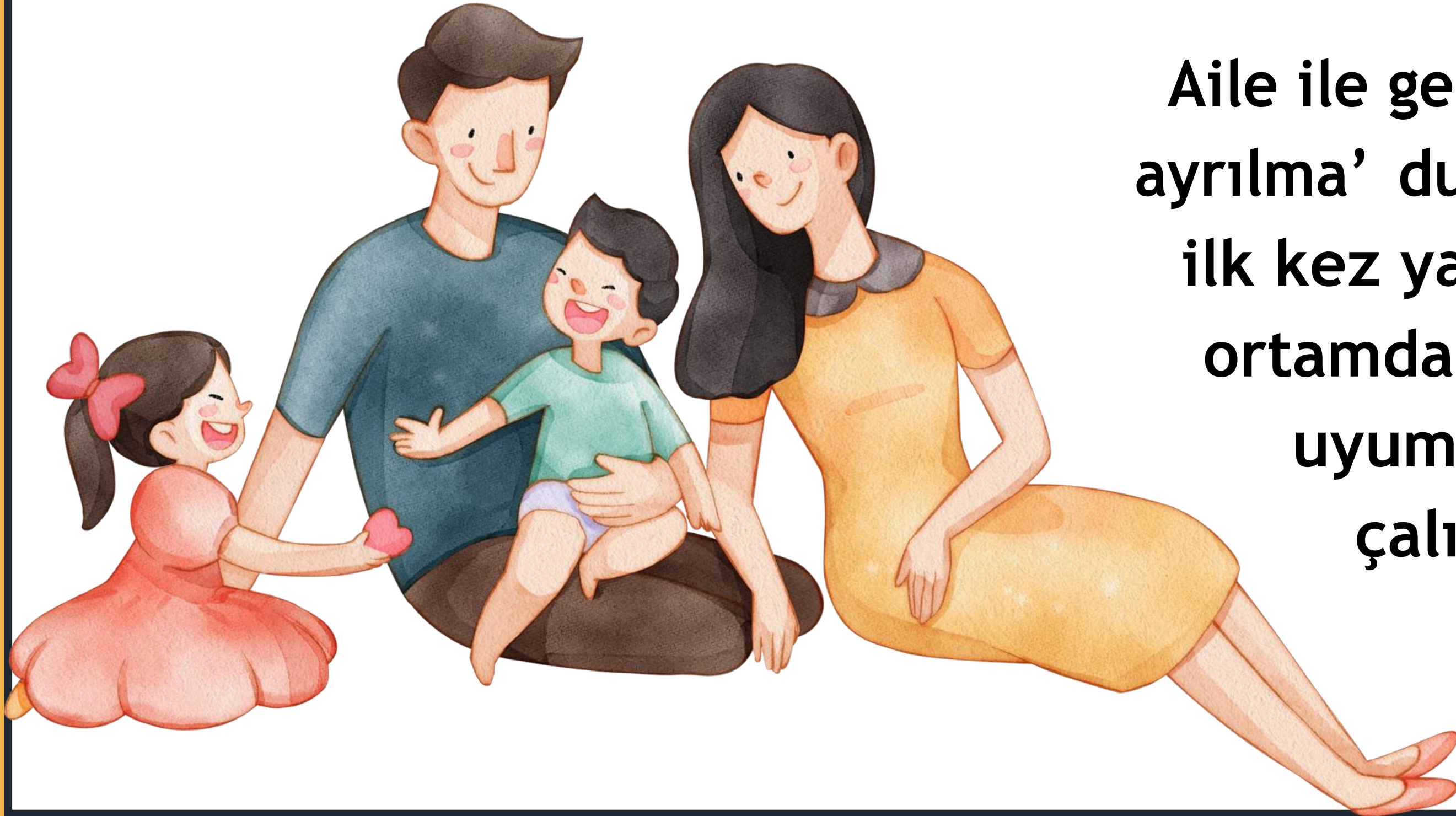




Rehberlik Servisi

OKULA UYUM



Aile ile gerçekten 'ilk kez ayrılma' durumudur. Çocuk ilk kez yalnız başına bir ortamda bulunacak ve uyum sağlamaya çalışacaktır.

- Okula başlama hem aile için hem çocuk için çok önemli bir ilk adımdır. Aileler birçok kaygı yaşamaktadırlar.
- Okul çağındaki çocuk sosyal olarak pek çok açılıma ihtiyaç duysa da, alışmadığı ortamlarda tanımadığı kişilerle kaldığında huzursuzluk duyar. İhtiyaçlarını nasıl karşılayacağını bilemez

- Özellikle de alışkanlıklarına bağlı, hiçbir Őeyin değişmemesi için direnen, anneden ayrılmayan yapıdaki çocuklarda okula başlama sureci sancılı olabilir.
- Bu zamana kadar gereksinimleri başkaları tarafından karşılanan ocuk, artık bazı gereksinimlerini giderebilmek için kendisi çabalamak zorunda kalır. Bu da yeterince kaygı duyulabilecek bir durum.



Çocuğun Gözünden Okul;

- ”Neden annem ve babamdan ayrılıyorum?”
- ”Bütün bu çocuklar kim?”
- ”Öğretmenim beni burada koruyabilecek mi?”
- ”Annem gidip de, ya geri gelmezse, ne olacak?”
 - “Evin yolunu da bilmiyorum”
 - ”Burada ne yapacağım”
- ”Ağlarsam belki annem benimle kalır”

Ebeveynlerin okula uyum sürecinde endişe yaratan birtakım düşünceleri:

- Acaba çocuğumuz tam olarak hazır mı?
- Anne-baba olarak yeterli ve hazır mıyız?
- Çocuğum, arkadaş edinebilecek mi?
- Onun için burası en doğru yer mi?
- Çocuğumu sanki kaybediyorum?
 - Onu çok özleyeceğim
- Öğretmeni ile anlaşabilecek mi?
 - Öğretmeni ile birbirlerinden hoşlanacaklar mı?



Anne-babalar, beklentileri doğrultusunda çocuklarında, anaokuluna başladığı andan itibaren; birdenbire olumlu değişmeler ve gelişmeler, hiç sorun yaşamadan ve ağlamadan kendilerinden ayrılmasını, okula uyumlu bir şekilde başlamasını beklemektedir.





- Her çocuk biriciktir, her çocuk eşsizdir bu nedenle öncelikle her şeyleriyle kendilerine özgü oldukları unutulmamalıdır.
- Çocuklar arasında asla okula adaptasyonla ilgili bir kıyaslama yapılmamalıdır. Bu süreci kimi çocuk iki kimi çocuk yirmi günde tamamlamaktadır.
- Bu ilk zamanlar bir hazırlık aşaması olarak görülmelidir. Elbette ki bir sonu vardır!

ÇOCUĞUN GÖSTEREBİLECEĞİ NORMAL TEPKİLER



- Anne-babanın kucağından inmek istememek,
- Okuldan gitmelerine sarılarak izin vermemek,
- Sürekli olarak anne-babasının ne zaman geleceğini sormak ve kapıdan ayrılmak istememek,
- Okulda sessizce, gruba katılmadan bir köşede oturmak.
- Üstünü değiştirmeye direnç göstermek,
- Yeni gelinen bu yerdeki kişilere güvenmeme

NEDEN ZORLUK YAŞANIR ?



Bu durum özellikle aşırı koruyucu ebeveyn tarafından bağımlı yetiştirilen çocuklarda görülür. Anne çocuğunu fazlasıyla koruyup kollayınca çocuk anneden ayrı bir ortamda kendisini korunmasız, savunmasız hisseder ve yalnız kalmak istemez. Bunun dışında :

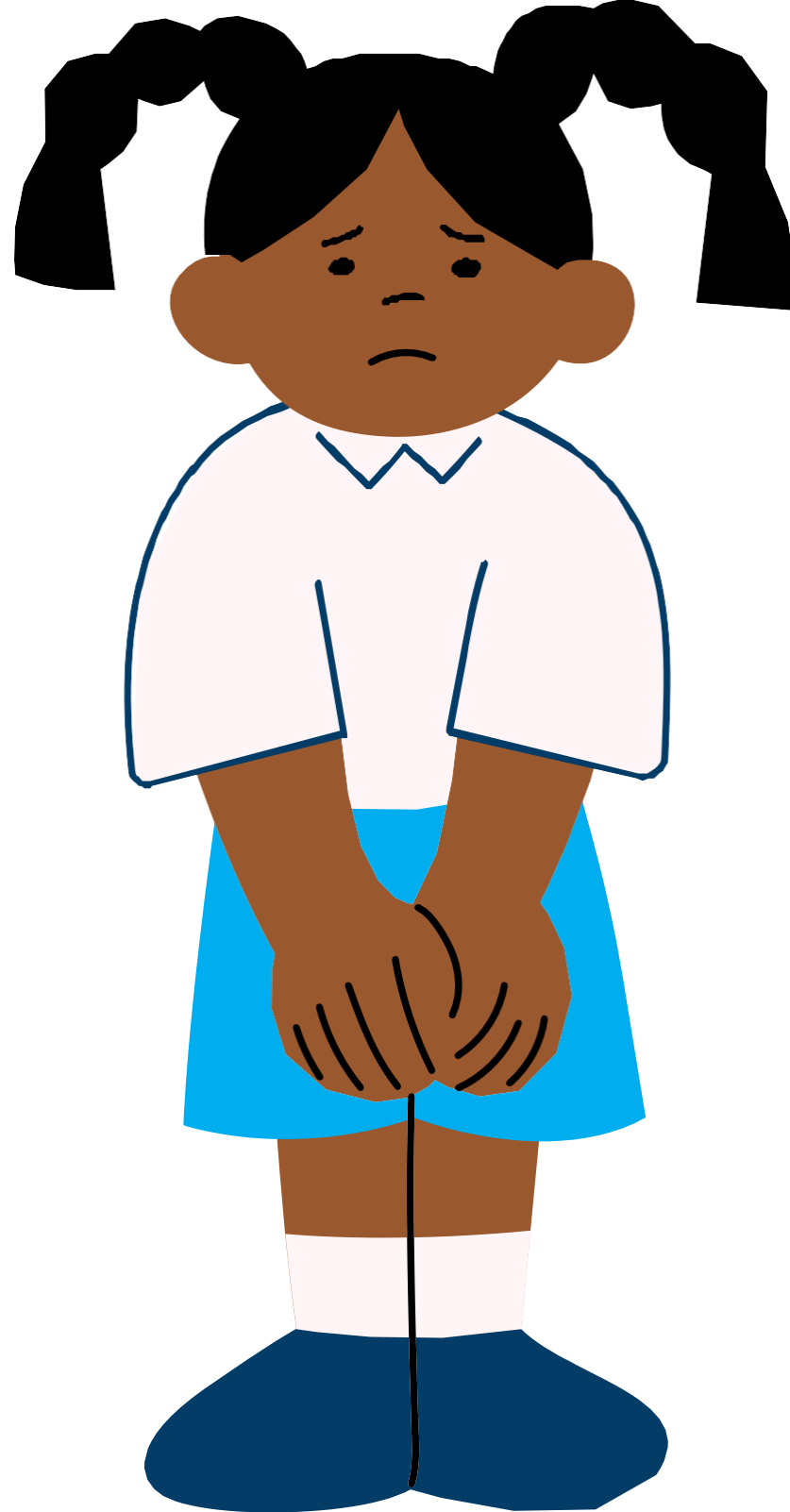
- Anne ya da babanın hasta olması
- Çocuğun onun için önemli veya bağımlı olduğu bir nesneyi bırakmasının istenmesi.
- Tatil seyahatleri, yabancı yerlere sık gidilmesi ve sonucunda uyku düzeninin bozuk olması
- Çocuğun çevresinde olan pek çok stres
- Ebeveynlerin, iş nedeniyle sık sık ayrılığı
- Annenin hamile olması veya kardeşinin yeni doğmuş olması
- Anne-baba arasında problem olması ve çocuğun anne-babasının ayrılacağına dair korkularının olması

UYUM SORUNUNUN BELİRTİLERİ

- Genellikle okula gitmek istemediklerini ifade ederler.
- Uykuya geçecekleri saatlerde sıklıkla okula gitmeme pazarlığı yaparlar.
- Sabah yataktan kalkmakta zorlanırlar.
- Ağır bir şekilde ve güçlük çıkartarak hazırlanırlar.



UYUM SORUNUNUN BELİRTİLERİ



- Okul saati yaklařtıķça bu çocuklarda karın ağrısı, baş ağrısı, mide bulantısı gibi şikayetler ortaya çıkabilir.
- Ayrıca ağlama, bağırma, hırçınlık, öfke nöbetleri, hatta kaygı arttıkça ishal, kusma ve alt ıslatma bile görölebilir. Okul saati geçtikten sonra bu belirtiler kaybolur

UYUM SÜRECİNDE ÇOCUĞA YAKLAŞIM

- Korkutmak gibi yaklaşımlara asla yer verilmemesi gerekmektedir. “Anaokuluna gittiğinde, öğretmenin bunlara izin vermeyecek” gibi ifadeler, dehşet ve korku gibi duygular yaratmaktadır.
- Çocuğunuza “güvendesin ve seni benimde güvendiğim kişilere emanet ediyorum” mesajı vermelisiniz.



ÇOCUĞUNUZA BUNLARI SÖYLEMEYİNİZ

Ağlamazsan sana ne istersen alırım.

Galiba sen okula alışamayacaksın.

Eğer ağlarsan giderim.

Bebekler ağlar, sen artık büyüdün.

Böyle yaparsan seni kimse sevmez.

Bak kimse ağlıyor mu ?
Çok ayıp.

BUNLARI SÖYLEYİNİZ

Seni anlıyorum.

**Yeni arkadaşların olacak,
onlarla etkinlikler
yapacaksın.**

**Yeni bir ortama girmek
seni kaygılandırıyor. Ama
bu durum geçecek.**

**Herkes senin gibi okula yeni
başladı. Öğretmeniniz sizin
tanışmanıza yardımcı olacak.**

**Seni zamanında almaya
geleceğim.**

**Okuldan çıktığında seni
bekliyor olacağım.**

Çocuğun yanında sürekli :

“Bizim çocuk da okula gidince hep ağlıyor”,

“Alışamadı”

“Ay ne yapacağız şimdi!”

“Yine başlıyoruz”

gibi cümleler kullanılması, çocukta daha fazla kaygıya neden olur. Bu cümlelerle şartlanan çocuk ağlamayacak olsa bile ağlamaya başlar. Bunun sebebi anne babasının kaygısını anlayıp, bu kaygıya uygun cevabı vermek istemesidir.

Her Őey yolunda gidiyor görünürken bile bir gün birdenbire çocuğunuz okula artık gitmek istemediğini belirtebilir. Paniđe kapılmadan sıkıntının ne olduğunu anlamaya çalışmalısınız. Çünkü çocukların okula gitmek istememeleri genellikle okulla ilgili bir sorun değildir.





Bazen yeni bir kardeşin geliyor olması, bazen anne ile ilgili sıkıntılar bazen evde olan bir huzursuzluk gibi birçok neden çocuğun okula gitmek istemediğini belirtmesine neden olabilmektedir. Bu durumda okuldaki öğretmenlerle görüşüp yardım almalısınız.

ÖNERİLER

Ailelerin, çocuklarına her sabah anaokuluna gitmeden önce, okulda neler yapacaklarını anlatmaları korkuyu ve belirsizliği azaltacaktır. “Oyun oynayacaksın, şarkı söyleyeceksin, dışarı çıkacaksın ve yemek yiyip, etkinlik yaptıktan sonra, biz gelip seni alacağız.” gibi.



ÖNERİLER

- Çocuđunuzu okula bırakırken asla yalana başvurmayın.
- Ağlıyor diye çocuğu alıp eve götürmeyin.
- Kaçarak uzaklaşmayın. Mutlaka vedalaşarak ayrılın.
- Çocuğa ne zaman döneceđinizi söyleyin ve mutlaka söylediđiniz saatte okulda olun.



**Çocukların uyum becerileri
yetişkinlerinkinden çok daha iyidir. Yeter ki siz
kararlı ve sabırlı olun. Kendi kaygınızı çocuğa
yansıtmayın.**





REHBERLİK SERVİSİ

(Şerife ÖNKAŞ)

