



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Lise Rehberlik Bülteni

BİR EĞİTİM YILININ ARDINDAN: YAZ TATİLİNDE VELİLERE ÖNERİLER

HAZİRAN 2026

www.okankoleji.com



Değerli Velilerimiz,

Bir eğitim öğretim yılını daha geride bırakırken öğrencilerimiz için dinlenme, yenilenme ve gelişim fırsatlarıyla dolu bir yaz tatili dönemi başlamaktadır. Yaz tatili, yalnızca okuldan uzaklaşılacak bir zaman dilimi değil; aynı zamanda gençlerin sosyal, duygusal, fiziksel ve akademik gelişimlerini desteklemek için önemli bir fırsattır. Bu süreçte ailelerin tutumu ve rehberliği, öğrencilerin tatili verimli geçirmelerinde büyük rol oynamaktadır.

Dinlenmek de Bir İhtiyaçtır

Yoğun bir eğitim öğretim yılının ardından öğrencilerin zihinsel ve fiziksel olarak dinlenmeye ihtiyaçları vardır. Tatilin ilk günlerinde öğrencilerin uyku düzenlerini toparlamalarına, ilgi duydukları etkinliklere yönelmelerine ve streslerini azaltmalarına fırsat verilmelidir. Dinlenmek, zaman kaybı değil; yeni döneme daha güçlü hazırlanmanın önemli bir parçasıdır.

Günlük Yaşam Düzenini Koruyun

Tatilde tamamen plansız bir yaşam düzeni oluşturmak, öğrencilerin motivasyonlarını ve sorumluluk duygularını olumsuz etkileyebilir. Bu nedenle esnek ancak düzenli bir günlük plan oluşturulması yararlı olacaktır.

Öğrencilerin;

- Düzenli uyuması,
- Dengeli beslenmesi,
- Gün içinde hareket etmesi,
- Aile sorumluluklarına katılması,
- Sosyal etkinliklere zaman ayırması desteklenmelidir.

Özellikle uyku saatlerinin aşırı gecikmesi, yeni eğitim yılına uyum sürecini zorlaştırabilmektedir.

Teknoloji Kullanımında Dengeli Bir Yaklaşım Benimseyin

Yaz tatiliyle birlikte öğrencilerin ekran başında geçirdiği süre artabilmektedir. Telefon, tablet, bilgisayar ve sosyal medya kullanımı tamamen yasaklanmamalı ancak belirli sınırlar içerisinde tutulmalıdır.

Veliler olarak;

- Ortak kullanım kuralları belirleyebilir,
- Ekran dışı etkinlikleri teşvik edebilir,
- Çocuklarınızla teknoloji kullanımı hakkında konuşabilir,
- İnternet güvenliği konusunda bilinçlendirme yapabilirsiniz.

Gençlerin dijital dünyada geçirdiği zaman kadar gerçek yaşam deneyimlerine de ihtiyaç duydukları unutulmamalıdır.



Gücünü *Istanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Kitaplarla Bağlarını Güçlendirin

Yaz tatili, öğrencilerin okuma alışkanlıklarını geliştirmeleri için önemli bir fırsattır. Düzenli okuma;

- Kelime dağarcığını geliştirir,
- Dikkat süresini artırır,
- Akademik başarıyı destekler,
- Eleştirel düşünme becerilerini güçlendirir.

Öğrencilerin ilgi alanlarına uygun kitaplar seçmelerine fırsat vermek ve ailece okuma saatleri oluşturmak bu alışkanlığın kazanılmasını kolaylaştıracaktır.

Sosyal ve Duygusal Gelişimlerini Destekleyin

Lise yılları gençlerin kendilerini tanımaya çalıştıkları, ilgi alanlarını keşfettikleri ve gelecek planları oluşturdukları önemli bir dönemdir.

Yaz tatili boyunca;

- Aile içi iletişimi güçlendirecek etkinlikler yapmak,
- Birlikte kaliteli zaman geçirmek,
- Gençlerin duygu ve düşüncelerini dinlemek,
- Sosyal ilişkilerini desteklemek

psikolojik iyi oluşlarını olumlu yönde etkilemektedir.

Bazen kısa bir sohbet, uzun öęütlerden çok daha etkili olabilmektedir.

Yaz Tatilini Yeni Deneyimlerle Zenginleştirin

Tatil dönemi öğrencilerin kendilerini keşfetmeleri için önemli fırsatlar sunar.

Öğrenciler;

- Spor faaliyetlerine katılabilir,
- Sanatsal çalışmalar yapabilir,
- Yeni hobiler edinebilir,
- Gönüllülük faaliyetlerinde yer alabilir,
- Meslekleri araştırabilir,
- Yabancı dil çalışmalarına zaman ayırabilirler.

Bu tür deneyimler öğrencilerin özgüvenlerini artırırken yaşam becerilerinin gelişmesine de katkı sağlar.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Yeni Eğitim Yılına Hazırlık

Yaz tatili tamamen derslerden uzak geçirilen bir dönem olmak zorunda değildir. Özellikle lise öğrencileri yıl içerisinde eksik hissettikleri konuları gözden geçirebilir, hedeflerini değerlendirebilir ve yeni eğitim yılı için planlamalar yapabilirler.

Ancak bu süreçte öğrencilerin sürekli ders çalışmaya zorlanması yerine, dengeli ve sürdürülebilir bir yaklaşım benimsenmesi daha sağlıklı sonuçlar verecektir.

Yaz tatili; gençlerimizin dinlenebildiği, kendilerini geliştirebildiği, yeni deneyimler kazanabildiği ve aileleriyle kaliteli zaman geçirebildiği önemli bir dönemdir. Bu süreçte çocuklarımızın yalnızca akademik gelişimlerine değil; sosyal, duygusal ve kişisel gelişimlerine de destek olmak büyük önem taşımaktadır.

Tüm öğrencilerimize ve velilerimize sağlıklı, huzurlu ve verimli bir yaz tatili diliyoruz.



KAYNAKÇA

- Cüceloğlu, D. (2019). Başarıya Götüren Aile. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- MEB Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü. (2023). Aileler İçin Psikolojik Sağlık Rehberi. Ankara: MEB.
- Şirin, S. R. (2021). Yetişin Çocuklar. İstanbul: Doğan Kitap.
- Yeşilyaprak, B. (2023). Eğitimde Rehberlik Hizmetleri: Gelişimsel Yaklaşım. Ankara: Pegem Akademi.

OKAN EĞİTİM KURUMLARI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE