

Üniversiteye başlarken aile desteği çok önemli

Binlerce genç hayatlarının belki de en önemli süreçlerinden biri olan üniversiteye başlıyor. Sorumlulukların arttığı bu dönemde öğrenci ve ailelerini başta adaptasyon süreci olmak üzere pek çok zorluk bekliyor

Hayata atılan ilk adım olarak görülen üniversite, pek çok genç için yeni bir düzen anlamına geliyor. Üniversitelilerin bir bölümü ailelerinin yanında yaşamaya devam ederken büyük çoğunluğu alışkın oldukları şehirden ayrılıyor. Bu dönemde hem gençlerin hem de ailelerin heyecan ve beklentileri yükseliyor. Ancak bu durum beraberinde yeni kaygı ve endişeleri de getiriyor.

"Üniversitede okumak için farklı bir şehre giden öğrenciler bir yandan yeni deneyimler için heyecan duyarken bir yandan da uyum sağlamak zorunda kalacakları farklılıklar için endişeleniyor" diyen DBE Yetişkin ve Aile Psikolojik Danışmanlık Merkezi'nden Uzman Klinik Psikolog Zeynep Zat, hem ailelerin hem de gençlerin yaşadığı kaygılara dikkat çekiyor.

Gençlerin üniversitedeki başarılarının sosyal becerileri ile ilişkili olduğunu anlatan Zat, "Öğrencilerin yeni düzene uyum sağlaması; sosyal becerileri, kazandıkları bölüme duydukları ilgi ve gidecekleri şehre ve üniversiteye dair algılarına göre şekillenir. Üniversitede uygulanan sisteme dair kuralları iyi anlamak akademik açıdan hayati önem taşır. Bu nedenle kendileri için atanmış olan danışmanlarından, öğrenci işleri personelinden ve üst sınıftaki öğrencilerden gerekli bilgileri alabileceklerini bilmek gençleri rahatlatır" dedi.

AİLE DESTEĞİ ÖNEMLİ

İlk kez ailelerinden uzakta bir yaşam kuracak öğrencilerin okulu, yaşayacakları evi ya da yurdu aileleri ile birlikte tanımalarının yararlı olacağını anlatan Zat, "Böylece hem

ebeveynler çocuklarının nasıl bir çevrede olduklarına dair fikir edinir hem de öğrenciler yeni düzenlerini ebeveynleri ile kurarak psikolojik olarak rahatlar.

Öte yandan ailelerinden şimdiye kadar ayrılmamış, kendisine sorumluluk verilmemiş gençler üniversiteye başlar-

ken yeni şehrin zorunluluklarına alışmakta güçlük çekebilmektedir. Bu noktalarda, gençlere gerçekten üniversiteye gitmeyi isteyip istemediklerini sormak yararlı olabilir. Çünkü 'okuyacağı okulu/bölümü istemek' ilk yıllardaki güçlüklerle mücadele edebilmeyi sağlar" dedi.

