

ANABİLİM EĞİTİM KURUMLARI

Sınav Hazırlık
Sürecinde Ebeveynlerin
Dikkat Etmeleri
Gereken Hususlar



Sınava Hazırlık Sürecinde Ebeveynlerin Dikkat Etmeleri Gereken Hususlar

Üniversite sınavına hazırlanmak, öğrenciler için oldukça zorlu geçen bir süreçtir. Bu zorlu süreçte öğrencilerin üniversiteye yerleşmeyi, gelecekteki hedeflerine ulaşmak için önemli bir basamak olarak görmeleri yanlıştır çünkü çoğu zaman üniversiteye yerleşmekle meslek sahibi olmak aynı şey değildir.

Öğrenciler, sınava hazırlık sürecinde bir taraftan yoğun bir tempoyla ders çalışıp konuları bitirmeye çalışırken diğer taraftan da "sınavı kazanamama ve çevresine karşı mahcup olma" kaygısıyla mücadele etmek zorunda kalmaktadırlar. Bu maratonda hem zihinsel hem de psikolojik olarak oldukça yorulan öğrenciler çok duygusal ve kırılgan olabilir, bazen de yaşadıkları sınav stresinden dolayı çevresindekilere, özellikle de ebeveynlerine karşı agresif davranışlar sergileyebilirler.

Üniversite sınavına hazırlık süreci, çocuklar için olduğu kadar ebeveynler için de zorlu geçen bir süreçtir. Bu sürecin sağlıklı atlatılması için aşağıda belirtilen hususlara dikkat ettiğinizde onların sınava rahat hazırlanmalarını sağlamış olursunuz.

Öncelikle dikkat edilmesi gereken şey: "Kendi hayalleriniz" çocuğunuzun "hayallerinin" önüne geçmemeli.

Kimi anne ve babalar, hayatlarının belli dönemlerinde ulaşmak isteyip de ulaşamadıkları hedeflerini çocuklarının üzerinde gerçekleştirmeye çalışırlar. Örneğin doktor olmayı çok istediği hâlde çeşitli sebeplerden dolayı bunu gerçekleştirememiş olan ebeveyn, ısrarla çocuğunun doktor olmasını isteyebiliyor. Fakat ebeveynin "hayalleri" ile çocuğun "idealleri" bu noktada aynı olmayabilir. Çocuk, doktor olmak yerine bilgisayar mühendisi olmayı hedefleyebilir. Her yıl anne ve babaların zoraki yönlendirmesinin etkisiyle hiç istemediği bölümlerde okumak zorunda kalan öğrenciler olmaktadır. Sonuç olarak da bu çocuklar, ya yıl kaybını göze alıp sınavlara tekrar hazırlanarak bölüm değiştiriyor ya da hiç zevk almadığı bir bölümden mezun olup hoşlanmadığı bir meslekte çalışmak zorunda kalıyorlar. Çocuklarınızın öncelikle hayatta mutlu olmalarını istiyorsanız yeteneklerine ve ilgilerine uygun, gelecekte mutlu olacakları bir bölümü ve mesleği seçmeleri konusunda yönlendirerek onlara yardımcı olabilirsiniz.

Çocuğunuzun "kapasitesi" hususunda gerçekçi olmalısınız.

Her öğrenci bir meslek sahibi olmayı hayal eder. Mühendis, doktor, müzisyen, hukukçu vb. olmak ister. Fakat bazı öğrenciler vardır ki bütün iyi niyetine ve gayretine rağmen üniversite

sınavında istediği başarıyı bir türlü elde edemez. Bu duruma motivasyon eksikliği, verimsiz ders çalışma, kişisel veya ailevi problemler neden olarak gösterilebilir. Öğrencinin üniversite sınavında elde ettiği başarıyla “kapasitesi” arasında ciddi bir ilişkinin bulunduğunu da unutulmamalıdır. Bundan dolayıdır ki çocuğunuza yönelik beklentilerinizi ortaya koyarken onun kapasitesini göz önünde bulundurmalı ve beklentilerinizi bu doğrultuda şekillendirmelisiniz. Onu yönlendirirken başarı durumunu göz önünde bulundurmanız ve ona “ulaşılabileceği” hedefler göstermeniz daha yararlı olacaktır.

Çocuğunuzun sınava hazırlanması için gerekli olan “fiziki şartları” oluşturmalsınız.

Öncelikle çocuğunuz için uygun bir çalışma ortamı hazırlamalısınız. Çalışma odasında özellikle televizyon, bilgisayar vb. araçların olmamasına dikkat edilmeli. Oda; aydınlatma, hava ve ısıtma yönünden elverişli durumda olmalıdır. Ayrıca çocuğunuzun ders çalışırken müzik dinlememesi ve cep telefonunun da kapalı olması yararlı olacaktır. Çünkü tüm bu uyarıcılar, çocuğunuzun dikkatinin dağılmasına sebep olup derse konsantre olmasına engel olmaktadır.

Çocuğunuzun verimli bir şekilde ders çalıştığından emin olmalısınız.

Üniversite sınavını kazanmanın temel şartlarından biri de “verimli” bir şekilde ders çalışmaktır. Sistemli ve verimli ders çalışmak, saatlerce ders çalışmak değildir. 2-3 saatlik verimli ders çalışma, sistemsiz ve verimsiz 10 saatlik çalışmadan daha yararlıdır. Bu anlamda, çocuğunuzun verimli bir şekilde ders çalışmasını sağlamak için rehberlik servisinden ve çocuğunuzun öğretmenlerinden gerekli yardımı almanız yararlı olacaktır.

Çocuğunuza gerekli psikolojik desteği vermelisiniz.

Üniversiteye hazırlık sürecinde öğrenciler zaman zaman başarısızlık ve yetersizlik duygusuna kapılabilirler. “Bunca konuyu yetiştiremem. Sınavı kazanmam mümkün değil.” gibi düşünceler, öğrencilerin ümitsizliğe düşmesine ve neticede pes etmesine sebep olabilir. İşte bu kritik süreçte çocuğunuzu teşvik etmeli ve ona güvendiğinizi hissettirmelisiniz. “Sınavı kazansan da kazanmasan da sen bizim çocuğumuzsun. Sana olan sevgimiz hiçbir zaman azalmayacak.” gibi ifadelerle çocuğunuzu rahatlatmalısınız.

Bilinmelidir ki başarısızlık ve yetersizlik duygusu, ergenlik dönemindeki bir genç için sanıldığından daha ciddi bir öz güven bunalımı oluşturabilmektedir.

Ayrıca çocuğunuzun “deneme sınavlarındaki netlerinin” yeterince yükselmemesi durumunda da aceleci davranmamalı ve bu konuda ona baskı yapmamalısınız. Böyle bir durumda çocuğunuzu rahatlatmalı ve onu motive etmelisiniz. Sistemli bir şekilde sınava hazırlanan öğrencilerin netlerinde genellikle mart ve nisan aylarında gözle görülür bir artış olmaktadır. Dolayısıyla asla ümitsizliğe düşmemelisiniz.

Çocuğunuzu başkalarıyla asla kıyaslamayın.

Anne ve babalar çocuklarının davranışlarını ya da başarı durumlarını başka çocuklarla kıyaslayarak onları ders çalışmaya veya başarılı olmaya yönlendirdiklerini sanırlar. Oysa yapılan kıyasın hiçbir fayda sağlamayacağını hatta çocukla sağlıklı iletişim kurulmasını da engelleyeceğini unutulmamalı.

“Ablan İTÜ’ye yerleşti, sen de oraya yerleşmelisin.” şeklindeki yaklaşımlar çocuğunuza zarar verebilir. Her birey ayrı özelliklere sahiptir. Çocuğunuzu ancak gereken durumlarda sadece kendisiyle kıyaslayabilirsiniz.

O sizi arkadaşlarının ebeveynleriyle kıyaslasa hoşunuza gider miydi?

Çocuğunuz sınavı kazanamadığı takdirde ise size düşen görev, ona karşı kırıcı olmamanız ve onu rencide etmemenizdir. Bu durumda ilgili ve anlayışlı bir tutum sergilemeniz büyük önem taşımaktadır.

Kaynak:

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği