



# OKULLAR AÇILIRKEN

Koç Okulu, Ortaokul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bölümü  
Veli Bülteni



**“Çocuklarımızı dayanıklı yetiştirmek, kırık dökük yetişkinleri onarmaktan daha kolaydır.”**

Frederick Douglass

Değerli Velilerimiz,

Öğrencilerimizin dinlendiklerini, keyifli bir tatil dönemi geçirdiklerini ve okula başlamanın tatlı heyecanını hissettiklerini umuyoruz. Aramıza bu yıl katılacak olan öğrencilerimizle birlikte tüm öğrencilerimizin yaşadığı bir başka duygu da uzun bir tatil sonrası sınıflarını, öğretmenlerini ve arkadaşlarını merak etmeleri diye düşünüyoruz.

Okulların açılmasıyla öğrencilerimizin hissettiği bu heyecan her öğrenci için bambaşka bir deneyimdir. Bu sebeple öğrencilerimizi ve sizleri bilgilendirmek adına "Okullar Açılırken" isimli bültenimizi sizlerle paylaşıyoruz.



## OKULA DÖNÜLDÜĞÜNDE ÇOCUĞUNUZU OKULDAKI DEĞİŞİKLİKLERE HAZIRLAMAK

Çocuğunuzun okula gitmesinin güvenli olduğunu hissetmesini sağlamanız önemlidir.. Çocuğunuza uzaktan eğitim süreci ile ilgili açıklamalarda bulunurken bu sistemin amacının onların güvende ve sağlıklı olmasını sağlamak olduğunu anlattınız.

Bu açıklamalara rağmen bazı çocuklar okula dönüş konusunda kaygılar yaşayabilirler. Bu yıl çocuğunuzun tekrar güvenle okula gelmesini sağlamak için ona şu açıklamaları yapabilirsiniz:

- Okulların açılması kararı doktorların ve bilim insanlarının önerileri doğrultusunda alındı.
- Okulda çalışan herkes çocukların güvende olması için çaba harcıyor.
- Milli Eğitim Bakanlığı gelişmeleri yakından takip ediyor ve eğer tekrar bir risk durumu yaşanırsa çocukların güvende olması için yeni bir karar alacaktır.
- Okullar doğal olarak normal işleyişteki süreçlerde farklı düzenlemeler yapacak ve sizleri önceden bilgilendirecektir.
- Çocuğunuz ile bu değişiklikler hakkında konuşmanız onun bu değişimleri anlamasına ve daha kolay adapte olmasına yardımcı olacaktır.
- Bu değişimlerle bağlantılı olarak yeni rutinler oluşturmak güvende hissetmesini sağlayacaktır.
- Çocuğunuzun uzaktan eğitim sürecinde kullandığı ve işe yaradığını gözlemlediğiniz stratejileri okula uyarlamasına yardımcı olabilirsiniz.
- Bu geçişi kolayca yapabilmesi için ona yardımcı olacak, okulun size destek verebileceği konuları gözden geçirebilirsiniz. Örneğin: Okulun ilk gününün planlamasını anlatmanız, gün içinde ne yaşayacağını bilmek onu rahatlatır.



- Okulda yeniye veya Pandemide uzaktan eğitim sürecinin ve ebeveynlerle geçirilen zamanın sıklığının etkisiyle, çocuğunuz okulun ilk günü sizden ayrılma konusunda zorlanabilir. Ona sınıfına kadar eşlik edemeyebilirsiniz. Çocuğunuz okula bırakma ya da alma prosedürlerinde oluşan farklılıkları ve aile olarak bu süreci nasıl gerçekleştireceğinizi ona anlatmanız rahatlamasını sağlayabilir.
- Okulda herhangi bir desteğe ihtiyaç duyduğunda kimlerden yardım alabileceğinin bilgisinin verilmesi kendini güvende hissettirecektir.
- Çocuğunuza okulda hijyenini nasıl koruyabileceği konusunda eğitim vermek güvende hissetmesini sağlayacaktır.
- Ne tür beklentiler içinde olduklarını ve hangi konuda endişe yaşadıklarını anlayabilmek için sohbet etmek faydalı olur ancak anlatması konusunda ısrarcı olunmamalıdır.
- Düzen oluşturması için biraz süre verilmesi, bu süreçte çocuklara destek olunması ancak sabırlı davranarak olumsuz eleştirilerden uzak durulması önemlidir.
- Okul başladıktan sonra günlük yaşam ve çalışma saatlerini çocuğunuzla birlikte olumlu bir diyalogla programlanabilirsiniz.



## OKUL AÇILDIKTAN SONRA ÇOCUĞUNUZLA YAPABİLECEKLERİNİZ

- Günü nasıl geçirdiğiyle ilgili sohbet etmek, bir sonraki günden beklentileri, okulda sevdiği şeyler gibi konularda konuşmak rahatlmasına yardımcı olacaktır. Konuşmaya davet etmek ama ısrarcı olmamak çocuğunuzun kendisini daha rahat hissetmesini sağlayacaktır.
- Çocuğunuz alışmış olduğu şekilde evde sizinle zaman geçirmeyi özleyeceği için "aile zamanı" rutini oluşturmak iyi hissettirecektir.
- Çocuğunuz okuldan döndüğünde her zamankinden daha yorgun hissedebilir. Bu durumda sessiz- sakin etkinlikler rahatlmasına yardımcı olur.

**Yıl boyunca desteğe ihtiyaç  
duyduğunuz durumlarda bizden  
destek alabilir çocuğunuzun da  
destek alması için  
yönlendirebilirsiniz.**

**Sağlıklı ve başarılı bir öğretim yılı  
dileğiyle...  
Ortaokul RPD Bölümü**



### Kaynaklar:

Baker Erdur Ö. ve Doğan T. (2014). Afetler, Krizler, Travmalar ve Psikolojik Yardım. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, Ankara.

Helping children transition back to school in the COVID-19 era (2020). [Transitioning-to-school-P1.pdf](#) sitesinden erişilmiştir.

Managing the transition back to school: a guide for schools and colleges. [Annafreud.org](#) sitesinden erişilmiştir.