

AİLE YAPISININ SINAV SÜRECİNE ETKİSİ





LİSELERE YERLEŐTİRME MERKEZİ SINAVI

TABLO 1

ALT TESTLERDE BULUNAN SORU SAYILARI

| Bölüm | Süre | Alt Test* | Soru Sayısı |
|---------------|-----------|-------------------------------------|-------------|
| SÖZEL BÖLÜM | 75 dakika | Türkçe | 20 |
| | | T.C. İnkılap Tarihi ve Atatürkçülük | 10 |
| | | Din Kültürü ve Ahlâk Bilgisi | 10 |
| | | Yabancı Dil | 10 |
| SAYISAL BÖLÜM | 80 dakika | Matematik | 20 |
| | | Fen Bilimleri | 20 |

*Soru kitapçığında bulunma sırasına göre verilmiştir.

NETLERİM NEDEN ARTMIYOR?

| YAŞANAN SORUN  |  MENTOR TAVSİYESİ |
|---|---|
| DENEMELERDEN KAÇMAK | KONULARIN BİTMESİNİ BEKLEME. KONU İLE İLGİLİ BAZI BİLGİLERİ DENEMELERDE GÖRECEKSİN. SINAVA GİRE GİRE SINAV STRATEJİSİ ÖĞRENİRSİN, ZAMANLA SINAV KAYGIN BİLE AZALIR |
| ÇIKMIŞ SORULAR HAKKINDA BİLGİ SAHİBİ OLMAMAK | ÖNCE KONU KONU SÜZÜLMÜŞ ÇIKMIŞ SORULARI ÇÖZERSİN, SON AYDA İSE YIL YIL ÇIKMIŞ SORULARI ÇÖZEBİLİRSİN. |
| YANLIŞLARIN ÜZERİNE GİTMEMEK | DENEMELERDEN SONRA VE SORU BANKASINDA ÇÖZEMEDİĞİN SORULARI AYNI HAFTA İÇİNDE EKSTRA KURSTA HOCALARINA ÇÖZDÜREBİLİRSİN |
| BİR TÜRLÜ BAŞLAYAMAMAK | BUNUN SEBEBİ BELİRSİZLİKTİR. YÖK ATLASA GİRİP HEDEFİNİN KAÇ NET OLDUĞUNA GÖZ ATABİLİRSİN. |
| KONU EKSİKLİĞİ | DENEME ANALİZİ YAPIP EKSİK OLDUĞUN KONUYU TESPİT ET. SONRA HOCANIN DERSTE KULLANDIĞI ÇÖZÜMLÜ SORULARI TEKRAR EDEBİLİRSİN. |
| YETİŞTİREMEME PROBLEMİ | EVDE ÇALIŞMA YAPARKEN MUTLAKA SÜRE İLE PARAGRAF VE PROBLEM ÇÖZMELİSİN. YAŞADIĞIN STRES GERÇEK SINAV STRESİNE YAKIN OLMALIDIR. HANGİ BRANŞA KAÇ DAKİKA AYIRACAĞINI ÖNCEDEN PLANLAMALISIN |
| DİKKAT DAĞINIKLIĞI | SOSYAL MEDYA VE TELEFONU ASGARİ DÜZEYE ÇEKİP, SADECE SINAVA HAZIRLANMAYI HEDEFLEMELİSİN. KÜTÜPHANEDE ÇALIŞMAK VE MOTİVASYONU YÜKSEK ARKADAŞLARLA BİRLİKTE OLMAK |

HANGİ DERSE NE ZAMAN ÇALIŞILMALI?

| NELER HİSSEDİYORUM? NASIL HİSSEDİYORUM? | MORALİM ÇOK İYİ | ORTALAMA KENDİMİ İYİ HİSSEDİYORUM | KENDİMİ İYİ HİSSETMİYORUM |
|--|--|--|---|
| ENERJİM YÜKSEK | MATEMATİK ÇALIŞ PROBLEM ÇÖZ | FEN BİLGİSİ ÇALIŞ | SOSYAL BİLGİLERDEN NOT ÇIKART |
| ORTALAMA İDARE EDER | FEN BİLGİSİ DENEMESİ ÇÖZ | PROBLEM/ PARAGRAF PÇ GÜNÜ | İNGİLİZCE DİN KÜLTÜRÜ ÇALIŞ |
| YORGUN HİSSEDİYORUM | TÜRKÇE ÇALIŞ | YAZARAK TEKRAR YAP | GENEL TEKRAR VİDEOLARI İZLE TEKRAR YAP |

DEMOKRATİK AİLE

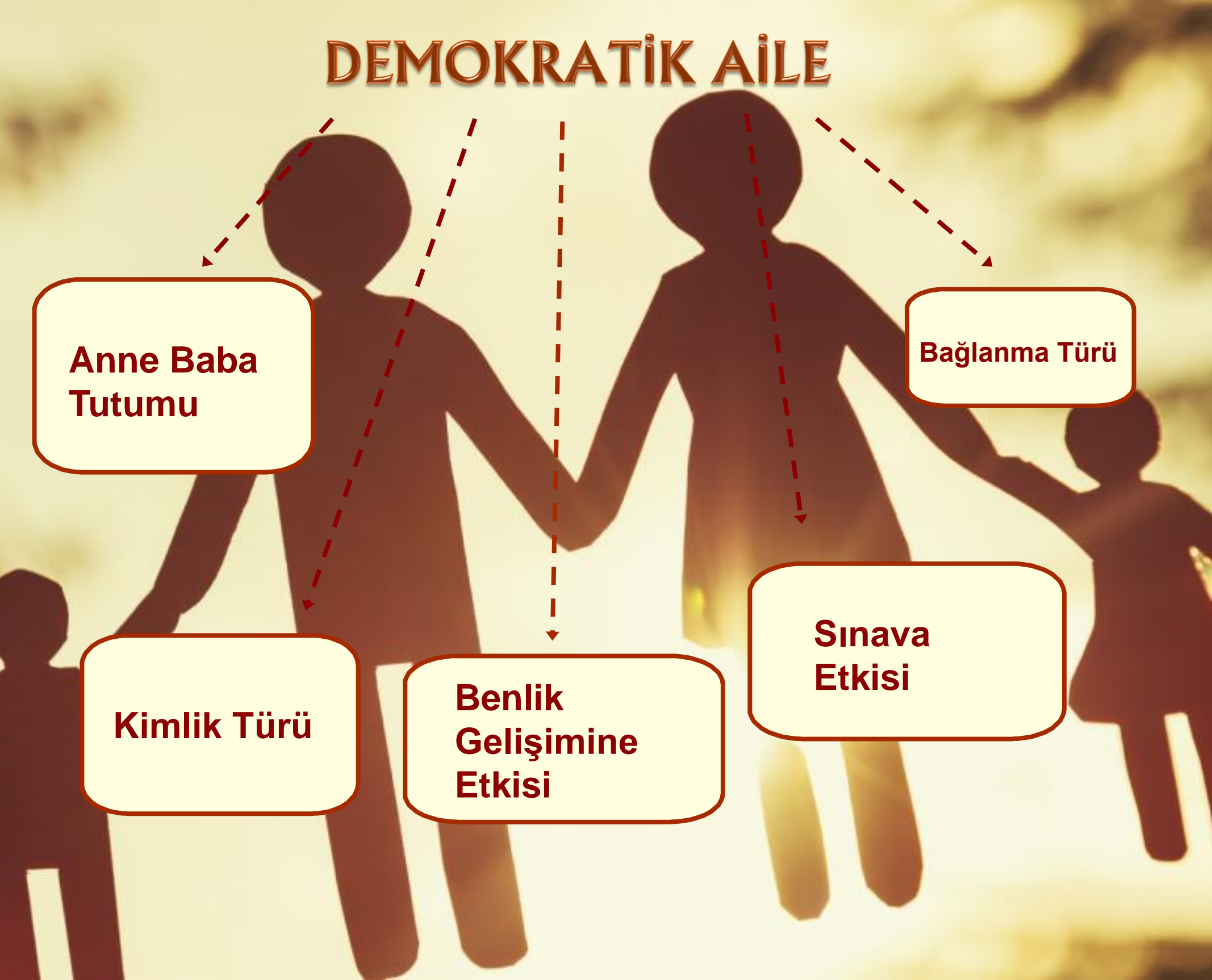
**Anne Baba
Tutumu**

Bağlanma Türü

Kimlik Türü

**Benlik
Gelişimine
Etkisi**

**Sınava
Etkisi**



ANNE BABA TUTUMU

➔ Demokratik ailelerde, tıpkı demokratik devletler gibi kararları birlikte alan aile tipleridir.

➔ Dolayısıyla çocuğun kendisini değerli hissettiği ve fikirlerinin önemsendiği bir aile ortamı sunar. **SOSYAL BECERİLERİ DAHA KUVVETLİDİR**

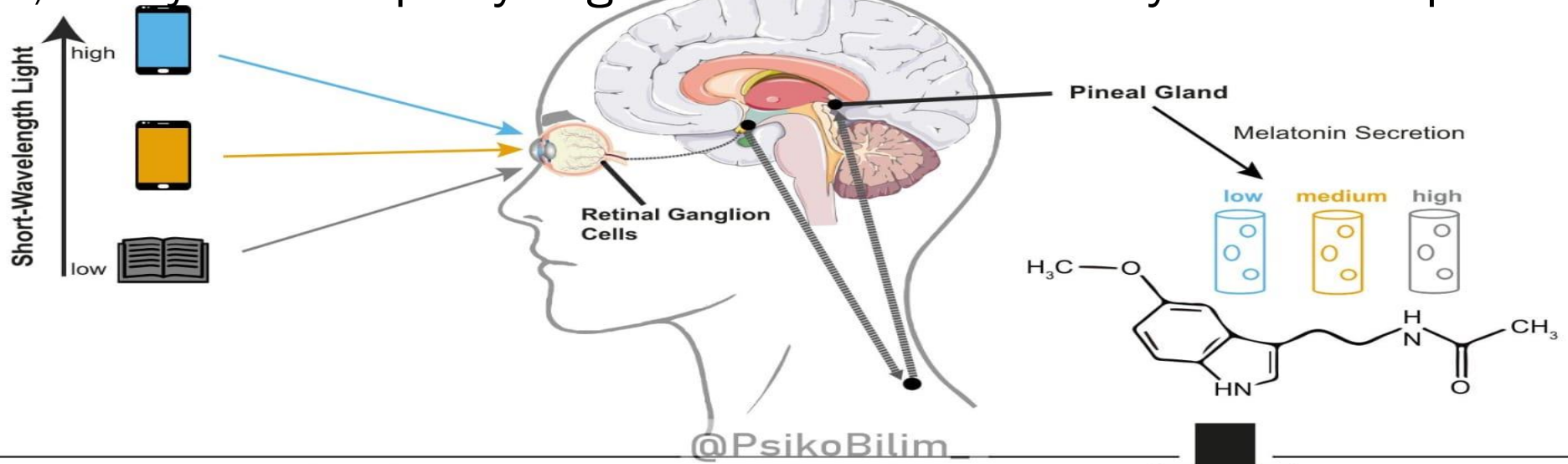
➔ Aile kural koyar ancak bu kurallar yapıcı kurallardır. **DAHA FAZLA ÖZERKLİK TANIR**

➔ Çocuk, ebeveyninin kendisini sevdiğini bilir, bu sevgiyi hisseder. **KENDİNİ KABUL EDER**



DAHA FAZLA SORUMLULUK VERMEK...

Yatmadan önce mavi ışık filtresi olmadan akıllı telefon kullanımı, hem gençlerde hem de yetişkinlerde melatonin üretimini azaltarak uyku kalitesini bozuyor. Gençler bu etkiyi daha hızlı atlatırken (50 dk), yetişkinlerde melatonin seviyeleri daha uzun süre düşük kalıyor. **MELATONİN**, Özellikle stres, anksiyete ve depresyon gibi durumlarda destekleyici role sahiptir.

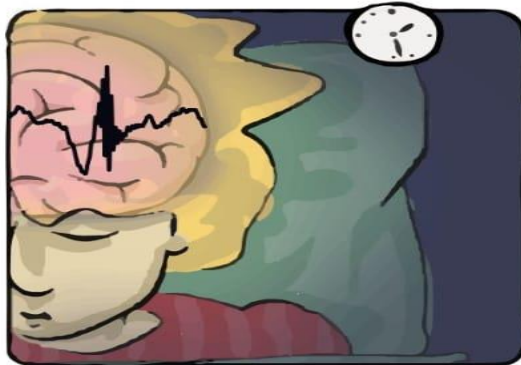


Lowest Melatonin Secretion after High Short-Wavelength Light

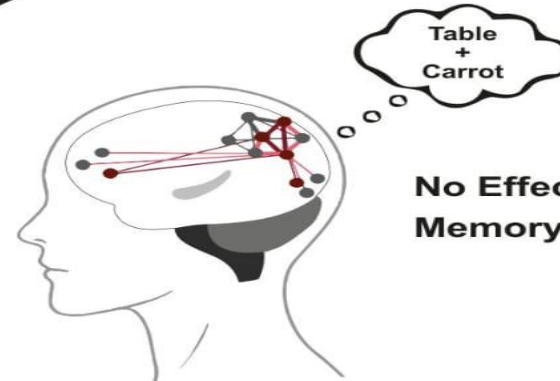
Adolescents recover from the melatonin suppression within 50min before bedtime



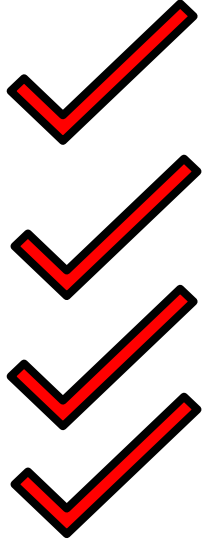
Minimal Effects on (early) Sleep



No Effect on Sleep-Dependent Memory Consolidation



KİMLİK TÜRÜ



Başarılı kimlik geliştiren çocuk, fikirlerini rahatça ifade edebilir.

Bağımsız ve risk alabilen bir yapısı vardır.

Kendisiyle barışık, pozitif bir yapısı vardır.

Kendini değerli ve yeterli hisseden bir birey haline gelir



SINAVA ETKİSİ

- ★ Kendine inancı olan bir birey olduğu için zorluklarla mücadele eder. Sınavlardan kaçmaz! Hatalarından öğrenmeye açıktır
- ★ Mücadeleci yapısını hem sınava hazırlık sürecinde hem de sınav esnasında ortaya koyar. İç motivasyona sahiptir
- ★ Başarı merdivenlerini azim ve sabır ile tırmanır.



OTORİTER AİLE

Anne Baba
Tutumu

Bağlanma
Türü

Kimlik
Türü

Sınava
Etkisi

Benlik
Gelişimine
Etkisi

ANNE BABA TUTUMU

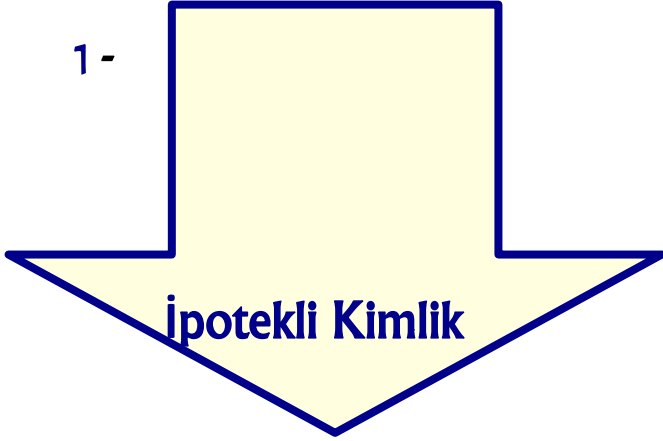
- ★ Çocuklarını kendi kontrolleri altında tutan ve bunu yaparken baskı kuran aile tipidir.
- ★ Katı davranış tutumlarından kaynaklı olarak sevgilerini hissettiremezler.
- ★ Çocuklarını kendi istedikleri kalıba yerleştirmek için ceza ve emirlerden sıklıkla faydalanırlar.

Çocuklarına **özerklik tanıyan** anne-babaların çocukları daha mutlular. Bu çocuklar ayrıca daha yüksek **özsaygıya**, daha iyi **akademik motivasyona** ve daha **güçlü sosyal becerilere** sahip olma eğilimindedeler. Çocukların sağlıklı gelişimi için, ebeveynlerin onlara hem **destekleyici** hem de **özerklik tanıyan** bir ortam sunmaları gerekiyor.

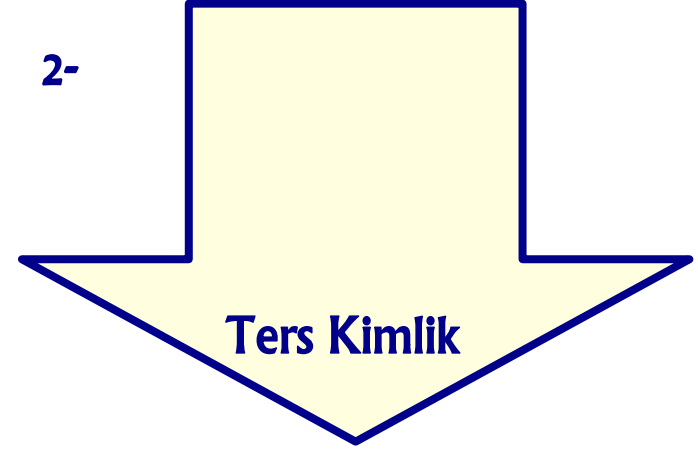
KAYNAK: BRADSHAW ve meslektaşları(2024)

KİMLİK TÜRÜ

1-



2-



Bu kimlik tipini geliştiren öğrenciler;

- Özgüvensiz
- Kendi kararlarını alamayan
- Ailesine korkuyla bağlı olan öğrencilerdir.

Bu kimlik tipini geliştiren öğrenciler;

- Aileni baskıcı tutumundan kaynaklı olarak aileye düşmanca tavır sergiler.
- Kendi kararları için aileyle çatışır.

SINAVA ETKİSİ



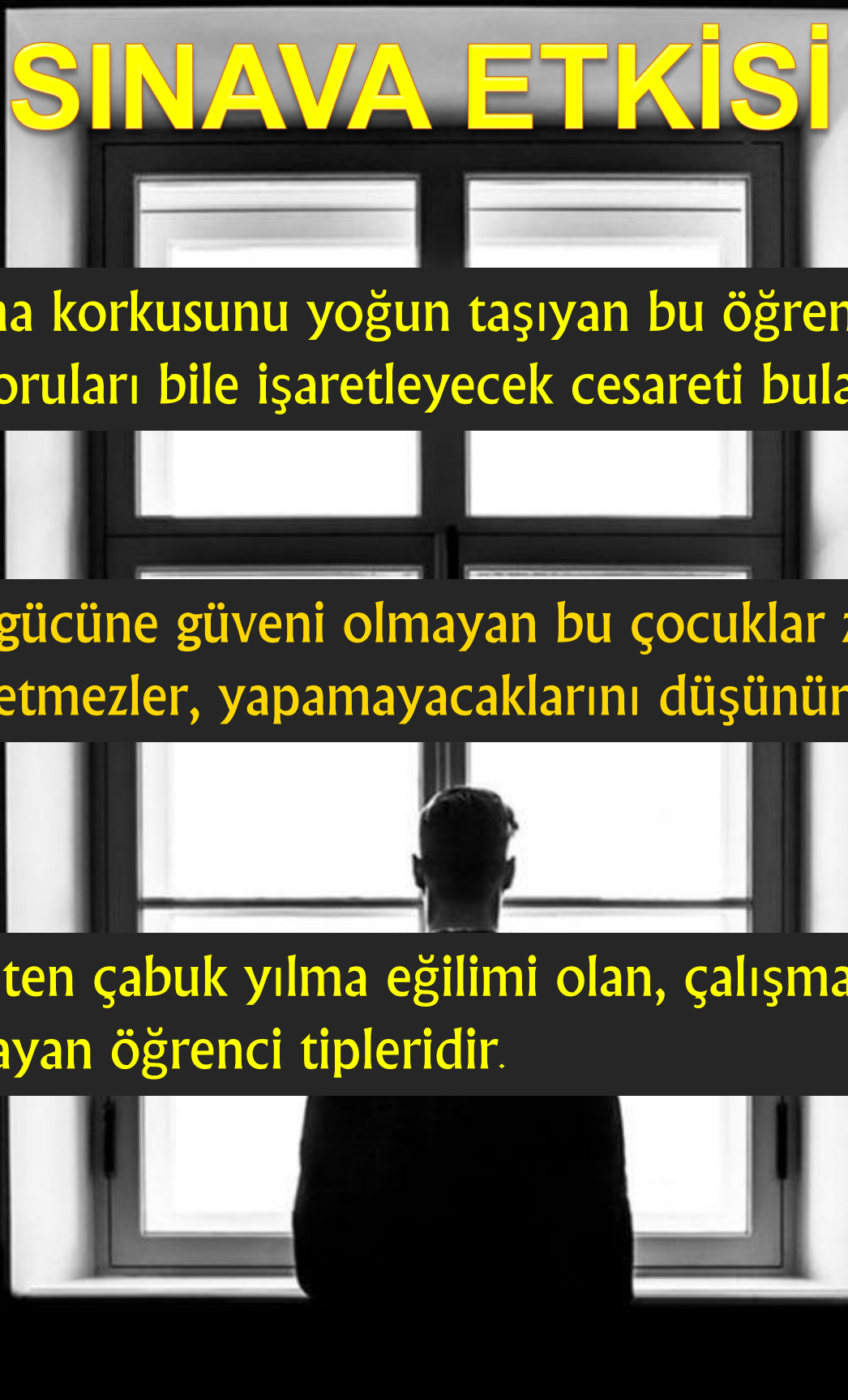
Hata yapma korkusunu yoğun taşıyan bu öğrenciler bazen bildikleri soruları bile işaretleyecek cesareti bulamazlar.



Öğrenme gücüne güveni olmayan bu çocuklar zor derslerle mücadele etmezler, yapamayacaklarını düşünürler.



Başladığı işten çabuk yılma eğilimi olan, çalışmalarını tamamlamayan öğrenci tipleridir.



AŞIRI KORUYUCU AİLE



Anne Baba
Tutumu

Bağlanma Türü

Kimlik Türü

Sınava Etkisi

Benlik Gelişimine
Etkisi

ANNE BABA TUTUMU

★ ÇOCUĞA AŞIRI İLGI GÖSTERİLİR

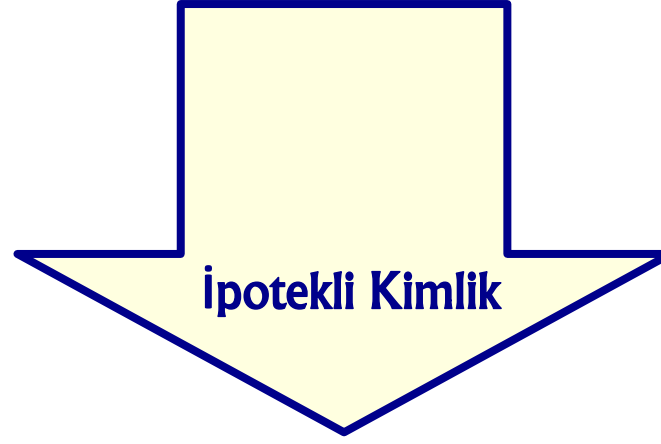
★ GİYECEĞİ ELBİSEYE, RENGİNE, AYAKKABISINA HEP AİLE

KARAR VERDİĞİ İÇİN , KARAR VERME BECERİSİ GELİŞMEZ

★ EL BEBEK GÜL BEBEK YETİŞTİRİLİR

★ ÇOCUĞUN KARŞILAŞTIĞI SORUNLARI ONUN ADINA
AİLESİ ÇÖZER

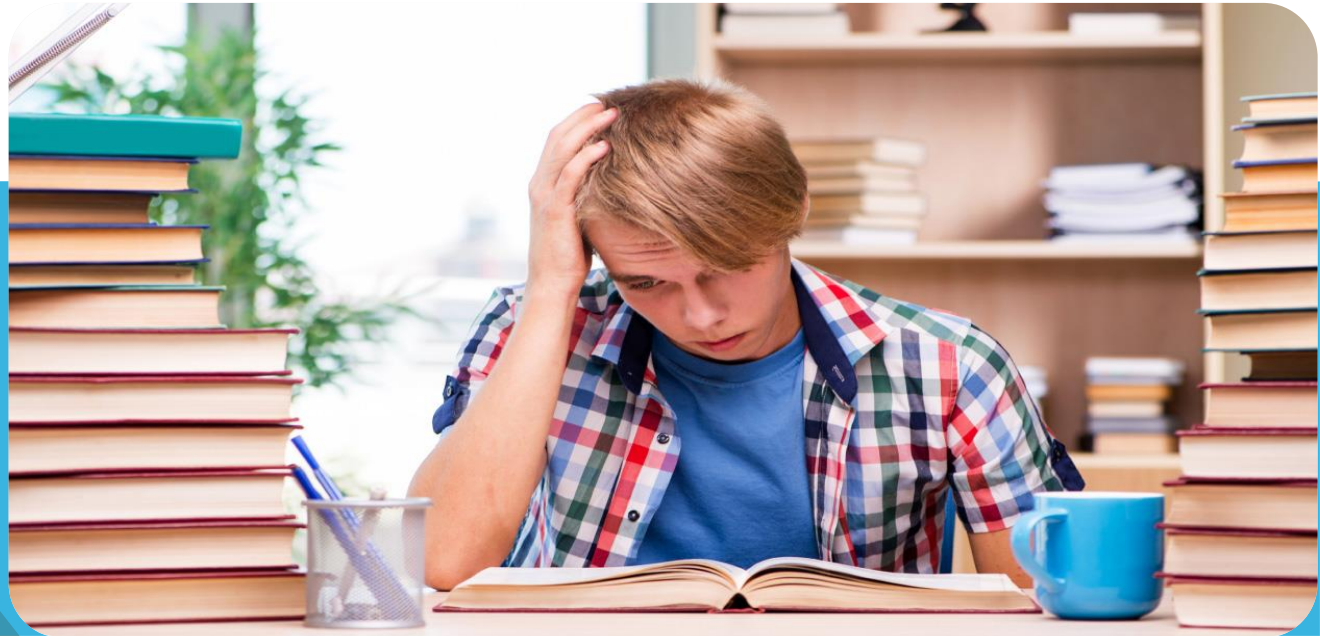
KİMLİK TÜRÜ



- *KENDİNE GÜVENİ YOK GİBİDİR
- **KENDİ BAŞINA KARAR ALMAKTA ZORLANIR
- ***AİLEYE AŞIRI BAĞLILIK OLDUĞUNDAN BAĞIMSIZ KARARLAR ALAMAZ

SINAVA ETKİSİ

- *SINAVLARDA AŞIRI HEYECAN YAPAR
- **AİLE BEKLENTİSİ ONU ÇOK YIPRATIR BU YÜZDEN SINAVLARA GİRMekten KAÇAR
- ***SÜREKLİ KONU ÇALIŞIR, TEST ÇÖZMEZ
- ****HOCALARA SORU SORAMADIĞINDAN ÖZEL DERS TALEP EDER





YKS | **TYT**
AYT

BAKIRKÖY MURAT

TEŞEKKÜR EDERİZ...