



UZAKTAN EĞİTİMDE AİLENİN ROLÜ



Sayın Veliler,

Hepimiz için yeni olan Covid-19 pandemisi, hepimiz için oldukça yeni bir süreci başlatmış oldu: Uzaktan eğitim. İçinde bulunduğumuz bu zorlu süreç çocuklarımızın rutinlerini değiştirdi. Çocuklar için en önemli rutinlerden biri olan okul düzeni bu süreçte geçici de olsa tamamen değişti, çocuklarımız bir süre evlerinden ve uzaktan eğitim yöntemiyle derslerini takip edecekler. Çocukların bu uzaktan eğitim sürecinden en etkili ve verimli biçimde yararlanmaları için ebeveyn olarak uzaktan eğitimde nasıl davranılacağı ile ilgili olarak zihinlerde soru işaretleri oluşabilmektedir. Bu çalışmada sizlere uzaktan eğitimle ilgili doğru ve bilinmesi gereken bilgileri aktaracağız.

Öğrenme her ortamda devam eden bir faaliyettir. Öğrenme, çocuk için her an devam eder ve çocuklar için tüm dünya bir öğrenme alanıdır. Çocuklarımızla uzaktan eğitim ile ilgili doğru yöntemleri uygulayabilirsek ve gerekli tedbirleri alırsak kazanan bizler olacağız.

Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Baba Olmak

Uzaktan eğitimde anne babaların sürecin içinde aktif bir şekilde bulunması ve sürecin destekleyici bileşeni olması çok önemlidir. Anne babanın süreç içindeki rolü öğretmenlikten ziyade, mentörlük yani bir nevi akıl hocalığı olmalıdır. Bu süreçte anne babalar çocuklarına yol gösterici olmalı, rehberlik etmeli ve sürecin takibini yaparak çocuklarının karşılaştıkları sorunların çözümünde yardımcı olmalıdır. Bu konuda bazı tespitlerde bulunan Prof.Dr.Nurper Ülküer aşağıdaki çalışmasında bu süreçte ailelerin çocuklara nasıl yaklaşmasının daha doğru olacağını anlatmıştır.



Hangi Veli Tipisiniz?

Ebeveyn evde öğretmen rolünü üstlenmeli mi üstlenmemeli mi?

Ben kendi araştırmalarımda beş çeşit veli profili keşfettim.

Taşeron: Çocuğun öğrenme sürecini kendi üzerine alıyor. Onun adına ödevleri yapıyor. Zaten bu çocuğa ahlaksızlığı öğretir ve çocuğu güçsüzleştirir.

Müfettiş: Çocuğu sürekli kontrol ediyor. Bu da ilişkiyi güç ilişkisine dönüştürür ve çocuk değersiz hisseder.

Öğretici: Aile, çocuğa öğretmen gibi her şeyi anlatır, öğretmeye çalışır.

Rehber: Aile çocuğa bir şey öğretmez ama sorusu olursa orada olacağını söyler. Doğru kaynağa yönlendirir.

Öğrenme yoldaşı: Aile meraklıdır ve çocuğuyla beraber öğrenme yolculuğuna girer. Çocuğa ne öğrendiğini sorar ve beraber keşfederler. Burada veli, bilen ve öğreten değil, çocuk gibi öğrenen rolündedir.

Bana göre ebeveyn, ilk üç değil, son iki rolü üstlenmeli. Özellikle de beşinci rolü. O zaman çocuğunda hem iç motivasyon oluşturur hem de aile-çocuk ilişkisi güçlenir, demiştir.

Uzaktan Eğitimin sağlıklı işleyebilmesi için öncelikle anne babaların uzaktan eğitimi ciddiye almaları gerekmektedir. Anne babalar konuya ne kadar ciddiyetle yaklaşırlarsa, çocukların ve gençlerin de sürece uyumu o kadar kolaylaşır.



Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Çocuğunuza uzaktan eğitim süreciyle ilgili bilgi verin.

- Bu durumun geçici olduğunu fakat bir müddet derslerin bu şekilde işleneceğini anlatın.
- Bu sürecin bir tatil olarak algılanmaması gerektiğini, eğitim öğretimin uzaktan da olsa, devam ettiğini özellikle vurgulayın.
- Çocuğunuza, online olarak verilen dersleri düzenli olarak takip etmesinin, verilen ödev ve tekrarları yapmasının önemini anlatın.
- Uzaktan eğitimin, Türkiye ve Dünya'nın birçok ülkesinde, özellikle bazı üniversite programlarında, uzun yıllardan beri kullanılan bir yöntem olduğu bilgisinin verilmesi, çocuğun sürece olan güvenini arttırma ve motivasyonunu sağlama konusunda yarar sağlayabilir.



Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler



Uzaktan eğitim için ev ortamını düzenleyin

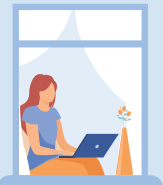
- Online ders takibi için öncelikle evdeki fiziksel koşulların uygun hale getirilmesi gereklidir.
- Çocuğunuzun ev ortamında dersleri takip edebilmesi için gerekli düzenlemeleri yapın, çocuk ya da gencin ders dinlenmesine engel olabilecek unsurları gözden geçirerek gerekli önlemleri alın.
- Çocuğunuz ders çalışırken, ortamın sessizliğini koruyun.
- Çocuklarınız için bir rutin oluşturun ve ona bağlı kalmasına yardımcı olun.

Okullar online eğitim biçimine geçmiş olsa da, okul günlerinde çocukları her zamanki gibi okula gidiyormuş gibi davranın. Çocukların her gün aynı saatte kalkması, uygun şekilde giyinmeleri ve sağlıklı bir kahvaltı yapmalarını içeren programlar oluşturun. Oluşturulan programa hem ailelerin hem de çocukların bağlı kalması uzaktan eğitim sürecinin verimliliğini de arttıracaktır.

- Çocuklarınızın danışmanları ve öğretmenleriyle irtibat halinde olun.

Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

- Çocukların online öğrenme platformunu yönetme sürecine dahil olmakta zorluk yaşayıp yaşamadığı kontrol edilmeli. Çocuklarının uzaktan eğitim sürecine uyum sağlayamadığıyla ilgili geri dönütler alan veliler, öğretmenlerden gelecek önerilere açık olmalı.
- Online ders sırasında kullanılan cihazın bildirimleri kapatılmalı. Eğitim sırasında cihaza Instagram, Whatsapp, Facebook ya da yüklü dijital oyunlardan bildirim gelmesi çocuğun derse olan ilgisini kaybetmesine veya dikkatinin dağılmasına sebep olabilir. Bu sebeple ders öncesi cihaz bildirimlerinin kapatılması bu durumu engelleyecektir.
- Aileler ders sonrası çocuklarının tarama geçmişini kontrol etmeli. Anne-babalar çocuklarının ders sonrası tarama geçmişlerini kontrol ederek ders sırasında internette başka sayfalara giriş yapıp yapmadığını kontrol etmeli. Çocuklarının derse odaklandığından emin olmalı.
- Anne-babalar ders öncesi teknik ekipmanları kontrol etmeli. Çocuklarına uygun bir ders ortamı oluşturabilmek ve teknik aksaklıkların önüne geçebilmek için ders öncesi kamera, mikrofon ve internet bağlantısı gibi teknik ekipmanları kontrol etmeliler. Mikrofon ve kamera çocuğa çok yakın veya çok uzakta bulundurulmamalı.
- Aileler ders sırasında derse uygun davranmalı. Çocuğun ya da uzaktan eğitime katılan diğer çocukların dikkatini dağıtmamak amacıyla eğitim sırasında veliler çocuklarıyla konuşmamalı, yanında başka işlerle uğraşmamalı ve gürültü yaratmamalı. Çocuğa ders için sessiz ve dikkatinin dağılmayacağı bir ortam oluşturmak oldukça önemli.



Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

- Ders sırasında diğer teknolojik cihazlar çocuktan uzakta tutulmalı. Online ders sırasında çocukların dikkati kolaylıkla dağılabiliyor. Bu sebeple ders sırasında kullanılan teknolojik cihazlar dışında dikkat dağıtıcı diğer teknolojik cihazlar veya eşyalar çocuğun yanında bulundurulmamalı.
- Çocuklara sosyal medya etiği öğretilmeli. Aileler çocuklarına dijital görgü kurallarını ve sosyal medya etiğini yaşına uygun bir şekilde öğretmeli. Aynı gerçek hayatta olduğu gibi dijital dünyada da yanlış olan davranışlar çocuklara anlatılmalı. Aynı zamanda ders sırasında öğretmenine ve diğer arkadaşlarına karşı saygılı olması ve uygunsuz nicknamelerden kaçınması için teşvik edilmeli.
- Çocuğunuzun ders için gerekli araç gereçleri hazır bir şekilde, dersi dinlemeye başladığından emin olun. Çocuğunuzun ders programlarından haberdar olun.

Çocuğunuzun uzaktan eğitim programındaki dersleri düzenli olarak takip etmesine dikkat edin.

- Derslerde verilen konu başlıkları doğrultusunda yapacağı ek çalışmalar için bir çalışma planı oluşturmasını sağlayın. Veya Rehberlik Servisinin gönderdiği programları çocukların takip etmesini sağlayın.
- Belli saatlerde uyuma, belli saatlerde uyanma, belirli saatlerde ders ödev tekrarları yapma, belli zamanlarda birlikte kutu oyunları oynama, film seyretme gibi rutinleriniz olsun. Bu rutinler belirsizlikleri ortadan kaldırır. Bu sayede çocuğunuzun evdeki yeni düzene uyumunu kolaylaştırırken, motivasyonunu arttırmaya yardımcı olur.

Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Eğitim Bilimci Dr.Özgür Bolat'ta günlük hayatta rutinler oluşturmanın önemini şu şekilde anlatıyor.

“

Olağanüstü durumlarda, aile evdeki hayatı ne kadar olağan halde tutabilirse, çocuk o kadar güvende hisseder. Bunun yolu da rutinlerdir. Yani çocuk bu süreçte çok önemli bir hayat disiplini kazanabilir. İkincisi, ilişki kurma. Günümüzde aileler birçok sebepten dolayı isteseler de çocuklarıyla maalesef çok kaliteli zaman geçiremiyor. Aile bu süreçte farklı yöntemlerle çocuğuyla çok güçlü ilişki kurabilir. Sohbetler edebilir, etkinlikler yapabilir, bağ kurucu ve duyguları açığa çıkarıcı oyunlar oynayabilir. Üçüncüsü; anlam bulma. Bu süreçte aileler çocuklarıyla beraber kendilerine dönüp içlerindeki değerleri keşfedip daha anlamlı bir yaşam kurabilirler, diyor.

”

Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Çocuğunuzda öz-denetim becerilerinin gelişmesini destekleyin

Araştırmalara göre; çocukların akademik başarıları, öz-denetim becerilerinin gelişmesine bağlıdır. Çocukların çalışma öncesi plan yapabilmeleri, dürtülerini kontrol edebilmeleri, yönergeleri takip edebilmeleri, odaklanma becerileri akademik alanda başarıyı getiren becerilerdir.

Peki anne ve babalar çocuklarını öz-denetim becerilerinin gelişmesi için nasıl teşvik edebilirler.

- Çocuğunuzu karar verme sürecine dahil edin. Karar aldığı ve davranışının doğal sonucunu yaşadığı şeylere izin verin. Kendi kendini kontrol etmesiyle öz-denetim becerileri de artacaktır.
- Çocuğunuzun bağımsızlığı için görev ve sorumluluklar almasını sağlayın. Yaşına uygun sorumluluklar vermek ve takip etmek önemlidir. Bu çocuğın gelecekteki davranışlarını etkileyecek ve inisiyatif almasını sağlayacaktır.
- Eğer çocuğunuzda öz-denetim becerilerinin tam olarak gelişmediğini düşünüyorsanız bu beceriyi kazanana kadar unuttuğu görevlerini hatırlatıp, beklentilerinizi açıkça dile getirin.
- Tutarlı olun. Ebeveynlerin kabul düzeyi her gün aynı olmayabilir. Anne-babanın o günkü ruh haline bağlı olarak aynı olaylara farklı zamanlarda farklı tepkiler verebilirler bu durum çocuklarda kafa karışıklığına sebep olabilir. Ve kuralların günden güne değişebileceğini düşünebilirler. Bu sebeple tavırlarımızda tutarlı olmamız gerekmektedir.
- Koşulsuz sevgi gösterin. Çeşitli şartlara bağlı olarak sevginizi sunmayın. Örneğin; ödevini yaparsan..., odanı toplarsan... gibi şartlara bağlı olmadan onları sevdiğinizi hissettirin.
- Sınır çizin. Ailenizde temel kuralları belirleyin. Sınırlar koyun ve uygulayın. Çocuğunuz sizin sınırlarınıza bir süre sonra alışacak ve uymaya başlayacak. Sınırların dışına çıkmaması ile kendini yönetmiş ve özdenetimini sağlamış olacaktır.

Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Çocuğunuzun enerjisini atabileceği etkinlikler düzenleyin

- Bu süreçte çocuklarımız okuldan ve arkadaşlarından uzaklar ve dışarıya da çıkamıyorlar. Özellikle yaşı küçük çocukların birikmiş enerjilerini atmaları, dikkatlerini toplayıp derse konsantre olmaları için oldukça önemli ve gereklidir. Kısa süreli ve basit egzersizlerle başlayıp, tüm aile bireylerini katarak oyun haline çevirilen aktiviteler terapi görevi görecektir .Düzenli egzersiz depresif duygu durum gelişmesini de engeller ve uykuya dalmayı kolaylaştırır. Bu konuda fiziksel egzersizler, evde oynanabilecek oyunlar yararlı olacaktır.



Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Çocuğunuzla kaliteli zaman geçirin

- Çocuğunuzla dersleri dışında da ilgilenmeniz, onunla yaşına uygun olarak sohbet etmeniz onu dinlemeniz, oyun oynamanız, çeşitli etkinlikler yapmanız hem aranızdaki ebeveyn-çocuk ilişkisini kuvvetlendirecek, hem de çocuğunuzun motive edecektir.

Özellikle **“özel saat uygulaması”** ile çocuklarla ebeveynin çocuğun yönlendirdiği bir oyunu (20-30 dakika) oynamaları çok yararlı olabilir. Bu yaklaşımda çocuğun yönlendirdiği oyuna katılan ebeveynin aklında iş veya ev işleriyle ilgili hiçbir şey olmamalıdır. Özel zaman, çocuğun kaygı ve korkularını ifade etmesini sağlayabilir, ayrıca ebeveyn-çocuk ilişkisini güçlendirebilir.

Akşam yemeği birlikte yenmelidir. Böylece akşam yemeği bir iletişim-etki-leşim aracı haline dönüştürülmelidir. Bu sırada televizyon açık olmamalı, kim-şenin önünde tablet,telefon olmamalıdır.

Evde herkesin katıldığı, kitap okuma saatleri düzenlenebilir. Gene birlikte kutu oyunları, adam asmaca, isim-bitki-hayvan, kelime oyunları, sessiz sine- ma... gibi oyunlar oynanabilir.



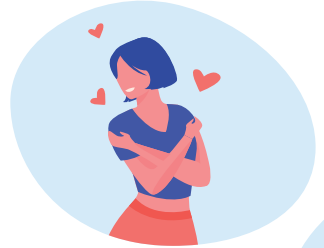
Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Kaygınızı kontrol altına alın

- Virüs tehdidi altındayken çeşitli kaygılarımızın, korkularımızın olması son derece doğaldır. Fakat özellikle ailelerin bu süreçte aşırı kaygılı, korkutucu, aşırı titiz, koruyucu kollayıcı yaklaşımları olabilmektedir. Anne babaların abartılı panik hissi, çocukların ve gençlerin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilir. Kaygılı ve korkulu olmanın çok doğal hatta şu dönemde gerekli ve işlevsel olduğunu kabul etmeliyiz.

Çünkü bu duygular olumsuz olsa da bizim önlem almamızı, gerekeni yapmamızı sağlar. Çocuklara da kaygı ve korkunun, hastalıkla ilgili olumsuz düşünce ve öngörülerin, bizi korumak için böyle zamanlarda önlem almamızı sağladığını onların anlayabileceği bir dilde anlatabiliriz. Ancak kaygı ve korku abartılı olursa insanların ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği gibi kişinin doğru, etkili ve zamanında tepki vermesini zorlaştırabilir. Tıpkı donup kalmak ve kitlenmek gibi. Halbuki kabul edilebilir düzeyde bir kaygı ve korku “ne yapılabileceği” üzerinde karar vermeyi kolaylaştırabilir.

Yani çocukların bu zor dönemi en az psikolojik sıkıntılarla geçirmesi anne babanın ruh sağlığıyla yakından ilişkilidir. Evde panik halinde ne yaptığını bilmez şekilde hareket eden anne babaların çocuklarına da kaygı bulaştırması kaçınılmazdır. Kendi kaygı durumumuzu kontrol etmenin gerekli olduğu bilinmekle birlikte bunu gerçekleştirmek söylendiği kadar kolay olmayabilir; ama imkansız da değildir. Bunun için de öncelikle doğru haber kaynaklarından bilgi alınmalı spekülasyon haberlere inanılmamalıdır. Çocukların haberleri izleme süresini sınırlı tutmak, korkutucu görüntüler içeren videolar ve görsellerden uzak tutarak olumsuz haberlere ebeveyn denetimi olmadan doğrudan maruz kalmalarını engellemek anne babaların kontrolündedir. Çocuk ve ergenlerin bunlardan korunmaları ve doğru, gerçekçi bilgiye ulaşmaları sağlanmalıdır.



Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Çocuklar aileleri ve öğretmenlerinin tepkilerini izler ve öğrenirler. Sizin haberlere nasıl tepki verdiğiniz, diğer yetişkinlerle aranızdaki konuşmalar çocukların nasıl hissedeceği konusunda belirleyici olacaktır.

Anne ve baba kaygı yaşasa da abartılı ve yapmacık şekilde çocuğa hiçbir sorun yokmuş gibi yaklaşımları, çocuk etkilenmesin diye abartılı rahat ve uygun olmayan aşırı güven verici ifadeler kullanması durumunda çocuklar ve ergenler bu durumu sezebilirler. Kendilerinden bir şey saklanıyormuş hissi ve ailelerine duydukları güvenin kaybı, süreci daha endişeli geçirmelerine neden olabilir.

Güvende olma duygusu afet zamanlarında çocukların en fazla ihtiyacı olan şeydir. Çocuklara zor bir dönemden geçildiğini belirtmek ama ailece yapılması gerekeni yapmaya çalıştığımızı ve onları korumak için dikkatli olduğumuzu göstermek ebeveynlerin yapması gerekenlerin en başında gelmektedir.

Covid-19 salgınından etkilenen insanlara yardım eden pek çok kişi olduğunu, sağlık çalışanlarının, hastanelerin elinden geleni yaptığını çocuklara anlatın. İşler yolunda gitmediğinde yardım edecek insanların olduğunu öğrenmeleri biraz rahatlamalarını sağlayacaktır.





Uzaktan Eğitim Sürecinde Anne Babalara Tavsiyeler

Kendinize zaman ayırın

- Evdeki bu yeni düzene alışmak sizin için oldukça zorlayıcı olabilir. Sosyal mesafelendirme uygulamalarıyla herkesin evlerine çekildiği bu dönemde, belki çocuğunuzla ilgilenebilecek aile büyüklerinizin veya yakınlarınızın yardımlarından da mahrum kalmış olabilirsiniz. Evdeki sorumluluklarınız daha da artmış olabilir. Bütün gün evde kalmak, ev işleriyle uğraşmak, çocuğunuzun derslerinin takibini yapmak, çocuklarınızın evde daha verimli zaman geçirmeleri için uğraşmak sizi yorabilir. Bunların üstüne bir de evden çalışmak durumundaysanız durum daha da içinden çıkılmaz bir hal alabilir. Bütün bu karmaşa içinde kendinize de zaman ayırmalı, varsa hobilerinizle ilgilenmelisiniz. Kendinize ayıracağınız bu zaman dilimi biraz da olsa nefes almanızı sağlayacak ve ruhsal dengenizi korumanıza yardımcı olacaktır. Unutmayın ancak siz iyi olursanız ailenize ve çevrenize yardımcı olabilirsiniz.

Kaynakça

- Eyüp Sultan İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü Rehberlik Araştırma Merkezi
- Tavsiyedyorum.com Uzm.Psk.Ebru Zorlutuna
- Hürriyet.com
- Milliyet.com
- e-psikiyatri.com
- twinscience.com.tr
- Prof.Dr.Levent Erarslan&Uzaktan Eğitim Tavsiyeleri
- PervinKaplan.com