

KAYA İSMET ÖZDEN ORTAOKULU

REHBERLİK SERVİSİ

ÖĞRENCİ BÜLTENİ

NASIL ÇALIŞACAĞINI BİLMEK İSTER MİSİN?

Sevgili öğrenciler;

Uzun süredir hasret kaldığımız (sosyallik ,öğrenmenin kalıcılığı,oyun, iletişim vb. anlamlarda) okullara kavuştunuz. Okullar, sizin geleceğinizi kendi çabanızla ,öğretmenleriniz ve velilerinizin desteğiyle şekillendirdiğiniz bilgi istasyonlarıdır.

İyi bir gelecek kurmak için çıktığımız bu yolda okulları; bir aracın yol boyunca yakıt almak, bakım yapmak ya da şoförün kendine vakit ayırıp yenilenmek için uğradığı petrol ofislerine benzetebilirsiniz. Okullar hedefinize ulaşmak için uğradığınız bilgi istasyonlarıdır. Şimdi sen karar ver hedefine ulaşmak için bulunduğun bu istasyonda sadece bekleyecek misin, kendini geliştirecek misin?

İşte bu noktada nasıl bir gelecek istediğinizi düşünüp ona göre kendinizi doğru yönlendirmelisiniz.

Kendini doğru yönlendirmek!!! Temelinde kendini tanımak olan bir kavram... Olumlu -olumsuz özelliklerinizi bilmeden, eksiklerinizi ya da çok iyi yaptığınız şeyleri fark etmeden ,duygusal olarak sizi etkileyen durumları ve tepkilerinizi bilmeden nasıl kendinizi doğru yönlendirebilirsiniz ki.

Bu bülteni okuyan 8. Sınıf öğrencilerimiz!! Siz kendinizi tanıyor musunuz? Herkes giriyor diye mi sınava gireceksiniz ya da gerçekten kendinize bir hedef mi belirlediniz? Nasıl bir öğrencisin ;hedefinin kendisine gelmesini bekleyen (Bu büyük bir yanılgı olur.),hedefine ulaşmak için çalışan fakat en küçük başarısızlıkta vazgeçen (Unutma hayatta zorlanacağın,yapamayacağın daha doğrusu mükemmel olmadığını hissedeceğin zamanlar olacak),çalışmak için birilerinin hatırlatması veya yönlendirmesine ihtiyaç duyan , çalışma alışkanlığı ve isteği olmayan, çalışma alışkanlığı olmayan fakat çalışmak isteyen,çok çalışan fakat verimli çalışmayan, kaygı düzeyi yüksek,ne yapacağını bilmeyen... Ya da gerçekten verimli çalışan. Yukarıda belirttiğim öğrenci tiplerinden hangisisin? Gerçekten başlamak ve hedefine ulaşmak istiyorsan kendini tanı.

Hadi sana yardımcı olayım...Senin nasıl bir yol çizmek istediğini bulmaya

*“Kendini bilmek
tüm bilgeliğin
başlangıcıdır.
Aristoteles*

çalışalım:

Sen ;Lgs'ye girip sınavla ğrenci alan okulları tercih etmek istiyorsun. Hedefindeki okullar ;Fen Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Proje Okulları, Sınavla Alan Anadolu Liseleri Ve Meslek Liselerinin sınavla alan bölümleri.

Sen ; Lgs'ye girmek istemeyip adrese dayalı yerleşmek isteyen bir ğrencisin. Yerel yerleşirme yapılırken okul başarı puanının çok önemli olacak. Okul başarı puanını yüksek tutman gerektiğini biliyorsun.

Sen ; 5, 6 ve 7. sınıf öğrencilerinden okul başarısını artırmak isteyen ve bir sonraki seneye eksiksiz bir şekilde geçmek isteyen bir ğrencisin

Şimdi sana çizdiğin bu yolda hedefine ulaşma konusunda önerilerim var;

1.YÜZ YÜZE EĞİTİMİN KIYMETİNİ BİL

İki senedir pandemiden kaynaklı olarak çalışma disiplininiz değişti ve buna bağlı olarak ders başarınızda düşüşler yaşandı.

Bu nedenden dolayı yüz yüze eğitimin kıymetini bilmelisin. Peki bunu nasıl yapacaksın?

- Sağlığını koruyarak
- Dersi derste dinleyip, sorumluluklarını yerine getirerek

2. ÇALIřMAYA BAřLAMADAN ÖNCE HEDEFİNİ BELİRLE

- “Sen neye ulaşmak için çalışıyorsun?”

- Amacın iyi bir lise ,meslek, ortaokulu başarıyla bitirmek vs. olabilir.
- Bu uzak hedeflere seni yaklaştıracak ve ulaşmanı sağlayacak kısa vadeli hedefler belirlemelisin.
- Kısa vadeli hedefin asıl hedefine ulaşmada sana destek olmalı.

Örneęin; LGSye girmek ve sınavla alan bir okul tercih etmek istiyorsun, yeni sistem sorularında ya da konularında eksiğin varsa kısa vadeli hedefin konu çalışması yapmak , soru çözmek , kitap okumak olabilir.

Başlamak için mükemmel olmak zorunda değilsin; fakat mükemmel olmak için başlamak zorundasın. Zig ZİGLAR

3. ÇALIşMALARINI PLANLA

- Planlı çalışmak neyi , ne zaman , nasıl, hangi kaynakları kullanarak çalışacağını belirlemek demektir.

Diğerlerinden daha akıllı olmak zorunda değiliz, diğerlerinden daha disiplinli olmak zorundayız.
Warren BUFFETT

- Çalışma planı daha sistemli, düzenli çalışmanıza olanak sağlar. Bu yüzden hedefinizi belirledikten sonra sizi bu hedefe götürecek çalışmalarını netleştirip plana yerleştirmelisiniz.

- Plan hazırlarken konu çalışması ve tekrara yer vermek önemlidir. Okulda öğrendiğiniz bilgileri unutmadan tekrar etmek ve çalıştığınız konu ile ilgili ödev yapıp soru çözmek bilginin daha kalıcı olmasını sağlar.

- **Dikkat!!**

- **Size uygun bir plan için rehberlik servisine danışabilirsiniz.**

4. DİKKATİNİ UYANIK TUT

- Çalışmalarının verimli olmasını istiyorsan dikkatini dağıtacak faktörleri ortadan kaldırmayı ya da çalışma ortamını düzenlemeyi bilmelisin.
- Çalışma ortamının dağınık olması dikkatinin dağılmasına neden olur. Etrafında bir çok uyarıcı varken derse odaklanman zor olur.
- Ders çalışırken telefonla oynamak, sosyal medyada vakit geçirmek vs. dikkatin bölünmesine neden olacağından öğrenmek istediğiniz konuyu eksik öğrenmenize ya da tam olarak öğrenseniz bile öğrenme sürenizin uzamasına neden olacaktır.

5. MOTİVASYONUNU ARTIR.

Öğrenme ve sınava hazırlık sürecinde, aile ve arkadaş ilişkilerinde veya farklı konularda yaşadığınız kaygılı durumlar motivasyonunuzda düşüşe neden olabilir. Bu tarz duygu ve düşünceler hayata bakışınızın değişmesine neden olabilir . Ayrıca sizleri hedeflerinizden uzaklaştırıp üretme ve sorumluluk alma isteğinizi köreltebilir.

Bu tarz duygu ve düşünceler yaşıyorsanız dikkat edin !!!

Duygularınızı yönetmek, ilerlemek , üretken olmak sizin elinizde .

Hayatta önümüze çıkan zor durumlar bizi daha dayanıklı kılar. Önceden yaşadığınız zor veya kaygılı durumlarda kendinizi nasıl toparladınız? Moralinizi nasıl yükseltip yola devam ettiniz? İşte bunları farketmek şimdi önümüze çıkan ve ilerde çıkacak olan engellerde kendinizi daha hızlı bir şekilde toparlamanıza ve hedefinize giden yolda motivasyonunuzu attırmanıza olanak sağlar.

Kendini tanı! Motivasyonunu arttır. Yola devam et.

Elif KARATAŞ

Okul Rehber Öğretmeni ve Psikolojik Danışman