

# OKULA MERHABA

## AYLIK REHBERLİK BÜLTENİ

### ÇOCUĞUNUZUN OKULA BAŞLAMASINA HAZIR MISINIZ?

Çocuğun her açıdan en hızlı geliştiği dönem 0-6 yaş arası olan okul öncesi dönemi kapsar. Okul öncesi dönemi çocuğun sosyal, fiziksel, duygusal ve zihinsel becerileri kazandığı, bireyselleştiği, kişiliğin temel yapı taşlarının atıldığı bir dönemdir. Çocuk ilk sosyal ilişkilerine ailede başlar, sonrasında anaokulu aracılığıyla dış dünyaya açılarak akran ilişkilerini geliştirir. Bu nedenle çocuğun hayatında kalıcı etkileri olan okul öncesi eğitimin önemi büyüktür. Sağlıklı bir eğitim ve gelişim için 3 yaşından sonra tüm çocuklar okul öncesi eğitim programından yararlanmaya başlamalıdır ancak okula

başlamak kimi çocuklar için heyecan vericiyken, kimi çocuklar için sancılı bir süreç olabilmektedir. Çocuk, ilk güven duyduğu kişi olan annesinden veya bakım veren diğer kişilerden ayrılmakta zorlanabilir, okula ve öğretmenine alışmak için zamana ihtiyaç duyabilir. Okula uyum döneminde yaşanabilecek sorunların doğal ve geçici olduğu unutulmamalı. Bu süreçte çocuğa karşı anlayışlı ve destekleyici olunması gereklidir.

### Çocuğun Okula Gitmek İstememesinin Nedenleri

- Ayrılık kaygısı yaşamaması
- Belirsizlik ve bilinmezliğin verdiği kaygı
- Evde okulla/öğretmenle ilgili yapılan olumsuz konuşmalar
- Çocuğun mizaç özellikleri ( utangaç, kaygılı, hassas olması vb.)
- Aile bireylerinin birbirlerine çok bağlı ya da bağımlı olması
- Ev içinde hiç kural koyulmaması, her istediğinin yapılması ve böylece evin okuldan daha cazip gelmesi
- Çocuğun değişim ve yeniliklerle baş etmekte zorlanması
- Ebeveynleri tarafından terk edilme korkusu
- Anne-baba tutumları (Aşırı koruyucu ya da aşırı hoşgörülü ebeveyn tutumları)
- Çocuğun performans kaygısı yaşamaması
- Anne veya babanın hasta olması
- Yeni kardeş doğumu veya annenin hamile olması
- Evde kalan kardeşi kıskanma

# ÇOCUĞUN ANAOKULUNA UYUMUNU KOLAYLAŞTIRMAK İÇİN NELER

## YAPILMALI...

Bir çocuğun daha sonraki günlerde severek anaokuluna gidip gelmesi, ilk haftalardaki izlenimlerine bağlıdır. Anaokuluna başlayacak çocuğun, uzun süreli bir ayrılıkla baş edebilmesi için onu, kısa süreler için sizden ayrı kalmaya alıştırmalısınız. Okul öncesi eğitimin gerçekleştirilmesi konusunda en ufak bir tereddüt yaşanmamalıdır. Bu konuda ana-babanın yanı sıra, büyükanne ve büyükbabaların da hemfikir olması sağlanmalıdır. Çok küçük çocuklar terk edilmişlik duygusunu yoğun yaşadıkları için uzmanlar tarafından bir takım alıştırma yöntemleri geliştirilmiştir. Bu yöntemlerden bazıları şunlardır ;

- Çocuğu önceden bilgilendirin. Ayrı kalacağını gizlemeyin.
- Çocuğu okula götürecek kişi, çocuğun kolayca ayrılabilceği biri olmalı, yanında büyükanne ve büyükbaba çok uzun süre kalmamalı. Çünkü, duygusal anlamda ayrılmaları çok güç olabiliyor.
- Yanında olmadığınızda da çocuğunuzun mutlu ve güvende olacağına ilişkin onu bilgilendirin.
- En hassas an veda anıdır. Sakin kalmaya çalışın. Çocuk, canı sıkıldığı her durumda, ne kadar endişelendiğini anlamak için size bakacaktır ve endişeli olduğunuzu görürse, kendi korkularının yerinde olduğunu düşünecektir. Bu nedenle ne kadar tedirgin ve gergin olursanız olun, dışarıdan bakıldığında sakın ve rahatlamış görünmelisiniz. Ağlamak istesenez de kesinlikle gözyaşlarınızı tutmalısınız. Aksi takdirde çocuğunuz anaokulunun çok kötü bir yer olduğunu düşünebilir. Çocuğunuz mızımızlandığında ona kesinlikle bağırmayın, aksi takdirde ona çok kızdığınız için bir daha onu almaya gelmeyeceğinizi düşünebilir.
- Vedalaşma çok uzun sürmemelidir. Okul çıkışında da, çocuğunuzu tam zamanında almaya gidin.
- Uyumda zorlanan bazı çocukların velilerine kademeli uzaklaşma önerilmektedir. İlk gün, anne bina içinde kalarak çocuğun istediği anda ona ulaşması sağlanmalı, ikinci gün, annenin yarım gün bahçede oturması ve ona bilgi vererek ayrılıp, okul çıkışı almaya gelmesi veya servisi karşılaması, üçüncü gün, öğlene doğru sadece uğrayıp bir işi olduğu gerekçesiyle çocuktan ayrılması.
- Çocuğunuz, o istese de istemese de ayrılacağını ve göz yaşlarının hiçbir şeyi değiştirmeyeceğini kesinlikle anlamak zorundadır. Burada önemli olan nokta, annenin okuldan ayrılmasıyla birlikte çocuğun gözyaşlarının bitmesidir. Eğer annenin ardından çocuğun sınıfta ağlaması gün boyu kesilmeden sürüyorsa durumu tekrar gözden geçirmek gerekir.
- Çocukların anaokuluna başlarken ağlamaları her zaman için bir ayrılık korkusunun ve yalnız kalmanın işareti değildir. Çocuklar yeni bir gruba alışmamaktan ve kendilerini bu gruba kabul ettirememekten korktukları için de çoğu zaman ağlarlar. Böyle bir durumda sakinleşmeleri fazla zaman almaz ve dolayısıyla anne ve babalarda onların bu durumuna anlam vermekte güçlük çekerler.
- Baştan uyum sağlayan çocuklar birkaç gün sonra anaokuluna gitmek istemeyebilir. Bu çok normaldir. Anne veya baba olarak çocuğunuzun bu isteği üzerine hemen pes etmeyin, yoksa çocuğunuz anaokulunun çok önemli bir yer olmadığını düşünebilir.
- Anaokuluna gitmeye henüz hazır olmayan küçük çocuklarda vardır. Böyle bir durumda anne babaların, çocuklarını okuldan alıp almama konusunu iyi düşünmeleri gerekir. Böyle uzun süren alışma evresi çoğu zaman istisna olarak kalır. Aslında 1-2 hafta sonra çocuklar anaokuluna alışırlar.

### KAYNAKÇA

1. Bebek ve Yaşam Dergisi. Milliyet Dergi Grubu.Ekim 1997.Sayı 18.
2. Yavuzer,H.Çocuğu Tanımak ve Anlamak.Remzi Kitabevi,Mayıs 2003.
3. Oktay,Ayla.Yaşamın Sihirli Yılları.Epsilon Yayıncılık Hizmetleri.2.Basım.2000

**İPEK ÖZDEMİR**

**Psikolojik Danışman**