

Değerli Veliler,

2020-2021 Eğitim-Öğretim yılı Milli Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri genel hedeflerinden biri de "Psikolojik Sağlamlıktır."

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü tarafından Psikolojik Sağlamlık Temalı "Ebeveyn Mektupları Projesi" geliştirilmiştir. Projede 5 mektup yer almaktadır. Proje kapsamında her hafta bir mektup sizlerle paylaşılacaktır.

Bu mektupların ilki, Tepebaşı İlçe Milli Eğitim Müdürümüz Mustafa ÖZCAN tarafından kaleme alınmıştır.

Her hafta sizlerle buradan paylaşacağımız "mektubu" ebeveynler olarak birlikte okumanız, mektuplara ilişkin varsa görüşlerinizi bizlerle paylaşmanız önemlidir.

ESKİŞEHİR TİCARET ODASI ORTAOKULU REHBERLİK SERVİSİ

Melek BERBERLER
Psikolojik Danışman

Müslüm UÇURUM
Psikolojik Danışman

Sevgili Anne ve Babalar,

Çocuğunuzun yaşamına katılımınız ve desteğiniz, onların gelişmesi için çok önemlidir. Ebeveynlik zor bir görevdir. Çocuklarınızın olgun, sorumlu yetişkinler haline gelmesine yardım etmede yalnız değilsiniz. Eğitimciler olarak her zaman yanınızdayız. Bununla birlikte, çocuklarınızın okuluyla tutarlı ve açık işbirliği ve ortaklığınız önemlidir. Ortaklık, iki veya daha fazla kişi arasında, fikirlerin paylaşılmasını ve ortak bir hedef doğrultusunda işbirliğini içeren bir bağlantıdır. Çocuklarınızın güçlü yönlerini, iyileştirilmesi gereken alanlarını, ilgi alanlarını en iyi tanıyan kişiler sizlersiniz. Elbette çocuğun akademik başarısı önemlidir. Ancak bir çocuğun sosyal ve duygusal dünyası, psikolojik sağlamlığı, dayanıklılığı, direnci, metaneti yeterince iyi değil ise akademik ilerlemesi de bundan olumsuz etkilenecektir.

Psikolojik sağlamlık bireyin zorlukların üstesinden gelme ve bunlara uyum sağlama yeteneğidir. Bu hayatın iniş ve çıkışlarıyla başa çıkma yeteneğimizle ilgilidir. Çocuklar başarıma duygusunu zorlukların üstesinden gelerek tadarlar. Baş etme ve başarıma duygusu gelecekteki daha büyük zorlukların üstesinden gelmek için kendi güçlerini kullanmada önemlidir. Zorluklar; ev ödevi, arkadaşlık sorunları, yeni yere taşınmak, ebeveynlerin ayrılması veya sevilen birinin kaybı, doğal afet, kaza, vb. yaşam deneyimleri olabilir. Psikolojik sağlamlık, çocuğun bu yaşam olaylarının üstesinden gelmesine yardımcı olacaktır. Psikolojik sağlamlık herhangi bir bireye her yaşta öğretilir. Bunun öğrenilmesinde anne ve babalar sandıklarından daha fazlasını yapabilir. İçinden geçtiğimiz salgın hastalık sürecinde de çocuk ve ergenlerin psikolojik olarak sağlam, dayanıklı, dirençli ve metanetli olmaları daha da önemlidir.

Çocuklarınızın baş etme, dayanıklı, dirençli ve metanetli olma, kendini savunma, çatışma çözme ve cesaret gibi önemli yaşam becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmak amacıyla sizlerle 5 hafta boyunca "Psikolojik sağlamlık temalı mektuplar" paylaşacağız.

Çocuklarınız sizin yanınızdan ayrıldıklarında, dünyayla yüzleşmek için kendi başlarına olacaklar. Bunun korkutucu geldiğini biliyoruz, ama çocuklarınıza gelişmeleri için ihtiyaç duydukları becerileri öğretme yeteneğiniz var. Bunu yaparken de tek başınıza değilsiniz. Çocuklarınızın okullarında sizlere yardım etmek için özveride bulunan eğitimciler var. Öğretmenlerimiz ve rehber öğretmen/psikolojik danışmanlarımız ile diyalog kurun, endişelerinizi paylaşın ve onların tavsiyelerine açık olun.

Psikolojik sağlamlık konusunda bilgi paylaşımlarımızın çocuklarımız için yüksek bir farkındalık oluşturması temennisi ile sağlıklı günler dilerim. Saygılarımla...

Mustafa ÖZCAN
Tepebaşı İlçe Milli Eğitim Müdürü