

# Ara Tatil İçin

DİJİTAL MEKTUP



## İçinden çıktığımız yorucu ve zahmetli süreç...

----- GÖKAY ATILGAN

Ortalama son iki yıldır, **okul ve ev arasındaki sınırın ortadan kalkması** sonucu okula devam eden çocuklarımız rol karmaşası yaşamışlardır. Aslında bu durum biz ebeveynler içinde geçerliydi. Normal şartlarda günün belirli saatleri -hatta hafta sonları bile kısıtlı zaman-geçirdiğimiz çocuklarımız ile salgın hastalık süreci ve okulların kapalı olması sonucu daha fazla temas eder olmuştuk. Evimiz bir şekilde dersliklere ve etüt merkezlerine dönüşmüştü. Bizlerin payına da ödev takipleri, belletmenlik gibi yeni ve zorlayıcı deneyimler düşmüştü. Bunun yanı sıra işe gitme zorunluluğumuz söz konusu olduğunda da çocuklarımızı emanet edebileceğimiz birilerini bulma gibi çabalara da girişmiştik. Dolayısıyla bu koşuşturmacaya yetişmek hem bizim için hem de çocuklarımız için yorucu ve zahmetliydi.

**Okulsuz kalmanın anlamını ve önemini o kadar derinden hissettik ki...**

**Sosyalleşme sürecini ve bir bütün olarak tüm gelişim alanlarını destekleyen** okullarımıza bu sene, yani 2021-2022 eğitim-öğretim yılı ile tekrardan kavuşmuş olduk. Okula yeni başlayan çocuklarımızın da dahil olduğu bu eğitim-öğretim yılında fiziksel, sosyal, duygusal, psikolojik ve akademik gereksinimlerimiz doğrultusunda **okullarımıza sımsıkı sarılmış** bulunmaktayız. Salgın hastalık sürecinde okuldan ayrı kalmak ve uzaktan eğitim ile okulla bağı azalan her çocuğumuzun gereksinimleri elbette farklı olacaktır. Bundan dolayı da çocuklarımızın yaş, gelişim dönemleri ve öncelikli gereksinimleri doğrultusunda hareket etmek elzem bir hal almıştır.

**Değişen ekranın anlamını iyi bilmeliyiz.**

Salgın sürecinde evlerde sahip olduğumuz ekranların oyun ve eğlence amaçlı kullanımlarını bir tarafa iterek ekranlara ders anlamına gelen her türlü görev ve sorumlulukları yüklemiştik.

Salgın hastalık sürecinde okula yeni başlayan -yüzünü bile görmediğimiz- çocuklarımıza, **şimdilerde maskeler arkasında da olsa kavuşmanın mutluluğunu** yaşamaktayız. Ancak ekranlara yüklediğimiz anlamlar da yine bir değişim veya kayma söz konusu olacağı için ekranların kullanım amacı, kullanım süresi gibi konulara yeniden dikkat etmeliyiz. Çünkü salgın hastalık süreci, sokağa çıkma kısıtlamaları, yeni normal, uzaktan eğitim ve online dersler derken 2021-2022 eğitim-öğretim yılının ilk ara tatil zamanı geldi.

Uzun süreli ekran kullanımı hem dikkati hem de duygu regülasyonu ve davranış düzenlemesini bozduğu için mutlaka uygun kısıtlamaların ara tatil de olsa yapılması gerekiyor. Burada yine **ebeveyn olarak bizlerin tutumu çok önemli**. Devreye girmesi gereken ebeveyn -aşırı kısıtlayıcı ya da aşırı esnek- davrandığında bazı sorunlar yaşayacaktır. Elbette çocukları kendi haline bırakmak anlamına gelmiyor bu. Mutlaka dengede tutmak gerekiyor. Zaten ekran sürelerimiz yeni normal dediğimiz dönemde de arttı. **En azından bu tatil dönemini ekranı biraz daha kısıtlayarak ev içi, ev dışı, ekran dışı aktivitelere biraz daha çocukları yönlendirebilmek, hareket etmeleri için imkân yaratmak gerekiyor**. Çünkü bu çocuklar için katbekat büyük bir sorun. Çünkü çocuk aslında hareket anlamına geliyor. Duygularımızı düzenlerken aslında hareketlerimizi de kullanıyoruz. Hatta bazen dikkatimizi de toplarken hareketten faydalanıyoruz. Ekranı azaltmak, en azından tatilde hareketi artırmak çok önemli. Çünkü evde olduğumuzda hareketlerimiz çok kısıtlandı. Yapabildiği spor aktivitelerinden de mahrum kaldılar. O yüzden fiziksel hareketliliği ev içinde ve ev dışında artırmak ara tatilin önemli bir parçası olmalı.

**Ara tatile giren çocuklarımızın derslerinden kopmadan vakit geçirmesi gerekmektedir.**

Okulun en önemli getirilerinden birisi akademik becerilerdir. Hali hazırda okulları içselleştirmede güçlük yaşayan çocuklarımız için -gerçekte tatilin dinlenme ve serbest zaman geçirilen bir dönem olsa da- bazı çeldiriciler söz konusu olacaktır. Çocuklarımız bu ara tatili kitap okuyarak, evde oynanabilecek oyunları oynayarak, resim, müzik, puzzle gibi aktivitelere zaman ayırarak geçirebilirler. Tüm bunların yanında abartıya kaçmadan günlük 2-3 saati geçmeyecek şekilde ders çalışabilirler. Bizler bu konuda ısrarcı olmamalı ve sert bir tutum takınmamalıyız. **Çeşitli seçeneklerin olduğu bir aktivite listesi ile ders planı yaparak süreç, verimli ve de eğlenceli bir şekilde atlatılabiliriz.**

Artık çocuklarımızı zorlamak, eğer ödevlerini yapmazlarsa başlarına gelecek kötü şeylerden bahsetmek çok da işe yaramıyor. Ödevler yapılsa dahi motivasyon olmadığı takdirde, o ödevlerin beklendiği kadar akademik fayda sağlamadığını bilmemiz gerekmektedir. **Dolayısıyla her çocuğun ödevlere karşı tutumu, anlayışı ve ne anladığı farklılaşmakta ve bunu da en iyi ebeveynler yani bizler biliyoruz**. Bizler, çocuklarımızın bu özelliklerini değerlendirerek ödevi; oyunun, etkinliğin bir parçası ya da gündelik rutinin bir parçası olarak devam ettirebilmeliyiz.

**Son olarak...**

Çocuklarımızı ebeveyn olarak en iyi biz tanıdığımız için bütün günü oyun oynayarak, uyuyarak ya da hiçbir şey yapmadan geçirmelerine müsaade etmemeliyiz. **Yeni kitaplar, yaşına uygun filmler keşfetmek ya da farklı konularda araştırmalar yapmak bu dönemde hem çocuklarımıza hem de bizlere büyük katkı sağlayacaktır.**

Ayrıca ara tatilde çocuklarımız ve bizler salgın hastalık sürecini göz önünde bulundurarak hareket etmeliyiz. Bu şekilde hareket edersek -sosyal mesafe ve maske kurallarına uyarsak- **daha sağlıklı ve iyi bir tatil** geçirebiliriz.

**Sağlıcakla kalmanız temennisi ile...**

