

Öğrencileriniz İçin
Destekleyici Bir Öğrenme Ortamı Yaratmak



Depresyonla Mücadelede

*Hayata
Varım De!*

Depresyon tedavisi ile yaşama yeniden sarılmak mümkün.

hayatavarim.com  hayatavarim

Öğrencileriniz İçin
Destekleyici Bir Öğrenme Ortamı Yaratmak



Depresyonla Mücadelede

*Hayata
Varım De!*

Depresyon tedavisi ile yaşama yeniden sarılmak mümkün.

hayatavarim.com  hayatavarim



Öğrencileriniz İçin Destekleyici Bir Öğrenme Ortamı Yaratmak

Bir eğitimci olarak, özellikle anksiyetesi ve anksiyete eğilimleri olan öğrencilerinizin ruh sağlığını olumlu yönde etkilemek için eşsiz bir konumdasınız.

Sınıf bazı öğrenciler için kendilerini en güvende ve rahat hissedebilecekleri yer olsa da diğerleri için stres ve anksiyeteye neden olabilir. Son CDC verileri, okula bağlılığın gençler için sağlık ve iyiliği destekleyen koruyucu bir faktör olduğunu göstermektedir. **Sınıfınız hem bir öğrenme yeri hem de öğrencileriniz için mola imkanı sağlayan bir sığınak olabilir.**

Üç şey hakkında düşünün:

1. Öğrencilerinizle güvene dayalı ilişkiler kurmak
2. Cazip ve güvenli bir fiziksel ortam yaratmak
3. Olumlu ve açık bir şekilde iletişim kurmak



GÜVENE DAYALI İLİŞKİLER KURMAK

- Öğrencilerinizi sınıfa girerken isimleriyle selamlayın.
- Odada dolaşın ve öğrencilere olumlu yorumlarda bulunun.
- Öğrencileri yönlendirmek veya onlara geri bildirim sağlamak için daha özel bir andan faydalanın.
- Kontrol amacıyla her bir öğrenciyle düzenli olarak görüşün.
- Sık sık gülümseyin.
- Öğrencileriniz konuştuğunda onları dinleyin.
- Özellikle içine kapanık, sessiz veya genel olarak daha az ilgili gibi görünen öğrencilerle bağlantı kurmaya çalışın.



CAZİP VE GÜVENLİ BİR ORTAM YARATMAK

- Sınıfa kitaplar, bitkiler ve rahat koltuklar ile cazip, sessiz bir alan ekleyin.
- Dikkat dağınıklığını azaltmak ve daha sakin bir alan sağlamak için öğrencilerin kulaklık veya stres oyuncakları kullanmasına izin verin.
- Büyümeye odaklı zihniyet stratejilerini aktif olarak öğretin ve öğrenciler üzerinde kullanın.
- Öğrencilere sorun çözücü olmaları için fırsatlar tanıyın.



AÇIK VE OLUMLU BİR İLETİŞİM GELİŞTİRMEK

- Her bir yönlendirici yoruma karşılık üç olumlu yorum yapmayı unutmayın.
- Pekiştirmek ve daha fazla görmek istediğiniz davranışlar için olumlu yorumlar yapın.
- Devamını getirin - bir şey yapacağınızı söylediğinizde onu yapın.
- Sınıf prosedürlerini ve beklentilerini birlikte geliştirin ve bu konularda tutarlı olun.



**HAYATA
VARIM**

hayatavarim.com



[hayatavarim](https://www.instagram.com/hayatavarim)