



İLKOKUL BÜLTENİMİZ

LİSE BÜLTENİMİZ

HAFTALIK VELİ BÜLTENİ – 11 HAZİRAN 2021

İçindekiler

- Sizler İçin Önemli Tarihler 1
- Eğitimde İzlerimiz 2
- Haydi Sen De Gel... 2
- Sağlık Birimimizden 2
- Öğrencimizi Kutluyoruz 2
- Psikolojik ve Rehberlik Danışma Birimimizden 3
- Tatil Zamanı Gelince 4
- Eko-Okul Köşemiz 5

Sayın Velimiz,

2021-2022 Eğitim ve Öğretim Yılı için Öğrenci kayıt yenileme işlemlerinizi sona ermiştir. Gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz.

Boş kontenjanlarımız için 18 Haziran 2021 tarihinde Giriş Sınavı düzenlenecektir.

2020-2021 Eğitim ve Öğretim Yılımız 22 Haziran 2021 Salı günü sona erecektir. Öğrenci karnelerimiz online olarak hazırlanacak olup, ayrıca program dahilinde okula alınabilecektir.

2020-2021 Eğitim ve Öğretim Yılımız 31 Ağustos 2021 Salı günü başlayacaktır. Yeni öğretim yılında tüm öğrencilerimizle yüz yüze birlikte olmasını diliyoruz.

✚ SİZLER İÇİN ÖNEMLİ TARİHLER

Tarih	
18 Haziran 2021	Boş kontenjanlar için Giriş Sınavı Kayıt yenilenmeyen kontenjanlar kapsamında 18 Haziran 2021 tarihinde sınavla öğrenci alınacaktır.
22 Haziran 2021 10:30-11:00	Karne Günü ve Öğretim Yılına sona ermesi
25 Haziran 2021 14:30-15:30	8.sınıf öğrencilerimizin "Lise'ye Geçiş Töreni" - ODEON

✚ EĞİTİMDE İZLERİMİZ

[LÜTFEN TIKLAYINIZ.](#)

✚ HAYDİ SEN DE GEL...

BİLKENT OKULLARI OLARAK GAMBİYA'DA SU KUYUSU AÇIYORUZ!

Biz Erkut, Recep, Tuğra, Keremcan, Mehmet, Begüm, Demir İhsan Doğramacı Vakfı Özel Bilkent İlkokulu 4. Sınıflardan bir grup öğrenciyiz. İlkokulu bitirme projemiz olan sergi çalışmamızda küresel bir sorun olarak Yoksulluk konusu ile ilgili çalıştık. Sergi projemiz olarak Afrika'da küçük bir ülke olan Gambiya'da çocukların temiz suya ulaşabilmesi için su kuyusu açma projemizde sizlerin desteğine ihtiyaç duyuyoruz. Bilkent Okulları'nın tüm üyeleri olarak küresel sorunlara ne kadar duyarlı olduğumuzu ve birlikte güçlü olduğumuzu hissedelim ve hissettirelim. Yapacağınız bağış, minik bir çocuğun her gün temiz su bulmak için kilometrelerce yürümesi yerine okula gidebilmesi ve temel ihtiyaçlarını temiz kuyu suyu ile karşılamasına katkı sağlayacaktır.

Akranlarımızın bizler gibi okula gidebilmesi ve çocukluklarını yaşayabilmesi için bizlerin çaba sarf etmeden ulaştığı suya onlar da sizlerin bağışlarıyla ulaşabilsin. Haydi Sen De Gel ...

Bağış Hesap Bilgileri için [TIKLAYINIZ.](#)

Eylem videomuz için [TIKLAYINIZ.](#)

Afişimiz için [TIKLAYINIZ.](#)

✚ SAĞLIK BİRİMİMİZDEN

Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Covid rehberleri lütfen aşağıdaki ilgili linke tıklayınız.

[Öğrencilerimiz için Covid rehberi](#)

[Velilerimiz için Covid rehberi](#)

✚ ÖĞRENCİMİZİ KUTLUYORUZ

Öğrencimiz Sevgili Demir Çınar Birgili First Lego League yarışmasında takımıyla Robot Performans 2.Ödülü'ne layık görülmüşlerdir.

Öğrencimizi ve takımını kutluyor, başarılı çalışmalarının devamını diliyoruz.



Sevgili Anne ve Babalar,

Geçtiğimiz hafta daha iyi bir yaşam için iletişim konusunda yapabileceklerimizi ayrıntılandırmaya başlamıştık. Bu hafta da kaldığımız yerden devam ederek “Dinlemenin Hedefi”, “Etkin dinleme ve dinlemenin önündeki engeller”e göz atalım. Böylece dinlemenin gerçek hedefinden uzaklaşmadan ilişkilerimizi besleyip geliştirebilelim.

Sağlıklı günler dileğiyle.

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi

Dinlemenin Hedefi:

Dinlemenin öncelikli amacı, karşımızdaki kişinin bize iletmek istediği mesajı/bilgiyi anlamak ve almaktır. Bu etkinlik aynı zamanda ona değer vermek, onu önemsemek, içindekileri paylaştıkça rahatlaması gibi yan amaçlara da hizmet eder. İlişkinin bizim dışımızdaki evrenini diğer insanlar oluşturduğuna göre önce dinlemek ve anlamak, hangi zemine bastığımızı ve nerede olduğumuzu kavramamıza yarar. Ancak nerde olduğumuzu kavradıktan sonra doğru yol alabiliriz, yani kendimizi aktarmaya başlayabiliriz. Bu durum, belki de o anda en çok istediğimiz şeyi, yani dinlenilme ve anlaşılma ertelememiz anlamına gelir. Dinlemek o insanın iç dünyasını anlayabilmek için giriştiğimiz bir araştırma veya keşif gibi görülmeli. Dinlemek aynı zamanda bir sorumluluk ve saygı belirtisidir. Dinlediğiniz kişiye şu mesajı verirsiniz: “Sana ne olduğunu umursuyorum, hayatın ve yaşadıkların önemli.” Böylece, dinlediğiniz insanlar, daha sonra genellikle size severek ve size değer vererek karşılık verir.

Etkin Dinleme:

İdeal olan etkin dinlemeyi özetlersek, karşıdaki kişiyi dikkatle, iyi bir göz ilişkisiyle dinleyerek onu dinlediğimizi anlamasını sağlamalıyız. Kişinin konuşmasını mesajı netleşmeden kesmemeli, duyduğumuz mesajdan ne anladığımızı aktararak mesajı netleştirmeli, anlayamadıklarımızı ise ifade etmeliyiz. Kişiyi dinlerken empatik geribildirim vermek, konuşmasının sonunda ne anladığımızı iyi bir şekilde özetlemek ve özetimizde yanlış anlaşılabilir bir şey olup olmadığını kontrol etmek, etkin dinlemenin önemli bileşenleridir. Örneğin: “Benim davranışlarımdan o konuda senin yanında yer almadığımı düşündüğünü anlıyorum. Böyle düşünmene üzüldüm. Eğer ben de senin yerinde olsam ve böyle düşünsem kırılırdım. Senin yanında yer almadığımı düşündüren davranış veya konuşmalarım nelerdi, bunları merak ediyorum.”...

Şimdi dinleme esnasında yapılmaması gerekenlere bakalım.

Dinlemenin Önündeki Engeller:

Karşılaştırma: Konuşan kişiyle kendimizi karşılaştırırsak dinleyemeyiz. “Onun kadar iyi konuşabilir miyim?”, “Benim çocuklarım mı daha başarılı onunkiler mi?”, “Bunu söyleyerek benim yaşadıklarımın önemsiz olduğunu mu ima ediyor? v.b. Bu durumda elbette konuşulandan fazla birşey anlamayız çünkü zihnimiz anlamak yerine karşılaştırma yapmakla meşguldür.

Zihin Okuma: Veri toplamadan zihin okuyan kişi, karşısındakinin ne dediğine dikkat etmekten ziyade, onun “gerçekten” ne hissettiğini ve düşündüğünü görmeye çalışır. Söylediği şeye değil, “gerçekten” söylemek istediğine odaklanır. Bu nedenle de genellikle söylenenlere güvenmez. “Gelirim, dedi ama aslında gelmek istemiyor”, “Bahse girerim ki benim aptal olduğumu düşündü” v.b.

Zihnimizde Sürekli Ne Söyleyeceğimizi Prova Etmek: Karşısındakinin dinlemek yerine kişinin sürekli “Ben ne söyleyeceğim” düşüncesine odaklanmasıdır. “Şunu derse bunu derim”, “Acaba şöyle dersem nasıl olur?” v.b.

Konuşmayı Kesmek: Karşı taraf anlatacaklarını tamamlamadan konuşmasını kesmek, daha da kötüsü, aynı anda bizim de konuşmaya devam etmemiz dinlemenin önündeki en önemli engellerden biridir. “Ben sana benim yaşadığım asıl sorunun işle ilgili olduğunu...”, “Onu bilemem, sen asıl benim ne çektiğimi bir duy bakalım...” v.b.

Süzgeçten Geçirmek: Eğer kişi karşısındakinin söylediği şeylerden bazılarını dinliyor, bazılarını dinlemiyorsa, o zaman süzme işlemi yapıyor demektir. Süzgeçten geçiren kişi öğrenmek istediği şey neyse sadece onu anlamaya

yetecek kadar dinler. “Mutlu mu mutsuz mu?”, “Bana karşı ne hissediyor?”, “Benden ne bekliyor?” v.b. Süzgeçten geçiren kişi aradığı konuda emin olduktan sonra söylenenlerin geri kalanını dinlemez.

Yargılamak: Olumsuz etiketler insanları çok fazla etkiler. Eğer karşımızdaki insanla ilgili bir önyargımız varsa artık onun her dediğini o gözle dinleriz.

Hayal Kurma: Yarı dinleme anındayken karşıdakinin söylediği bir şeyin aniden bir özel çağrışımlar zincirine yol açması ve bizim bu çağrışım zincirine kendimizi kaptırarak dinlemekten uzaklaşmamız.

Özdeşim Yapma: Duyduğunuz her şey, sizi yaşadığınız bir şeye götürür. Kendi yaşamınızla ilgilisinizdir ki diğerinin öyküsünü duymazsınız bile.

Tavsiye Verme: Siz yardımda bulunmaya hazır, her olayın çözümünü bilen büyük bir sorun çözücüsünüzdür. Doğru tavsiyede bulunmanız için bir kaç cümle duymanız yeterlidir.

Atışmak: Odağınız karşınızdaki kişinin söylediklerinde itiraz edecek şeyler bulmaya dönüktür. Kendi inanç ve fikirlerinizde son derece netsinizdir. Atışmanın başka bir şekli de kişiyi aşığılamaktır.

Haklılık: Haklı olmak demek, yanılmadığınızı göstermek adına akla gelen her şeyi yapmak-gerçekleri çarpıtmak, bağırarak, bahane bulmak, suçlamak, geçmişte yapılanları yüze vurmak- demektir. “Kimse bana bunun başka türlü olduğunu gösteremez”, “Gerçekler örtülemez ve gerçek bende”, v.b.

Konuyu Değiştirmek: Konudan sıkıldığınızda ya da rahatsız olduğunuzda konuşmanın akış yönünü değiştirirsiniz: “Aslında bu sıralarda asıl sorun...”, “Peki, şu konuya ne diyorsun?” v.b.

Teselli Etme: Karşıdaki kişiye destekleyici, iyi, hoş davranmak istemekten doğan bir dinleme bloğu da karşımızdaki insanı teselli etmek veya avutmaya çalışmaktır. Bu tür ifadelerle nazik ve cana yakın davranırsınız. İnsanların size sevmesini istersiniz. O yüzden çok anlayıp dinlemeden herkesi ve her söyleneni onaylırsınız.

* Prof. Dr. Hakan Türkçapar: Fark Et, Düşün, Hisset, Yaşa. 5. Baskı, Mart 2020. Epsilon Yayınevi, İstanbul.

✚ TATİL ZAMANI GELİNCE

Değerli anne ve babalar; bildiğiniz gibi 22 Haziran itibari ile çocuklarımız için yaz tatili başlıyor.

Ne düzeyde uyumlanmış olurlarsa olsunlar; zorlayıcı ve belirsizliklerin çok olduğu bir eğitim-öğretim dönemini deneyimlediler. Bildiğiniz gibi “Dinlenmek” kelimesi; yorgunlukları geride bırakmak anlamına geldiği gibi kendimizi değerli hissetmemizi sağlayan; kendimizin ve söylediklerimizin anlaşıldığı durumları da anlatmaktadır. Yaşanan sürecin ardından çocuklarımızın “Dinlenmek” kelimesinin her iki anlamını da gerçekleştirebildikleri bir tatile ihtiyaçları var. Şimdi Dinlenme Zamanı!

Bazen çocuklar tatil dönemlerinde günlerini kendi başlarına planlayabilmekte; okumaya, eğlenceye, oyuna, arkadaşlarıyla olmaya yeterli zaman ayırabilmektedirler. Ama genellikle kendi başlarına tüm günü kendileri için hem keyifli hem de verimli geçirebilecekleri şekilde planlamada yetersiz kalabilmektedirler. Bu dönemde güzel anılara dönüşen deneyimlere (yaşamı paylaştığımız anlara) belki de her zamankinden çok ihtiyaç var. Öncelikle tatil döneminde yapmak istediklerini dinleyebilir, hangi fikirlerin gerçekleştirilebilir olduğunu paylaşabilir, bazılarıyla ilgili de hayal kurabilirsiniz.

Uzun süredir evde kalınca çok fazla kutu oyunları oynamış, film izlemiş hatta sıkılmaya başlamış olabilirsiniz. Ailece oynanabilecek farklı kutu oyunları, ortak film izleme saatleri, okuma saatleri için yeni arayışlara girebilirsiniz. Örneğin bu etkinlikleri yapma yönteminizi değiştirebilirsiniz. Film izlerken veya kitap okurken; başlamadan önce ve sonra film veya kitaba ilişkin sohbet etmeyi (beklentilerimiz, tahminlerimiz, benzerliklerimiz, farklılıklarımız, öğrendiklerimiz, duygularımız...) ekleyebilirsiniz. Kitap okuyacaksanız yazarın hayatını araştırarak; önsöz, arka kapak sayfası okuyarak, yazar veya kitap hakkında tartışarak okumaya başlayabilirsiniz. Film izleyecekse senarist veya yönetmenin hayatına bakabilirsiniz. Önemli veya başarılı bulduğunuz kişilerin biyografilerini okuyarak farklı insanların yaşamlarını keşfe çıkabilirsiniz. Yani yaptığımız

şeyleri farklı şekillerde nasıl yapabileceğinizi paylaşmak bile hoş bir paylaşım dönüşebilir. Belki de çocuğumuzun ne kadar çok konuda farklı fikirleri olduğunu ve büyüdüklerini farketmek şaşırtıcı olabilir.

Aile büyükleriyle sohbet, hatta belki onlarla röportaj yapmalarını sağlamak ya da kendi çocukluk anılarınızı paylaşmanız hoş paylaşım zamanları olmakla birlikte onlar için yeni kapılar da aralayabilir.

Birlikte mutfakta bir şeyler üretmek, eve ilişkin sorumluluklar vermek veya uygun oranda artırmak, evcil hayvanı ile ilgili sorumluluklarını yerine getirmek veya bir bitkiyi (tohumu) ekmek; onun gelişimini izlemek, birlikte uçurtma yapıp uçurmak, kağıttan gemi yapıp yüzdürmek, ortak bir tuvale / kağıda birlikte resim yapmak, deney mekanizmaları oluşturmak günlük veya deney güncesi tutmak, bir hikaye/masal yazmak, varsa bahçenizde kamp kurmak, bisikletlerini (odalarını, kişisel eşyalarını) süslemek için malzemeler üretmek, kıyafetlerini süslemek için; boyamak, düğme veya kurdele dikmek, doğayı (kuşları, balıkları...) izlemek, araştırmak ve öğrenmek, sevdiğiniz biri için kartpostal tasarlayıp veya mektup yazıp yollamak ya da kendi çocukluk oyunlarınızı şimdi onunla oynamak, evde bozulan bir şeyi tamir etmek, birlikte müzik dinleyip dans etmek birlikte zaman geçirmekten çok öte anlamlar taşıyacaktır.

Bazı çocuklar için bu öneriler çok anlamlıyken bazıları için hiç de öyle olmayabilir. Buradaki bazı önerilere isteksiz davranabilirler veya çocukça gelebilir bu kötü bir şey değildir. Zorlayarak veya akli farklı bir yerdeyken bizimle olmaya zorlamak isabetli bir karar olmayabilir. Ne istediğini farketmek ve alan açmak belki de sizin çocuğunuz için daha anlamlıdır. Bu alanda onunla olmak için bizim öğrenmemiz gerekenler olabilir. Örneğin teknoloji kullanımına ilişkin öğrenirken öğreteceklerimiz karşılıklı olarak işlevsel olabilir.

Bunların yanı sıra tatil süresince çocuklarınızın arkadaşlarıyla iletişimlerini devam ettirebilmeleri için olanaklar sunabilirsiniz. Ayrıca yeni beceriler edinmeye çalışarak farklı hobiler geliştirip geliştiremeyeceğinize bakmak da çocuklarımızı yarına hazırlanırken onları daha güçlü kılacaktır.

Yaz tatilinin, hepimiz için sağlıklı, esenlikle ve güzel anılarla geçmesini diliyoruz.

İDV ÖZEL BİLKENT ORTAOKULU PDR BİRİMİ

EKO-OKUL KÖŞEMİZ

Değerli velilerimiz,

Bu hafta da sizlerle Marmara Denizi'nde yaşanan önemli bir çevre sorununu paylaşmak istedik. Deniz salyası olarak bilinen müsilajın ne olduğunu, deniz canlıların bu olaydan nasıl etkilendiğini ve Marmara Denizi'nin bu büyük felaketten nasıl kurtulacağını anlatan bir videoyu aşağıdaki linke tıklayarak izleyebilirsiniz. En kısa zamanda bu sorunun çözülmesini diliyoruz.

<https://www.youtube.com/watch?v=ekbID6mfeal>

Haftalık Bültenimizi takip ettiğiniz için teşekkür ederiz...