karar vermenin en önemli sürecidir. Bu süreçteki bilinçli yolculuk gelecekteki kariyer yolculuğunun sağlam temeller üzerine kurulmasını sağlar.

Kendini Keşfetme Dönemi

Kariyer planlamanın ilk adımı, kendinizi tanımadır. İlkokul ve ortaokuldan gelen deneyimler, bu dönemin temelini oluşturur. Başarılı olunan dersler, geçmişteki ilgi alanları ve yetenekler, yapılan etkinlikler, arkadaşlarla bir araya gelindiğinde geçirilen zamanda en çok odaklanılan konular kendimizi keşfetmemiz için önemli bir birikim ve fırsattır.

İlgi Alanları ve Yetenekler: Hangi konularda doğal bir yeteneğiniz var? Sözel mi, sayısal mı, sanatsal mı yoksa sosyal becerileriniz mi daha gelişmiş?

Değerleriniz: Sizin için bir meslekte ne önemli? Yüksek gelir mi, insanlara faydalı olmak mı, yaratıcılık mı yoksa istikrarlı bir iş hayatı mı? Belki de çalışma saatleri önemlidir.

Kişilik Özellikleriniz: Ekip çalışması mı, bireysel görevler mi size daha uygun? Liderlik mi, takipçilik mi sizin için daha rahat?

Okulda uygulanan test, anket ve envanter sonuçları, öğrenciyi yakından tanıyan kişiler bu konuda önemli destekçilerdir. Ama en önemlisi kendi iç yolculuğunuz ve deneyimlerinizden yola çıkarak oluşturduğunuz beceri ve yönelimler ilgi alanlarının belirlenmesinde özneliğini korur.

Meslek ve Eğitimlerin Araştırılmasının Önemi

Kariyer planlamanın en önemli adımı kendini tanımakla birlikte mesleklerin ve mesleğin gerektirdiği kişilik özelliklerinin tanınmasıdır.

Geleceğin Meslekleri: Teknoloji ve yapay zeka gibi alanların yükselişiyle birlikte gelecekte popüler olacak mesleklere göz atın. Veri analisti, yapay zeka mühendisi, siber güvenlik uzmanı gibi alanları araştırın. Bununla birlikte mesleğin popüler ve geleceğin mesleği olması



seçmek için yeterli değildir. Mutlaka mesleğe yönelik ilgi, beceri ve tutumun da olması gerekir.

Meslek Tanıtım Etkinlikleri: Okulunuzun düzenlediği kariyer günlerine, üniversitelerin tanıtım fuarlarına ve seminerlerine katılın. Bu etkinlikler size farklı meslekleri yakından tanıma fırsatı sunar.

Eğitim Gereksinimleri: İlgilendiğiniz mesleklerin hangi üniversitede olduğunu, bölümlerini gerektirdiği kişilik özellikleri, bu bölümlerin başarı sıralarını, okutulan derslerin içeriklerini, mezuniyet sonrası iş olanaklarını araştırın.

Deneyim Kazanma

Okulda gördüğünüz derslerin deneyimlenmesi, yeni bilgilere ulaşmak için projeler yapılması, farklı dersler arasında bağlantı kurulması mesleki yöneliminizi destekleyen çalışmalar arasında yer alır.

Staj ve Gönüllü Çalışmalar: Yaz tatillerinde ilgi duyduğunuz bir alanda staj yaparak veya sivil toplum kuruluşlarında gönüllü çalışarak deneyim kazandırır. Bu,



bir taraftan meslek hakkında gerçekçi fikir verirken diğer tarafta yeteneklerinin bu meslekle uyumlu olup olmadığını da deneyimlemesini sağlar.

Proje ve Kulüp Faaliyetleri: Okuldaki kulüpler çocuğun ve gencin ilgi ve yeteneği destekleyen çalışmalar yapar. Robotik, münazara, bilim veya sanat kulüpleri gibi alanlarda yer alarak hem yeni beceriler edinilebilir hem de ilgi alanlarının keşfedilmesine katkı sağlar.

Yabancı Dil ve Sertifika Programları: İyi derecede bir yabancı dil bilmek, önemlidir. Ayrıca programlama, grafik tasarım gibi alanlardaki sertifika programlarına katılmak yeteneklerin gelişmesini sağlar.

Bu deneyimleri lise hayatı boyunca bir yol haritası gibi kullanılması, geleceğe daha bilinçli ve emin adımlarla yürümeyi sağlayacaktır. Kariyer planlaması tek bir karar anından ibaret değildir, sürekli devam eden bir süreçtir.

Lise öğretimi süresince çocuğun kariyer hedeflerinin desteklenmesi ve ebeveynin ilgi alanına yönelik meslek

seçimi için baskı yapmaması doğru amaca yönelmek için oldukça önemlidir.

Lise, stres ve kaygının yoğun olduğu dönemlerin başında yer almaktadır. Lise sürecinde akademik destek önemlidir ancak sevgi ve ilginin kapsayıcı olduğu unutulmamalıdır. Yaşamda aldığı başarı ve başarısızlığın ona olan duyguları değiştirmeyeceğini bilmesi gencin eğitim hayatında rahat ve dengeli olmasını sağlar. Aldığı sorumlulukların sonuçlarının olumsuz yada başarısız olması durumunda sorumluluktan kaçmak uzaklaşmak yerine yeni çözüm yolları bulmasına yardımcı olur. Onu koşulsuz severek onun değerli olduğunu her zaman hissedeceğinin bilinmesi öz güven duygusunun gelişmesinde önemli rol oynayacaktır.

Unutmayalım ki kariyer sadece iyi bir meslek sahibi olmak değildir. Toplumsal ve bireysel değerler, insan ilişkileri ve yaşam becerileri de kariyerin ayrılmaz parçalarıdır.

Üniversite ve meslek seçiminde okulun Rehberlik Biriminden yararlanılması, uzmanlardan görüş alınması gencin meslek seçiminde bir diğer unsurdur.

Kaynaklar:

- Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, "Ergenlerin Ebeveyn Duygusal Erişilebilirliği, Benlik Kurgusu ve Bilişsel Esneklik Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi"
- Harvard University, Center on the Developing Child.
- Steinberg, L. (2014). Age of Opportunity: Lessons from the New Science of Adolescence.
- UNICEF (2021). The State of the World's Children: On My Mind – Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health.
- Stanford University, Department of Psychology.

21. YÜZYILDA EBEVEYNLİK: DEĞİŞEN DÜNYADA ÇOCUKLARLA BİRLİKTE BÜYÜMEK

Ebeveynlikte Yeni Bir Dönem

Günümüz dünyası her geçen gün değişiyor; teknoloji, eğitim anlayışları, sosyal çevreler ve çocukların ihtiyaçları farklılaşıyor. Bu hızlı dönüşüm, ebeveynlerin rollerini de yeniden gözden geçirmelerini gerekli kılıyor. "Ebeveynlik güncellemesi" kavramı, anne babaların çocuklarının farklı gelişim dönemlerinde daha bilinçli, esnek ve bilimsel yaklaşımlar sergilemesini ifade ediyor. Artık çocuklarımızı yalnızca büyütüyor, aynı zamanda onlarla birlikte değişen bir dünyaya uyum sağlamayı öğreniyoruz.

Bilimsel Araştırmaların Işığında

Harvard Üniversitesinin Center on the Developing Child araştırmaları; özellikle 0-6 yaş döneminde ebeveyn ve çocuk arasındaki iletişimin, dil gelişimi ve sosyal beceriler üzerinde kalıcı etkiler yarattığını ortaya koyuyor. Stanford Üniversitesinde yapılan çalışmalar ise ergenlik çağındaki çocuklarla kurulan ilişkinin, kontrol edici değil rehberlik edici olduğunda gençlerin akademik başarılarının ve psikolojik dayanıklılıklarının arttığını gösteriyor. UNICEF raporları da aile içi açık iletişim ve dijital dünyada sağlıklı sınırlar koymanın, çocukların güvenliğini korumada en etkili yol olduğunu vurguluyor.

Gelişim Dönemlerine Göre Ebeveynlik

Her çocuk, gelişiminin farklı evrelerinde bambaşka ihtiyaçlarla karşımıza çıkar. Ebeveynliğin en büyük zenginliği de bu farklılıkları fark edebilmek ve her döneme uygun bir yaklaşım geliştirebilmektir. Çocuğun büyümesi sadece fiziksel değil zihinsel, duygusal ve sosyal anlamda da katmanlı bir süreçtir. İşte bu nedenle ebeveynlik, bir yolculuk boyunca yeniden öğrenmeyi ve kendini güncellemeyi gerektirir.

Okul öncesi dönem (3-6 yaş) çocukların en hızlı öğrendiği yıllardır. Bu evrede oyun, çocuk için hem öğrenme hem de duygularını ifade etme aracıdır. Türk aile yapısında çoğu zaman bu dönem "okula hazırlık" gözüyle görülür ancak araştırmalar, bu yaşta kazanılan duygusal güven ve sosyal becerilerin akademik başarıdan daha belirleyici olduğunu

göstermektedir. Çocuğun kendi kendine yemek yemesine izin vermek, onunla birlikte hayali oyunlara katılmak, duygularını adlandırmasına yardımcı olmak bu dönemde atılacak en önemli adımlardır.

İlkokul dönemi (7-10 yaş) merakın en yoğun olduğu yıllardır. Çocuk bu dönemde dünyayı sorularla anlamaya çalışır ve öğrenmenin zevkini keşfeder. Ebeveynler, sadece ders başarısına odaklanmak yerine çocuğun merak ettiği alanları desteklediğinde, öğrenme kalıcı hale gelir. Evde küçük sorumluluklar vermek örneğin masasını düzenlemesine veya alışveriş listesine katkıda bulunmasına fırsat tanımak, hem özgüvenini hem de sorumluluk duygusunu güçlendirir.

Ortaokul dönemi (11-14 yaş) çocuğun hem bedensel hem de ruhsal anlamda hızlı bir değişim yaşadığı bir evredir. Arkadaşlık ilişkileri ön plana çıkar ve ebeveynin rolü biraz geri planda kalır gibi görünür. Oysa bu dönemde çocuk, ebeveyninin yanında olduğunu bilmeye her zamankinden fazla ihtiyaç duyar. Katı yasaklar koymak yerine, dijital medya kullanımı gibi konularda birlikte karar almak, çocuğun bireyselliğini tanımak ve aynı zamanda yönlendirici olmak önemlidir. Türk kültüründe aileler bazen bu yaşta çocuklarının "büyüdüğünü" kabul etmekte zorlanabilir fakat ona güvenildiğini hissettirmek, sağlıklı bir ergenlik süreci için temel oluşturur.

Lise dönemi (15-18 yaş) ise kimlik arayışının ve gelecek kaygısının yoğun yaşandığı yıllardır. Bu dönemde genç; kendi kararlarını almak, bağımsızlığını göstermek ister. Ebeveynin görevi baskı yapmak değil, rehberlik etmektir. Üniversite ve meslek seçiminde sadece "iş garantisi" üzerinden değil, çocuğun ilgi ve yetenekleri üzerinden düşünmek, gencin motivasyonunu artırır. Ayrıca bu dönemde gençlerle empati kurmak, "Senin yaşındayken ben de aynı kaygıları yaşadım" gibi cümlelerle samimiyet kurmak iletişimi güçlendirir. Eleştiri yerine destek sunmak, gençlerin psikolojik dayanıklılığını artırır.

Görüldüğü gibi, ebeveynlik her yaşta yeniden şekillenen bir yolculuktur. Bir dönem işe yarayan yöntemler, başka bir dönemde etkisiz olabilir. Önemli olan çocuğun gelişim evresine uygun, sevgi temelli ve esnek bir yaklaşım geliştirmektir.

Ebeveynlikte Esneklik ve İletişim

Ebeveynlik, sabit kurallar üzerinden yürütülecek bir süreç değildir. Her çocuk farklıdır hatta aynı ailede büyüyen kardeşlerin bile farklı ilgi alanları, kişilik özellikleri ve ihtiyaçları olabilir. Bu nedenle ebeveynlerin esnek bir bakış açısına sahip olması büyük önem taşır. Türk kültüründe aile bağlarının güçlü olması, çocukların güven duygusunu pekiştiren bir unsur olsa da bazen aşırı koruyuculuk ya da katı disiplin anlayışı çocukların bağımsızlaşma sürecini zorlaştırabilir. İşte bu noktada esneklik devreye girer.

Esnek ebeveynlik; çocuğun yaşına ve kişisel özelliklerine göre beklentileri uyarlamak, gerektiğinde kuralları güncellemek ve çocuğun değişen ihtiyaçlarına açık olmak demektir. Örneğin,



okul öncesi dönemde oyun ve keşif odaklı bir yaklaşım doğru olurken lise döneminde gençlerin bireyselliğini tanımak ve seçimlerine saygı göstermek gerekir. Katı kuralların yerine, aile içinde ortak karar alma ve birlikte çözüm üretme yöntemleri, çocukların hem sorumluluk bilincini hem de öz güvenini artırır.

İletişim ise ebeveynlikte en güçlü araçtır. Çocuğu dinlemek, onu anlamaya çalışmak, duygularını küçümsemeden kabul etmek aile içindeki güven ortamını besler. Türk aile yapısında çoğu zaman “biz senin iyiliğini düşünüyoruz” anlayışıyla çocukların duyguları göz ardı edilebiliyor. Oysa bilimsel araştırmalar, çocukların duyu ve düşüncelerini rahatça ifade edebildiği aile ortamlarında hem akademik hem sosyal anlamda daha başarılı olduklarını gösteriyor.

Ayrıca günümüzde teknolojinin hayatımıza girmesiyle ebeveyn-çocuk iletişimi yeni bir boyut kazandı. Telefonlar, tabletler ve sosyal medya, ebeveynler için kaygı kaynağı olabiliyor. Burada önemli olan yasak koymak değil, çocukla

karşılıklı konuşarak dijital sınırlar belirlemek ve teknolojiyi doğru kullanmayı öğretmektir. Bu yaklaşım hem çatışmaları azaltıyor hem de çocuğun kendi kendini denetleme becerisini geliştirmesine yardımcı oluyor.

Unutulmamalıdır ki ebeveynin söylediklerinden çok, davranışları etkili olur. Çocuğuna kitap okumasını öğütleyen bir anne-baba, kendisi de kitap okuduğunda mesaj çok daha güçlü iletilir. Aynı şekilde, sabırlı, anlayışlı ve sakin bir tutum sergileyen ebeveyn; çocuğuna farkında olmadan duygularını yönetmeyi öğretir. Bu yüzden ebeveynler sadece çocuklarını değil, aynı zamanda kendilerini de geliştirmeye devam etmelidir. Çünkü sağlıklı ve dengeli bir ebeveyn, çocuğuna en büyük desteği sunar.

Ebeveynlik; her yaşta yeniden şekillenen, öğrenmeyi ve uyum sağlamayı gerektiren bir süreçtir. Esneklik ve etkili iletişim hem çocuğun hem de ebeveynin birlikte büyümesine kapı aralar. Bunu bir yolculuk olarak görmek hem deneysel hem duygusal olarak zenginleştirir.

Kaynaklar:

- Atik, M., Şivgin, K., Mumcu, E., & Bektaş, M. (2024). Okul aile iş birliğinin önemine yönelik okul yöneticilerinin görüşleri. Ulusal Eğitim Dergisi,
- Bengişoy, A., & Yılmaz, I. (2019). Özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynlerin okul rehberlik servisinden beklentileri ile ilgili görüşleri. Journal of Uludag University Faculty of Education,
- Demir, O. O., Bektaş, O., & Saraçoğlu, S. (2021). Okul aile iletişiminin başarıya, öz yeterliliğe, motivasyona ve tutuma katkısı. Eğitimde Yeni Yaklaşımlar Dergisi,
- Erdoğan & Anık (adaptasyonu), 2021-2022. Aile iletişim kalıplarının öğrencilerin stresle başa çıkma becerilerine etkisi (Maltepe Üniversitesi Yüksek Lisans verisi).
- Şahin, S., & Aral, N. (2012). Aile içi iletişim. Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi,
- karakocanihl.meb.k12.tr

AİLE - ÖĞRENCİ - REHBERLİK ÜÇGENİNDE İLETİŞİM

Eğitim, salt akademik başarıya indirgenemeyecek kadar çok boyutlu bir süreçtir. Öğrencinin gelişiminde en etkili faktörlerden biri, aile, öğrenci ve rehberlik birimi arasında kurulan sağlıklı iletişimidir. Bu üçgen doğru çalıştığında öğrenci hem öğrenim süreçlerinde hem de duygusal ve sosyal gelişim alanlarında güçlü bir destek sistemine kavuşur.

Bir çocuğun eğitim hayatı, sadece sınıfta aldığı derslerle sınırlı değildir. Onun gelişimini etkileyen en önemli faktörlerden biri, çevresiyle kurduğu sağlıklı iletişimidir. Bu iletişim ağının temelinde ise aile, öğrenci ve okulun rehberlik servisi yer alır. Bu üçlü yapı, çocuğun hem akademik başarısı hem de duygusal ve sosyal gelişimi için bir bütünlük oluşturur. Aile, çocuğun ilk sosyal çevresidir ve karakterinin şekillendiği en temel yerdir. Sevgi, güven, sorumluluk gibi değerler ilk olarak evde kazanılır. Aile içinde sağlıklı bir iletişim kurulamayan bir çocuk, bu eksikliği okul hayatına da taşır. Ancak ailesi tarafından anlaşılan, desteklenen ve değer verilen bir öğrenci, kendini daha güvende hissederek ve okulda da daha başarılı olur.

Öğrenci bu üçgenin merkezinde yer alır. Kimi zaman duygularını açıkça ifade edebilirken bazen yaşadığı sıkıntıları davranışlarıyla yansıtır. Bu noktada hem ailenin hem de okulun dikkatli olması gerekir. Çocuğun yalnızca akademik başarısına odaklanmak, onun içinde bulunduğu duygusal durumu gözden kaçırmamıza neden olabilir. Oysa öğrenci kendini güvende hissettiği bir ortamda potansiyelini daha rahat ortaya koyar. Rehberlik servisi ise bu üçgenin denge unsurlarından biridir. Hem öğrenciyle birebir iletişim kurar hem de aileye ve öğretmenlere yol gösterici bir rol üstlenir. Rehber öğretmenler, öğrencinin gelişim sürecini çok yönlü olarak değerlendirerek, gerektiğinde aileyle iş birliği içinde çözümler üretir. Ancak bu iş birliğinin sağlıklı bir şekilde sürdürülebilmesi için ailelerin rehber öğretmenle açık ve düzenli bir iletişim içinde olması önemlidir.

Aile, öğrenci ve rehberlik servisi arasında kurulan güçlü bir bağ, öğrencinin hem kişisel gelişimini destekler hem de eğitim hayatında karşılaşılabileceği sorunlara karşı onu daha dirençli kılar. Anlayışa dayalı, empatik ve açık bir iletişim sayesinde çocuklar kendilerini daha değerli hisseder, özgüven kazanır ve sağlıklı bireyler olarak yetişir. Bu nedenle iletişim, sadece konuşmak değil; anlamak, dinlemek ve birlikte çözüm üretmektir. Eğitim sürecinde her bireyin sesi duyulmalı, her duygu dikkate alınmalı ve her adım çocuğun iyiliği gözetilerek atılmalıdır.

Ergenlik döneminde bulunan bir çocukla sağlıklı ve etkili bir iletişim kurmak, ebeveynler için çoğu zaman oldukça güç ve karmaşık bir süreç olabilir. Bu dönemde ergen, bedensel gelişimle birlikte yoğun duygusal dalgalanmalar ve sosyal çevresiyle ilişkilerinde önemli değişimler yaşarken; anne ve baba da bir yandan kendi çocuklarının hızla değişen tutum ve davranışlarını anlamlandırmaya, bir yandan da bu değişime doğru şekilde uyum sağlamaya çalışmaktadır. Bu karmaşık geçiş sürecinde ebeveynler, farkında olmadan



çeşitli hatalı davranış ve tutumlar sergileyebilirler. Her ailenin dinamiği farklı olduğu için, çocuklara yönelik sergilenen yanlış yaklaşımlar da aileden aileye farklılık gösterebilir.

Psikolojik danışmanlık sürecine başvuran birçok aile, özellikle ergenlik dönemindeki çocuklarıyla nasıl sağlıklı iletişim kurabileceklerini, karşılıklı anlayışı nasıl geliştirebileceklerini ve bu süreçte nasıl daha başarılı ebeveynler olabileceklerini öğrenmek isterler. Hatta çoğu zaman bu sorulara net ve uygulanabilir bazı ipuçları ya da adeta bir "formül" beklerler.

Ancak danışmanlık sürecindeki gözlemlerimden edindiğim en dikkat çekici bulgu şudur ki; ergenlik sürecinde sorun yaşayan ailelerde öne çıkan en temel problem, genellikle sadece ebeveyn-çocuk arasındaki iletişimden kaynaklanmaz. Asıl problem, anne ve babanın birbirlerine karşı olan tutumlarında yaşanan çatışmalar ve çocuklarına karşı tutarlı bir yaklaşım

sergileyememelerinden doğmaktadır. Ebeveynler arasında sağlıklı bir iletişim ve ortak bir tutarlılık olmadığında, çocuğun bu karmaşayı hissetmesi ve davranışlarına yansıtması kaçınılmaz hale gelir.

Güven Temelli Dinamikler

İletişimin merkezinde güven, açıklık ve saygı vardır. Aile öğrenci iletişiminde güven ortamı oluştuğunda, öğrenci duygu ve düşüncelerini daha sağlıklı ifade edebilir. Rehberlik birimi bu güvenin pekişmesini sağlayan köprüdür; süreçte süreklilik ve şeffaflık sağlandıkça, hem aile hem öğrenci kendini güvende hisseder.

İş Birliğinin Etkileri

Okul aile iş birliği, öğrencinin akademik başarısına, motivasyonuna ve özgüvenine doğrudan katkı sağlar.





Örneğin, Niğde Ulukışla'da yapılan bir çalışmanın sonucuna göre okul-aile iletişimi öğrencilerin fen alanındaki başarılarını, özgüvenlerini ve motivasyonlarını olumlu etkiliyor. Bu durum, iletişim üçgeninin etkili çalışmasının öğrencinin genel tutumuna yansıdığını gösteriyor.

Rehberliğin Rolü ve Beklentiler

Özellikle özel gereksinimli çocukların aileleri, rehberlik biriminin desteğine belirgin şekilde ihtiyaç duyarlar. Rehberlik servisinden beklentileri arasında düzenli görüşme, kaygıların giderilmesi, aile eğitimleri ve ortak etkinlikler yer almaktadır. Bu talepler, iletişimin sadece bilgilendirme değil, aynı zamanda psikososyal destek mekanizmasına dönüştürülebileceğinin göstergesidir.

Aile İçi İletişim ve Stres Yönetimi

Ailenin iç iletişim kalıpları, öğrencinin stresle baş etme stratejilerini doğrudan etkileyebilir. Şanlıurfa'daki lise öğrencileriyle yapılan bir araştırmada yalnızca diyalog boyutunun problem odaklı başa çıkma ve sosyal destek arayışını anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur. Bu, aile içi iletişimin niteliğinin, öğrenci merkezli süreçlerin verimliliğini belirlediğini düşündürmektedir.

Okul Yönetiminin Perspektifi

Okul yöneticileri, aile katılımını artırmaya yönelik stratejilerin hem okul iklimini hem de öğrenci başarısını güçlendirdiğini vurgular. Düzenli iletişim toplantıları, dijital iletişim kanalları ve katılımı destekleyici etkinlikler bu iş birliğinin temel taşlarıdır. Bu stratejiler üçgenin verimli çalışması için kritik araçlardır.

Özetle,

Aile, öğrenci, rehberlik üçgeninde sağlıklı iletişim şu faydaları sağlar:

Güven ve açıklık, öğrencinin duygusal ifadesine alan açar. İş birliği, sadece akademik değil, özgüven ve motivasyon düzeylerini de artırır. Rehberlik, yalnız bilgi vermek değil, destek sağlamakla da ilintilidir. Aile içi iletişim, stresle başa çıkmada temel belirleyicidir. Okul stratejileri, iletişimin sürekliliğini ve etkinliğini artırır.

Bu bağlamda, iletişim herhangi bir seçenek değil; eğitim sisteminin zorunlu ve öncelikli bir bileşenidir. Etkili bir iletişim üçgeni, öğrenciyi yalnızca bugünün değil geleceğin de güçlü ve özgüvenli bireyi yapar.

Kaynaklar:

- Aydın, İ. (2018). Öğrencilerde erteleme davranışı ve etkileyen faktörler. Eğitim ve Bilim Dergisi,
- Çetin, B. & Yılmaz, E. (2020). Zaman yönetimi becerileri ve erteleme arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri üzerine bir çalışma. Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,
- Demirtaş, H. & Şahin, M. (2019). Akademik erteleme ve kaygı düzeyi ilişkisi: Lise öğrencileri üzerine bir araştırma. Türk Psikoloji Dergisi,
- Kara, F. & Özkan, S. (2021). Mükemmeliyetçilik ve erteleme davranışı: Üniversite öğrencilerinde bir inceleme. Eğitim Araştırmaları Dergisi,
- Şimşek, Z. & Aydın, G. (2022). Sosyal medya kullanımının erteleme davranışına etkisi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi,
- Türk, H. & Yücel, A. (2017). Öz-yeterlik inancı ve akademik erteleme ilişkisi. Uluslararası Eğitim ve Öğretim Dergisi,

TÜKENEN SÜRE, ARTAN KAYGI: ÖĞRENCİLER NEDEN ERTELİYOR?

Modern eğitim sisteminin dinamikleri, öğrencilerin yalnızca akademik başarı göstermesini değil; aynı zamanda zaman yönetimi, öz disiplin, duygusal denge ve psikolojik dayanıklılık gibi çok boyutlu beceriler geliştirmesini de zorunlu kılmaktadır. Ancak özellikle ortaöğretimden üniversite düzeyine kadar her yaş grubundaki öğrencilerde giderek yaygınlaşan bir sorun dikkat çekmektedir: akademik erteleme. Öğrenciler; ders çalışmak, ödev hazırlamak, sınavlara hazırlanmak gibi temel sorumluluklarını çeşitli nedenlerle geciktirmekte bu durum, zaman baskısı arttıkça kaygı düzeyinin de paralel şekilde yükselmesine neden olmaktadır.

Erteleme davranışı ilk bakışta basit bir "tembellik" ya da "motivasyon eksikliği" olarak değerlendirilebilir. Oysa konuya psikolojik, sosyolojik ve eğitsel açılarından yaklaşıldığında çok daha karmaşık bir yapının ortaya çıktığı görülür. Öğrencilerin erteleme eğilimlerinin altında; başarısızlık korkusu, mükemmeliyetçilik, özgüven eksikliği, zaman yönetimi becerilerindeki yetersizlik, internet ve sosyal medya bağımlılığı hatta bazen depresif duygu durumu gibi çeşitli bireysel ve çevresel faktörler yatmaktadır. Erteleme davranışı bir alışkanlığa dönüştüğünde, bu yalnızca akademik başarıyı değil, öğrencilerin psikolojik iyi oluş hallerini, öz saygılarını ve gelecek hedeflerine yönelik tutumlarını da olumsuz etkileyebilmektedir.

Bu noktada cevaplanması gereken temel sorulardan biri şudur: Öğrenciler neden erteliyor? Bu sorunun yanıtı yalnızca bireyin içsel özelliklerinde değil; aynı zamanda öğrencinin içinde bulunduğu çevrede, maruz kaldığı beklentilerde ve günümüz dijital dünyasının sunduğu kolay dikkat dağıtıcı uyarlarda gizlidir. Zaman baskısının yoğunlaştığı, performansın sürekli ölçüldüğü ve başarıya dair toplumsal baskının arttığı bir dönemde öğrencilerin zihinsel yükü giderek ağırlaşmaktadır. Sonuçta öğrenciler, işleri zamanında yapmamakla kalmayıp

ertelenmiş görevlerin baskısıyla oluşan kaygı döngüsünün içinde sıkışıp kalmaktadır.

Öğrenciler Neden Erteliyor?

1- Başarısızlık Korkusu ve Mükemmeliyetçilik:

Öğrencilerin büyük bir kısmı erteleme davranışını, içsel olarak hissettikleri başarısızlık korkusunun bir savunma mekanizması olarak gösterir. Yapacakları bir ödevi ya da girecekleri sınavı "yeterince iyi" yapamayacaklarına dair kaygı, onları başlamaktan alıkoyar. Özellikle mükemmeliyetçi eğilimleri olan öğrenciler, yaptıkları işin kusursuz olması gerektiğine inanırlar. Bu da süreci başlatmak yerine ertelemeye yönelmelerine neden olur. Çünkü kusursuzluk beklentisi, sürecin değil; sadece sonucun önemsendiği bir zihin yapısına yol açar.

2- Zaman Yönetimi Becerilerinin Zayıflığı:

Zamanı verimli kullanamama, ertelemenin en sık görülen nedenlerinden biridir. Özellikle genç bireyler, görevlerin süresini ya olduğundan kısa sanarak planlama hatası yapar ya da kendilerine "daha sonra yaparım" yanılgısıyla gerçekçi olmayan bir zaman algısı geliştirir. Bu durum, görevlerin son dakikaya bırakılmasına dolayısıyla yoğun stres ve düşük performansla tamamlanmasına yol açar. Zaman yönetimi eğitimi almamış ya da bu konuda deneyimi az olan öğrenciler için bu durum oldukça yaygındır.

3- Düşük Öz Yeterlik İnancı:

Öğrencilerin kendilerini yeterli hissetmemeleri, ertelemenin bir başka temel nedenidir. "Bu konuyu anlamıyorum.", "Yapsam bile iyi olmayacak." gibi düşünceler, öğrencinin işe başlamasını engeller. Bu durum, akademik özgüvenin düşük olduğu bireylerde daha sık gözlemlenir.

4- Dijital Dikkat Dağıtıcılar ve Sosyal Medya:

Günümüzde özellikle üniversite ve lise öğrencileri, dijital dünyaya bağımlı hale gelmiş durumda. Sosyal medya, mobil oyunlar, video içerikleri gibi dikkat dağıtıcı unsurlar; öğrencilerin odaklanmasını zorlaştırıyor. Yapılması gereken bir ödevin başına geçmek yerine, kısa süreli keyif veren içeriklere yönelmek daha kolay ve cazip geliyor. Yapılan birçok araştırma, sosyal medya bağımlılığı ile akademik erteleme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

5- Psikolojik İyi Oluşun Düşük Olması:

Erteleme davranışı, sadece akademik değil, aynı zamanda psikolojik iyi oluş düzeyiyle de yakından ilişkilidir. Sürekli olarak kaygılı, umutsuz ya da yetersiz hisseden bireyler, görevlerine karşı motivasyonlarını kaybederler. Bu da ertelemeyi tetikler. Zamanında yapılmayan görevler daha sonra birikerek yükü artırır ve bireyin psikolojik dayanıklılığını daha da düşürür.

6- FOMO (Gelişmeleri Kaçırma Korkusu): Son yıllarda yapılan araştırmalar, bir şeyleri kaçırma korkusunun da erteleme davranışında etkili olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle genç bireyler, sosyal çevrelerinde olup bitenleri kaçırmamak adına ekran başında daha fazla vakit geçiriyor. Bu süre ise akademik sorumluluklardan çalınıyor. Böylece öğrenciler hem dikkatlerini toplayamıyor hem de görevlerini sürekli ertelıyor.

7- Aile ve Çevresel Baskılar: Bireyin içinde bulunduğu çevre de erteleme üzerinde önemli bir rol oynar. Aşırı baskıcı ya da beklentisi yüksek aile ortamlarında büyüyen öğrenciler, başarısızlık durumunda dışlanacaklarını ya da cezalandırılacaklarını düşündüklerinden görevlerden uzak durarak bilinçsizce kendilerini korumaya çalışırlar. Erteleme, burada bir "kaçınma davranışı" olarak işlev görür. Ayrıca öğretmen beklentileri, akran rekabeti ve toplumsal başarı baskısı da benzer etki yaratabilir.

Çözüm Yolları: Ertelemeyle Nasıl Başa Çıkılır?

Ertelme davranışıyla mücadele etmek mümkündür ancak bu yalnızca kişinin kendine bağlı değildir. Çünkü erteleme, genellikle basit bir tembellikten daha karmaşık nedenlerle ortaya çıkar. Öğrencilerin bu alışkanlığı yenebilmesi için hem kendi farkındalıklarını artırmaları hem de çevreden destek almaları gerekir. Zaman yönetimi, özgüven, stresle başa çıkma gibi becerilerin geliştirilmesi önemlidir. Ailelerin, öğretmenlerin ve okulun da öğrenciyi cesaretlendirmesi yargılamadan destek vermesi süreci kolaylaştırır. Ayrıca sosyal medyadan uzaklaşmak, küçük hedefler koymak ve başarıları kutlamak da ertelemeyle baş etmeye yardımcı olur. Yani ertelemeyi yenmek sadece daha çok çalışmak değil, planlı ve dengeli bir yaşam sürmekle mümkündür.

1. Zaman Yönetimi Eğitimi

- Günlük/haftalık yapılacaklar listesi oluşturma alışkanlığı kazandırılmalı.

- "Pomodoro Tekniği" gibi kısa çalışma blokları içeren zaman yönetimi yöntemleri tanıtılmalı.

- Plan yaparken görevler küçük parçalara bölünmeli. (Büyük işler göz korkutabilir.)

2. Mükemmeliyetçiliği Fark Etme ve Esnetme

- "%100 doğru olmak zorunda değilim, %70 yeterli" gibi içsel diyaloglar geliştirilmeli.

- Öğrenciler, küçük riskler alarak sürece başlamaları için cesaretlendirilmeli.

- İlk taslağın sadece başlangıç olduğu ve geliştirme fırsatının her zaman olacağı vurgulanmalı.

3. Öz Yeterlik Desteği ve Küçük Başarılar

- Öğrencilere önce kolay ve başarı şansı yüksek görevler verilerek başarı deneyimi yaşatılmalı.

- Başarılar görünür kılınmalı.

Başarının kişisel çabalarla geldiği mesajı verilerek öz yeterlik duygusu güçlendirilmeli.

4. Dijital Ekran Sınırlaması

- Çalışma saatlerinde bildirimler kapatılmalı.

- Sosyal medya kullanım süresi sınırlandırılmalı. (örneğin günlük 1 saat)

- Telefonlar çalışma süresince başka bir odada bırakılmalı.

5. Psikolojik Destek ve Farkındalık Çalışmaları

- Okullarda rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri aktif hale getirilmeli.

- Öğrencilere nefes egzersizleri ve stres yönetimi araçları öğretilmeli.

- Grup çalışmaları ve paylaşım ortamları ile öğrenciler yalnız olmadığını hissetmeli.

6. FOMO ile Baş Etme

- "Kaçırma korkusu" yerine "Şimdi neye ihtiyacım var?" sorusu üzerine odaklanmak.

- Gerçek sosyal ilişkiler dijital olanlara göre daha fazla teşvik edilmeli.

- Günlük ekran süresi raporları incelenerek davranış farkındalığı sağlanmalı.

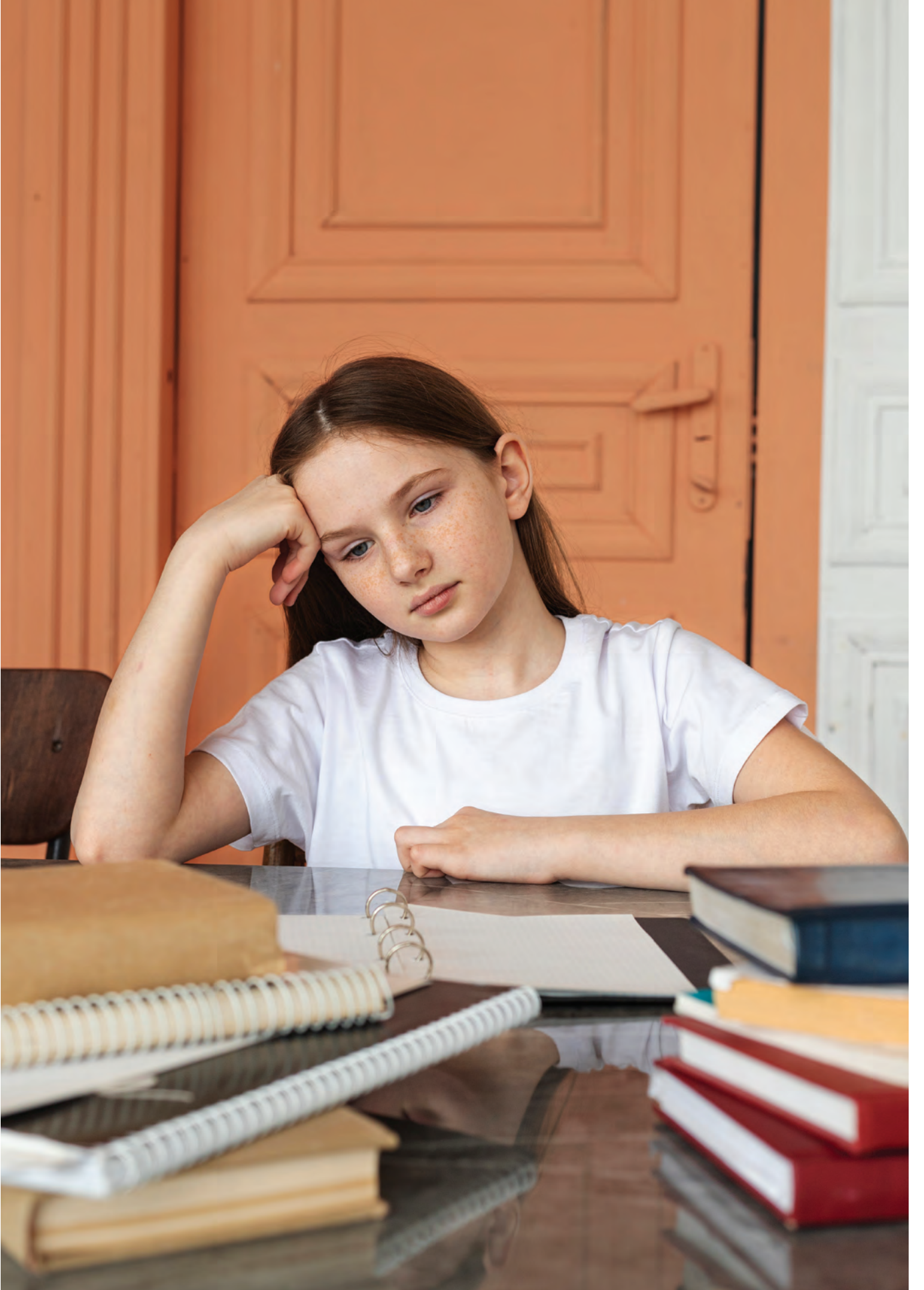
7. Aile ve Öğretmen Desteği

- Aileler çocuklarını yargılamadan dinlemeli.

- Öğretmenler, öğrencileri yarışa değil; gelişime teşvik etmeli.

- Çabayı takdir eden, güven veren ve eleştirmeyen bir iletişim dili benimsenmeli.

Akademik erteleme, öğrencilerin yalnızca zaman yönetimi becerilerindeki eksikliklerden kaynaklanmaz; aynı zamanda psikolojik faktörler, çevresel baskılar ve dijital dünyanın etkisiyle karmaşık bir hale gelir. Başarısızlık korkusu, mükemmeliyetçilik, düşük öz yeterlik ve dikkat dağınıklık unsurlar, öğrencilerin erteleme davranışını sürdürmesine neden olmaktadır. Ancak bu davranışla başa çıkmak mümkündür. Zaman yönetimi, öz disiplin, psikolojik destek ve çevresel faktörlerin iyileştirilmesiyle öğrenciler erteleme alışkanlıklarını aşabilir ve daha sağlıklı bir akademik yaşam sürdürebilirler. Bu sürecin başarıya ulaşması, bireysel farkındalıkla birlikte aile, öğretmen ve okul desteğinin birleşimiyle mümkün olacaktır.



Kaynaklar:

- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*,
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Press.
- Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2014). *Motivation in education: Theory, research, and practice*. Pearson Higher Ed.
- Wentzel, K. R., & Brophy, J. E. (2014). *Motivating students to learn*. Routledge.
- Güngör, A. (2016). Öğrenmede içsel motivasyonun önemi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*,
- Özgüven, İ. E. (2018). Eğitimde motivasyonun yeri ve önemi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*,

ÖĞRENME SÜRECİNDE İÇSEL MOTİVASYONUN ÖNEMİ

Motivasyon, bireyin davranışlarını başlatan, yönlendiren ve sürdüren içsel ya da dışsal güç olarak tanımlanır. İçsel motivasyon, bireyin herhangi bir dış ödül ya da ceza beklentisi olmadan, yalnızca öğrenmenin kendisinden haz aldığı ve merak duygusuyla hareket ettiği durumdur. Çocukların oyun oynarken ya da merak ettikleri bir konuyu araştırırken gösterdikleri çaba, içsel motivasyonun en doğal örneğidir.

Eğitimde içsel motivasyon, öğrencinin öğrenmeye yönelik ilgisini, merakını ve isteğini canlı tutar. Bu tür motivasyonla hareket eden çocuk, öğrenmeyi bir görev olarak değil keyifli bir süreç olarak görür.

İçsel Motivasyonun Öğrenmeye Katkıları

Kalıcı ve Anlamlı Öğrenme: İçsel motivasyonu yüksek çocuklar, öğrendikleri bilgileri yalnızca sınav için değil, hayatları boyunca kullanmak üzere öğrenirler. Bu da bilginin uzun süreli belleğe aktarılmasını kolaylaştırır.

Problem Çözme ve Yaratıcılık: Merak duygusu ve öğrenme isteği, çocukların karşılaştıkları sorunlarda yeni çözüm yolları geliştirmelerine yardımcı olur. İçsel motivasyonu güçlü bireyler, tek bir cevaba değil farklı bakış açılarına odaklanabilirler.

Bağımsız Öğrenme Becerisi: Öğrencinin, öğretmen ya da velinin yönlendirmesi olmadan öğrenme sürecini kendi başına sürdürebilmesi içsel motivasyonla doğrudan ilişkilidir. Bu beceri, akademik başarının ötesinde yaşam boyu öğrenmeyi destekler.

Özgüven ve Özdisiplin: Kendi çabasıyla öğrenen çocuk, başarısının değerini daha iyi kavrar ve bu durum özgüvenini güçlendirir. Ayrıca, öğrenme sürecinde sebat göstermeyi ve kendi sorumluluğunu almayı öğrenir.

Ailenin İçsel Motivasyondaki Rolü

Veliler, çocukların motivasyon kaynaklarını şekillendiren en önemli unsurlardan biridir. Çocuğun evde gördüğü yaklaşım, öğrenmeye bakış açısını doğrudan etkiler.

Sürece Odaklanmak: Çocuğun yalnızca sonucunu değil

gösterdiği emeği takdir etmek, onun öğrenmeye karşı isteğini artırır.

Merakı Teşvik Etmek: Çocuğun sorularına sabırla yanıt vermek, araştırmaya yönlendirmek ve birlikte öğrenme deneyimleri yaşamak motivasyonu destekler.

Bağımsızlığa İzin Vermek: Çocuğun kendi seçimlerini yapmasına fırsat tanımak, hata yapmasına tolerans göstermek ve bu süreçte rehber olmak, içsel motivasyonu güçlendirir.

Rol Model Olmak: Ebeveynlerin öğrenmeye açık, araştıran ve merak eden tutumları çocuk için en güçlü örnektir.

Ödül ve Ceza Yaklaşımının Sınırları

Öğrenme süreçlerinde ödül ve ceza, öğrencinin davranışlarını kısa vadede şekillendirebilen dışsal motivasyon araçlarıdır. Ancak yapılan araştırmalar, bu yöntemlerin uzun vadede içsel motivasyonu zayıflatma riski taşıdığını ortaya koymaktadır. Ödüller, öğrencinin davranışını kısa sürede değiştirebilir; ancak davranışın sürdürülmesi çoğu zaman ödülün devamına bağlı hale gelir. Örneğin, yalnızca yüksek not ya da hediye almak için ders çalışan bir öğrenci, ödül ortadan kalktığında öğrenmeye karşı ilgisini kaybedebilir. Bu durum literatürde "aşırı gerekçelendirme etkisi" (overjustification effect) olarak tanımlanmakta ve içsel motivasyonun dışsal faktörler tarafından gölgelenmesine işaret etmektedir.

Ceza uygulamaları, kısa vadede istenmeyen davranışları azaltabilse de uzun vadede öğrenme motivasyonunu ve öz



güveni olumsuz etkileyebilir. Öğrenci, cezadan kaçınmak için öğrenme davranışı sergilese bile, bu durum öğrenmenin kendisiyle değil, olumsuz duygularla ilişkilendirilmesine yol açar. Bu da öğrenmeye yönelik kalıcı bir isteksizlik oluşturabilir. Ödül ve ceza yerine, öğrencinin merakını, özerklik duygusunu ve yeterlik algısını destekleyen yöntemler tercih edilmelidir. Öğrencinin sürece katılım göstermesi, kendi kararlarını alabilmesi ve çabasının takdir edilmesi, içsel motivasyonu güçlendiren yaklaşımlar arasında öne çıkmaktadır.

İçsel Motivasyonu Güçlendirmek İçin Öneriler

Öğrenme sürecinde içsel motivasyonu desteklemek, bireyin öğrenmeye yönelik kalıcı ilgisini ve merakını güçlendiren temel bir süreçtir. Literatür, aile ortamı ve ebeveyn tutumlarının bu bağlamda belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çerçevede öne çıkan başlıca unsurlar şunlardır:

1. İlgil ve Merak Alanlarının Desteklenmesi: Çocukların bireysel ilgi alanları, öğrenme motivasyonlarının en önemli belirleyicilerindedir. Merak uyandıran ve öğrencinin kendi ilgisiyle örtüşen öğrenme deneyimleri, motivasyonun sürekliliğini sağlar. Bu nedenle öğrenme materyallerinin bireysel farklılıkları dikkate alacak biçimde çeşitlendirilmesi önemlidir.

2. Sürece Yönelik Değerlendirme: Araştırmalar, öğrenme sürecinde yalnızca sonuca odaklanmanın motivasyonu

zayıflattığını, sürece odaklanmanın ise içsel motivasyonu artırdığını göstermektedir. Öğrencinin gösterdiği çaba ve öğrenme stratejilerinin vurgulanması, öğrenme sürecinin değerini pekiştirmektedir.

3. Öğrenme Ortamının Düzenlenmesi: Fiziksel ve psikolojik olarak destekleyici bir öğrenme ortamı, motivasyon üzerinde doğrudan etkilidir. Sessiz, dikkat dağıtıcı unsurlardan arındırılmış ve öğrenmeyi teşvik eden materyallerle zenginleştirilmiş bir çevre, öğrencinin odaklanma ve öğrenme isteğini artırmaktadır.

4. Sorumluluk ve Özerklik Fırsatları: Özbelleme kuramı, bireyin özerklik gereksiniminin içsel motivasyonun temel unsurlarından biri olduğunu vurgular. Öğrencinin öğrenme sürecinde seçim yapabilmesi, karar alabilmesi ve sorumluluk üstlenebilmesi, özerklik duygusunu güçlendirerek motivasyonu artırmaktadır.

5. Olumlu ve Yapıcı Geribildirim: Olumlu geribildirim, bireyin yeterlik duygusunu besleyen temel faktörlerden biridir. Geribildirimlerin yalnızca hataları düzeltmeye yönelik değil, aynı zamanda güçlü yönleri destekleyen bir yapıda sunulması, öğrencinin öğrenmeye yönelik istekliliğini korumasına katkı sağlamaktadır.

6. Öğrenmenin Günlük Yaşamla İlişkilendirilmesi: Öğrenmenin yalnızca akademik başarıyla sınırlı olmadığını, gündelik yaşamla da doğrudan bağlantılı olduğunun vurgulanması, bireyde öğrenmeye yönelik içsel anlam oluşturur. Bu anlam, öğrenmenin değerini artırarak motivasyonu sürdürülebilir kılar.

7. Sosyal Öğrenme ve Model Olma: Aile bireylerinin öğrenmeye yönelik olumlu tutum sergilemeleri, çocuklar için önemli bir model oluşturur. Sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde, ebeveynlerin öğrenmeye açık ve araştırmacı davranışları, çocukların benzer tutum geliştirmelerine zemin hazırlar.

8. Duygusal Güven Ortamı: Öğrenme sürecinde bireyin hata yapma kaygısı taşımadan kendini ifade edebilmesi, içsel motivasyonun korunması açısından kritik bir faktördür. Destekleyici ve yargılayıcı olmayan bir duygusal ortam, öğrencinin öğrenmeye yönelik risk alabilme ve yeni şeyler deneme davranışlarını artırmaktadır.

Son olarak içsel motivasyon, öğrenme sürecinde en güçlü ve kalıcı itici güçtür. Çocuğun yalnızca okul başarısına değil, hayat boyu öğrenme ve gelişim becerilerine de yön verir. Velilerin destekleyici, sabırlı ve teşvik edici tutumları, bu motivasyonun gelişmesinde belirleyici rol oynar.

Unutulmamalıdır ki gerçek başarı ödüllerle değil, öğrenmenin kendisinden alınan tatminle kalıcı hale gelir. Yetişkinler olarak çocuklarımızın içsel motivasyonlarını güçlendirmek, onlara verebileceğimiz en değerli armağanlardan biridir.



Kaynaklar:

- Ankaralı, F., & Savaş, G. (2021). Okul öncesi çocuklarda öğretmen açısından helikopter ebeveyn tutumlarının şiddet bağlamında değerlendirilmesi. *Sosyoloji Dergisi*,
- Güçlü, C. H., & Çok, F. (2022). Helikopter anababalık ve gençler üzerindeki gelişimsel etkileri. *Çocuk Ve Gelişim Dergisi*,
- Schiffin vd. (2025, 20 Haziran). Anne ve babaların helikopter ebeveynlik davranışlarının genç yetişkinlerin öz-belirlenimi ve yaşam doyumu üzerindeki etkileri. *Enstitü Sosyal – Araştırma Gündemi*.
- Salman, M. (2025, 18 Nisan). Helikopter ebeveynlik: çocuk psikolojisi üzerindeki yeni nesil yaklaşımın etkileri. *Psychology Times Türkiye*.
- Şendil, T. G. (2025, 27 Ocak). 'Helikopter ebeveynlik' artıyor, uzmanlar uyarıyor: Çocuğunuzu 'korurken' ona zarar vermeyin. *Sputnik Türkiye*.

EBEVEYN TUTUMLARI: HELİKOPTER EBEVEYNLİK

Günümüz dünyasında ebeveyn olmak, belki de tarihin hiçbir döneminde olmadığı kadar karmaşık bir hâl aldı. Bilgi çağının sunduğu sınırsız olanaklar, çocuklarımız için daha iyi bir gelecek yaratma arzusunu büyütürken; bu arzu zamanla bir baskıya, kontrol ihtiyacına ve müdahaleye dönüşebiliyor. Tam da bu noktada karşımıza çıkan kavramlardan biri var: Helikopter Ebeveynlik.

Helikopter ebeveynlik, adını çocuğunun etrafında helikopter gibi dönen, onu her an izleyen, her kararına müdahale eden ve en küçük sorununda hemen yardıma koşan anne babalardan alır. Bu ebeveynler çocuklarını o kadar çok önemser ve korurlar ki onların karşılaşılabileceği her zorluğu önceden bertaraf etmeye çalışır, adeta onların yerine yaşamayı tercih ederler. Ama bu noktada kritik bir soru karşımıza çıkar: **Çocuğun adına yaşanan bir hayat, gerçekten onun hayatı olabilir mi?**

İyi niyetle hareket eden bu ebeveynler, aslında istemeden çocuklarının gelişim alanlarını daraltırlar. Çünkü mücadele etmeden kazanılan bir zaferin, düşmeden öğrenilen bir yürümenin ya da hata yapmadan öğrenilen bir doğrunun kalıcılığı yoktur. Çocuk, yaşamı deneyimlemeden büyürse karar verme, problem çözme, duygusal dayanıklılık gibi hayati becerileri kazanamaz. Bir başka deyişle helikopter ebeveynlik çocukları hayata hazırlamaz, onlardan hayatı gizler.

Psikolojik araştırmalar bu tür ebeveyn tutumlarının çocuklarda özgüven eksikliği, aşırı bağımlılık, kaygı bozuklukları ve düşük stres toleransı gibi sonuçlar doğurabileceğini gösteriyor. Çünkü sürekli kontrol edilen ve yönlendirilen çocuklar, zamanla kendi kararlarına güvenmemeye, dış dünyayı tehdit olarak görmeye başlarlar. Bu da onların hem akademik hem de sosyal yaşamlarında ciddi sorunlara yol açabilir.



Burada bir parantez açmak gerekir. Helikopter ebeveynlik bir sevgi biçimi değildir; **bir kontrol biçimidir**. Sevgi, çocuğun hata yapmasına, denemesine, bazen başarısız olmasına izin verebilmektir. Çünkü gerçek sevgi, bir insanın potansiyeline olan inançla birlikte gelir. Oysa helikopter ebeveyn, çocuğun hata yapma hakkını elinden alır. Onun yerine düşünür, onun yerine karar verir, onun yerine yaşar. Ama çocuk, yaşamadığı bir hayatın sorumluluğunu alamaz.



Elbette çocukları tamamen kendi haline bırakmak ya da ilgisiz olmak bir çözüm değildir. Mesele, ilgiyle baskıyı, rehberlikle yönetimi birbirinden ayırabilmektir. Ebeveynlik, bir çocuğun yanında yürümeyi bilmektir; onun yerine yürümek değildir. Çocuğa sınırlar koymak önemlidir ama bu sınırlar onu hapsedmek için değil, özgürce hareket edebileceği bir alan yaratmak içindir. Dengeli bir ebeveynlik anlayışı, çocuğun hem desteklendiği hem de birey olarak kabul gördüğü bir

ortam sunar. Böyle bir ortamda çocuk, hem sevgiyi hem sorumluluğu öğrenir. Hem düşer hem kalkar. Kendi kararlarının sonuçlarıyla yüzleşir, öğrenir, gelişir. Kendi ayakları üzerinde durmayı deneyimler. Ve en önemlisi büyürken sadece büyümeyiz, olgunlaşır.

Sonuç olarak helikopter ebeveynlik, çağımızın iyi niyetli ama zararlı ebeveynlik tuzaklarından biridir. Çocuklarımızı “kusursuz” şekilde yetiştirme arzusu, onların “eksik” bir

kişilikle büyümesine neden olabilir. Oysa onların ihtiyacı olan şey, mükemmel bir ebeveyn değil; yanlarında yürüyen, destekleyen ama nefes almalarına da izin veren bir rehberdir.

Unutmayalım: Çocuklarımız bizim değil, hayatın çocuklarıdır. Onlara ait olmadığımız bir hayatı yaşatma çabası, sonunda ne onlara ne de bize iyi gelir. Belki de en sağlıklı ebeveynlik, bazen bir adım geri çekilmek, izlemek ve güvenmektir.

Ve belki de en doğru sevgi, "Sen yapabilirsin" diyebilmektir.

Okul Öncesi Dönem: Dünyayı Keşfetmesine İzin Verin

Araştırmalar, helikopter ebeveynliğin okul öncesi dönemde çocukların sosyal uyumunu, özgüvenini ve duygusal gelişimini olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir. Öğretmen gözlemlerine göre bu aşırı korumacı tutum, çocukların kendini ifade edebilmesine ket vurmakta hatta psikolojik şiddet boyutlarına ulaşabilmektedir.

İlkokul ve Ortaokul: Özerklik İçin Alan Açın

Bu yaş gruplarında çocuklar problem çözmeyi, sorumluluk almayı öğreniyorlar. Ancak helikopter ebeveynler çocukların ödevlerini yapıyor, sosyal ilişkilerini yönlendiriyor ve sınavlarda aşırı müdahale ediyorlar. Bu durum, ergenlik dönemine kadar gelişen bireysel özerkliği ve özgüven duygusunu baskı altına alıyor.

Lise ve Genç Yetişkinlik: Özerklik ve Yaşam Tatmini Üzerine Etkiler

Bir başka güncel araştırma, helikopter ebeveynliğin özellikle genç yetişkinlerde özerklik, yeterli ve ilişki kurma ihtiyaçlarını zedelediğini göstermiştir. Anne denetiminin, bunları etkilediği kadar depresyon ve anksiyeteye de yol açtığı vurgulanmıştır. Ayrıca baba müdahalesi de özerklik üzerinde olumsuz fakat sınırlı bir etki yaratmaktadır.

Neden Helikopter Ebeveyn Oluyoruz?

Bu tutumun altında genellikle sevgi, kaygı ve bazen ebeveynin kendi çocukluğundaki eksiklikler yatar. Prof. Dr. Şendil'in belirttiği gibi, ebeveynler "en iyisini yapmak" adına çocuklarını korurken, onların özgüven ve bağımsızlık geliştirmesine engel olabiliyor. Bu, kaygı, depresyon, mükemmeliyetçilik ve ilişki kurmada zorluklara yol açabiliyor.

Her Kademeye Uygun Rehberlik: Dengeyi Sağlamak Okul Kademeleri İçin Tavsiye:

Okul öncesi: Keşfetmesine izin verin; küçük hatalar bile öğrenme fırsatıdır.

İlkokul-Ortaokul: Ödev ve görevleri destekleyici şekilde teklif edin, onun yerine yapmayın.

Lise-Yetişkinlik: Karar süreçlerinde destekleyici ama

kontrolcü olmayan bir rehber olun.

Sonuç: Sevgiyle bırakmak, gerçek güçtür.

Helikopter ebeveynlik iyi niyetle başlasa da, çocukların psikososyal gelişiminde geri kalmaya yol açabilir. Güncel Türkçe araştırmalar, tutumun okul öncesinden yetişkinliğe kadar pek çok alanda olumsuz sonuçlar doğurduğunu ortaya koyuyor. Veliler için en değerli ebeveynlik; çocuğun bağımsızlığını destekleyip, gerektiğinde yüreklendirebilmekte yatıyor. Çünkü gerçek sevgi, bazen geride durup izlemeyi bilmekte gizli. Hayatı deneyimleyerek öğrenmek, en kalıcı eğitimidir.

Öneriler

Ülkemizin farklı bölgelerinden ve kültürel geçmişlerden gelen çocuklarla yapılacak araştırmalar, helikopter ebeveynlik konusunun Türkiye'deki yeri hakkında önemli bilgiler sağlayabilir. Yurt dışında bu konuda birçok çalışma bulunmasına rağmen, Türkiye'de yapılan araştırmaların sayısı oldukça azdır. Oysa ülkemizde yapılacak çalışmalar, ebeveynlerin çocuklarına karşı ne kadar koruyucu ve müdahaleci davrandıklarını ortaya koyabilir ve bu sonuçlar diğer ülkelerdeki araştırmalarla karşılaştırılabilir. Çünkü bir davranış, bir toplumda normal karşılanırken başka bir toplumda farklı yorumlanabilir. Araştırmaların az olması, bu konunun hâlâ önemli ve araştırılmaya açık olduğunu gösteriyor. Türkiye'nin farklı bölgelerinde yapılacak yeni çalışmalar ve kültürel özelliklere uygun anketlerle, helikopter ebeveynliğin ne kadar yaygın olduğu ortaya konabilir. Elde edilen bulgularla, hem aileler hem de okullar için gerekli adımlar atılabilir. Bu nedenle bu alandaki araştırmaların artması büyük önem taşıyor.

Aynı zamanda okullarda, helikopter ebeveynliğin çocuklar üzerindeki etkilerini anlatan seminerler düzenlenebilir. Okulun rehberlik servisleri, bu tutuma maruz kaldığı düşünülen öğrencilerin aileleriyle birebir görüşmeler yaparak okul-aile iş birliğini güçlendirebilir. Gerekirse bu ailelere psikolojik destek de sağlanabilir. Anaokulu ve ilkokullarda, erken tespit için devlet destekli projeler kapsamında ebeveyn tutumlarına dair testler uygulanabilir. Helikopter ebeveynliğe yatkın aileler için bilgilendirici eğitimler ve farkındalık çalışmaları yapılabilir. Ayrıca hem bu ebeveynler hem de çocukları için grup terapileri düzenlenerek, olumsuz etkiler birlikte ele alınabilir. Aşırı korumacı ebeveyn tutumlarını azaltmak için kamu spotları ve farkındalık kampanyaları hazırlanabilir. Okul-aile birliği toplantılarında, ebeveynlere sadece kendi çocuklarına değil, diğer çocuklara da destek olabilecekleri programlar önerilebilir. Böylece hem kendi çocukları üzerindeki baskıyı azaltabilirler hem de diğer çocukların gelişimine katkıda bulunabilirler. Bu yaklaşımla ebeveynler, sınırlarını daha iyi tanıyabilir ve daha dengeli bir tutum geliştirebilirler.

Kaynaklar:

- Havighurst, R. J. (1972). Developmental tasks and education. New York: McKay
- Super, D. E. (1990). A life-span, life-space approach to career development. In D.
- Wentzel, K. R. (2009). Students' relationships with teachers as motivational contexts. In K. Wentzel & A. Wigfield (Eds.), Handbook of motivation at school (pp. 301-322). New York: Routledge

YAŞANTIMIZIN DÖNÜM NOKTALARI - YENİ ROTALAR OLUŞTURMAK



İnsan yaşamını çocukluk, gençlik ve yetişkinlik olarak değerlendirdiğimizde çocuklukta oyun, hayata ve hayatta kalmaya yönelik ilk öğrenme ve keşif yolculuğu başlar. Devam eden süreçte gençlik yılları ve hedeflerle şekillenen, yaşamın planlandığı dönem, ardından sorumlulukların arttığı ve zaman zaman yaşamın ağırlaştığı bir yetişkinlik yolculuğu olarak devam eder.

Bu süreçlerin bütününde aile önemli bir role sahiptir. Eğitim sosyolojisi ve gelişim psikolojisi aileyi, **bireyin dönüm noktalarıyla baş etmesinde birincil destek sistemi** olarak görmektedir. Özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde yaşanan kritik geçişler, hem bireysel hem de ailevi uyum süreçlerini zorunlu kılar. Burada eğitim de devreye girer.

Geleneksel bakış açısı, bu yolculuğu okul - meslek/iş - emeklilik olarak tek yönlü bir rota gibi görür: Oysa günümüz dünyası, bu kalıpları önemli ölçüde değiştirmektedir. Günümüzde yaşam döngüsü düz, hiçbir yola sapmadan **oku - çalış - emekli ol - dinlen** kalıplarından çıkarak değişiklik ve yeniliklere açık yeniden tasarlanan, farklı yönlere evrilen bir yol haritası niteliğine bürünmüştür. İşte eğitimin en kritik rolü de burada başlar. Artık eğitim, bireylere yalnızca bilgi ve eğitim verme kalıplarının dışına çıkmış; onlara dinamik bir yapı **"yeni rotalar çizme becerisi"** kazandırma niteliğine bürünmüştür.

Peki, yaşamda bireysel ve toplumsal vizyonun oluşumunu ve değişimini sağlayan eğitimde neler yenileşti ve değişti?

Ezberden Keşfe: Eğitimde Paradigma Değişimi

Klasik eğitim modelleri, bireyleri belirli bilgi alanlarında uzmanlaştırmaya odaklayarak daha çok ezber niteliğinde ve var olan bilgilerin korunmasına yönelik paradigmalara sahipti. Öğretmenler verdikleri ödevlerde net beklenti ve sonuçlara odaklanarak dönüt almayı bekleyen, farklı bakış açılarını kolay kolay kabul edemeyen yapıya sahipti. Ancak günümüzde yenilikçi öğrenme modelleri katkısıyla eğitimden beklentiler de değişti. Ezber bilgiden çok öğrenmeye; uyum sağlama, öğrenmeyi öğrenme ve yeni bilgilere ulaşma, üretim ve eğitimin farklı alanlarına yeniden başlayabilme cesareti ile de öne çıkmaktadır.

Geçmişte mühendis, bankacı, öğretmen vb mesleklerde başlayıp emeklilik hayatına başlayan birey yapısından kariyerinin belirli bir noktasında farklı ilgi alanlarını keşfeden, farklı ve yenilikçi eğitimler alarak kariyerini farklı meslek gruplarına aktaran daha özgür bireylere dönüşmekteyiz.

Daha 10 yıl önce akıllı telefonları kullanmakta zorlanan ileri yaş grupları yeni yaşam becerisi ve alışkanlıklar oluşturarak yapay zeka vb uygulamaları kullanıp keşfeden, öğrenen, projeler üretmek online sosyal gruplara dahil olabilen bireyler haline gelmekte.



Tüm bu yenilik ve gelişmeler özellikle bireyin oluşturacağı dönüm noktasında, eğitimin artık sadece "hazırlık" değil, aynı zamanda "yeniden doğuş" fırsatları sunduğunu gösteriyor. Yaşantısının belli bir döneminde bıkkınlık ve yılgınlığa düşen her yaş grubundan birey, mitolojide yer alan anka kuşunun küllerinden doğması gibi adeta küllerinden yeniden doğma fırsatını yakalamaktadır.

Yaşam Döngüsünde Eğitim: Bir Dönem Değil, Yaşam Boyu Eğitim

Eğitim, bir döneme sıkışan faaliyet olmaktan çıkıp, yaşamın her evresinde yeni rotalar açan bir yol arkadaşı olmalıdır. Öyle dönemlerle karşılaşırız ki; bulunduğumuz okulda, meslekte, çalışılan kurumda ve sosyal yaşamımızda kısır döngüye girdiğimizi fark edip yeni beceriler, çalışma alanları, yeni ve farklı işler ve yeni eğitim yaklaşımlarına ihtiyaç duymaktayız.

Bu durumda arayışlarımız ve keşiflerimiz devreye girmektedir. Eğer ilk eğitim yaşantımızda kendimizi doğru keşfettiyssek ya da çocuğumuzun özel yeteneklerini fark edip onların da fark etmelerini sağladıysak yeni bir vizyon oluşturarak yeni yollara adım atmaktan çekinmiyoruz.



Bu nedenle; Çocuklukta; merak duygusunu öldürmeyen, yaratıcılığı besleyen bir eğitim. Gençlikte; sadece sınav odaklı değil, hayata yön verecek beceriler kazandıran bir sistem. Yetişkinlikte; kariyer değişimlerine, ikinci uzmanlık alanlarına fırsat veren esnek öğrenme ortamları. İleri yaşlarda; sosyal bağları güçlendiren, zihni canlı tutan, bireyin yeniden üretken hissetmesini sağlayan eğitim programları bireyin yaşamına daha kolay uyum sağlayabileceği yeni rotalar oluşturabileceği için ideal kazanımlar sunar.

O halde Eğitim, bireyin yaşam döngüsünde farklı dönemlerde daha geniş perspektiften bakabileceği, yeni kapılar açabilen bir anahtar olmalıdır.

Öğrenmenin Geleceği: Yeni Rotalar Oluşturmada Farklı Alanları Beslemek

Disiplinler Arası Bilgilerden Beslenme: Müzik alanında ün yapmış bir sanatçının bir enstrüman çalması ya da bir şarkı söylemesi onun işinin olmazsa olmazdır. Ancak bir öğretmenin farklı müzik aletleri çalması ya da edebiyat alanında varlığını ortaya koymasına öğrenciler açısından model almayı kolaylaştırıcı ve özendirici etkiye sahiptir.

Öğrenme süresinde pozitif transfer yapmanın önemini kavramak ve kavratmak farklı bilim ve sanat dallarından aynı zamanda yararlanmayı nitelikli hale getirir. İyi bir mühendisin iyi bir felsefe okuru olması, iyi bir doktorun belki bir tiyatro sahnesinde performans sergilemesi mesleğinde fizyolojik yada psikolojik yorgunluk hissettiği durumlarda yeni yollar yeni vizyonlar oluşturma sürecini kolaylaştırır

Teknolojinin Gücünden Yararlanma: Teknoloji hayatın her alanında olmazsa olmazlar arasında önemli bir yere ve güce sahip hale gelmiştir. Günümüzde yapay zeka, sanal gerçeklik ve çevrim içi platformlar, öğrenmeyi mekândan ve zamandan bağımsız hale getirmektedir. Teknolojiyi kullanırken özellikle çocukların ve gençlerin sadece görselleri izleyen ve hesapları stalklayan bireyler olmaktan çıkıp teknolojiye; yeteneklerini keşfetmekte yararlanan, yazılımlar oluşturmaya çalışan, üreten bir birey olarak yaşamına devam etmesini sağlamak eğitim kurumları kadar ebeveynlerin de sorumluluklarının olduğu bir alan olmalıdır.

Duygusal Dayanıklılık: Hedeflerden kopma, başarısızlık duygusu, gelecek kaygısı insan yaşamını zorlayan ve yaşamın akışına ket vuran durumlardır. Yaşamın belirli dönemlerinde bu durumlarla karşılaşma olasılığımız muhakkak. Eğitim yalnızca akademik başarı odaklı değil, bireyin kendine güvenen, güçlüklerle baş edebilen, değişime adapte olabilen, yeniliklere uyum sağlayabilen ve duygusal sağlamlığı kuvvetli bireyler olarak yetişmesini sağlayan bir alan olarak uygulanmalıdır.

Kısaca özetlemek gerekirse; doğuştan yetişkinliğe uzanan yaşam yolculuğumuzda özellikle meslek seçtiğimiz dönemler kendimizi ve yaşamdan beklentilerimizi tam olarak anlamlandıramadığımız ve duygusal kararlar alma riskimizin olduğu dönemler olabilir. İşte bu nedenle içinde bulunduğumuz eğitim, kariyer, sosyal yaşam alanlarında zorlandığımız, isteksiz kaldığımız ve artık ben bunu yapmak istemiyorum dediğimiz durumlarda geçmişten aldığımız eğitim ve kazandığımız becerilerle yeni kapılar açabilme yetkinliğini oluşturmamız gerekmektedir. Tam da yorulduğum, bitti dediğimiz dönemlerde alternatif yetkinlik alanlarımıza odaklanarak yeni yollar çizip yeni rotalar oluşturabiliriz. Bu durum bir bitiş değil yeni bir başlangıçtır.

Çocuklarımızın ve bizlerin olmadığı, bitti dediğimiz anda aldığımız eğitimlerle yeni yollar keşfedeceği yaşantımızda yeni rotalar oluşturacağı, donanımlı bir ömür ve başarılı eğitim - öğretim yılı dileklerimizle.



www.arel.k12.tr