



## Çocuğunuz Okula Başlarken Bilmeniz Gerekenler

### Çocuğunuza Güvenin:

Anne ve babasının kendisine güvendiğini hisseden çocuk başarılı olmak için daha çok çalışacaktır.

### Çocuğunuzun Öğretmenine Güvenin:

Öğretmeniniz çocuk eğitimi konusunda profesyonel eğitim almıştır. Öğretmeninize güven duymanız çocuğunuzun da öğretmene güven duymasını sağlar. Çünkü çocuklar anne ve babalarının güvendikleri kişilere güvenebilirler. Aynı zamanda öğretmeninize güven duymanız onun motivasyonunu artıracaktır.

## Okulun İlk Günü

### Normal bir gün gibi davranın:

Çocukları bu ilk güne hazırlarken, anne ve babalar çocuklardan daha telaşlı olabiliyorlar. Anne babanın bu durumu çocuğunuzun da oldukça etkileyebilir. Dolayısıyla normal bir günmüş gibi davranmak çocuk için de oldukça önemlidir. İlk günde her çocukta kaygı görülebilir ancak endişe etmeyin. Kısa sürede okula adapte olmaları için çalışmalar yapılacaktır.

### Yanında olun:

Çocuğunuzun ilk gününde onun yanında olmalısınız. Çocuğunuzun ilk gün yaşadığı en önemli kaygısı, sürekli okulda kalacağı ve eve dönmeyeceği ile ilgilidir. Bu tip kaygıların giderilebilmesi için çocuğunuzun net bilgiler verilmeli ve onu rahatlatmalısınız.

### Çocuğunuzun övgü ve pekiştirmelerle destekleyin:

İlkokula yeni başlayacak olan çocuklara anne babaların yaklaşımı çok önemli bir yer teşkil eder. Çocuğunuzun korkutacak davranış ve söylemlerden kaçınmalı, övgü ve pekiştirmelerle çocuğunuzun desteklemelisiniz.

## Çocuğunuzun kaygı ve korkularını hem kendi yanlarında, hem de diğer öğrencilerin önünde dile getirmeyin:

Kızının ilkokul birinci sınıfa başladığı gün, bir annenin bazı veli ve öğrenciler önünde endişeli bir yüz ifadesiyle çocuğuna sarılıp, öğretmene "Benim kızım yalnız kalmaktan çok korkuyor. Ne yapmalıyız sizce?" diye bir soru sorduğunu düşünün. Çocukların korkuları doğru olsa bile, hem kendi yanlarında, hem de diğer öğrencilerin önünde dile getirilmesi büyük bir hatadır. Bu tutum çocuğunuzun diğerlerinin önünde küçük düşürür. Ayrıca pek de var olmayan bir korkunun çocuğunuzun yüreğine ekilmesine de neden olur.

Tıpkı yetişkinler gibi çocuklar da yeni başlangıçlarda kaygılar yaşayabilirler, bunun son derece normal olduğunu unutmayın. Onların kaygısını anlayın ama bunu kendileriyle paylaşmayın.

Çocuğunuzun kafasındaki "okul" kavramını anlamaya çalışın ve gideceği okulun gerçekleriyle örtüşüp örtüşmediğini kontrol edin. Gideceği okulun var olan şartlarını anlatmaya çalışın.

Eğer bilmiyorsa, okulla ilgili genel bilgi verin. Okula haftada beş gün gideceğini ve mutlaka akşam eve geri döneceğini ve bununla ilgili organizasyonu anlatın.

Olumlu örneklerle kendi okula başladığınız günden bahsedip, o günlerin güzel günler olduğunu, okulun güzel bir yer olduğunu, öğretmenlerin ona çok güzel şeyler öğreteceğini anlatabilirsiniz.

Çocuklar anne-babalarının ne hissettikleri konusunda duyarlıdır ve endişeliyseniz hemen anlatın. Bu nedenle gülümseyin sakın bir ses tonuyla konuşmaya gayret edin.

Kaygılı ya da mutsuz olduğunuz yüzünüze yansırsa çocuğunuz şöyle bir mesaj alabilir:

"Okula gitmemle ilgili annemi/babamı endişelendiren bir şey var." diye düşünebilir.

## Okulun İlk Günlerini Takip Eden Günler:

### Okula Gitmek İstemiyorsa;

#### Bunları söylemeyin!

Çocuğunuza korkusunu yenmesi için " korkma" demeyin! Bu kendisinde okulun korkulacak bir yer olduğu fikrini oluşturabilir.

Kesinlikle başka çocuklarla karşılaştırmacı bir tutum içinde olmayın, başkalarını örnek olarak göstermeyin." Bak Ali ne güzel duruyor, hiç ağlıyor mu?" gibi cümleler kullanmayın.

Çocuk okula birlikte geldiği ebeveyni yanında ağlıyor, onun gitmesine izin vermiyor olmasına rağmen; ebeveyni okuldan ayrıldıktan sonra ağlamayı bırakıp, faaliyetlere katılıyorsa; kaygılarını bitirmiş demektir.

**KAYGILARI BİTMİŞ OLMASINA RAĞMEN OKULA GELME VEYA GELDİKTEN SONRA ANNE-BABASININ GİTMESİNİ ENGELLEMeye ÇALIŞAN, DİRENÇ GÖSTEREN ÇOCUKLAR İÇİN UYGULANABİLECEK YÖNTEMLER İSE;**

- ☺ Çocuk sabahları en kolay kimden ayrılabiliriyorsa (duygusal bağı kiminle daha az ise ) o kişi tarafından okula bırakılmalıdır.
- ☺ Okula düzenli devam etmesi konusunda ısrarlı olun. Yakınmaya devam etse bile Okula girmesi konusunda sakin ve kararlı davranın.
- ☺ Kaygıları hakkında konuşmaya teşvik edin. Ancak sorgulamayın. Duygularını anladığınızı hissettirin. Anlaşıldığını hissetmek çocuğu rahatlatır.
- ☺ Onu yatıştırın ve sadece belli bir zaman dilimi içinde okulda kalacağını söyleyin
- ☺ Ona kendisini alacağınız saati söyleyin ve bu saati geçirmeyin.

### Okul Fobisinin Nedenleri

Okul fobisinin birçok nedenleri vardır. Bunlardan bazılarını şu şekilde

sıralayabiliriz.

**1. Sorumluluk ve Güven Duygusunun Eksikliği:** Aileler çocuklarını kendilerine bağımlı olarak yetiştirirlerse; anne-baba her dakika onun yerine düşünür, onun yerine yapar ve onun hayatına karışırsa çocukta sorumluluk alma ve güven duygusu gelişmez. Çocuk sosyal ortama girmekte güçlük çeker. Öğretmeninden ve diğer arkadaşlarından ailedeki ilgiyi bekler çoğu kez bulamaz, artık yalnızdır. Okul sorumluluklarını yapamayacağından şüphe etmeye başlar, başarısız olacağını düşünür ve okula gitmek istemez. Bu da çocuğunuzun kaygısının artmasına neden olacak ve okulda yalnız kalmak istemeyecektir.

**2. Kardeş Kıskançlığı:** Çocuğun kendisinden küçük kardeşi varsa onu kıskanabilir. Kendisi okula gidince ebeveynlerinin kardeşini alıp dolaşmaya çıkacaklarını düşünerek kendisini bundan mahrum bırakmamak için okula gitmek istemez.

**3. Ailedeki Olumsuz Olaylar:** Aile içinde çocuğunda içinde bulunduğu ortamın içinde tartışma ve kavga gibi olumsuz olaylar yaşanırsa, örneğin ailede şiddet varsa çocuk bu durumda okula gitmek istemeyebilir. Çünkü onun yokluğunda kötü olayların olabileceğini düşünür ve çeşitli bahaneler uydurarak okula gitmek istemez.

**4. Oyun- Ödev Dengesi:** Çocuklar eve döndükten sonra oyun, ödev dengesinin iyi kurulması ve çocuğu okuldan soğutacak kadar üzerlerinde baskı kurulmaması gerekir.

Okula alışmakta zorluk çeken bir çocuğunuz varsa: Anne-babaların her gün sınıfta veya koridorda bulunması, çocuğun okula alışmasını güçleştiren bir faktördür. Anne-baba, çocuğu öğretmenine teslim ettikten sonra okuldan

ayrılabilir. Çocuğunuz okula uyum sürecinde sorun yaşıyorsa, okulun **Rehberlik Servisi** ile görüşüp uygun davranış modelini belirlemelisiniz.



**İmam Çoban İlkokulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi**