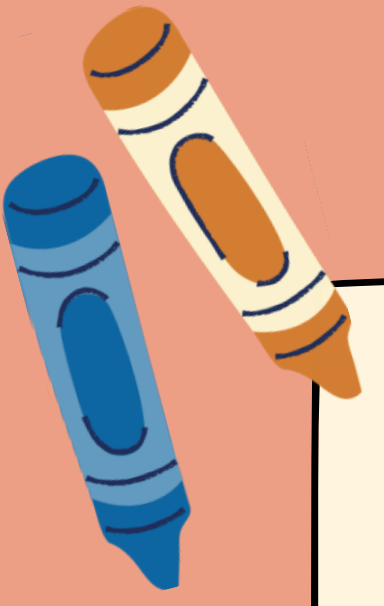
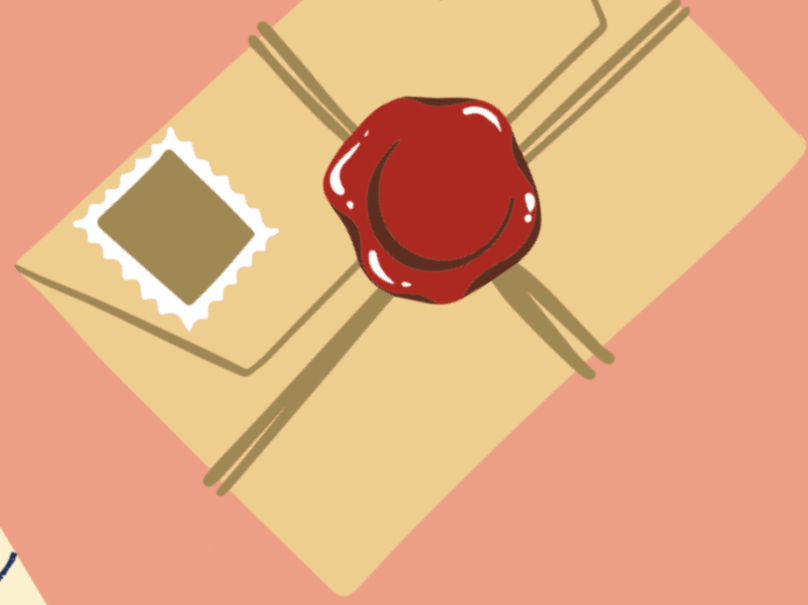


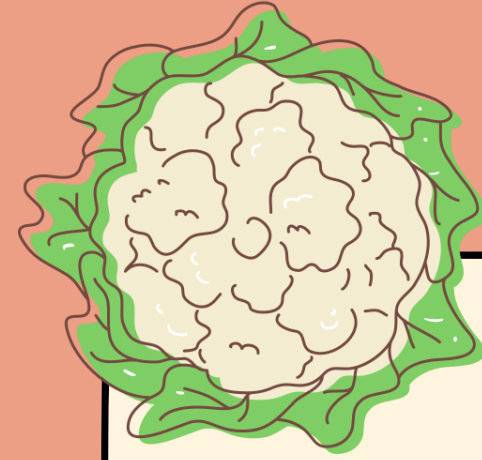
OKULA UYUM

Anne-Babalara Öneriler

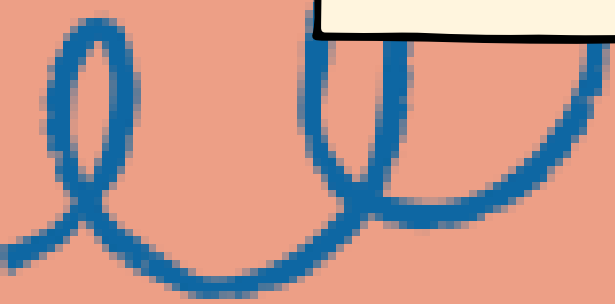




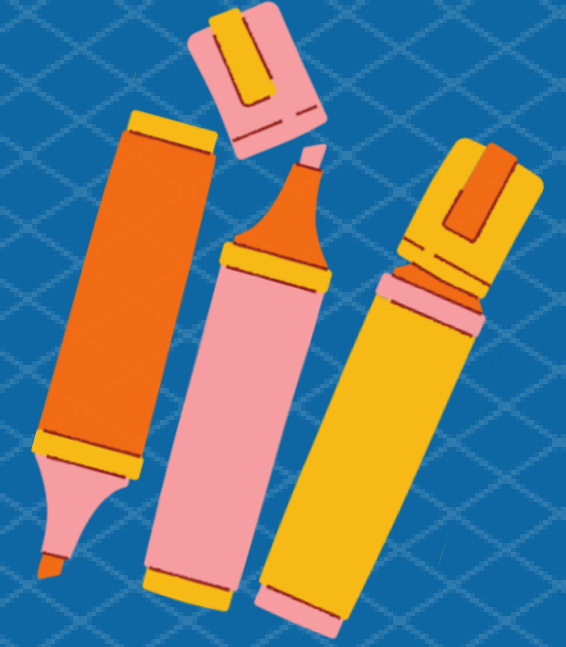
Okula başlama, çocuğun yaşamındaki önemli dönüm noktalarından biridir. Çocuk için okul, alıştığı ve kendini güvende hissettiği aile ortamı dışındaki yepyeni bir sosyal çevredir.



Çocuk, okula başladığı ilk günde uyumlu davranışlar sergileyebilir ya da hiçbir tepki vermeyebilir. Bazı çocuklarda ise çok açık şekilde uyumsuzluk tepkileri görülebilir. Her çocuk özeldir, bu nedenle de farklı davranışları ve nedenleri bulunmaktadır.



Uyum problemi yaşayan öğrencilerde;

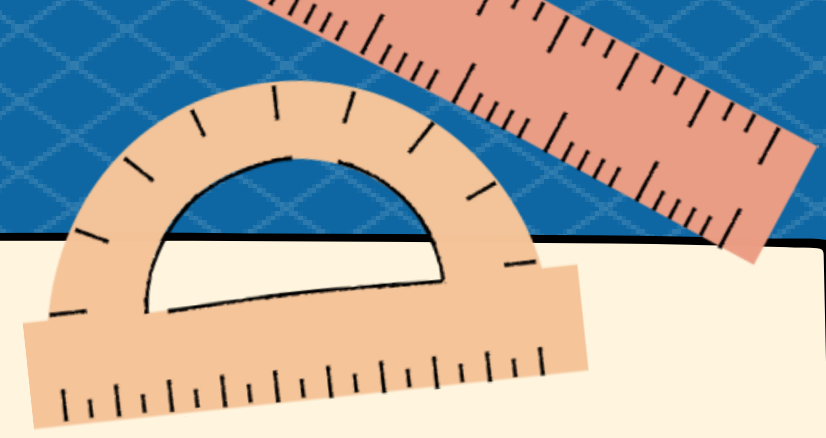
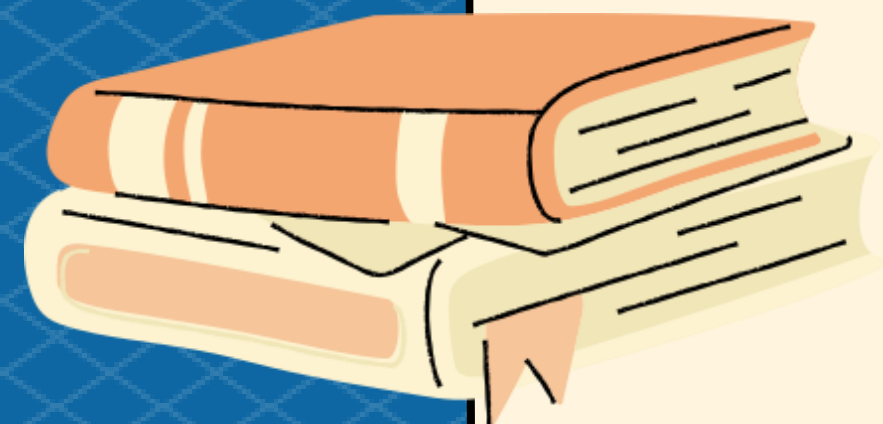


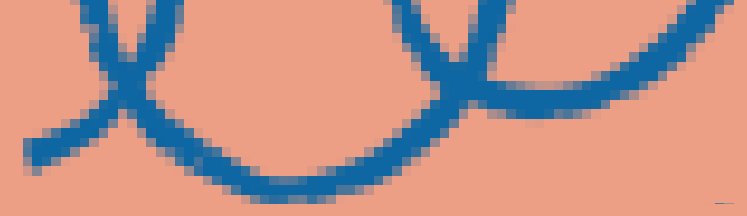
- *Okuldan kaçma veya okula gitmek istememe
- *Aileden ayrılma konusunda direnç gösterme
- *Ağlayarak ayrılığı protesto etmek
- *Aşırı öfke

- *Anne-babaya sarılarak onların okuldan gitmelerine izin vermemek
- *Okulda sessizce, gruba katılmadan bir köşede oturmak
- *Sürekli olarak anne-babasının ne zaman geleceğini sormak ve kapıdan ayrılmak istememek

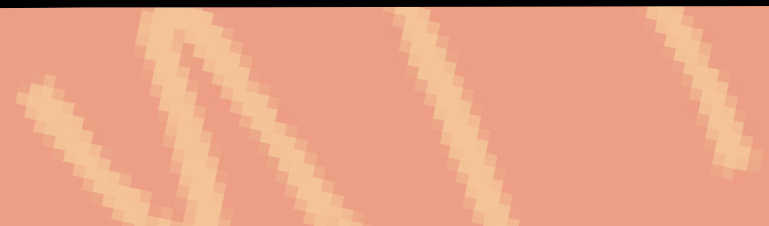
- *Yeme ve uyku problemleri
- *Alt ıslatma
- *İçe kapanma gibi tepkiler izlenebilir.
- *Ayrıca karın ağrısı, baş ağrısı, mide bulantısı, kusma, vücudun bir bölümünde ağrı, yüksek ateş gibi bazı psikosomatik belirtiler de kaygı düzeyine bağlı olarak görülebilmektedir.

Çocuklar ailelerinden ayrıldıklarında ihtiyaçlarının karşılanması, terk edilme, çevredekilerin ve ortamın yabancılığı, eve olan uzaklık, aileye istenildiğinde ulaşılamama düşüncesi, yetersizlik ve hata yapma korkusu konularında endişe yaşarlar. Bu nedenle çocukların endişe duyduğu konularda destekleyici davranışlar sergilemenin önemi büyüktür.

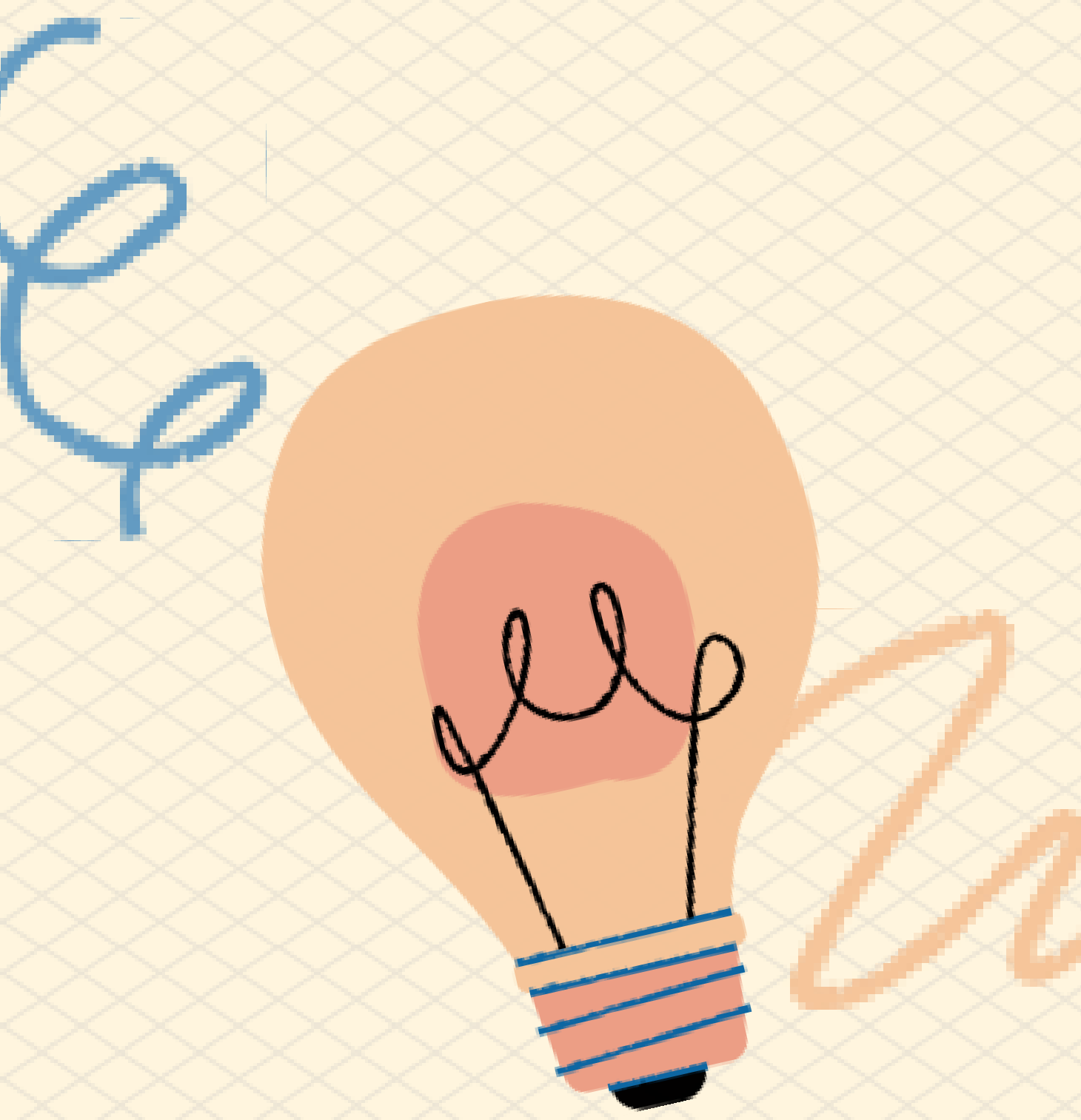




AİLELERE ÖNERİLER



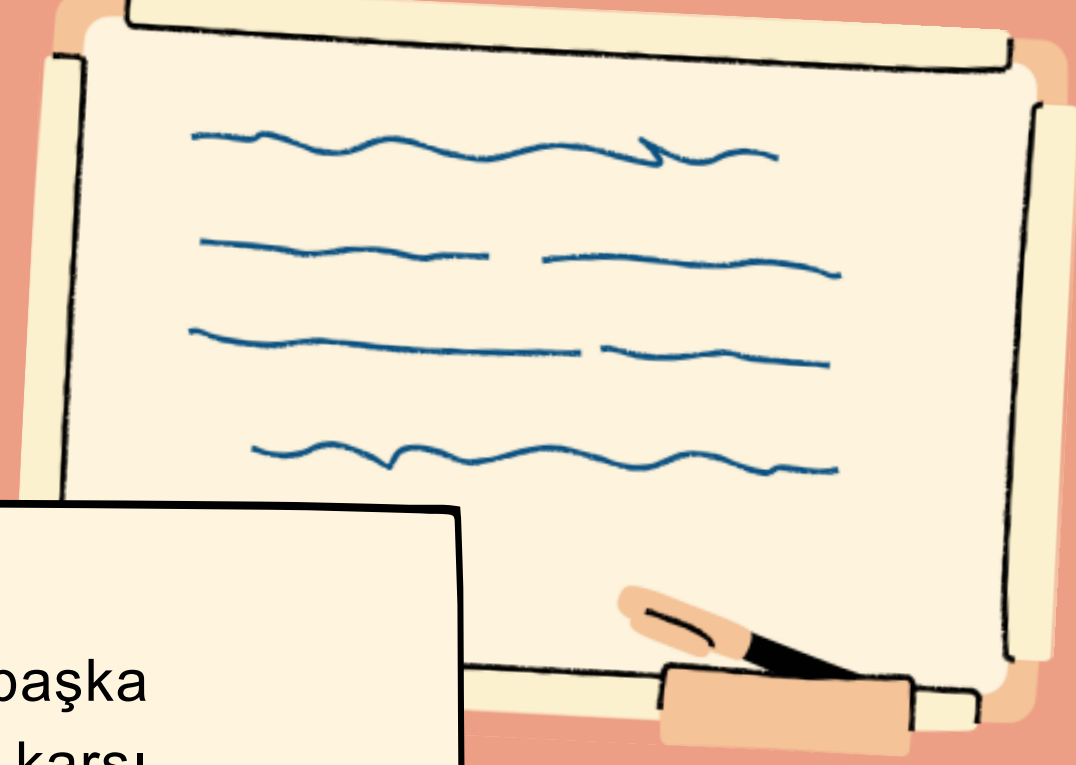
- Çocuklar okul ve okul hayatı hakkında bilgilendirilmeli, okul açılmadan önce de çocuğa gideceği okul gösterilmelidir.
 - Bu dönemde çocuklar, sık sık okulla ilgili sorular sorabilir. Aileler, bu dönemde gelecek sorulara ilgi ve sabırla cevap vermeye özen göstermelidir.
- Ebeveynler kaygılarını çocuklarına yansıtmamalı çünkü anne-babaların endişeleri çocuklarda korku yaratabilir.
 - Okul dönemi planlaması çocukla birlikte yapılmalıdır.
 - Aile içerisinde okuldan bahsedilirken dikkat edilmeli; çocuğun kaygı, korku duymasına sebep olacak konuşmalardan kaçınılmalıdır.
- Yeni kardeşi olmuşsa veya yeni eve taşınıldıysa çocuğun okula başlaması çocukta uyum sorunları ortaya çıkarabileceğinden çocuğun rutini olabildiğince bozulmamalı.
 - Okulla ilgili doğru bilgi verilmeli. Çocuğun okulu sevmesi için "Okulda bir sürü oyuncak var, istediğin kadar oynayacaksın, arkadaşların olacak, çok eğleneceksin." gibi söylemlerden kaçınılmalı.



- Ev içinde sınırların olduğu bir ortam oluşturulmalı. Her istediği yapılan, sınırsız yetiştirilen, her zaman istediği gibi hareket eden çocuklar okuldaki kurallara ve okula uyum sağlamakta zorluk çeker.

- Çocuğa yaşına ve gelişimine uygun sorumluluklar verilmeli, yapamadığı noktalarda yardımcı olunmalıdır. Çocuğun her işini üstlenen ebeveynlerin çocukları, okula uyum sürecinde zorluk yaşayabilirler.

- Okula dair sorulan sorular çocuğunuzu yönlendirici bir tarzda olmamalıdır. Örneğin; “Öğretmenini sevdin değil mi, sana bağılıyor mu, arkadaşların sana kötü bir şey söylüyor mu?” tarzında sorulan sorular çocukta kaygı yaratır. Onun yerine; “Günün nasıl geçti, hangi oyunları oynadınız, en çok hangi yemeği sevdin?” gibi sorularla günün değerlendirmesini yapabilirsiniz.



- Okula gitmek istemeyen çocuğu “Parka gidiyoruz.” gibi başka vaatlerle kandırarak okula götürmek, çocuğun okula karşı olumsuz bir tutum sergilemesine sebep olabilir.
- Çocuğun yanından ayrılırken kaçarak, gözükmeden gidilmemelidir. Çocuğa yanından ayrılacağı ve daha sonra tekrar yanına gelineceği anlatılmalıdır.
- Çocuğun okulla ilgili tutumu karşısında ebeveynler birbiriyle tutarlı davranışlar sergilemelidir. Anne okula alıştırmaya çalışırken baba “Bugün gitmesin o zaman.” gibi zıt düşünceler belirtmemelidir.



- Çocuk olumsuz davranışlar sergilediğinde ebeveynler sakin ve rahat davranışlar sergilemeye devam etmelidir. Bu durum, çocuğun okula gitme düşüncesini normalleştirmesini sağlayacaktır.
- Çocuk okuldan erken geldiğinde ve okula gitmek istemediğinde kararlılıkla okula götürülmelidir.
- Okul hakkında çok soru sormaktan kaçınılmalı.
- Çocuğunuz sabah okula gelmeniz konusunda ısrar ediyorsa, ona herkesin bir görevi olduğunu, onun görevinin ise okula gitmek olduğunu belirtebilirsiniz. Kullanacağınız ifadelerin kısa, net ve kesin olması önem taşır.



Okulun ilk günlerinde ve takip eden günlerde, anne-babaların sınıfta veya salonda bulunması, çocuğun okula alışmasını güçleştiren bir faktördür. Ancak, okula uyumda sorun yaşayan öğrenciler için anne ve babalar, okul rehberlik servisi ile görüşerek uygun davranış modeli geliştirmelidirler.

Son olarak; çocuklar yeni şartlara büyüklerden daha kolay ve rahat uyum sağlarlar. Çocuğunuzun yaşayabileceği güçlükleri aşabilmesi için size güvenmesi ve sizi yanında hissetmesi onun en önemli yardımcısı olacaktır.

