

ŞKG BÜLTEN

ŞEHİT KEMAL GÖRGÜLÜ ORTAOKULU
"REHBERLİK EĞİTİMİN RUHUDUR"

BÜLTENDE ÖNE ÇIKANLAR

Ergenlik Dönemi	S. 2
İletişim Becerileri	S. 3 / 4
Liseleri Tanıyalım	S. 5 / 6
Sınavlarda Yapılan Hatalar	S. 7
Aralık Ayı Birincileri	S. 10

SORUMLULUK BİLİNCİ

DOĞAN CÜCELOĞLU / SAVAŞÇI

Sorumluluk bilinci biz anlayışının temelidir ve kendisini bizin bir üyesi olarak gören kişi ne yapması gerektiğini bilir. Kişi ekibin sorumlu bir üyesi olduğunu anladığı zaman hayatta artık sorunlar yerine çözümler üretmeye başlar. Ekibini yani "biz"ini keşfedememiş insan sorunun bir parçası olarak yaşamaya devam eder.

AİLE ORTAMI

DOĞAN CÜCELOĞLU / İÇİMİZDEKİ ÇOCUK

Aile ortamı bir mutluluk ortamı olmalıdır. Bir babanın ya da annenin çocuklarıyla gurur duyması, onların iyi ve sağlıklı insanlar olarak topluma katıldıklarını görmesi büyük mutluluk kaynağıdır. Çocuklar anne babalarını dünyanın en önemli ve kudretli insanları olarak görürler. çocukların anne babaları tarafından kabul edilip sevilip desteklenmesi, başka hiç bir kimsenin yapamayacağı kadar, onları mutlu ve yaşamlarından doyumlu kılar.





ERGENLİK DÖNEMİ

Düzenleyen

Miyase Zeynep DEMİRCİ / Psikolojik Danışman

Ergenlik dönemi; birçok fiziksel, duygusal ve bilişsel değişimi beraberinde getiren çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir. Birçok genç ve ailede kaygı uyandıran bu geçiş döneminin en önemli özelliği gözle görülür farklılıkların ortaya çıkmasıdır. Bedensel ve duygusal değişimlere ayak uydurmaya çalışan birey, ergenlikle birlikte bir tür keşif yolculuğuna da çıkar. İlgisi ve beklentilerin şekillendiği bu dönemde kendini tanıma, ihtiyaçları fark etme, değişime ayak uydurabilme, sosyal ilişkileri yürütebilme ve özerkleşme en belirgin özellikleri oluşturur.

Ergenlik döneminde birey, bedensel, duygusal, bilişsel ve sosyal yönden kendini tamamlayacak ilgi alanlarına yönelir. Bu dönemde sevdiği ve yakınlık duyduğu kişileri (sanatçı, öğretmen, sporcu vb.) ya da grupları (sanat, spor, hobi) kendine örnek alabilir. Örnek aldığı kişiye benzemeye çalışma, belirli bir gruba dahil olma ve o gruba ait hissetme eğilimi ergenlik döneminde sıkça gözlenir. Anne babadan ayrılarak kendine bir kimlik edinme; onlardan farklı, kendine has bir birey olma ihtiyacı duyulan bu dönemde gencin kendini ifade etmesi için uygun ortam yaratılması önemlidir.

(Kaynak madalyonklinik.com)

Ebeveynler, ergenlik döneminde çocuklarıyla iletişim kurmakta zorlanabilir. İlgisi ve ihtiyaçları değişen, anne babadan ayrılan ergene ulaşabilmek adına ebeveynler çeşitli yollar geliştirmektedir. Çocukluktan yetişkinliğe geçiş evresindeki bu dönemde ergen, sağlıklı kimlik gelişimi oluşturabilmek amacıyla anne babadan ayrılmaktadır. Bu geçiş evresinde ergene çok fazla özerklik tanımak ya da onu çok fazla sınırlandırmak istenmeyen sonuçlara yol açmaktadır. Anne babadan hem fiziksel hem de duygusal olarak ayrılmak isteyen ergen, mesafeli davranabilir. Kendi sınırlarının ihlal edildiğini düşünüp öfke patlamaları yaşayabilir ya da içedönük tepkiler verebilir. “Çocuğum elimden kayıp gidiyormuş hissine” kapılan anne babalar panik yaşayabilir ve çocuğuyla “arkadaşça” vakit geçirmek isteyebilir. Bu kaygıyla aile içindeki sınırlar esneyebilir; çocuğun istekleri, ihtiyacın önüne geçebilir. Çocuğun zarar görebileceği durumlarda paniğe kapılıp daha katı sınırlar konduğu durumda ise çocuğa ikili bir mesaj gitmiş olur. Bu gibi durumlarda da ergen, anne babasıyla çatışmaya başlayabilir.

Çocuğun aile ortamında arkadaşına değil, anne babasına ihtiyacı vardır. Çocukların etrafında pek çok arkadaşı olabilir; ancak yalnızca bir tane anne babası vardır. Ergen; hata yaptığında onun arkasında olacak, onu destekleyecek, doğru karar veremediği noktalarda ona yol gösterecek, sınırları oluşturacak ebeveyne ihtiyaç duyar. Çocuğun hayatındaki bu ihtiyaç, esasında “güvenli üs” ihtiyacıdır.



”

Çocuğun aile ortamında arkadaşına değil,
anne babasına ihtiyacı vardır.

İLETİŞİM BECERİLERİ



İletişim Nedir?

İletişim bireylerin sözel ya da davranışsal yollardan karşısındaki ile ilişki kurma halidir. İnsanlar doğası gereği bir diğeriyle sürekli etkileşim ve iletişim halinde olmak isterler. Yeni doğan bebekler bile ağlayarak ebeveynleri ile iletişim kurarlar. Yani biz aslında iletişim kurmaya güdülenerek dünyaya geldik. Hayatımız için bu kadar öneme sahip olan bir süreç ve durumdaki olumlu gelişmeler kendimizi iyi hissetmemizde büyük bir etkiye sahipken, yaşadığımız iletişim çatışmaları (kavga etmek, karşılıklı olarak etkin dinlememe, sözel hakaretler gibi) ise yaşamımızı olumsuz yönden oldukça fazla etkilemektedir.

En son tartıştığınız kişiyi ve durumu düşünün. Neler hissettiniz? Sizi en çok üzen şey neydi? Bu çatışmanın yaşanmasında sizin rolleriniz neydi?

İletişimdeki Çatışmalar

Kurduğumuz iletişimlerde çatışma yaşamamak tabii ki mümkün değildir. Herkes aynı şeyi düşünse dünya gerçekten çok sıkıcı olurdu öyle değil mi? Çatışmaların ve fikir uyuşmazlıklarının yaşanması beklenen bir durum elbette ki. Peki biz yaşadığımız bu fikir uyuşmazlıklarını bize en az zarar verecek şekilde nasıl çözebiliriz? Yaşadığımız bu çatışmayı nasıl yönetmeliyiz?

Çatışmaları Çözmek İçin Kullanılabilecek İletişim Yolları

- Empati

Çatışmalarda kullanılabilecek bir diğer yöntem ise kendimizi karşıımızdaki insanın yerine koyarak düşünmektir. Yani Empati yapmaktır. Karşıımızdaki bize neden böyle davrandı? Durumu daha iyi anlamak adına, kendimizi karşıımızdaki yerine koymamız ortaya çıkması muhtemel olan çatışma ve anlaşmazlıkları engellemek adına önemli bir adım olabilir.



Öğr. Gör.
Yeliz TIRYAKI GÖKSU

Giresun Üniversitesi

• Etkin Dinleme

Bireylerin herhangi bir yolla iletişim sorunu yaşadıklarında onlara bu çatışmayı azaltmaya yardımcı olabilecek birçok seçenek vardır. Bunlardan biri de karşıdaki kişiyi etkin (aktif) olarak dinlemektir. Etkin dinlemenin temel kuralları arasında; tüm dikkatimizi karşıımızdaki kişiye vermek, karşıımızdaki kişinin sözünü kesmeden dinlemeye devam etmek, dinlerken göz teması kurmak, başka bir işle meşgul olmamak, konuşmacıya verilecek cevabı düşünmeden dinlemeye devam etmek ve karşıımızdaki kişinin duygu ve düşüncelerini anladığımızı gösterebilecek kısa sözlü ifadeler de bulunmak sayılabilir. Eğer bu teknikleri kullanarak dinleme sürecine dahil olursak konuşmacının bu konuşmayı yapmaktaki gerekçeleri, amaçları ve niyetlerini daha iyi anlayabiliriz.

• Sözel Olmayan İpuçları

İnsanların kurdukları iletişimlerde sözel olarak söylediklerinden çok sözel olmayan tavırlarının daha etkili olduğunu biliyor muydunuz? Yapılan bir araştırmaya göre insanların % 7 oranında konuşulan sözlere, % 38 oranında ses tonuna ve % 55 oranında beden diline itibar ettiğini dile getirmiştir (Mehrabian, 1981). Yani bir şeyi söylerken kullandığımız ses tonu, bedenimizin duruşu, yüzümüzde oluşan ifadeler karşıımızdaki kişide anlattıklarımızdan çok daha etkilidir. Başkalarıyla iletişim sorunları yaşamamak adına sözel olmayan süreçlere odaklanmak bile oldukça işe yarayabilir.

• Kendini Tanımak ve Olanları Tekrar Düşünmek

Bu olay seni neden bu kadar sinirlendirdi? Bu konuya olan hassasiyetin nereden geliyor? Eğer kişiler bu soruyu yaşadıkları çatışma sonrasında kendilerine sorarlarsa ve cevabını verebilirlerse, aynı durum tekrar yaşandığında yaşanan duruma bakış açıları önemli ölçüde değişecektir.



• Eleştiriye Açık Olma

Başkaları tarafından olumsuz yönde yapılan eleştiriler, bireylerde rahatsızlık hissi yaratabilir. Olumsuz bir eleştiriyle karşılaşıldığında eleştirin niteliğini düşünmek (Gerçekten eleştirilen bu duruma sahip miyim? Bu eleştiri ne kadar doğru ve yerinde?) yapılan eleştirilere karşı olan tutumuzu oldukça etkileyecektir. Diğer taraftan eleştiriler üzerinde düşünülürse, kişisel sorunlarımızın farkına varmamız açısından da aydınlatıcı bir etkiye sahiptir.

• Hoşgörülü ve Önyargısız olmak

Önyargı bir kişi, bir durum ya da bir şeyle ilgili olarak çeşitli yollarla sahip olunan yargılardır. Önyargılarda kişiler karşılaştıkları durum ya da kişilerle önceden herhangi bir etkileşimde bulunmadıkları halde belli düşüncelere sahiptirler. Peki bu ne kadar doğru bir tutumdur? İletişimin sağlıklı başlaması ve devam etmesi adına önyargılarımızdan kurtulmamız gerekmektedir. Aynı şekilde kişilerin yaptıklarına ve davranışlarına karşı hoşgörülü olmak da iletişimin devamı ve niteliği açısından önemlidir.

İletişimde Yapılan Hatalar

Bireylerin iletişim süresince farkında olarak ya da olmadan yaptıkları hatalardan kısaca söz etmek gerekirse; bunları şu şekilde sıralayabiliriz; Emir vererek konuşmak, tehdit içeren cümleler kullanmak, sürekli olarak uyararak, isim takmak ve alay etmek, yerinde olmayan uygunsuz eleştiriler yapmak, karşıdakini suçlayıcı cümleler kullanmak en çok yapılan iletişim hatalarıdır. Kurduğumuz ilişkilerde bu tarz iletişim yöntemleri kullanmamak ortaya çıkması muhtemel çatışmaları engelleyebilir.

Karşılaştığımız iletişim sorunlarına çözüm yolları bulabilmeniz dileğiyle...

LİSELERİ TANIYALIM

Her ay farklı bir okul türünün detaylarını inceleyeceğimiz yeni bir yazı dizisi ile lise türlerini detaylı şekilde öğrenmeye çalışacağız.



ANADOLU LİSELERİ

İlk olarak 1955 yılında İstanbul, İzmir, Eskişehir, Diyarbakır, Konya ve Samsun'da "Maarif Koleji" adıyla eğitim-öğretime açılan bu okullar, 1975 yılında Anadolu lisesi adını almıştır. Anadolu liseleri; İlgı, yetenek ve başarılarına göre öğrencilerin yükseköğretim programlarına hazırlanmalarını, amaçlayan eğitim kurumlarıdır. Ortaokul veya imam-hatip ortaokulu üzerine, merkezi sınav puanı veya adres bilgileri esas alınarak öğrenci yerleştirilen ve öğrenim süresi dört yıl olan yatılı ve/veya gündüzlü olarak eğitim veren kurumlardır. Bu okullarda Bakanlıkça uygun görülen ders çizelgeleri ve öğretim programları uygulanır. Eğitim-öğretim Türkçe yapılır. Anadolu liselerinde bir şubeye alınacak öğrenci sayısının 34 olması esastır. Sınavlı Anadolu liselerinde bu sayı 30'dur. Ancak Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliğindeki hükümler uyarınca öğrenci kayıt alanındaki öğrenci sayısının yoğunluğu ve zorunlu hâllerde okulun fiziki şartları da dikkate alınarak bu sayı 40'a kadar artırılabilir, sınavlı Anadolu liselerinde ise öğrenci sayısı 34'e kadar artırılabilir.



Bu okullarda öğrenim görmek isteyen ilköğretim 8 inci sınıf öğrencileri; Yönergeyle belirlenen usul ve esaslar ile kılavuz/kılavuzlardaki açıklamalar doğrultusunda, yerleştirme esaslarına göre tercihte bulunurlar

(Kaynak ogm.meb.gov.tr)

VAN'DA SINAVLA ÖĞRENCİ ALAN ANADOLU LİSESLERİ



**Niyazi
Türkmenoğlu
Anadolu Lisesi**

2022 Taban Yüzdelik Dilimi
% 7,75



**Kazım Karabekir
Anadolu
Lisesi**

2022 Taban Yüzdelik Dilimi
% 10,05



**Türkiye
Yardımsevenler
Derneği Anadolu
Lisesi**

2022 Taban Yüzdelik Dilimi
% 12



**Abdurrahman
Gazi Borsa
İstanbul Anadolu
Lisesi**

2022 Taban Yüzdelik Dilimi
% 15,66



**Sevim Kürüm
Anadolu
Lisesi**

2022 Taban Yüzdelik Dilimi
% 20,07

(Kaynak meb.gov.tr)

SINAVLARDA YAPILAN HATALAR

Adem DEMİRCAN / Psikolojik Danışman

- **Paragraf sorularında ilk önce paragrafın okunması**

Bu tip sorularda genellikle en başta paragraf metni okunur halbuki soruda ne istendiği bilinmeden paragrafın okunması bize bir şey kazandırmaz. Bu yüzden ilk önce soru kökünün daha sonra paragrafın okunması gerekmektedir. Çünkü paragrafın soru kökünden sonra okunması bizden istenen şeyin ne olduğunu bilmemize ve paragrafı okurken istenilen cevabı metnin içerisinde bulmamıza yardımcı olacaktır.

- **Kodlama işleminin en sona bırakılması**

Her yıl yapılan sınavlarda binlerce öğrenci kodlama hatası yapmaktadır. Kodlama işlemi sınavın son dakikalarına, bir testin bitimine veya birkaç sorunun çözümünden sonraki zamana bırakılamaz. Çünkü zaman kazanacağım diye kodlamayı sona bırakmak sınav sonrası yorgunluk ve dikkat dağılmasının fazlalığı sebebiyle hatalı veya eksik kodlama riskini artırır. Kodlama işleminin her sorudan sonra yapılması gerekmektedir.

- **Tüm şıklar okunmadan işaretleme yapmak**

Soru kökünü ya da seçeneklerin tümünü okumadan soruyu işaretlemek de sizi yanıltabilir. Çünkü bazı sorularda sizden hangi seçeneğin yanlış olduğu istenir. Bazı sorularda ise en yakın anlam istenir, yani daha doğru olan seçeneği bulmamız beklenebilir.

- **Matematik sorularında kalem kullanmamak**

Sınav anındaki heyecan ve yorgunluk hissi basit olarak gördüğünüz matematiksel işlemleri dahi zihninizde yaparken yanılmanıza sebep olabilir. Bu yüzden mümkün olduğunca sayısal işlemlerde kalem kullanıp sonucu somut olarak görmemiz gerekmektedir.



- **Soru tam okunmadan cevap hakkında tahminlerde bulunmak**

Her sorunun kendine has özel bir mantığı vardır. Soru kökünün iyi okunup anlaşılması daha sonra cevabın düşünülmesi gerekir. Soru kökü anlaşılmadan cevabı düşünmeye çalışmak hızı düşürür. Zaman kazanmak için soruyu okumadan cevap şıklarına koşmak bizi yanıltır.

- **Sınav anında sınavdaki performansını değerlendirip kaygılanmak**

Zor bir soruyu yapamadığınız anda başarısız olduğunuzu düşünüp endişelenerek motivasyonunuzu bozmayın. Sınav anında kaç soru yaptığımızı düşünmek yerine elinizden gelenin en iyisini yapmaya çalışmalısınız. Çözülemeyen soruları düşünüp strese kapılmak hiç bir katkı sağlamayacaktır.

- **İki seçenek arasında kararsız kalıp soru üzerinde boşa vakit harcamak**

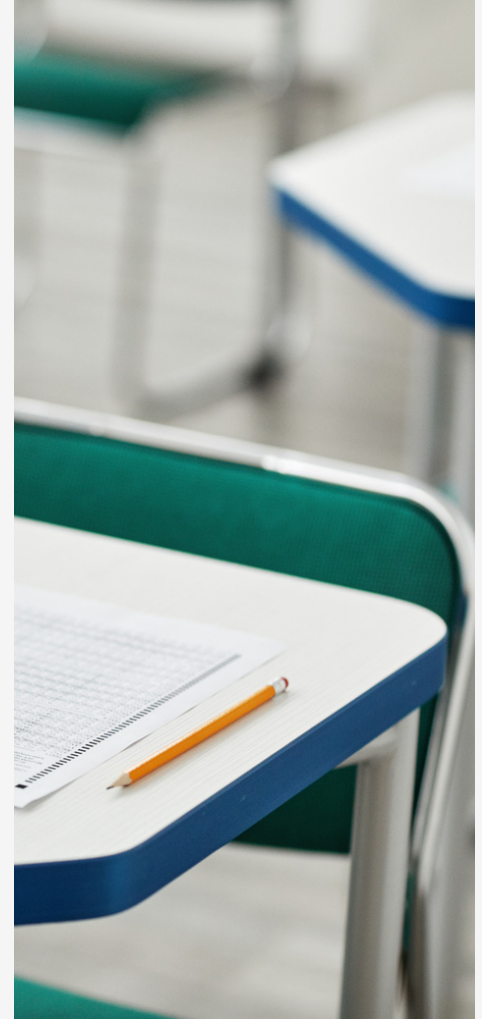
Böyle bir durumda en iyi yol soruya fazla takılmadan diğer soruları çözüp tüm soruları bitirdikten sonra çözmediğiniz sorulara dönmektir. Buna Turlu Soru Çözme Yöntemi adı verilir.

“

**Başarının İlk Anahtarı
Hayallerinizin Olmasıdır.
Hayallerinizde Başarıya Ulaştığınız
Anı Görüp Onun İçin Mücadele
Etmelisiniz.**

- **Hatalı okuma alışkanlıkları**

Hatalı okumalar da önemli sorunlar yaşamamıza neden olabilir. Olumsuz bir ifadeyi olumlu, olumlu bir ifadeyi olumsuz olarak okumak soruyu veya cevabı hatalı düşünmemize sebep olabilir.



ETKİNLİKLERİMİZ



AKROBASİ ETKİNLİĞİ

Van Valiliği ve Van Büyükşehir Belediyesinin katkılarıyla gerçekleştirilen Akrobasi Gösterisine 5, 6, 7 ve 8. sınıftaki tüm öğrencilerimizle birlikte katılım sağladık.



ARALIK AYI BİRİNCİLERİ ÖDÜL TÖRENİ

Ayın sınıfı ve ayın öğrencisi projesinde Aralık ayı içerisinde birincilik elde eden öğrencilerimize yönelik ödül töreni gerçekleştirildi.



KİTAP VAN PROJESİ

Van Valiliği bünyesinde yürütülen Kitap Van Projesi kapsamında PTT kitap dağıtım lansman toplantısına 12 öğrencimizle birlikte katılım sağladık. Okulumuza proje kapsamında çok sayıda kitap teslimi yapıldı.



ARALIK AYI DENEME SINAVI

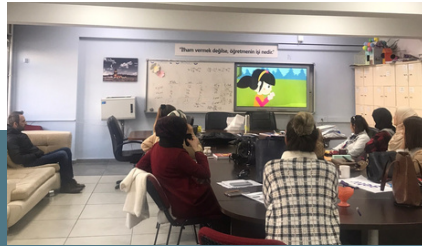
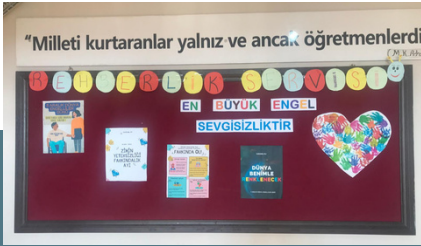
Her ay yapmış olduğumuz deneme sınavlarımızın Aralık ayı oturumu tüm sınıflarımızın katılımıyla gerçekleştirildi.

ETKİNLİKLERİMİZ



YERLİ MALI HAFTASI

Yerli Mali Haftası (Tutum, Yatırım ve Türk Malları Haftası) tüm sınıflarımızda çeşitli etkinliklerle kutlandı.



ÖZEL EĞİTİM VAN PROJESİ

İlimizde yürütülen Özel Eğitim Van projesi kapsamında Aralık ayı içerisinde işlenen konu başlığına ilişkin okulumuzda çeşitli çalışmalar gerçekleştirildi.



ŞKG KİTAP OKUMA KÖŞESİ

ŞKG İyilik Timleri Projesi dahilinde okulumuzda okuma köşesi oluşturuldu.



OKULLAR ARASI DART MÜSABAKASI

İlimizde düzenlenen okullar arası dart müsabakasına 8 öğrencimizle birlikte katılım sağladık.

ARALIK AYI BİRİNCİLERİ



AYIN SINIFI

5/E

SINIF ÖĞRETMENİ: PINAR ENDER



AYIN ÖĞRENCİSİ

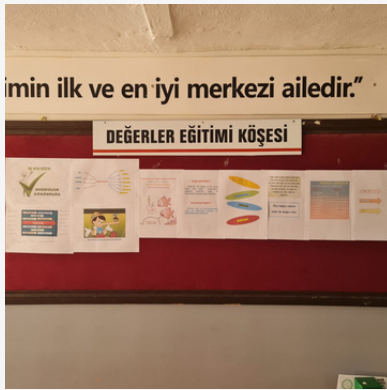
M. ENSAR ŞENGÜLER

SINIF ÖĞRETMENİ
TUBA TUNA

ADEM CANCAN

SINIF ÖĞRETMENİ
AYSUN DEMİRCAN

DEĞERLER EĞİTİMİ KÖŞESİ



ARALIK AYI DEĞERLERİ

- 1- Dürüstlük / Doğruluk / Yalan Söylememe / İçi Dışı, Özü Sözü Bir Olmak
- 2- Adaletli Olmak

Aralık ayı değerlerimize yönelik okulumuzda tiyatro, pano, sinevizyon gösterimi v.b çalışmalar gerçekleştirilmiştir.

ŞKG İYİLİK TİMLERİ PROJESİ

Okulumuzda Aralık ayı itibariyle ŞKG İyilik Timleri Projesi başlatılmıştır. Proje ile öğrencilerimizde sorumluluk ve aidiyet duygusuna yönelik kazanımlar elde etme ve daha yaşanabilir bir okul oluşturma hedefleri gözetilmektedir

HİJYEN AVCILARI

- Sınıfların temizlik kontrolü
- Öğrenci wc lerinde temizlik ürünlerinin kontrolü
- Okulun genel temizlik kontrolü

TUTUM MÜFETTİŞLERİ

- Okul bitiminde açık kalan ışıkların kontrolü
- Açık kalan muslukların kontrolü
- Açık kalan tahtaların kontrolü

LGS GÖNÜLLÜLERİ

- Arkadaşlarım nasıl yapıyor? semineri
- Soru çözümünde akran işbirliği

ÖDÜL EKİBİ

- Ayın sınıfı projesindeki formların takibi, eksiklerin sorumlu öğretmene bildirilmesi

DÜZEN AVCILARI

- Okul araç gereçlerinin kontrolü
- Okul bahçesi düzeni

SÜPER TİM

- Kermes vb. sosyal etkinliklerin düzenlenmesi ve planlama

KİTAP SEVDALILARI

- Kitap okuma saatlerinde sınıf ziyareti
- Kütüphane ve sınıf kitaplığı düzeni
- Kitap toplama kampanyası

CANIM OKULUM

- Okul araç gereçlerine zarar verilmesi konusunda tespit çalışmaları ve ilgili öğretmenlere bilgi verilmesi
- Okul temizlik malzemelerindeki eksik veya fazlalığın ilgili öğretmene bildirilmesi