

METİN ÖZDAMARLAR,
KLİNİK PSİKOLOG OYA DOĞAN

Öğretmenin
ACİL DURUM KİTİ-1

Kırmızı

Kod:

ZOR

X

ÖĞRENCİ



TİMAS



ÖN SÖZ

Bazı çocuklar sınıfa sessizce girer.

Bazıları ise kapıyı sertçe açar; sesiyle, öfkesiyle, sabırsızlığıyla, bazen de suskunluğuyla...

Ve çoğu zaman onlara aynı isim verilir: zor öğrenci.

Oysa biz biliyoruz ki “zor” olan çocuk değil; çocuğun taşıdığı yük, anlatamadığı duygu, görülmeyen ihtiyacıdır. Bu kitap, tam da bu yüzden kaleme alındı. Etiketlerin kolaycılığına sığınmadan, davranışın arkasındaki hikâyeyi duymaya cesaret eden öğretmenler için...

Bir sınıf yalnızca müfredatın işlendiği bir alan değildir. Aynı zamanda hayal kırıklıklarının, korkuların, umudun ve iyileşmenin de sessizce dolaştığı bir yerdir. Bazı öğrenciler bu alanı zorlar; sınırları, sabrı ve öğretmenin kendine dair inançlarını sınar. Ama çoğu zaman, en çok zorlayan çocuklar, bağ kurulduğunda en çok dönüşenlerdir.

Bu el kitabı, “Ne yapmalıyım?” sorusuna tek bir doğru cevap vermek için değil, yeni bakış açıları açmak, öğretmeni yalnız hissettirmemek ve alternatif yollar mümkün demek için yazıldı. Her öneri; sınıfın gerçekliği, öğretmenin insani sınırları ve çocuğun duygusal dünyası gözetilerek ele alındı. Çünkü biz, öğretmenin de bir insan olduğunu, yorulduğunu, çaresiz hissettiğini ve bazen desteğe ihtiyaç duyduğunu biliyoruz.

Unutmayalım:

Bir çocuğun hayatında bazen tek bir öğretmen yeter.

Görölmek, anlaşılmak ve “seninle çalışabilirim” duygusunu hissetmek için...

Bu kitap, zor öğrencilerle baş etmenin değil, onlarla temas kurmanın mümkün olduğunu hatırlatmak için yazıldı. Umudun sınıfta küçük ama güçlü adımlarla yeniden filizlenebileceğine inanan herkes için...

İyi ki varsınız.

İyi ki denemekten vazgeçmiyorsunuz.

1 BÖLÜM

YERİNE OTURAMAYAN ÖĞRENCİ

“Sandalye ile Mücadele Sanatı”

Sahne: Sınıfınız, Normal Bir Pazartesi Sabahı

Güzel bir matematik dersinin 15. dakikasındasınız. Tahta başında "Üçgende Açılar"ı anlatıyorsunuz. İşin en kritik noktasında, "İki iç açının toplamı kendisine..." derken birden fark ediyorsunuz ki Ahmet yine ayakta.

Hayır, yanlış anlamayın, sadece ayakta durmuyor. Sanki sınıfta görünmez bir dans performansı sergiliyor. Oturduğunu görüyorsunuz, "Ah şükür," diyorsunuz içinizden. Tam nefes alacaksınız ki – hop! 30 saniye geçmeden tekrar ayakta. Bu sefer kalemini düşürmüş. Tabii ki tamamen tesadüfen. Sonra su içmeye kalkmış. Ardından pencereye bakmak için... Sonra... Sonra... Sonra...

Tebrikler! Karşınızda klasik bir "Yerine Oturamayan Öğrenci" vakası var.

Şu ana kadar muhtemelen şunları düşünmüşsünüzdür: “Acaba bu çocuğun sandalyesinde diken mi var? Ya da belki sandalye aslında lav kadar sıcak? Hatta ben görmüyorum ama o görüyor ve hayatını kurtarmaya çalışıyor?” Yok yok, daha iyi bir teori: “Belki de evde, oturma yasağı var, onda da alışkanlık olmuş, duramıyor artık.”

İşte tam da bu noktada, siz değerli öğretmenimiz, bu kitabı açtınız. İyi ki de açtınız! Çünkü bu bölümde Ahmet’in (ve onun gibi binlerce Ahmet’in) neden yerine oturamadığını, daha da önemlisi bununla nasıl başa çıkacağınızı öğreneceksiniz. Ama endişelenmeyin, sizi “çocuk psikolojisi kitaplarındaki gibi” 47 sayfalık akademik bir makale ile boğmayacağız. (Elbette bilimsel çalışmalar da çok kıymetli ama biz bu kez mizahın gücünü pratik bilgilerle harmanlamayı denemek istedik.) Hayır efendim. Biz burada gerçek hayattan konuşacağız, dertleşeceğiz ve umarız sizi bir iki yerde gülümsetebiliriz.

AMA NEDEN YA? NEDEN OTURAMIYOR?

İyi soru! İşte bu soruyu sorduğunuz için zaten bu çocuğa yardım edebilecek bir öğretmensiniz demektir. Çünkü biliyorsunuz, kolay yol “Tembelsin, başının çaresine bak,” deyip geçmektir. Ama siz öyle yapmadınız. Siz “Neden?” diye sordunuz.

Ahmet’in durumunu anlayabilmek için önce şunu kabul etmeliyiz: Bu çocuğun beyni, vücudu ona sürekli **“HAREKET ET!”** diye emir veriyor. Yani siz “otur” dediğinizde, aslında ondan fiziğin temel yasalarına karşı gelmesini istiyorsunuz. Newton’un birinci yasasını hatırlayın: “Hareket hâlindeki cisim hareket etmeye devam eder.” İşte Ahmet tam da bu yasayı kendi bedeninde kanıtlıyor!

Şimdi ciddileşelim (ama sadece biraz): Ahmet’in yerine oturamamasının birkaç ciddi sebebi olabilir.

SEBEP 1: Enerjisi Çok Fazla

Çocuğun içindeki enerji seviyesi size göre 10 kat fazla. Siz sabahleyin çayınızı içip “Güne başlayabilirim artık” derken, Ahmet zaten 3 tur koşmuş, 27 soru sormuş ve zihninde bir oyun icat etmiştir.

SEBEP 2: Dikkat Eksikliği

Ahmet’in beyni bir anda 17 farklı şeye odaklanmaya çalışıyor. Siz matematik dersi derken, o aynı anda penceredeki kuşu, yan sıradaki arkadaşının kalemini, tahtadaki yazıyı, kendi ayakkabı bağcığını ve “Acaba öğle yemeğinde ne var?” sorusunu işliyor. Beyin kapasitesi dolunca ne yapıyor? Ayağa kalkıp hareket ediyor tabii! Sanki hareket edince beyni format atıyor gibi.

SEBEP 3: Öğrenme Stili

Ahmet belki de kinestetik bir öğrenen. Yani hareket ederek öğreniyor. Evet evet, gerçekten öyle bir şey var! Bazı çocuklar oturarak öğrenirken, bazıları ayakta dolaşarak, zıplayarak, hareket ederek daha iyi öğrenir. Tıpkı sizin kahve ya da çay içerek daha iyi ders hazırladığınız gibi (itiraf edin, öyle değil mi?)

Öğretmen Olarak Bizim Kafamızdan Geçenler

Haydi itiraf zamanı. Ahmet 5. kez kalktığı anda iğinizden neler geçti? İzin verin tahmin edeyim:

“Bu çocuk beni deli etmek için mi doğdu?” – Hayır, değil. Ama bazen öyle hissetmeniz çok normal.

“Acaba benim derslerim mi sıkıcı?” – Hayır hayır, dersleriniz harika! Ama Ahmet için 40 dakika oturmamak, sizden 40 dakika yoga pozisyonunda durmanızı istemeye benziyor.

“Keşke görünmez bir yapıştırıcı olsa da çocuğu sandalyeye yapıştırırsam...” – Tamam tamam, biliyoruz, şaka yapıyorsunuz! Ama hepimizin aklından geçmiştir.

Şimdi en iyisi: “Belki de gelecekte pilates antrenörü olacak, şimdiden pratik yapıyor.” – İşte bu! Bu bakış açısını sevdik!

PEKİ NE YAPACAĞIZ? İŞTE GERÇEK ÇÖZÜMLER!

Şimdi geldik işin en önemli kısmına. Ahmet’i nasıl oturturuz? Özür dilerim, yanlış soru. Doğru soru: “Ahmet’in hareket ihtiyacını nasıl sağlıklı kanallara yönlendiririz?” (Bak bak, ne kadar profesyonel olduk!)

STRATEJİ 1: *Hareket etmesine izin verin!*

Evet, yanlış duymadınız. Ama kontrollü bir şekilde. Mesela Ahmet’i “tahta silme uzmanı” yapabilirsiniz. Her 15 dakikada bir tahtayı silmek için kalkmasına izin verin. Bir taşla iki kuş: Hem tahta temiz olacak hem Ahmet hareket edecek hem de kendini önemli hissedecek. *Bir de bonus:* Diğer çocuklar “Ben de tahta silmek istiyorum!” diye kıskançlıktan çatlayacak. Ahmete böyle özel bir görev vermişken, ona gıpta eden 29 çocuk mu var? Evet. Başardınız!

STRATEJİ 2: “5 Dakika Kuralı”.

Her 15-20 dakikada bir tüm sınıfın 10 saniye boyunca yerinde zıplamasını söyleyin. “Herkes ayağa! 10 saniye zıplayacağız! Hazır mı? Başla!” Çocuklar sevinecek, Ahmet ekstra sevinecek ve siz de 10 saniye boyunca “Ben en havalı öğretmenim!” hissine kapılacaksınız. Hey arkadaşlar, bilim de bu tarafta: Araştırmalar gösteriyor ki hareket, beyin aktivitesini

artırıyor. Yani aslında çocukları daha iyi öğrensinler diye zıplatıyorsunuz. Ne kadar profesyonel!

STRATEJİ 3: Yer Değişikliği

Ahmet'i önde oturtun. Evet biliyorum, "Onu mu önde oturtacağım, sürekli ayağa kalkıyor zaten!" diyorsunuz. Hatta "Sanki ben bunu denemedim," diyerek alaycı bir gülümseme takınıyorsunuz. İşte önemli nokta burada! Önde oturunca, sizin gözünüzün önünde olacak. Siz de onunla göz kontağı kurarak, ona gülümseyerek, baş sallayarak "Orada mısın?" mesajı verebileceksiniz. Uzaktan kumanda gibi düşünün. Uzaktayken sinyal zayıf, yakındayken güçlü! Ayrıca konuşmadan belki sadece omuzuna dokunabilir ya da sırasına ufak bir not bırakabilirsiniz.

STRATEJİ 4: Regülasyon Araçları

Yani stres topu, kalem, küçük oyuncaklar. Ahmet'in elleri meşgul olsun. "Ama dersi dinlemez!" diyorsunuz. Tam tersi-ne! Elleri meşgulken beyni daha çok odaklanıyor. Tıpkı bazı insanların telefonda konuşurken volta atması ya da birini dinlerken kalem çevirmesi gibi. (Siz de yapıyorsunuz değil mi? Hepimiz yapıyoruz!)

NE YAPMAMALIYIZ? İŞE YARAMAYAN YÖNTEMLER

Şimdi biraz da "yapmamanız gerekenlere" bakalım. Çünkü bazen biz öğretmenler, iyi niyetimizle aslında işleri daha da kötüleştiriyoruz.

HATA 1: "Otur Yerine!" Diye Bağırmak

Bakın bu, gökyüzüne "Yağma!" demek gibi bir şey. İşe yaramıyor. Sadece siz geriliyorsunuz, o geriliyor, sınıf geriliyor.

İki dakika sonra yine ayakta. Gördünüz mü? Harcadığınız enerjiye değmedi. Öğrencilerinizin uyarı eşliğini de istemsizce yükseltmiş oluyorsunuz.

HATA 2: *Sürekli Azarlamak*

“Yine mi kalktın Ahmet?” “Kaçınıcı bu Ahmet?” “Ahmet otur!” Çocuk sizin sesinizi otomatik pilot modunda “vah vah vah” (karikatürlerdeki yetişkin sesi) diye duymaya başlıyor. İletişim kopuyor.

HATA 3: *“10 Dakika Ayakta Dur, Ceza!” Demek*

Zaten ayakta durmak isteyen çocuğa ayakta durma cezası vermek... Bir düşünün. Bu, çocuk için neredeyse ödül! “Yaşasın, ayakta duracağım!” (Tabii bunu sesli söylemez ama içinden düşünür.) Ayrıca tüm sınıfın içinde aldığı ceza dolayısıyla bundan etkilenmediğini göstermek için süreci iki level atlatmaya gayret edecektir.

HATA 4: *“Sen Hiç Değişmeyeceksin!” Damgası*

İşte bu en büyük hata! Bir kere çocuğa bunu söylediniz mi veya hissettirdiniz mi, gerçekten değişmez. Çünkü “ben böyleyim, değişemem” diye inanır. Bu bir kendini gerçekleştiren kehanettir. Yani siz “değişmezsin” dersiniz, o da “tamam o zaman değişmem” der.

GERÇEK HAYATTAN BİR HİKÂYE

İzin verin size gerçek bir hikâye anlatayım. Geçen sene Selim diye bir öğrencim vardı. Tüm yıl, ciddi söylüyorum TÜM YIL, hiç 5 dakika oturmadı. Ben başta çok kızdım. Sonra yoruldum kızmaktan. Sonra pes ettim. Sonra bu kitabı yazmaya karar verdim (Şaka şaka, ama gerçekten böyle bir çocuk vardı).

Bir gün dedim ki: "Selim, sen de gel tahtaya. Sen anlat bu Pisagor Teoremi'ni." Çocuk kalktı, tahtaya geldi ve Pisagor Teoremi'ni DANS EDEREK anlattı! Yemin ederim! Kollarıyla, bacaklarıyla, tüm vücuduyla üçgenleri gösterdi. Biliyor musunuz, tüm sınıf o dersi anladı. Selim dans ederek öğretmişti. O günden sonra Selim'e haftada bir "dans eden matematik öğretmeni" rolü verdim. Artık oturuyor mu? Hayır. Ama artık ben de takılmıyorum. Çünkü o da böyle öğreniyor. Peki ya öğrenmediyse? Bu gibi durumlarda rehberlik servisinden destek almak elbette çooooook kıymetli.

* Bir matematik öğretmeninden alıntıdır.

SON SÖZ

SABIR, KAHVE VE MİZAH DUYGUSU

Sevgili öğretmen arkadaşım, yerine oturamayan çocukla başa çıkmanın sihirli formülü şu: %40 sabır, %30 üretkenlik, %20 kahve ve %10 mizah duygusu.

Sabır, çünkü bu bir gecede çözülecek bir şey değil. 3 ay sürecektir. Belki 6 ay. Ama o günü göreceksiniz: Ahmet oturacak. Tam 5 dakika oturacak. Sonunda siz o 5 dakikayı büyük bir zafer olarak kutlayacaksınız!

Her çocuk farklı. Ahmet'te işe yarayan, Mehmet'te yaramayabilir. Deneyeceksiniz, yanılacaksınız, tekrar deneyeceksiniz. Tıpkı bilim insanları gibi!

Çay-kahve çünkü... Açıklamaya gerek var mı? Öğretmenler çayla, kahveyle ayakta duruyor.

Bununla birlikte mizah duygusu. Çünkü bazen gülmek lazım. Ahmet 35. kez kalktığı anda, ona kızacağınıza içinizden "Bu çocuk Guinness rekoruna mı gidiyor acaba?" diye düşünün ve gülümseyin. Öğretmenlik çok ciddi bir meslek ama bazen de çok eğlenceli!

UNUTMAYIN: *O ayakta duran çocuk belki de gelecekte ünlü bir sporcu, dans sanatçısı veya enerji dolu bir lider olacak. Sizin işiniz onu değiştirmek değil, yönlendirmek.*

Şimdi derin bir nefes alın. Bir yudum kahve için. Sonra Ahmet'e tekrar bakın. Bu sefer farklı bir gözle. "Yerine oturamayan problem çocuk" değil, "hareket ederek öğrenen, enerjik, dinamik öğrencim" gözüyle.

Başarılar! Bol şans! (İkisine de ihtiyacınız olacak!)

ÖNEMLİ NOT: *Eğer çay ya da kahve biterse, öğretmenler odasına koşun. Çay-kahve öğretmenin yakıtıdır!*