

UĞUR KURS PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK BİRİMİ



SINAV MARATONU Başlıyor!

Sınav süreci, öğrenciler için uzun soluklu bir maraton gibidir ve bu maratonda yalnızca öğrencinin çabası değil, aynı zamanda ailenin desteği de büyük önem taşır. Bu süreçte ailenin sergilediği tutum, öğrencinin motivasyonunu, özgüvenini ve başarısını doğrudan etkiler. Aile olarak çocuğunuzun yanında olduğunuzu hissettirmek, onları desteklemek ve bu süreçte moral kaynağı olmak, onların başarıya ulaşmalarını kolaylaştıracaktır.

Araştırmalar, başarılı öğrencilerin arkasında güçlü bir aile desteği olduğunu göstermektedir. Öğrencinin yalnızca akademik olarak değil, duygusal olarak da desteklenmesi, sınav sürecinde büyük bir avantaj sağlar.

Unutulmamalıdır ki, bu dönemde öğrenciler ailelerinden aldıkları güven ve motivasyonla hedeflerine daha sağlam adımlarla ilerleyebilirler.



Başarıyı Destekleyen Aile Tutumları

Motivasyon Sağlamak: Çocuğunuzun çabalarını takdir etmek, başarılarını ödüllendirmek ve ona değerli olduğunu hissettirmek, motivasyonunu artırır. Öğrenme sürecinde takdir ve övgü, çocuğın daha azimli ve kararlı olmasını sağlar. Başarılı bir sınav sonucu sonrası yapılan küçük bir ödüllendirme ya da övgü, motivasyon kaynağı olabilir.

Kıyaslama Yapmaktan Kaçınmak:

Çocuğunuzu başka öğrencilerle, kardeşleriyle veya arkadaşlarıyla kıyaslamak, özgüvenini olumsuz etkileyebilir. Kıyaslama yapmak yerine bireysel başarılarını fark etmek ve ona değer vermek daha sağlıklı bir yaklaşımdır. Bu, çocuğunuzu motive eder ve onun kendini daha özel hissetmesini sağlar.

Koşulsuz Sevgi Göstermek: Çocuğunuza yalnızca başarılı olduğunda değil, her koşulda sevgi göstermek, onun güven duygusunu artırır. Sevgi, sadece başarıya bağlı olmamalıdır. Başarıya ulaşmasa dahi onu destekleyip cesaretlendirmek, özgüvenini güçlendirir ve yeni hedefler belirlemesine yardımcı olur.



Güven Verici Tutumlar Sergilemek: Aile içinde tutarlı ve güven verici bir tutum sergilemek, çocuğın duygusal ve akademik başarısı için kritik bir öneme sahiptir. Verdiğiniz sözleri tutmak, güven ortamı yaratır ve çocuğunuzun sınav sürecinde kendini daha rahat hissetmesine katkı sağlar. Güvensizlik yaratan ani tavır değişiklikleri, çocuğın kendine olan güvenini olumsuz yönde etkileyebilir.

Bu dönemde öğrenciler, ailelerinden alacakları moral ve motivasyon desteği ile sınav maratonunu daha rahat ve başarılı bir şekilde tamamlayabilirler. Başarılı çocuklar; sorumluluk alabilen, kendi kararlarını verebilen ve ailesi tarafından desteklenen bireylerdir.

Başarıya

Katkı Sağlayan Öneriler:

- Çocuğunuzu başardığı her adımda takdir edin ve onu ödüllendirin.
- Başarılarını başkalarıyla kıyaslamaktan kaçının, bireysel başarılarına odaklanın.
- Koşulsuz sevgi gösterin ve sevginizin başarıya bağlı olmadığını hissettirin.
- Güven verici, tutarlı bir tutum sergileyin ve verdiğiniz sözleri mutlaka yerine getirin.

Unutmayalım ki sınava hazırlık süreci bir takım oyunudur ve her bireyin bu oyunda önemli bir rolü vardır. Tüm öğrencilerimize sağlıklı, mutlu, başarılı ve Uğur dolu bir eğitim dönemi diliyoruz.