



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Anaokulu Rehberlik Bülteni OKUL BAŞLIYOR! EYLÜL 2023

www.okankoleji.com



Değerli Velilerimiz,

Okul döneminin başlamasıyla birlikte hem ebeveynler hem de okula başlayacak olan çocuklar yeni bir adaptasyon sürecine giriyor. Bazı çocuklar ilk kez 'öğrenci' bazı ebeveynler ilk kez 'veli' oluyor. Tüm bu yaşam olayı herkes için farklı ve çok çeşitli duyguları içerebiliyor. Bilinmezliğin verdiği endişe ya da yeni bir başlangıcın heyecanı zaman zaman çocukların okula geçiş süreçlerini ve/veya okula uyum süreçlerini de etkiliyor.

Çocuklar okula ilk başladıklarında veya ilkokula başladıklarında yalnız kalmak, ebeveyninden ayrı olmak, arkadaş edinememek gibi çeşitli korkularla karşılaşır. Uyum sağlanması gereken (kurallar), öğrenilmesi gereken (bilgiler) gibi çok fazla şey vardır. Kendilerinden beklenen sorumluluklara, sınıfta uzun süre oturma ve dikkatini toplama gibi yeni becerilere adapte olmaları biraz zaman alır. Kendilerini ifade etmekte zorlanabilirler ve "okula gitmek istemiyorum." cümleleri evlerde sıkça duyulmaya başlayabilir. Bu durumda ebeveynlerin desteği sürecin gidişatı açısından önemlidir. Sorunlar oluşmadan önce belirli adımları atmak önleyici olabilir.

Okula ilk kez başlayacak çocukların duygusal durumunda ne gibi değişiklikler olur?

Çocuklar için okula başlamak, yaşamın yeni bir aşamasına geçmektir. Çocuklar sergiledikleri psikolojik özellikleri nedeniyle yüksek düzeyde uyum sağlama kabiliyeti taşırlar. Ancak, bu özelliklerine rağmen yeni duruma çok hızlı bir şekilde uyum sağlayamayan ya da zorlanan çocuklar da bulunur. Okul ortamı çocukların karşılaştığı, süreklilik içeren ilk sosyal ortamdır. Çocuğun, neredeyse rakipsiz olduğu, üzerinde aşırı ilginin bulunduğu ev ortamından çıkıp, kendisi gibi onlarca arkadaşının arasında yer alacağı bu yeni ortama alışması zaman alacaktır. Bu süreçte çocuk için evde sahip olmadığı sosyal özellikleri edinmenin yolu açılır. Duygusal olarak gel-git içeren bir dönem başlar.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANADOLU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Okula gitmekten korkan bir çocuğa ailenin yaklaşımı nasıl olmalıdır?
Okulun korkulacak bir ortam olmadığını aktarmak kolay değildir. Zihinde tasarlanan bu duygunun sönmesi için sabırlı ve kararlı bir tutum sergilemek gerekir. Okulun ona kazandıracakları anlatılmalı ve özellikle evdeki durum ve ilişkilerde kayıplara yol açmadığı vurgulanmalıdır. Öncelikle sınıf öğretmeni ile kuracağı ilişki desteklenmeli, öğretmenin önerileri ile hareket edilmelidir.

Korku ve tedirginlik uzun sürüyorsa ne yapmak gerekir?

Korku ve tedirginlik umulan süreyi aşıyorsa, yani bir-iki haftadan uzun sürüyorsa zaman kaybetmeden psikolojik yardım istemek gerekir. Rehber öğretmenler ilk başvurulacak profesyonellerdir. Yeterli çözüm bulunamazsa, çocuk ruh sağlığı uzmanlarına başvurmak gerekir.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Çocuğunuzun okula alışması sırasında dikkat etmeniz gerekenler;

- * Öncelikle ilk günlerde anne-baba sakin ve soğukkanlı olmalıdır. Çünkü ailenin verdiği tepkiler önemlidir. Çocuk bu tepkilere bakarak aynı kaygıyı ve paniği yaşamaya başlayabilir.
- * Aile okul başlamadan önce çocuklarına okulun nasıl bir yer olduğunu ve oranın korkulacak bir yer olmadığını anlatmalıdır.
- * Okula gitmesi konusunda ailenin her üyesinin tutarlı bir tutum takınması, çocuğun bu konuda cesaretlendirilmesi gerekmektedir.
- * Çocukla her zaman açık ve anlaşılır tarzda konuşulması önemlidir. Okula gitmek istemiyorsa açıkça bu korkusunun nedenleri ve endişeleri üzerine konuşulmalıdır. Ancak bunu yaparken, kesinlikle aşağılayıcı ve küçük düşürücü tarzda olmamasına özen gösterilmelidir.
- * Sadece onun değil her çocuğun bunu yaşayabileceği söylenmelidir.
- * Çocuklar için en önemli şey, güvendir. Anne-babalar çocuklarına güven vermelidirler. "Buradayım..", "Çıkışta seni alacağım", "Beni göreceksin", "Kapıda olacağım" gibi cümlelerle çocuk sakinleşebilir.
- * Anne-babalar kesinlikle karşılaştırmacı bir tutum içinde olmamalıdır. Başkalarının çocuklarını "iyi örnek" olarak göstermemelidirler.
- * Okulun ilk günlerinde ve daha sonralarında da, okul ve öğretmenle işbirliği içinde olunması önemlidir.

KAYNAKÇA

- <https://www.medilife.com.tr/85-saglik-rehberi/2243-okula-yeni-baslayacak-cocuga-nasil-davranmali/>
- <https://www.icimizdeki-beveyn.com/ilk-okula-ilk-baslama/>



OKAN EĞİTİM KURUMLARI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ

Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE