



## “Çocuğumuza Etkili Ve Verimli Ders Çalışma Alışkanlığını Kazandırma Konusunda Nasıl Destek Olabiliriz?”

Çalışma alışkanlığı; küçük yaşlarda (anaokulu ve üçüncü sınıf düzeyi arasında) **düzen kavramının ve özdenetim becerilerinin** kazanılması demektir. İlkokul 4. sınıftan itibaren ise **karar verme ve bu kararın sorumluluğunu üstlenmesi** becerisidir. Daha üst sınıflarda ise **yaşamın planlanması** demektir.

Etkili ve verimli çalışma alışkanlıklarını oluşturmada siz anne-babaların dikkat etmesi gereken konular aşağıda belirtilmiştir.

**\* Onlardan çok çalışmalarını değil ama düzenli çalışmalarını bekleyiniz ve bu yolda telkinlerde bulununuz.**

Çocuklarımızın başarıları “çok çalışmalarına” değil ama “düzenli çalışmalarına” bağlıdır.

**\* Çocuklarınızın çalışma masasında çalışma alışkanlıklarının gelişmesine yardımcı olunuz.**

Çalışma bir şartlanma gerektirir. Aynı zamanlarda, aynı mekânlarda ders çalışmak, çocuğunuzun çalışmaya daha kısa sürede adapte olmasını sağlar.

Çocuğumuzun yanlış çalışma alışkanlıklarından birisi de yatarak veya uzanarak ders çalışma davranışıdır. Yatmak ya da uzanmak uyku getirir. Ayrıca not tutmak, altını çizmek, okumak, problem çözmek gibi işler yatarak yapılmaz.

**\* Çocuklarınıza düzenli, dikkatlerini dağıtacak fazla obje olmayan, sade bir odada çalışma alışkanlığı kazandırmaya çalışınız. Ayrı bir oda oluşturulamıyorsa da bir çalışma köşesi hazırlayabilirsiniz.**

Dağınık oda, dağınık zihin demektir. Dağınıklık, insanın kendisini de rahatsız hissetmesine yol açar. Yeterli ısıda, sessiz ve derli toplu bir oda, ışığı yeterli bir çalışma masası ve malzemelerin düzenli bir şekilde masanın üzerinde olması verimli ve etkili ders çalışmak için ön koşullardan biridir.

**\* Ders çalışırken sadece dersle baş başa olmasını sağlayınız.**

İlgi bölündükçe kalite kaybı ortaya çıkar. İki işi birlikte yapmaya çalışmak, iki işi de doğru dürüst yapmamak demektir. Ders çalışmaya konsantre olabilmek onunla baş başa olmayı gerektirir.

Televizyon izleyerek, telefona bakarak ya da müzik dinleyerek ders çalışma, öğrenmenin kalitesini önemli ölçüde düşürür.

**\* Çocuklarınızın zamanını planlamasına yardımcı olunuz.**

Çocuğun zamanını etkili bir şekilde kullanabilmesi ve verimli bir öğrenme süreci geçirmesi, zamanını doğru kullanma ile ilgili olumlu beceriler kazanmasına bağlıdır. Önemli olan çocuğun hangi işi, hangi süre içinde, ne zaman ve hangi ortamda yapacağını planlayabilmesi ve günlük hayatını kendisinin kontrol edebilmesidir.





Çocuklarımızın en çok sıkıntı çektikleri konulardan bir tanesi de, eğlenmeye ve dinlenmeye ayıracakları saatler ile çalışmaya ayıracakları saatleri doğru tayin edememeleridir. Günlük hayatını planlayabilme ve kontrol edebilme becerisinin kazanılmasına yardım etmek, çocuklara yapılabilecek en etkili yardımlardan biridir.

**\*Çocuklarınıza derslerini (ödevlerini) yaparak değil, yönlendirerek yardımcı olunuz.**

Çocuğunuz yardım istediğinde yapacağınız yardım, dersle ilgili görevlerini yapmak değil onu sadece yönlendirmek şeklinde olmalıdır. Çocuğunuzun yararlanabileceği kaynakları göstererek yardımcı olmanız, gerisini ise çocuğunuza bırakmanız yararlı olacaktır.

**\* Çocuğunuzun dersle ilgili görevlerini takip ve kontrol ediniz.**

Yapılan dersle ilgili görevlerin okulda sunulmadan önce evde sizler tarafından kontrol edilmesi, çocuklarınıza yaptıkları hataların farkına varma ve onları düzeltme imkânı verecektir. Ayrıca görevlerini tamamladıklarında sizden takdir görmeleri de özgüven ve öz disiplinlerini geliştirici olacaktır.

**\* Çocuklarınızı tanıyarak kapasiteleri oranında başarı beklentisi içinde olunuz.**

Ailenin, küçük yaşlardan itibaren çocuklarından yüksek başarı beklentisi ve bu beklentiyi karşılamak için de çocuğun eleştirilmesi, dayakla veya cezayla ders çalışmaya zorlanması, onları olumsuz bazı sıfatlarla yargılaması (tembel, haylaz, sorumsuz,...vb.), çocuğun kendine olan güveninin azalmasına, düşük benlik saygısı geliştirmesine ve bu durum da çocuğunuzda kaygıya, başarısının düşmesine neden olur. Bu gibi durumlarda anne-babanın yapması gereken davranış; çocuklarından mutlak olarak yüksek başarı beklentisi içerisine girmemeleri, onların kapasiteleri oranında başarılı olabileceklerini kabul etmeleri ve onların kaygılarını yükseltecek tutum ve davranışlardan kaçınmalarıdır.

**\*Motivasyon başarı üzerinde çok büyük bir etkiye sahiptir.**

Anne-baba, çocuğuna kendisi için bir takım hedefler belirlemesinde yardımcı olmalıdır. Çocuğunuza istekli olduğu ve çalıştığı sürece başarılı olabileceğini belirtin. Ona güvendiğinizi hem sözlerinizle hem de davranışlarınızla, jest ve mimiklerinizle belli etmeye çalışın. Çocuğunuzun başarılarından dolayı takdir edin ve övün.

**Kaynak:** Hasan Yılmaz, "Sevgili Anne Babacığım Lütfen Bu Kitabı Okur musun?"



BAĞLICA İLKOKULU PSİKOLOJİK DANIŞMA ve REHBERLİK SERVİSİ

