

# OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA OKULA UYUM SÜRECİNİN SAĞLIKLI OLMASI İÇİN EBEVEYNLERE ÖNERİLER



## ÇOCUĞUN OKULA GİTMEK İSTEMEMESİNİN NEDENLERİ

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

## OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA OKULA UYUM SÜRECİNİN SAĞLIKLI OLMASI İÇİN EBEVEYNLERE ÖNERİLER

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 yeni ortam kaygı yaratabilir.

Çocuk, ilk güven duyduğu kişi olan annesinden veya bakım veren diğer kişilerden ayrılmakta zorlanabilir, okula ve öğretmene alışmak için zamana ihtiyaç duyabilir. Okula uyum döneminde yaşanabilecek sorunların doğal ve geçici olduğu unutulmamalı. Bu süreçte çocuğa karşı anlayışlı ve destekleyici olunması gereklidir.

Ø **Okula başlamadan önce yapılacak** hazırlıklar çocuğun okula uyumunda çok büyük önem taşımaktadır. Çocuk öncesinde duygusal olarak hazırlanmalıdır. Mutlaka evde okulla ilgili olumlu konuşmalar (sadece oyun oynanan bir yer olarak olarak anlatılmamalı) yapılmalı, okul kavramı çocuğa verilmelidir. Okula başlama hakkında resimli bir hikaye kitabı okunabilir veya okula başlayacağı ilk gün hakkında konuşup bunu resmetmesi istenebilir.

Ø Çocuğun düzenli olarak okula getirilmemesi veya çeşitli sebeplerle okuldan uzak kalması gibi nedenler okula alışma sürecini zorlaştırıcı etkiye sahiptir. Ailenin tüm bireyleri çocuğun okula düzenli gitmesi konusunda kararlı olmalıdır.

Ø **Çocuğun okula gitmemesi halinde** sınıf içindeki grup çalışmalarında aksaklıklar olacağı anlatılmalı. Anne ve babanın bu konudaki yanlış tutumu gelecekteki okul fobisinin nedeni olabilmektedir.

Ø Okulla ilgili kendisini kaygılandıran sebebin ne olduğu anlamak için çocuk yargılanmadan, tarafsızca dinlenmeli. Sorunun temel nedenini anladıktan sonra çözüm yolları için ebeveyn ve çocuk birlikte hareket etmeli, neler yapılabileceği konuşulmalı.

Ø Okulun olumlu yanları anlatılarak çocuğun okula gitmesi özendirilmeli (Örn: Kişisel ilgisine hitap eden şeylerden bahsetme). Bunun yanı sıra anne-baba kendi okul anılarını da anlatabilir.

Ø Okula gitmekte kaygı yaşayan çocukla alay edilmemeli, kimseyle kıyaslanmamalı veya baskı yapılmamalı.

Ø **Okula uyum sürecinde** en sevdiği oyuncaklarını okula götürmesine izin vererek çocuğun kaygısını bir ölçüde azaltmasına yardımcı olunmalı.

Ø Çocuğun evden ayrılırken stressiz, mutlu ayrılmasına, ev içinde koşturma olmamasına özen gösterilmeli.

Ø Okul alışverişine çocukla birlikte çıkılmalı ve ihtiyacı olan malzemeleri alırken onun da dahil olması sağlanmalı.

Ø Anne-babanın okul veya öğretmenle ilgili kaygıları varsa çocuğun yanında bunlardan bahsedilmemeli.

Ebeveynlerinin güven duymadığı bir durumda o da güven duymayacaktır.

Ø Çocuk okul hakkında mutlaka bilgilendirilmeli (Eve nasıl döneceği, servis kullanıp kullanmayacağı, eve geldiğinde kimin karşılayacağı vb.).

Ø **Eve döndüğünde** gününün nasıl geçtiğini sorulmalı ancak ısrarcı olunmamalı ve paylaşmak istediği zaman anlatmasına izin verilmeli. Okulla ilgili kaygı uyandıracak sorular sormaktan kaçınılmalı. “Ağlamadın değil mi?”, “Bir problem oldu mu?” gibi sorular tetikleyici olabilmektedir.

Ø Çocuk servis kullanıyorsa vedalaşırken rahat ve net olunmalı anne-babanın kaygısının çocuğa geçtiği unutulmamalı. Anne-babanın bakışındaki tedirginliği, üzüntüyü bile hemen hissedecektir. Ayrılırken, “Eminim ki çok güzel bir gün geçireceksin.” diyerek yüreklendirilmeli. Servis kullanmıyorsa ve ebeveynlerinden biri bırakıyorsa (mümkünse ayrılmakta daha az zorlandığı ebeveyn tarafından okula getirilmeli) çocukla vedalaşma süresi uzatılmamalı. Çocuğa söylenecekler kısa ve net olmalı. Ne de olsa alışır düşüncesiyle asla haber vermeden, hoşçakal demeden gidilmemeli.

Ø “Ağlarsan veya karnın ağrırsa seni alırım” demekten kaçınılmalı. Onun yerine “Eğer kendini kötü hissedersen karnın ağrırsa, miden bulanırsa öğretmene söyleyebilirsin, öğretmenin gerekli görürse beni arar ve seni almamı ister” denilebilir.

