



# SINAV DÖNEMİ EBEVEYNLİĞİ

" SINAVLAR GEÇİCİ , AİLE  
İLİŞKİLERİNİZ KALICI "

## EBEVEYN TUTUMLARI

**Demokratik ebeveynler** : Çocuklarını kısıtlamaz baskı kullanmaktan kaçınır ve çocuklara mantık ile yaklaşır. Bu tutuma sahip ebeveynlerin çocukları gerekli sevgi ve alakayı gördüklerinden güven duyguları artmış ve özgüvenleri gelişmiştir.

**İlgisiz ve kayıtsız ebeveynler** :Çocukların her türlü beklentisini denetlemeden onaylarlar. Bu şekilde büyüyen çocuklarda sınır, dürtü, duygu ve istek kontrolünde sıkıntılar görülür. İhmalkar yetişen çocuklarda özgüven, özsaygı eksiklikleri ve problemler yaşamlar görülür.

**Koruyucu ebeveynler**: Gereğinden fazla kontrol ve özen vardır bu sebeple bu ailelerin çocukları insanlara aşırı bağımlı olurlar ve özgüven sorunları yaşarlar. Bu şekilde yetişen çocuklar tek başlarına bir şey yapamayacaklarını düşünürler ve bu durum akademik hayatlarına yansır.

**Doğan Cüceloğlu**  
" Çocuğum  
Sınava Girecek  
Nelerin Farkında  
Olmalıyım ?"



Tıklayarak  
izleyebilirsiniz



**ANNE - BABALARA  
KİTAP TAVSİYESİ**



**DEĞER VER**



**KIYASLAMA**



**TAKDİR ET**



**KOŞULSUZ SEVGİ**

**GÜVEN**

**Mükemmeliyetçi ebeveynler**: Çocukları bütün çabalarına rağmen ailelerinin standartlarına uymakta zorlanırlar ve genellikle sınav ve eğitim kaygısı yaşarlar. Bu ebeveynler çocuklarından hep daha iyisini bekler ve bu durum çocukta baskı oluşturur.

**Aşırı baskıcı, otoriter ebeveynler**: Çocuk baskı altında kalıp ebeveynlerinden korkar. Bu şekilde yetişen çocuklar özgüven sorunu yaşarlar. Ceza yöntemi ile yetişen çocuklar başarabilecekleri şeyleri başaramayacaklarını düşünürler ve akademik hayatları negatif şekilde etkilenir.

## ANNE - BABALARA TAVSİYELER

-Kaygı bulaşıcı bir durumdur sizin yaşadığınız kaygı ne kadar çocuğunuza hissettirmemeye çalışsanız dahi çocuğunuza geçecektir. Bu yüzden öncelikle kendi sınav kaygınızı kontrol etmelisiniz.

-Çocuklarınıza ezbere sözlerle destek vermeye çalışmayın . Sınava ilişkin duygularını anlamaya çalışın ve çocuğunuzun ihtiyacı olan desteğini ona verin.

- Sevginizin çocuğunuzun sınav başarısına bağlı olmadığını onlara hissettirin.

- Sözlerinize olduğu kadar beden dilinizi de dikkat edin.

- Kendi beklentilerinizi veya başarı hedeflerinizi çocuklarınızda yaşatmaya çalışmayın.

- "Bu sınav senin geleceğin " , " Sınavda başarılı olmazsan iyi bir geleceğin olmayacak " gibi masumane gözükten cümlelerden uzak durun.

-Çocuklarınızın sınav başarısı ile hayat başarısını eş değer tutmayın.