

## Zayıf karnenin 3 nedeni!

**Yoğun bir eğitim yılını geride bırakan milyonlarca öğrenci, yaz tatiline girmeye hazırlanıyor. Cuma günü son ders zili çalacak ve öğrenciler karne alacak. Zayıf karnenin değerlendirilmesinde anne ve babaların özeleştiri yapmaları gerektiğini belirten uzmanlar, “Akademik başarısızlığın sebebi, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu, Özgül Öğrenme Güçlüğü ve zeka geriliği sorunları olabilir” uyarısında bulunuyor.**

Üsküdar Üniversitesi NP Feneryolu Kliniği'nden Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Uzmanı Yrd. Doç.Dr. Başak Ayık, uzun ve yorucu bir eğitim yılını geride bırakan tüm öğrencilerin karne almak için geri sayıma başladığını hatırlatarak “Tüm öğrencilerin emeklerinin karşılığını aldığı, güzel karneler ile buluşmasını diliyorum” dedi.

### **Karne sadece çocuk ve gence ait bir değerlendirme değil!**

Karnenin sadece öğrencinin değerlendirmesini gösteren bir belge olmadığına dikkat çeken Uzmanı Yrd. Doç.Dr. Başak Ayık, “Karne öğrenci ile ilgili birçok bilgi verebildiği gibi, ailesiyle, aile içi davranış ve tutumlarla, ailesinin çocuğunun sorunlarını ne ölçüde farkında olduğu ve yardımcı olmak için adımlar atıp atmadığına dair de bilgi vermektedir. Ancak maalesef genel tutum karneyi sadece çocuk ve gence ait bir değerlendirme olarak görmek şeklinde oluyor” diye konuştu.

### **Kötü karnede anne babalar özeleştiri yapmalı**

Zayıf notlarla dolu bir karneye ebeveynlerin ani ve aşırı olumsuz tepkiler vermemesi gerektiğini ifade eden Uzmanı Yrd. Doç.Dr. Başak Ayık, “Kötü karne ne koşulda gelirse gelsin ebeveynler bu sonucun altında yatan faktörleri araştırıp, sorunu ortadan gidermek için kendi üzerlerine düşen görevleri yapmalılar. Yani aslında bunu olumsuz sorunları olumlu sonuçlara çevirmek için bir fırsat olarak değerlendirebilirler” dedi.

Çocuk ve gençlerin gerek davranışları gerekse akademik başarılarında ailelerin rolünün çok önemli olduğunu vurgulayan Ayık, ailenin çocuğun çabasını mutlaka takdir etmesi gerektiğini ifade etti. Yrd.Doç.Dr. Başak Ayık, şunları söyledi:

“Her bireyin ilk eğitim aldığı yer, yani “ilk okulu” öncelikle aile ortamıdır. Kişi gerek ailesinden aldığı genetik özellikler yani zeka, öğrenme becerisi, kişilik özellikleri, gerek mizacı, gerekse aile içindeki davranış ve tutumlara göre kendi hayatında çeşitli davranışlar sergiler. Ancak maalesef bazı anne babalar kendi akademik hayatlarını ve

kendi hayatlarını hesaba katmayarak çocuklarından yapabileceklerinden çok daha fazlası için beklenti içine girebilmektedir. Bilinçli veya bilinçsiz olarak kendi gerçekleştiremedikleri hedefleri çocuklardan bekleyebilirler. Her çocuğun başarısı kendi kapasitesine ve verdiği çabaya göre değerlendirilmelidir. Hiç çaba sarfetmeden elde edilen bir başarı anlam taşımamalı, bunun tam tersi olarak elinden gelen tüm çabayı göstermesine rağmen düşük notlar alan bir çocuğun ise çabası her zaman takdir edilmelidir.”

### **Zayıf karnenin altındaki sebepleri araştırın**

Zayıf karnenin altında yatan sebeplerin göz ardı edilmemesi gerektiğini vurgulayan Yrd. Doç.Dr. Başak Ayık, “Zayıf notlar görüldüğünde altında yatan sebepleri araştırmak ve gerekli noktalarda çocuk-gençlere destek sunmak görevi anne ve babalara aittir. Bu konuda destek sunmayan ve görevini yerine getirmeyen ailelerin kötü karne görünce kendilerine de pay çıkarmaları gerekir” dedi.

### **Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu’na dikkat**

“Akademik başarısızlığın sebebi olarak en sık gördüğümüz durum Dikkat Eksikliği Ve Hiperaktivite Bozukluğu’dur” diyen Başak Ayık, “Bu durum üç şekilde görülebilir. Birincisinde dikkat eksikliği ve aşırı hareketlilik bir arada yer alır, ikinci durumda çocuğun dikkati iyidir ancak aşırı derecede hareketli olabilir, üçüncü durumda ise hareketsiz ve sessiz olan bir çocuğun dikkati iyi olmayabilir. İlk iki durumda çocukların hareketliliği dışardan farkedilip, sınıfta düzen bozukluğuna yol açtığından erken başvuru ile önlem alabiliyoruz ancak üçüncü tabloda çocukta davranışsal bir problem eşlik etmediğinden çok geç fark edilebiliyor. Dikkati sürdürmemeye kişinin isteyerek yapabildiği bir durum olmadığından bu durumda akademik problemler görülebiliyor” diye konuştu.

Yrd. Doç.Dr. Başak Ayık, şöyle devam etti:

“İkinci en sık görülen durum “Özgül Öğrenme Güçlüğü”dür. Bunun içinde disleksi (okuma bozukluğu), disgrafi (yazı yazma bozukluğu ) ve discalculi (matematik öğrenme bozukluğu) yer alır. Bu tabloda beynin öğrenme alanları ve sistemleri ile alakalı bir bozukluk söz konusudur. Fark edildiğinde uygun terapiler ile çocuğun akademik hayatı desteklenmelidir. Yine sık görülen sebeplerden biri zeka gerilikleridir. Çocuk ve ergen psikiyatri uzmanlarının değerlendirmesi sonucunda gerekli gördükleri hastalarda ayrıntılı testlerde tanı konulmaktadır. Bunun dışında depresyon, kaygı bozuklukları ve bazı diğer psikolojik sorunlarda da akademik hayatta problemler görülebilmektedir.”

### **Maddi ödüller sorumluluk duygusunun gelişimini olumsuz etkiliyor**

Yrd. Doç. Dr. Başak Ayık, karne ile beraber gündeme gelen ödül konusuna da değindi. “Ödüller davranış psikolojisinde ve çocuk gelişiminde önemli yer tutar” diyen Başak Ayık, “Ödül kavramı ise kişiden kişiye değişkenlik gösterir. Karne hediyesi-ödülü ise genellikle dönem başından itibaren evlerde dillendirilmeye başlanır. ‘Hepsi 5 gelsin, sana o oyuncakı alacağım’, ‘Takdir

alırsan o istediğin ... alacağım” veya hiç istemediğimiz “Arkadaşını geçersen sana istediğin ... oyuncağını alacağım” Örneklerden anlaşıldığı üzere hepsi maddi içerikli genellikle çocuğu motive etmek için sunulan ancak aslında bir yandan sorumluluk duygusunun gelişimini olumsuz yönde etkileyen söylemlerdir. Öğrencilik döneminde bir çocuğun yapması gereken standart davranışlar tanımlanmalı. Çocuk bu görevlerini bir kazanç elde etmek için değil yapması gereken bir sorumluluk olduğu için yapmalı.

Son yıllarda maalesef çocuklara sunulan ödüller genellikle maddi olmaktadır. Bu da çocukların duygusal dünyalarının fakirleşmesine, materyalist ve memnuniyetsiz insanlar olmasına yol açabilmektedir. Danışanlarıma her zaman söylediğim gibi maddi ödüller yerine duygusal ödüller tercih edilmeli” diye konuştu.

### **Karne aşırı coşkulu karşılanmamalı**

Yrd. Doç. Dr. Başak Ayık, “Bu konudaki diğer önemli bir nokta ise iyi bir karneyi aşırı coşkulu bir şekilde karşılamamak. Yani kötü karnede olduğu gibi iyi karnede de aşırı tepkilerden kaçınmak gerekiyor. Eğer çocuk ailesinin başarıya aşırı derecede önem verdiğini düşünürse, onların sevgisini ve takdirini kazanmak için performans kaygısı ve sınav kaygısı yaşayabilir” uyarısında bulundu.

### **Çocuklar yaz tatilini nasıl değerlendirmeli?**

Yrd. Doç. Dr. Başak Ayık, uzun yaz tatilinin değerlendirilmesi konusunda da şunları tavsiye etti:

“Tatil dinlenmek ve yenilenmek için bir fırsattır. Eğitim yılının yorgunluğunu atmak için sevdikleri etkinliklere vakit ayırmalı, sosyal etkinliklere katılmalılar. Kitap okumalarını, bunu sevindikleri bir alışkanlık haline getirmelerini öneririm. Hem kelime dağarcıklarını hem zihinsel kapasiteleri hem kendilerini ifade etme becerilerini arttırmak suretiyle özgüven duygularını olumlu etkileyecek bir aktivitedir. Eğer kötü bir eğitim dönemi geçirmişler ise eksik oldukları konuların telafisini bir şekilde tatil içine yaymalarını, böylece önümüzdeki eğitim yılını daha rahat geçirebilmelerini dilerim.”

### **Aileler çocuklarla bir arada geçirilmesi konusunda tatili nasıl değerlendirmeli?**

Yrd. Doç. Dr. Başak Ayık, son olarak anne ve babalara şu önerilerde bulundu:

“Günümüz anne babalarının yoğun iş hayatı nedeniyle çocuklarıyla tatilde beraber vakit geçirme şansı maalesef pek bulunmuyor. Burada önemli olan geçirilen zamanın miktarı değil kaliteli vakit geçirme dediğimiz, etkin iletişim ve paylaşım içinde olan vakitlerdir. Yer, zaman ve mekândan bağımsız olarak tatilde veya tatil dışı aile olarak etkin iletişim kurulan zamanların miktarını ellerinden geldiği ölçüde arttırmalarını öneririm.”

### **Bilgi için: İletişim Ofisi Halkla İlişkiler Ajansı**

Ayşegül Erben / [aysegul.erben@iletisimofisi.com](mailto:aysegul.erben@iletisimofisi.com) / 0212 324 80 17, 0536 572 27 88