

# 'Hayat düzeninizi okullar açılmadan değiştirin'

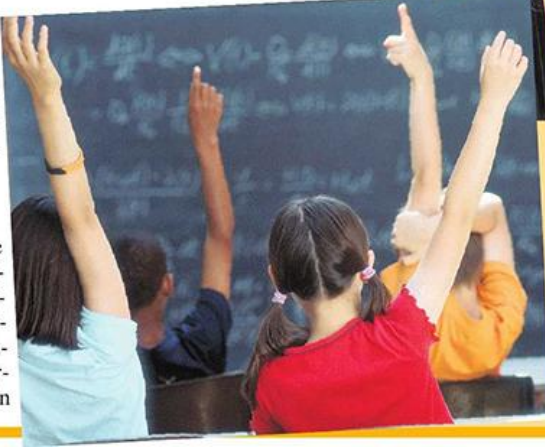
Okulların açılmasına az bir zaman kaldı. Çocuklarını yeni öğretim yılına hazırlamak isteyen veliler için ise ders zili çalmak üzere. Dikkat edilmesi gereken bazı noktalar var, zira yanlış davranışlar, çocuğun eğitim döneminin kötü geçmesine yol açabiliyor

Okulların açılmasına sayılı günler kala hem çocukları hem de ailelerini tatlı bir telaş sardı. Kayıt dönemi, var olan okul için hazırlıklar derken çok yakında milyonlarca öğrenci dersliklerdeki yerini alacak. Sağlıklı bir eğitim yılı geçirmek için tatilin son günlerinde ailelerin nelere dikkat etmesi gerektiğini Uzman Klinik Psikolog Cemre Soysal anlattı. Çocuklarını yeni döneme hazırlamak isteyen velilere önerilerde bulunan Soysal, "Çocuklar yaz tatilinde okul dönemine kıyasla daha serbest oldukları için onları en zorlayacak konu yeniden düzenli ve disiplinli hayata dönüş yapmak olacaktır" dedi.

## Detaylar önemli

Soysal çocuklar üzerinde oluşturulması gereken motivasyona dikkat çekti ve "Önceki sene okula gitmiş çocukların okula başlamalarında çeşitli motivasyonlar vardır. Her ne kadar yeniden

ders çalışmaya başlayacakları için huysuzlansalar da tatil boyunca görmedikleri arkadaşlarına kavuşmak onlar için oldukça heyecan vericidir. Okullarında yapılan herhangi bir değişiklik, sınıflarının yerinin değişmesi gibi küçük detaylar da onları mutlu edebilir. Okul konusunda hevesli olmayan çocuklara ders haricindeki avantajlar hatırlatılarak duyguları olumluya çevrilebilir" diye konuştu.



Peki, veliler bu kritik dönemde nelere dikkat etmeli? İşte Uzman Klinik Psikolog Cemre Soysal'ın önerileri:

- Hayat düzeninizi okullar açılmadan bir hafta kadar önce okula göre yeniden düzenleyebilirsiniz. Böylece okula adaptasyon kolaylaşacaktır.
- Ailecek okul alışverişine çıkabilirsiniz. Yeni kıyafetler, kırtasiye eşyaları çocukları okulun başlaması konusunda heyecanlandıracaktır.
- Çocuğunuzdan başlayacak okul dönemi

mine dair hedeflerini düşünmesini isteyebilirsiniz. Unutmayın ki kendi koyduğumuz hedefler için çalışmak daha kolaydır.

- Bu sene sonunda sınava girecek öğrenciler biraz daha endişeli olabilirler. Okulun başlamasının bir diğer anlamı geçecek her günle sınava bir adım daha yaklaşacak olmalarıdır. Sınava hazırlık yolunun zor olduğu ama bu yolun sonunun aydınlık olduğu da hatırlatarak çocuğunuzun cesaretlendirebilirsiniz.