

OKULA UYUM

RIZA ÖZMENOĞLU İLKOKULU
REHBERLİK SERVİSİ



Okula Başlarken;

Okula başlama hem aile hem de çocuk için heyecan verici bir deneyimdir. Çocuklarımız ellerimizden ayrılır hayatla buluşur. Okul çocuğun hayatla buluştuğu yerdir. Çocuğumuz artık bir birey olarak yoluna devam eder. Kendisini bekleyecek bu uzun eğitim yolculuğunda bizlere önemli görevler düşmektedir.



Peki nedir bu görevlerimiz?

Okulu sevmesini sağlayın!

Çocuğun okula karşı negatif duygular beslememesi için okulun ve okumanın kazandıracığı şeylerden bahsedilebilir. Örneğin okulda kuracağı arkadaşlıklardan ya da anne babanın geçmişte arkadaşları ve öğretmeniyle olan olumlu yaşantılarından örnekler verilebilir.

Çocuğu "okul"la korkutmayın!

Okula gitmeyi zorunluluk ya da ceza gibi algılamalarına sebep olacak konuşmalardan kaçınılmalıdır. 'Çok yaramazlık yapıyorsun seneye okula göndereyim seni de gününü gör.' ya da 'Okula başla da senden kurtulayım.' gibi...

Hata yaptıklarında onları **okul veya öğretmenle korkutursak**, çocuğun öğretmenden ve okuldan soğumasına sebep oluruz. Okul ceza verilen bir yer olarak gösterilmemelidir.

-Başarısının artması ve olumlu davranışlar kazanması konusunda atılması gereken ilk adım; azarlamayı, bedensel ceza vermeyi, eleştirmeyi ve başkalarıyla kıyaslamayı bırakmaktır. Kıyaslamak reddetmektir.

Çocuğunuzu olduğu gibi kabul edin.

-Başarısızlığı konusunda ailenin vereceği olumsuz tepkiler ya çocuğun okuldan ve derslerden soğumasına ya da aşırı ders çalışmasına ve sosyal etkinliklere katılmamasına yol açabilir. Bu da çocuğun psiko-sosyal gelişimini olumsuz etkiler.

-Önemli olan performans değil çabadır. Yani çocuğun başarmak için gösterdiği emektir. Çocuğun her konuda desteklenmeye yöreklendirilmeye ihtiyacı vardır. Bunu yaparsanız hem çocuğun kendine olan güveni artar hem de yeni başarılar elde etmek için heveslenir. Yapma konusunda cesareti artar. Çabası desteklenmezse cesareti kırılır.

-Aile içindeki sağlıklı iletişim ortamı ve huzur, çocuğun gelişimini olduğu kadar, okul başarısını ve arkadaşlarıyla ilişkisini etkiler.



OKULA BAŞLAYAN ÇOCUKLARDA NE TİP SORUNLAR GÖRÜLEBİLİR?

- Okula yeni başlayan çocukların bazılarında okul korkusu diyebileceğimiz bir sorun ortaya çıkar. Çocuk okula gitme konusunda isteksiz görülebilir. Hatta kimi çocuklarda çok sık ağlamalar veya sabah okula giderken huysuzlaşmak, inatçılık yapmak gibi şikayetler görülebilir.
- Okul korkusu bazı çocuklarda bulantı, kusma, karın ağrısı, baş ağrısı, ishal ya da uykuda huzursuzluk gibi belirtilerle kendini gösterebilir.
- Anne babaların okula yeni başlayan çocuklarında gördükleri bu tip belirtileri, yalnızca fiziksel, organik bir rahatsızlık olarak değerlendirmemeleri, bunun okula uyum güçlüğü nedeniyle ortaya çıkabilen psikolojik bir sorun da olabileceğini göz önünde bulundurmaları gerekir.

Ailenin aşırı koruyucu tavrı okul fobisine sebep oluyor .



Çocuk;

- Aşırı korumacı bir anlayışla yetiştirilmişse,
- Arkadaşlarıyla iletişimi çok az olmuşsa,
- Dışarıya pek çıkmamışsa, kendi ayakları üzerinde duramıyorsa ailesinden uzak kalmak onu çok korkutur.

Bu durum pek çok çocukta görülür ve zamanla düzelir. Ancak düzelmeme olasılığı da vardır.

Okul Fobisinde Düzelmemenin en yoğun yaşandığı durum;

- Velinin öğrenciyi okulda yalnız bırakmaktan kaygılandığı, aşırı korumacı olduğu,
- Kendisi ile yapılan görüşme sırasında önerilen tavsiyeleri uygulamaktan kaçındığı (direnc gösterdiği) durumlardır.



- Bunun dışında, okula gitme konusunda bir sorun yaşamadığı halde, okuldaki düzene uyum sağlamada sorun yaşayan çocuklar da vardır. Bu tip çocuklar okuldaki kurallara uyum sağlamada sorun yaşarlar.
- Öğretmenlerine ya da arkadaşlarına karşı saldırganca eğilimleri olabilir. Bu tip uyum sorunlarının arkasında gelişim bozuklukları olabileceği gibi uyum, davranış bozuklukları veya duygusal sorunlar da olabilir.
- Bazı çocuklar ailesine karşı duyduğu öfkeyi ya da güvensizliği okuldaki öğretmen ve arkadaşlarına yönlendirerek bu sıkıntılarını, bu duygularını açığa çıkarma olanağı bulabilirler. Bu saldırgan ve uyumsuz davranışlarının altında aileye karşı olan öfke ve güvensizlik duygularını ifade etme isteği yatıyor olabilir.
- Gerek okul korkusu gerekse okul uyumsuzluğu konularında ailenin bir uzmandan yardım almasında yarar vardır. Çünkü okul yaşamının başlangıcında bu tür sorunlar yaşayan çocuklar, bu sorunlardan bütün öğrenim yaşamları boyunca olumsuz etkilenebiliyor. Ayrıca tamamen bu soruna bağlı olarak bir takım psikolojik sorunlar da geliştirebiliyorlar.



İLK İŞİNİZ ÇOCUĞA OKULU SEVDİRMEK OLSUN.

ÇOCUĞUNUZUN OKUL KORKUSUNU YENMESİ İÇİN ONA NASIL YARDIMCI OLABİLİR SİNİZ?

- *Okula gitme konusunda ödün verilmemeli, mutlaka okula gitmesi sağlanmalıdır. Bu çözümün yarısıdır.*
- *Çocuğa, okulun amacını açıklamak, okula gitmesi konusunda ailenin tüm fertlerinin kararlı ve tutarlı olması işe yarar.*
- *Okula gitmemesi halinde yapılan çalışmalardan geri kalacağı ve bunun kendisi için bazı aksaklıklara yol açacağını anlatmaya çalışılmalıdır.*
- *Çocuğun kendini terk edilmiş ve yalnız hissetmesine yol açacak davranışlardan kaçınmalıdır.*
- *Çocuğun fiziksel yakınmaları varsa kontrol etmek için doktora götürülebilir.*
- *Okula gitmediğinden dolayı çocuğu suçlamamalı, korkusu ve gözyaşlarıyla alay edilmemelidir.*
- *Vedalaşmaları çabuk ve kısa süreli tutarak, ayrılıkların doğal olduğu hissettirilebilir.*
- *Ona gününüzün nasıl geçeceğini anlatıp, onunla gününün nasıl geçtiği hakkında konuşmak her ikinizi de rahatlatır.*
- *Çocuğa okula gitmesi gerektiği, zaman geçerse bu korkuya bir de derslerden geri kalmış olmanın korkusunun ekleneceği söylenmelidir.*
- *Çocuğun endişeleri, duyguları üzerinde konuşmak, hem sıkıntısını paylaşmasını hem de anlaşıldığını hissedip rahatlamasını sağlar.*
- *Bu sıkıntılı durumun geçici olabileceği, kendisiyle aynı durumda olan başka çocuklar da olduğu anlatılabilir.*
- *Boş zaman ve oyun becerileri kazandırarak anne babaya bağımlılık azaltılabilir. (Yeni hobiler bulunabilir)*
- *Arkadaş toplantıları düzenleyerek, sosyal beceriler kazanmasına fırsat tanınabilir.*
- *Anne babanın beklenti düzeyini gerçekçi kılıp çocuğa zaman tanıması korkuyu yenmesini kolaylaştırabilir.*

ANNE BABA OLARAK ÇOCUĞUN ÖDEVLERİNE VE DERSLERİNE MÜDAHALE ETMENİZ NE KADAR DOĞRU OLUR?

- Anne babanın ders konusundaki yaklaşımı mümkün olduğunca olumlu olmalıdır. Okul ve dersle ilgili konularda eleştirel ve baskıcı tutumlardan uzak durulmalıdır.
- Çocuğun derslerini yapması konusunda zaman zaman hatırlatmalar yapılması doğaldır ancak bunu yaparken anne babanın kullandığı üslup önemlidir.
- Çocuğunuzun ders çalışmasına veya ev ödevini yapmamasına sebep olabilecek olumsuz ortamların ortadan kaldırılması gerekmektedir.
- Anne ve babalar davranışları ve tutumları ile ev ödevini yapma sorumluluğunun öğrenci ile öğretmeni arasında olduğunu çocuğuna hissettirmelidir.
- Çocuk verilen ödevleri kendisi yapmalı, anlayamadığı zaman ya da kontrol edilmesi aşamasında anne baba yardım etmelidir.
- Bu yaştaki çocukların dikkat süreleri kısa olduğu için, ders çalışma süresi 15-20 dakika kadar olmalıdır. 15 dakika kadar ara verildikten sonra tekrar ders çalışılabilir.
- Zaman zaman öğretmeninden çocuğunuzun ders ve davranışları hakkında bilgi alın. Ama her gün değil. Öğretmenin de yoğun olabileceğini düşünerek uygun zamanı önceden belirleyin.
- Çocuğunuzun öğretmeniyle ilişkinizi bozmayın. Farklı düşündüğünüz konular olabilir. Bu konuları uygun zamanda yüz yüze konuşmayı deneyin.
- Çocukların bütün boş zamanları ödev yapma ve ders çalışma ile doldurulmamalı. Çocukların bedensel, zihinsel ve duygusal olarak gelişimine faydalı olabilecek etkinliklere de (oyunmak, eğlenmek, dinlenmek, arkadaşları ile birlikte olmak vb) bu zaman diliminde yer ayrılmalı.

