

KASIM 2025

TED ATAKENT KOLEJİ PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİRİMİ



TED ATAKENT KOLEJİ

TED'Lİ OLMAK AYRICALIKTIR



Değerli Velilerimiz,

Kasım ayını geride bırakırken, öğrencilerimizin akademik ve sosyal-duygusal gelişimini desteklemek adına yürüttüğümüz çok yönlü çalışmalarla dolu bir dönemi daha tamamlamanın mutluluğunu yaşıyoruz. TED Atakent Koleji PDR Birimi olarak her yaş grubunun ihtiyaçlarına duyarlı, bilimsel temelli ve öğrenciyi merkeze alan uygulamalarla okul iklimimizi güçlendirmeye devam ettik.

Bu ay; nezaket kültürünü okulun tüm kademelerine yayan etkinliklerden, öğrencilerimizin beden farkındalığı, dijital güvenlik, sağlıklı iletişim ve sorumluluk bilinci gibi temel yaşam becerilerini destekleyen çalışmalara; veli atölyelerinden seminerlere uzanan kapsamlı bir rehberlik programını hayata geçirdik. Sınıf içi etkinliklerden bireysel gelişim fırsatlarına uzanan her adım, çocuklarımızın hem bugünlerine hem de gelecekteki güçlü kimliklerine katkı sunmayı hedefledi.

Her öğrencinin kendi yolculuğunda bir adım daha güçlendiği, her velimizin sürece bilinçli ve destekleyici biçimde dahil olduğu bu ay; bizlere bir kez daha okul-aile iş birliğinin değerini hatırlattı.

Önümüzdeki süreçte de öğrencilerimizin potansiyellerini keşfetmelerine, sağlıklı ilişkiler kurmalarına ve kendilerini güvenle ifade etmelerine alan açan çalışmalara kararlılıkla devam edeceğiz. Gelişimin bir yolculuk olduğunu biliyor; bu yolculukta çocuklarımızın yanında olmayı büyük bir sorumluluk ve aynı zamanda bir ayrıcalık olarak görüyoruz.

Saygılarımızla,
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi



ANAOKULU PDR ÇALIŞMALARI

Nezaket Haftası Etkinlikleri

Kasım ayı boyunca anaokulu öğrencilerimizin sosyal-duygusal gelişimini destekleyerek günlük yaşam becerilerini güçlendirmek amacıyla "Nezaket Haftası" etkinlikleri gerçekleştirildi.

Öğrencilerimizin günlük yaşamlarında sıkça karşılaştıkları durumlarda nazik davranabilmeleri, birbirlerini anlayabilmeleri ve saygılı iletişim kurabilmeleri için çeşitli etkinlikler düzenlendi.

Sabah rutinde okul psikolojik danışmanı Cansu Uysal tarafından nezaketin ne anlama geldiğini, yaşamımızda nezaket kelimelerinin kullanmanın ve nezaketli davranmanın neden önemli olduğuna dair bilgilendirme yapıldı.

Hafta boyunca öğrencilerimiz; teşekkür etmek, rica etmek, sırasını beklemek, paylaşmak ve yardım etmek gibi nezaket ifadelerini sınıf içi etkinliklerle keşfettiler.

Nezaket temalı kitaplar okuyarak nezaketli davrandığımızda ya da bize nezaketli davranıldığında duygularımızı nasıl etkilediğiyle ilgili sohbet ettik.

Öğrencilerimiz, okul çalışanları için yaptıkları resimleri kendilerine hediye ederek sevgilerini ve teşekkürlerini ifade ettiler.





Rehberlik Dersleri

"Eller Sevmek Kollar Sarılmak İçindir" Etkinliği

3-4 yaş grubu öğrencilerimiz ile Kasım ayında Olumlu Okul İklimi konu başlığı altında Eller Sevmek Kollar Sarılmak İçindir etkinliğini gerçekleştirdik. Bu etkinlikte kendilerini üzen, kızdıran bir durumla karşılaştıklarında "vurma, itme" gibi olumsuz davranışlar yerine neler yapabileceklerini konuştuk; drama ile canlandırdık. Sonrasında birlikte hatırlatıcı bileklikler tasarladık ve taktık.



"Olumlu Okul İklimi" Etkinliği

5 Yaş grubu öğrencilerimiz ile birlikte Kasım ayında Olumlu Okul İklimi konu başlığı altında arkadaşlığa dair hikayeler okuduk, arkadaşlık ilişkilerinde gerekli eylem ve davranışlar üzerine konuştuk ve drama etkinlikleri gerçekleştirdik. Sonrasında öğrencilerimiz birbirlerinin ağaçlarına parmak izlerini bırakarak hep hatıra olarak saklayabilecekleri, her birinin parmak izini içeren bir arkadaşlık ağacı tasarladılar.



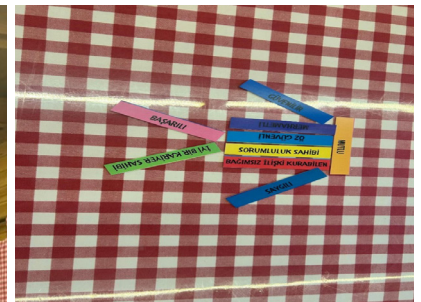
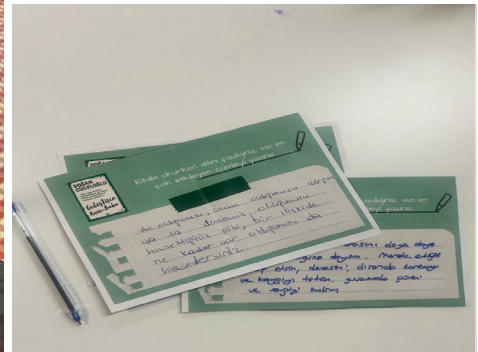


"Altını Çizdiklerimiz" Veli Atölyesi

Doğan Cüceloğlu'nun "Geliştiren Anne Baba" kitabından ilhamla; çocuklarımızı daha iyi anlamak ve birlikte gelişmek için bir araya geldik.

Anne-babalık yolculuğuna dair farkındalıklarımızı, kitabın bizde bıraktığı izleri ve altını çizdiğimiz cümleleri paylaştık.

Çocuklarımızla olan ilişkilerimize yeniden bakma ve birbirimizden öğrenme fırsatı bulduk.





Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi

Mahremiyet Farkındalığı

Çocuğunuzun beden farkındalığı ve güvenliği üzerine fark yaratan bir seminer. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimimiz tarafından düzenlenecek "Mahremiyet Farkındalığı" seminerine siz değerli velilerimizi davet ediyoruz.

Tarih: 19 Kasım 2025

Saat: 20.00-21.00

Yer: Çevrim İçi (Zoom)



TED ATAKENT KOLEJİ
TED'Lİ OLMAK AYRICALIKTIR

Katılım linki K12.NET üzerinden velilerimizle paylaşılacaktır.

Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi ve Mahremiyet Farkındalığı Semineri

Kasım ayında velilerimize yönelik önemli bir eğitim çalışması daha gerçekleştirdik. Çocukların erken yaşlardan itibaren beden farkındalığı kazanmaları, kendilerini koruma becerilerini geliştirmeleri ve sağlıklı sınırlar oluşturabilmeleri için ebeveynlerin rolünün kritik olduğunu biliyoruz. Bu doğrultuda, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi olarak "Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi ve Mahremiyet Farkındalığı" konulu çevrimiçi bir veli semineri düzenledik.

Seminerde; çocuklara gelişim düzeylerine uygun şekilde cinsel sağlık ve mahremiyet eğitimi verilmesine ilişkin yöntemler, aile içinde açık ve güven verici iletişim kurulması, sınır ihlallerinin fark edilmesi ve istismar risklerine karşı koruyucu ebeveyn davranışlarını ele aldık.



Gülen Yüzler Davranış Geliştirme Programı

Eğitim yalnızca akademik becerilerden ibaret olmayıp; sosyal, duygusal ve davranışsal gelişimi de kapsayan çok yönlü bir süreçtir. Bu nedenle öğrencilerimizin davranış ve uyum becerilerini desteklemek, okul yaşamında güvenli ve sağlıklı bir ortam oluşturmak önceliklerimiz arasındadır. Bu doğrultuda Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi tarafından geliştirilen "Gülen Yüzler Davranış Geliştirme Programı", okul genelinde uygulanmaya devam etmektedir.

Programın temel hedefleri:

- Öğrencilerin olumlu davranışlarını görünür kılmak,
- Sınıf içi ve okul içi uyum süreçlerini desteklemek,
- Sosyal-duygusal gelişim alanlarını güçlendirmek,
- Sorumluluk, iş birliği, empati ve saygı gibi temel değerleri pekiştirmektir.

TED Atakent Koleji

Gülen Yüzler

Davranış Geliştirme Programı

TED Atakent Koleji Anaokulu ve İlkokulu'nda PDR Birimimiz tarafından geliştirilen "Gülen Yüzler" Davranış Geliştirme Programı uygulanmaktadır.

"Gülen Yüzler" pedagojik ilkelere uygun olarak hazırlanmış bir davranış geliştirme programıdır.



TED'Lİ OLMAK
AYRICALIKTIR

TED ATAĞENT KOLEJİ

97 TÜRK EĞİTİM
DERNEĞİ
yıl



İLKOKUL PDR ÇALIŞMALARI

Nezaket Haftası Çalışmalarımız

Kasım ayı boyunca okulumuzun genelinde, öğrencilerimizin sosyal-duygusal gelişimlerini desteklemek ve okul iklimimizde nezaket, empati ve anlayış kültürünü güçlendirmek amacıyla Nezaket Haftası etkinlikleri yürüttük. Hafta boyunca farklı yaş gruplarına uygun, katılımı yüksek ve öğrencilerin gündelik yaşam becerilerini besleyen uygulamalar gerçekleştirildi.

Aşağıda hafta boyunca yürütülen tüm çalışmaları bulabilirsiniz:

1. Sabah Rutininde Öğrenci Konuşmaları

Haftaya farkındalıkla başlamak amacıyla, öğrencilerimiz Türkçe ve İngilizce olarak kısa konuşmalar yaptı. Bu konuşmalarda öğrenciler:

- Nezaketin ne anlama geldiğini,
- Günlük yaşamda neden önemli olduğunu,
- Küçük bir davranışın bir başkasının gününü nasıl değiştirebileceğini

kendi cümleleriyle ifade ettiler. Böylece tüm okul olarak haftaya ortak bir farkındalık niyeti ile başlamış olduk.



Nezaket Takvimi" Uygulaması

Hafta başında tüm öğrencilerimize Nezaket Takvimi dağıtıldı. Öğrencilerden, bir hafta boyunca okulda veya evde gözlemledikleri nezaket davranışlarını not etmeleri istendi.

Bu takvimde yalnızca davranışlar değil, aynı zamanda:

- Bu davranışların kendilerinde uyandırdığı duygular,
- Karşı tarafın nasıl hissedebileceğine dair farkındalıkları yer aldı.

Bu çalışma, öğrencilerimizin hem gözlem becerilerini hem sosyal-duygusal duyarlılıklarını artırmayı amaçladı. Nezaketin sadece bir davranış değil, beraberinde his ve düşünce de barındıran bütüncül bir deneyim olduğunu fark etmeleri hedeflendi.

NEZAKET TAKVİMİ				
Gün	Durum neydi?	Hangi nezaket davranışını gösterdiniz?	Nezaket gösterdiğiniz kişinin tepkisi ne oldu?	Senin için nasıl bir deneyimdi (duygular, düşünceler, bedensel hisler)?
Örnek	Arkadaşımın kalemi yaktı.	Fazla kalemimi onunla paylaştım.	Teşekkür etti ve çok mutlu oldu.	Yardıma verebildiğim ve paylaşılabildiğim için kendime gurur duyuyum. Adeta kalbim büyüdü.
Pazartesi				
Salı				
Çarşamba				
Perşembe				
Cuma				
Cumartesi				
Pazar				



Sınıf İçi Nezaket Etkinliği

Rehberlik Birimi olarak hafta boyunca sınıfları ziyaret ederek öğrencilerimizle etkinlikler gerçekleştirdik:

- Önce nezaket kavramı üzerine kısa paylaşımlar yapıldı.
 - Ardından öğrencilerle kısa bir animasyon izlenerek konu somutlaştırıldı.
 - Son aşamada "Nezaket benim için..." cümlesini tamamlamaları için öğrencilere küçük kartlar verildi.
- Bu etkinlik, öğrencilerin kavramı kendi yaşantılarıyla ilişkilendirmelerine ve içselleştirmelerine destek oldu.



"Nezaket Dedektifleri" Uygulaması

Haftanın en eğlenceli ve motive edici çalışmalarından biri Nezaket Dedektifleri oldu. Her sınıfta kurayla öğrenci belirlenerek gün boyunca gözlemledikleri nazik davranışları not etmeleri ve haftanın sonunda sınıfta paylaşımları sağlandı.

Cuma günü yapılan sınıf değerlendirmelerinde öğrenciler birbirlerinin olumlu davranışlarını duyma ve takdir etme fırsatı buldular. Bu çalışma, sosyal farkındalığı ve olumlu davranışı pekiştirme açısından oldukça değerliydi.



Sonuç Olarak...

Okul kültürümüzde nezaketi sürdürülebilir bir değer haline getirmek için çalışmalarımıza yıl boyunca devam edeceğiz.



Ebeveyn Tutumları ve Sınırlar Temalı Veli Atölyesi

Veli atölyemizde, çocukların sağlıklı gelişim süreçlerinde tutarlı ebeveynlik ve sınır koymanın rolünü ele aldık.

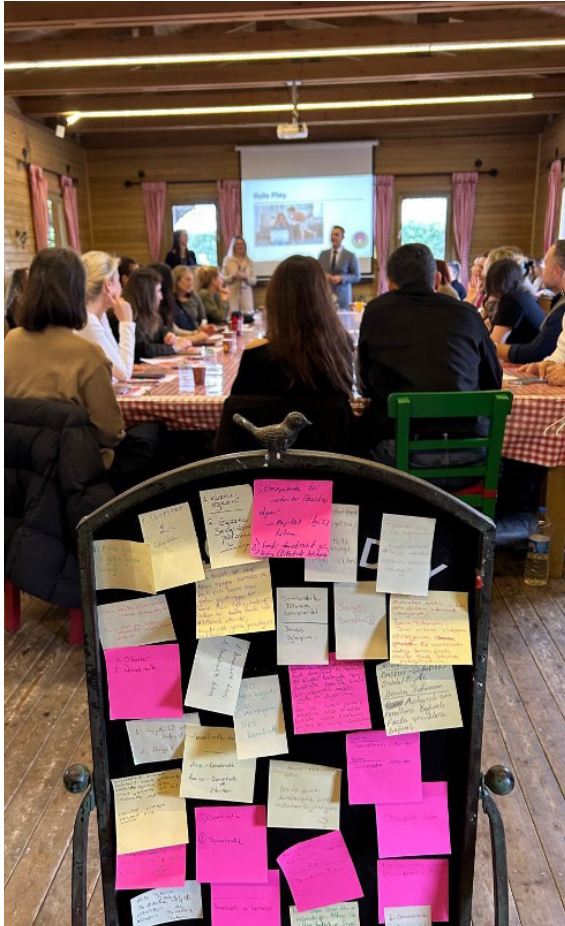
Atölye boyunca:

- Farklı ebeveyn tutumlarının (aşırı koruyucu, otoriter, izin verici, demokratik vb.) çocuklar üzerindeki etkilerini,
- Sınır koymanın neden gerekli olduğunu,
- Sınırların çocuklarda güven, öngörülebilirlik ve sorumluluk duygusunu nasıl desteklediğini,
- Ev ortamında uygulanabilecek pratik ve günlük yaşamdan örnekleri ayrıntılı şekilde paylaştık.

Ayrıca atölye içinde role play ve deneyim paylaşımları yapılarak velilerimizin kendi duygularını ifade etmesine fırsat tanındı. Bu paylaşımlar, hem ortak yaşantıları görünür kıldı hem de problem çözme konusunda karşılıklı destek alanları oluşturdu.

Atölyenin sonunda velilerimize:

- Evde sınır koyma sürecini kolaylaştıracak öneriler,
- Sağlıklı iletişim becerilerini güçlendiren kısa pratikler,
- Çocukların duygu düzenleme becerilerini destekleyen günlük alışkanlık örnekleri içeren veli bilgilendirme kitapçığı paylaşıldı.





Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi ve Mahremiyet Farkındalığı Semineri

Kasım ayında velilerimize yönelik önemli bir eğitim çalışması daha gerçekleştirdik. Çocukların erken yaşlardan itibaren beden farkındalığı kazanmaları, kendilerini koruma becerilerini geliştirmeleri ve sağlıklı sınırlar oluşturabilmeleri için ebeveynlerin rolünün kritik olduğunu biliyoruz. Bu doğrultuda, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi olarak "Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi ve Mahremiyet Farkındalığı" konulu çevrimiçi bir veli semineri düzenledik.

Özellikle 3–10 yaş arası çocuklara uygun içeriklerle zenginleştirildi.

Seminerde ele alınan başlıca konular şunlardır:

- Çocuklara gelişimlerine uygun şekilde cinsel sağlık ve mahremiyet eğitimi verme yolları
- Ev içinde açık, net ve güven verici iletişim kurma becerileri
- Sınır ihlali durumlarının nasıl fark edileceği
- Olası istismar riskleri karşısında koruyucu ve güçlendirici ebeveyn davranışları
- Çocukların "bedenim bana ait" bilincini geliştiren günlük yaşam örnekleri

Seminerde ayrıca velilerin sık karşılaştığı sorulara da yer verildi; yaşa uygun yanıt verme becerileri, çocukların merak duygusuna sağlıklı alan açma ve güvenli davranış modellerini öğretme üzerine uygulamalı öneriler sunuldu.

Bu çalışmanın temel amacı:

- Ebeveynlerin çocuklarını bilinçli, güvenli ve gelişimsel olarak uygun şekilde desteklemesi,
- Çocukların kendi bedenlerini tanımaları, sınırlarını belirleyebilmeleri ve gerektiğinde kendilerini koruyabilmeleri konusunda farkındalık kazanmalarını.



Gülen Yüzler Davranış Geliştirme Programı

Eğitim yalnızca akademik becerilerden ibaret olmayıp; sosyal, duygusal ve davranışsal gelişimi de kapsayan çok yönlü bir süreçtir. Bu nedenle öğrencilerimizin davranış ve uyum becerilerini desteklemek, okul yaşamında güvenli ve sağlıklı bir ortam oluşturmak önceliklerimiz arasındadır.

Bu doğrultuda Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi tarafından geliştirilen “Gülen Yüzler Davranış

Geliştirme Programı”, okul genelinde uygulanmaya devam etmektedir. Programın temel hedefleri:

- Öğrencilerin olumlu davranışlarını görünür kılmak,
- Sınıf içi ve okul içi uyum süreçlerini desteklemek,
- Sosyal-duygusal gelişim alanlarını güçlendirmek,
- Sorumluluk, iş birliği, empati ve saygı gibi temel değerleri pekiştirmektir.

TED Atakent Koleji

Gülen Yüzler

Davranış Geliştirme Programı

TED Atakent Koleji Anaokulu ve İlkokulu'nda PDR Birimimiz tarafından geliştirilen “Gülen Yüzler” Davranış Geliştirme Programı uygulanmaktadır.

“Gülen Yüzler” pedagojik ilkelere uygun olarak hazırlanmış bir davranış geliştirme programıdır.



TED'Lİ OLMAK
AYRICALIKTIR

TED ATAKENT KOLEJİ

97 TÜRK EĞİTİM
DERNEĞİ
yıl



"Yönetimde Ben de Varım" Toplantıları

4. sınıf öğrencilerimizle yürüttüğümüz "Yönetimde Ben de Varım" toplantıları düzenli şekilde devam etti. Bu çalışma, öğrencilerimizin okul yaşamına aktif katılımını desteklemek ve kendilerini ifade etme becerilerini geliştirmek amacıyla gerçekleştirilmektedir.

Toplantılar, küçük grup oturumları şeklinde yapılmakta olup öğrenciler:

- Okula ve sınıf ortamına dair görüşlerini,
- İhtiyaçlarını ve beklentilerini,
- Günlük okul yaşamında karşılaştıkları güçlükleri,
- Okulun daha iyi bir yer haline gelmesine yönelik kendi çözüm önerilerini paylaştıkları.

Bu süreçte öğrencilerimizin sorumluluk alma, düşüncelerini ifade etme, empati kurma, öneri geliştirme ve topluluk içinde aktif rol alma becerilerinin güçlendiğini gözlemlemekteyiz.



Rehberlik Dersi - "Verimli Ders Çalışma ve Sorumluluklar"

Öğrencilerimizle gerçekleştirdiğimiz rehberlik derslerinde, "Verimli Ders Çalışma ve Sorumluluklar" konusunu ele aldık. Amaç, öğrencilerimizin akademik süreçlerinde kendi öğrenme sorumluluklarını fark etmelerini sağlamak ve etkili çalışma alışkanlıkları geliştirmelerine destek olmaktır.

Derslerde öğrencilerimizle:

- Verimli ders çalışmanın temel ilkeleri (planlama, dikkat, tekrar, uygun ortam oluşturma),
 - Değerlendirmeler öncesinde, sırasında ve sonrasında neler yapabiliriz,
 - Sorumluluk bilincinin günlük yaşamdaki yeri,
 - Ödev takibi ve zaman yönetimi,
 - Dikkati koruma ve bölünmeleri azaltma yolları,
- üzerinde durduk.

Bu çalışmalarla amacımız, öğrencilerimizin akademik süreçlerini daha düzenli yürütmelerine ve sorumluluk alma becerilerini güçlendirmelerine destek olmaktır.





"Sorumluluk Çizelgesi" Uygulaması

3. sınıf öğrencilerimizle Sorumluluk Çizelgesi uygulamasını gerçekleştirdik. Bu çalışma, öğrencilerin günlük olarak akademik ve kişisel sorumluluklarını somut bir şekilde görmeleri, takip etmeleri ve düzenli alışkanlıklar geliştirmeleri amacıyla planlandı.

Her öğrencimize sorumluluk çizelgesinin çıktısı verilerek, hafta boyunca:

- Hangi dersin ödevini yaptıkları,
- Günlük kaç dakika kitap okudukları,
- Ek çalışma yapıp yapmadıkları,
- Hangi saatte uyudukları

gibi temel sorumluluklarını işaretlemeleri sağlandı. Çizelgenin görsel ve adım adım düzeni sayesinde öğrenciler, kendi davranışlarını daha kolay takip etti ve gelişim alanlarını fark etti.

Çizelgenin alt kısmında, öğrencilerin hafta boyunca sorumluluklarını hangi düzeyde yerine getirdiklerini değerlendirebilmeleri için 1'den 10'a kadar puan verebildikleri bir öz-değerlendirme alanı yer almaktadır. Bu bölüm, öğrencilerin kendi çalışma alışkanlıklarını gözden geçirmelerine, güçlü yönlerini ve geliştirmeye açık alanlarını fark etmelerine yardımcı olmaktadır. Ayrıca hemen altında bulunan "Gelecek hafta puanımı artırmak için neler yapabilirim?" bölümü, öğrencilerin kendilerine küçük hedefler belirlemelerini ve bir sonraki hafta için somut adımlar planlamalarını desteklemektedir.

Uygulamanın takibi sınıf öğretmenlerimiz ile iş birliği içinde yürütüldü. Haftanın sonunda öğrenciler, hem kendi sorumluluklarını gözden geçirdiler hem de hangi alanlarda daha düzenli olabileceklerine dair somut ipuçları elde ettiler.



SORUMLULUKLARIM

Ad- Soyad:

Pazartesi

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

Salı

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

Çarşamba

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

Perşembe

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

Cuma

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

Cumartesi

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

Pazar

☐ _____ dersinden ödevimi yaptım.

😊 😞

☐ _____ dakika kitap okudum.

😊 😞

☐ _____ dersinden ek çalışma yaptım.

😊 😞

☐ Saat _____ uyudum.

😊 😞

12345678910

Öz-Değerlendirme: Bu hafta sorumluluklarını ne ölçüde yerine getirdiğini değerlendir ve kendine 1'den 10'a kadar bir puan ver.

Puanını yükseltmek için gelecek hafta neler yapabilirsin?

Öğretmen İmza:

Veli İmza:



ORTAOKUL PDR ÇALIŞMALARI



Sınav Yönetimi (5. Sınıflar)

Ortaokullu olma süreciyle birlikte beşinci sınıf öğrencileri akademik açıdan önemli değişimlerle karşılaşır. Daha fazla ders, artan ödev sorumlulukları, sınav odaklı değerlendirmenin başlaması, ders çalışma alışkanlıklarının henüz tam oturmamış olması öğrencilerin zorlanmasına neden olabilir. Bununla birlikte sınav esnasında soruyu yanlış okumak, cevabı yanlış kodlamak, uzun soruları okurken zorlanmak, çözemediği soruda takılıp kaldığı için süreyi yetiştirememek gibi sınav yönetimine dair de pek çok güçlüklerle karşılaşmaktadırlar. Tüm bu faktörler, beşinci sınıfların ortaokula geçiş döneminde akademik açıdan destek ihtiyacını artırır.

Bu dersimizde dersi aktif bir şekilde dinlemenin, ödevleri özenli bir şekilde yapmanın, rutin çalışma planına uyum sağlamanın, sınav sonuçlarını analiz etmenin, yanlış ve eksik kalan konulara yoğunlaşmanın sınav yönetimine olumlu etkileri üzerine bilgiler aktarılmıştır.

Nezaket Haftası Çalışmalarımız (Tüm Kademeler)

Tüm kademelerde bulunan öğrencilerimizle birlikte gerçekleştirdiğimiz “Nezaket Haftası” etkinlikleri, çocuklarımızın günlük yaşamda nezaket, saygı, empati ve iş birliği gibi değerleri içselleştirmelerine katkı sağlamak amacıyla düzenlenmiştir. Hafta boyunca öğrenciler; sınıf etkinlikleri, grup çalışmaları ve farkındalık atölyeleri aracılığıyla nezaketin hem bireysel hem de toplumsal yaşam üzerindeki olumlu etkilerini deneyimlemiştir. Bu süreç, öğrencilerimizin olumlu iletişim becerilerini geliştirmesine, akran ilişkilerini güçlendirmesine ve okul ortamında daha destekleyici bir atmosfer oluşturmaya yardımcı olmuştur.



Ergenlik Döneminde Dijital Zorbalık Veli Semineri ve Öğrenci Dersleri (6., 7. ve 8. Sınıflar)

Dijital dünyanın hızla değişen yapısı, özellikle ergenlik dönemindeki çocuklarımızı pek çok farklı açıdan etkiliyor. Çevrimiçi ortamda maruz kalınabilecek risklerin, gençlerin duygusal ve sosyal gelişimleri üzerinde önemli sonuçları olabiliyor. Bu nedenle Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi olarak hem velilerimizin hem de öğrencilerimizin bu konuda bilinçlenmesini önemsiyor ve gençlerimizin dijital ortamda daha bilinçli davranmalarını desteklemek amacıyla kapsamlı bir çalışma yürütüyoruz.

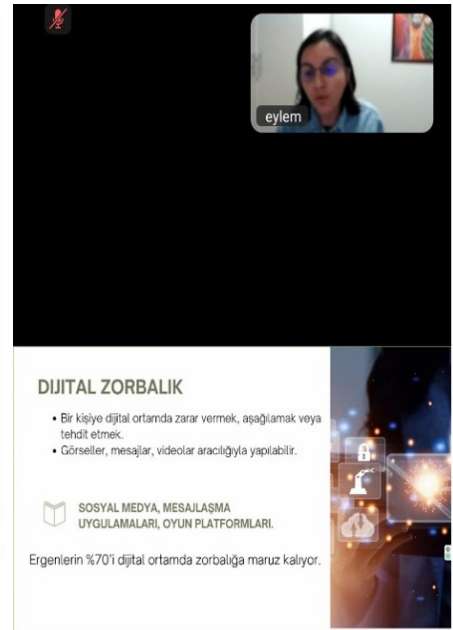


Veli Semineri

Alanında uzman kişiler tarafından velilerimize yönelik "Ergenlik Döneminde Cinsel İçerikli Dijital Zorbalık" konulu seminer düzenledik. Bu seminerde;

- Dijital ortamda cinsel içerikli zorbalığın biçimleri,
- Bu tür durumlarla karşılaşıldığında ebeveynlerin çocuklarına nasıl yaklaşması gerektiği,
- Ergenleri koruyucu-önleyici cinsel sağlık eğitimi yaklaşımları hakkında bilgi verildi.

Amacımız, velilerimizin farkındalığını artırarak çocuklarımızın dijital dünyada güvenli bir şekilde yer almalarını sağlamaktır.





6., 7. ve 8. Sınıflar ile Yapılan Dersler

Sağlıklı gelişim sürecine katkı amacıyla 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerimizle de yaş dönemlerine uygun bilgilendirici dersler gerçekleştirdik. Bu derslerde öğrencilerin dijital becerilerini güçlendirmek, güvenli internet kullanımı alışkanlığı kazandırmak ve riskli durumlarla karşılaştıklarında nasıl davranacaklarını öğretmek amaçlandı.

Derslerde:

- Dijital zorbalığın ne olduğu,
- Mahremiyet ihlalleri ve rahatsız edici mesaj ya da içeriklerle karşılaşıldığında yapılması gerekenler,
- İnternette güvenli davranış geliştirme yolları,
- "Hayır" diyebilmenin ve "sınır koymanın" önemi üzerine konuştuk.

Öğrenciler, güvende olmadıklarını hissettiklerinde hangi yetişkinlere başvurabileceklerini, yardım istemenin doğal ve doğru bir davranış olduğunu öğrendiler. Dersler boyunca onların merak ettikleri sorulara da yer vererek, konuyu olabildiğince anlaşılır kılmaya özen gösterdik.





8. Sınıf "Başarıya Götüren Aile" Veli Kitap Kulübü

Bu ay 8. Sınıf velilerimizle, Doğan Cüceloğlu'nun "Başarıya Götüren Aile" kitabı temel alınarak hazırlanan bir atölye gerçekleştirdik. Bu buluşmanın amacı, aile içi iletişimde farkındalık yaratmak ve çocukların hem akademik hem de duygusal gelişimlerini destekleyen bir aile ortamını birlikte değerlendirmekti.

Atölye boyunca şu başlıklar üzerinde durduk:

- Çocuğu olduğu gibi kabul etmenin önemi
- Başarıyı sadece sonuç değil, süreç olarak da görebilmek
- Aile içinde güven ve iletişimin çocuk gelişimine katkısı
- Evde olumlu disiplin ve sağlıklı sınırlar
- Çocuğun kendini ifade edebileceği bir aile ortamı oluşturmak

Velilerimizle birlikte, günlük yaşamdan örnekler üzerinden çocuklarla kurulan dilin ne kadar belirleyici olabileceğini konuştuk. Ayrıca, başarı konusunda gerçekçi beklentiler oluşturmanın ve çocuğun kendi gelişim hızına saygı duymanın önemine değindik.

Atölyemiz, velilerimizin hem kendi ebeveynlik süreçlerine dair farkındalık kazandığı hem de birbirlerinden ilham aldıkları samimi bir paylaşım ortamı sundu.

Çocuklarımızın gelişiminde aile-okul iş birliğinin önemine inanıyor; bu tür buluşmalarla velilerimizi desteklemeye devam ediyoruz.

TED ATAKENT KOLEJİ ORTAOKULU



BAŞARI İLİŞKİDE SAKLI!

Doğan Cüceloğlu'nun "Başarıya Götüren Aile" kitabından ilhamla; çocuklarımızı daha iyi anlamak ve birlikte gelişmek için buluşuyoruz.



Tarih: 26.11.2025
Saat: 15.00
Yer: Ekolojik Ev



Katılımcılar: 8. Sınıf Velileri
Etkinliğe katılmak isteyen velilerimizin K12 NET üzerinden iletilen formu doldurmasını rica ederiz.



LİSE

PDR ÇALIŞMALARI

Nezaket Haftası Etkinlikleri

Nezaket; sadece "lütfen" ya da "teşekkür ederim" demek değildir. Nezaket, karşımızdakini fark etmek, duygularına saygı duymak ve küçük davranışlarla dünyayı daha yaşanabilir bir yer haline getirmektir. Nezaket Haftası boyunca küçük bir gülümsemenin, incelikli bir teşekkürün ve düşünceli bir davranışın ne kadar büyük bir değişim yaratabildiğine hep birlikte tanıklık ettik. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimimizin koordinasyonunda gerçekleştirilen etkinliklerle, öğrencilerimiz hem başkalarına hem de kendilerine karşı daha duyarlı olmanın yollarını keşfettiler.

Bu hafta bize bir kez daha gösterdi ki; nezaket, sadece bir davranış değil, bir kültürdür. Her öğrencimizin bu kültüre kattığı küçük katkılar, okul iklimimizi daha sıcak, daha duyarlı ve daha dayanışmacı bir hale getiriyor.

Önümüzdeki dönemde de nezaketin dilini güçlendiren, iş birliğini destekleyen ve öğrencilerimizin sosyal-duygusal gelişimini zenginleştiren çalışmalarla yolumuza devam edeceğiz.





"Büyüyorum Gelişiyorum" Sağlıklı Yaşam Eğitimi

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi tarafından düzenlenen "Büyüyorum Gelişiyorum" Sağlıklı Yaşam Eğitimi dersleri Eğitim Uzmanı Eylem Karakaya tarafından yapılmıştır. "Büyüyorum Gelişiyorum" Sağlıklı Yaşam Eğitimi, gençlerin ergenlik döneminde ihtiyaç duydukları bilimsel, güvenilir ve yaşa uygun bilgiler ele alındı.

Bu eğitimde;

- Beden farkındalığı ve sınırlar,
- Sağlıklı ilişki dinamikleri,
- Dijital ortamda güvenlik,
- Yanlış bilgilere karşı eleştirel bakış geliştirme

gibi gençlerin günlük yaşamlarında doğrudan ihtiyaç duydukları konular üzerinde durduk.

Amacımız; öğrencilerimizin kendi bedenleriyle, duygularıyla ve ilişkileriyle ilgili güvende hissetmelerini, bilinçli kararlar verebilmelerini ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları geliştirebilmelerini desteklemektir.

Eğitim süresince öğrencilerimizin merakla dinlemesi, sorular sorması ve aktif katılım göstermesi bizleri fazlasıyla mutlu etti. Gençler, doğru bilgiyle buluştuğunda hem güçleniyor hem de daha sağlıklı seçimler yapabiliyor—bunu bir kez daha gördük.

Gelecek adımlarda da öğrencilerimizin ihtiyaçlarına duyarlı, gelişimlerini destekleyen çalışmalar sunmaya devam edeceğiz.



Seminer: "Ergenlik Döneminde Dijital Zorbalık"

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimimiz tarafından düzenlenen "Ergenlik Döneminde Dijital Zorbalık" konulu seminerimizi Sn. Eylem Karakaya'nın değerli katkılarıyla gerçekleştirdik.

Seminerde, dijital ortamda karşılaşılabilecek zorbalık türleri, bu durumlarda ebeveynlerin nasıl bir tutum sergilemesi gerektiği ve ergenleri korumaya yönelik önleyici yaklaşımlar ele alındı. Katılımcılar, hem günümüz dijital kültürünü hem de çocukların çevrimiçi güvenliğini daha derinlikli bir bakışla değerlendirme fırsatı buldu.

Ebeveynlerin güçlü, bilinçli ve destekleyici duruşunun, gençlerin dijital dünyada daha güvenli ilerlemesini sağladığını bir kez daha gördük.

Seminerimize katkı sağlayan tüm velilerimize ve değerli paylaşımları için Eylem Karakaya'ya teşekkür ederiz.

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi

Ergenlik Döneminde Dijital Zorbalık

Günümüz dijital dünyasında ergenlerin çevrimiçi ortamda karşılaşılabilecekleri riskler, onların duygusal ve sosyal gelişimlerini derinden etkileyebilmektedir. Bu kapsamda, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimi olarak "Ergenlik Döneminde Dijital Zorbalık" konulu bir bilgilendirme semineri düzenliyoruz.



Tarih: 17 Kasım 2025 | Saat: 20.00 - 21.00 | Yer: Çevrimiçi (Zoom)



Katılım linki
K12.NET üzerinden
velilerimizle
paylaşılacaktır.

TED ATAKENT KOLEJİ
TED'Lİ OLMAK AYRICALIKTIR



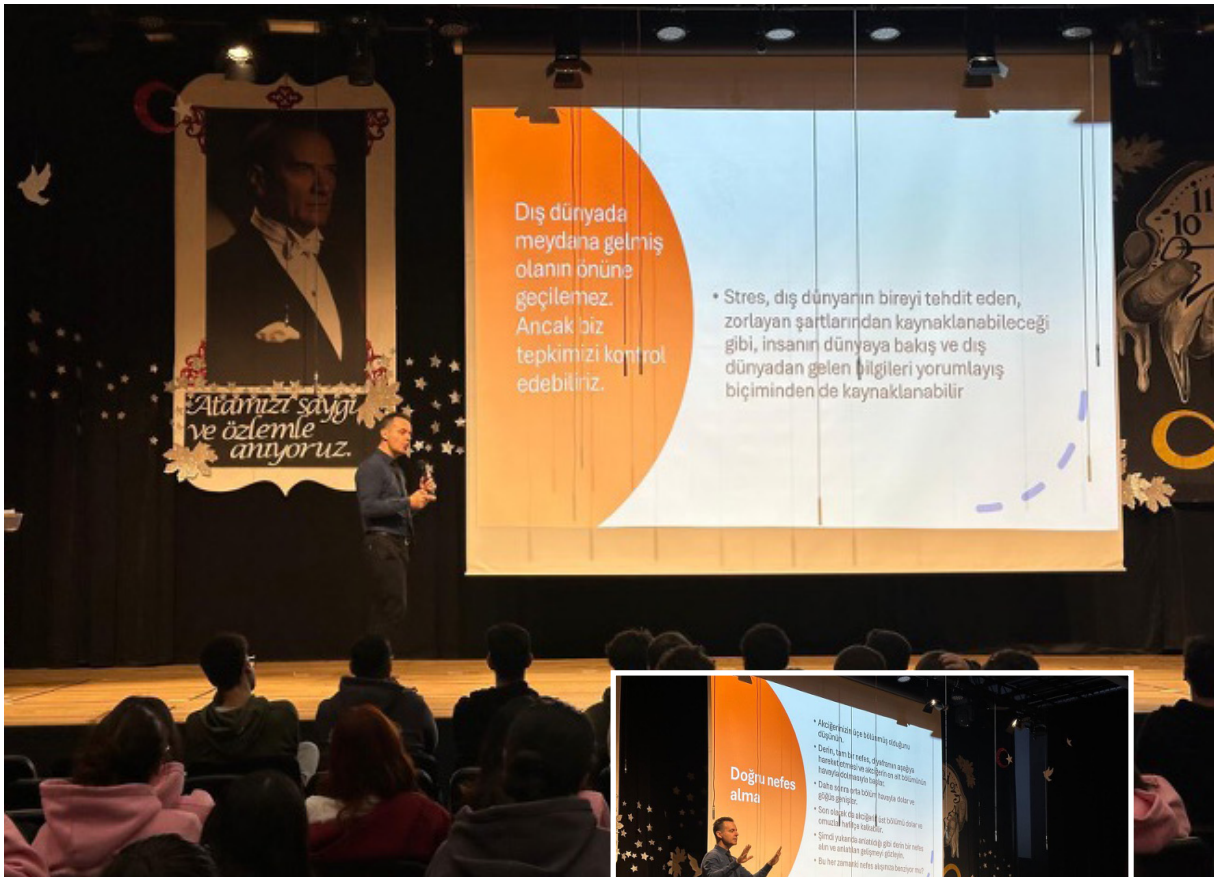
Seminer: Stresle Başa Çıkma Yolları

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Birimimiz tarafından, 12. sınıf öğrencilerimizin sınav sürecini daha sağlıklı yönetmelerine destek olmak amacıyla "Stresle Başa Çıkma Yolları" konulu bir seminer gerçekleştirildi.

Seminerde stresin zihinsel ve bedensel etkileri ele alınırken; solunum kontrolü, doğru nefesin temel özellikleri ve etkili nefes alma teknikleri uygulamalı olarak incelendi. Öğrencilerimiz, sınav döneminde kaygıyı azaltmaya yardımcı olabilecek temel nefes egzersizlerini deneyimleme fırsatı buldu.

PDR Birimimiz, YKS'ye kadar olan süreçte öğrencilerimizin ruhsal dayanıklılığını desteklemeye devam edecek; düzenli aralıklarla bilgilendirme çalışmaları, nefes/gevşeme egzersizleri ve mindfulness (bilinçli farkındalık) uygulamaları gerçekleştirmeyi sürdürecektir.

Gençlerimizin bu yoğun dönemi daha güçlü, daha dengeli ve daha farkındalıklı bir şekilde geçirmeleri için yanlarındayız.





TED ATAKENT KOLEJİ

