## **Öğretmen Tatil Dönüşü İlk Ders Günlerinde Ne Yapmalı?**

Doç. Dr. Cengiz Şimşek

Sevgili Öğretmenler,

Tatil sona erdi. Birçoğumuz uzun bir ders döneminin ardından ilk ara tatilimizi yaptık ve ders zili hepimiz için yeniden çaldı. Tatil boyunca neler yaptık, nerelerde dinlendik ve yeni ders dönemi için ne gibi hazırlık yaptık o ayrı bir konu. Fakat tatil dönüşü ilk ders günlerinin bir dönem boyunca yapılacak eğitim-öğretim faaliyetlerimiz için kritik öneme sahip olduğunu unutmayalım. Gelin bu konuyu daha farklı bir bakış açısıyla konuşalım.

**Öncelikle şunları unutmayalım**

* Tüm meslektaşlarımızı, okul yönetimini, personeli, öğrencileri ve velilerimizi uzun süredir görmedik. “Onları çok özledik” demek daha yerinde olur.
* Bir dönemdir zamanımızın büyük bir çoğunluğunu geçirdiğimiz sınıflarımız, öğretmenler odası, atölyeler, laboratuvarlar ve çıkıp hava aldığımız okul bahçesinde değerli hatıralarımız oldu. Büyümesiyle yakından ilgilendiğimiz bir ağaç, yuvasını takip ettiğimiz bir kuş, zaman zaman bozulan ve tamiri için özel çaba gösterdiğimiz fotokopi makinasını da unutmayalım.
* Bu arada hiç beklemediğimiz anda doğum günümüzü kutlayan bir personelin verdiği hediyeyi hala evimizde sakladığımızı da biliyoruz.
* İyileşti mi bilemiyoruz ama hani geçen dönem yaramazlıkları yüzünden kolunu kıran bir öğrencimiz vardı da, ders etkinliklerimizde onunla yakından ilgilenmek zorunda kalmıştık. Acaba tüm işlerini artık kimseden yardım almadan yapabiliyor mu?
* Kimi öğretmenlerimizle dostluklar ve işbirlikleri kurduk. Kimileriyle belki çeşitli sebeplerden dolayı tartıştık. Bu arada birinin tayini çıkıp başka bir okula geçmiş midir?
* İmza atmak için kalem istediğimizde ön sıradan koşturan öğrencimizi hatırladınız mı? Ya ağzımızdan çıkan her kelimeyi not alan öğrencimizi… Her teneffüs oğlunun atletini değiştirmek için kapıda bekleyen velimizin kaygılarını da unutabilmiş değiliz.

Sıralananları dikkatlice okuyunca geçen dönem ne kadar da çok şey yaşadığımızı anlıyoruz. Çünkü okul sadece eğitim ve öğretim faaliyetlerinden ibaret değildir. Çoğu öğretmenimiz okula ve eğitim faaliyetlerine bu gözle baktığı için kişisel yaşamından ödün veriyor. Çok başarılı olmak için sanki daha iyi öğretmenlik yapmak gerekiyormuş gibi düşünüyor. Halbuki, başarılı öğretmenlik başarılı kişisel yaşamdan geçer. Bu nedenle çoğu gelişmiş ülkede öğretmenlik sadece profesyonel bir meslek değil, aynı zamanda yaşam biçimi olarak algılanır.

**Başarılı bir öğretmenlik için, yeni baştan**

Önemli olarak sayılanlara bakılırsa, evet biz öğretmenlik yapmışız ama galiba okulda herkesle birlikte bir dönem hayat da sürmüşüz. Öğretmenliğimizin başarılı geçmesi, hayatımızın da başarılı geçmesine bağlıdır. Yukarıda sayılanlar hala yüzümüzü buruşturuyor ya da karnımızda tarifi imkansız burkulmalara neden oluyorsa, pek iyi bir dönem geçirmemişiz. Buna “evet ama tatil de bitti, ne yapabilirim ki” deyip endişelenmeyin. Gelin bir kez daha kendimizi kontrol edelim:

* Bedensel yorgunluğunuz geçti mi?
* Kendinizi daha enerjik hissediyor musunuz?
* Çözümsüz sorunlarınızı nasıl çözeceğinize karar verdiniz mi?
* Geçen dönemki plansızlıklarınızın devam etmemesi için strateji belirlediniz mi?
* Stres, kaygı ya da panik durumlarıyla nasıl mücadele edeceğinizi planladınız mı?
* Geride kalan bir dönem kariyerinize ne kattı, belirlediniz mi?
* Başarılı öğretmenlik için yeni neler öğrendiniz?

Vereceğimiz cevapların olumlu olması halinde yeni dönem hayatımızın başarılı geçeceğinden şüphemiz olmasın. Yine de hala canımızı sıkan şeyler varsa, bir haftalık acil eylem planı yapmalıyız.

**İşte İlk Hafta Yapabileceklerimiz**

* Okul yönetimini ziyaret edin, okulda, sınıfta ve öğrenci profillerinde neyin değiştiği konusunda bilgi edinin. Bunu yaparken kararlı durun.
* Öğretmen arkadaşlarınıza ve öğrencilerinize hediyeler verin, sürprizler yapın.
* Çatışmalı tartışmalardan uzak duracağınız konusunda kendinize söz verin.
* Bir hafta boyunca nefes egzersizi yapın. Yavaş konuşup cümlelerinizin arasında kısaca durun ve nefes alın.
* Sebze ağırlıklı beslenin.
* Yüksek sesle konuşmak yerine sakin ve etkili konuşmaya çalışın. Aksi halde ilk haftalar çoğu öğretmende olduğu gibi üst solunum yolu enfeksiyonundan ya da yeni bilgileri sık ve aralıksız anlatmaktan (çok konuşmaktan demek daha doğru olur) bedensel kırgınlık, öksürük, boğaz ve baş ağrısı yaşamanız kaçınılmaz olur.
* Yeteri kadar su (çay, ayran, asitli yiyecek ya da sulu yiyecekler hariç) içtiğinizden emin olun.
* Akşamları değer verdiğiniz öğretmen dostlarınızla görüşme yemeği ayarlayın ve sadece tekrar görüşmekten duyduğunuz mutluluğa odaklanın.
* Ayakta fazla kalmayın. Her fırsatta oturun.
* Problemlere daha soğukkanlı yaklaşma ve sadece çözüm yollarının neler olabileceğini düşünme konusunda kendinize telkinde bulunun.
* En değer verdiğiniz tecrübeli öğretmen arkadaşınıza tatil dönüşü bir hediye verin ve bir akşam yemeği ısmarlayın.
* Öğrencilerinizle birlikte yeni dönem için daha mutlu ve başarılı dönem için anlaşabileceğiniz konu başlıkları belirleyin ve bunu sınıfın görünür yerine asın.
* Bu dönem sadece iyi davranışlara odaklanacağınıza söz verin. Hatta bununla ilgili bir günlük tutmaya başlayın. Kim bilir belki sonunda bunları bir kitap olarak yayınlama imkanı da bulursunuz.
* Birkaç saatlik bilimsel toplantıya katılın ya da bu konuda bir kitap okuyun.
* İlk haftanın sonunda kesinlikle iki günlük bir il dışı tatili yapın. Bu tatilde zihnen rahatlayabileceğiniz kent yaşamından uzak kaldığınızdan emin olun.

Yapacağınızdan emin olduğumuz bu konuların kimisi sizi dinçleştirirken, kimileri de etkili bireysel ve mesleki yaşam kalitesi sunacaktır. Okulun sizin sadece mesleğinizi icra ettiğiniz yer değil, aynı zamanda en az yirmi yılınızın çoğu günlerini geçirdiğiniz yer olduğunu asla unutmayın. Her ne yaparsanız yapın. Hayatınızın bu kısmını mutsuz hale getiren şeylerden uzak durun.

Her başlangıç gibi yeni dönem eğitim başlangıcı da iyi motive olmuş öğretmenleri gerekli kılar. Buna kendinizi inandırın. Çeşitli olumsuzluklar yaşayabilirsiniz, bunu sorun etmek yerine olumlama yolunu tercih edin. Öğrenci ve velilerinizin sizi örnek alma konusunda sürekli takip ettiklerini ve göz teması kurduklarını aklınızdan çıkarmayın. Siz sadece bildiği bilgiyi öğreten biri değilsiniz. Aynı zamanda hayatınızı yaşamaya devam ettiğinizin bilincinde olun ki, yaptıklarınızdan zevk alasınız. Öğretmenlik bir yaşam biçimidir. Siz de öğrencileriniz gibi hata yapabilir, düşebilir, umutsuzluğa kapılır ya da bir şeylerden sürekli şikayetçi olabilirsiniz. Önemli olan tekrar toparlanabilmektir. Biz öğrencilerimize bu tavsiyeyi hep yaparız ama sıra bize geldiğinde işler değişir. Haydi, endişelenmeyin. Bu dönem her zamankinden daha güzel geçecek, buna inanın ve bunun için neler yapabileceğinize odaklanın.