

## OKULA UYUM SÜRECİ



Birlikte

Oynuyoruz

Birlikte

Öğreniyoruz!

İlkokula başlama hem aile hem de çocuk için çok önemli bir ilk adımdır.

Okulun ilk günlerinde bazı sorunların yaşanması doğaldır.

Okula başlarken, çocuğun zihinsel olarak hazır olmasının yanında sosyal ve duygusal olarak da hazır olması büyük önem taşır.

Çocuğun okula hazır olması için anne babaya da önemli görevler düşmektedir. Öncelikle sınıf öğretmeniyle irtibat halinde olarak öğrenci veliyle birlikte sınıf ortamına alıştırmalıdır. (Gerekirse öğrencinin okul fobisi geliştirmemesi için veli sınıfta bir süre kalabilir, ardından sınıfın dışında bekleyebilir.) Bazı öğrencilerin okula uyumları uzun sürebilmektedir, bu noktada veli sınıf öğretmeniyle iletişim halinde olarak okulla birlikte hareket etmelidir.

### **UYUM SÜRECİNDE ANNE VE BABANIN YAPABİLECEKLERİ**

- Çocuğun okul başlamadan önce okulu gezip görmesi tanınması çok önemlidir.
- Çocuğunuza artık büyüdüğünü ve okula giderek eğlenceli yeni bilgiler öğreneceği, oyunlar oynayabileceği arkadaşlarının olacağı anlatılmalıdır.

Ancak abartılmış ve yanlış bilgiler verilmemelidir. Aksi durumda çocuk kendisine anlatılanları okulda bulamadığında okula güveni kalmayacaktır.

- Çocuğun okula başlayacağı fikrine öncelikle anne baba alışmalı, ilk günlerin çocuk için zor olabileceğini kabul etmelidir.

• Anne baba olarak ne kadar rahat tavırlar içinde olursanız çocuğunuzda o kadar rahatlayacaktır. Çocuğunuz, kaygı duyduğu, canı sıkıldığı her durumda ne kadar endişelendiğinizi anlamak için size bakacak ve endişeli olduğunuzu gördüğünde, kendi korkularının yerinde olduğunu doğrulayacaktır. Kaygı bulaşıcıdır. Bu nedenle sakin ve rahat olmaya çalışın.

- Okul çıkışında onu tam zamanında alacağınızı ya da servise bineceğini, evde onu karşılayacağınızı ona açıklayın. Sizin dışınızda birisi karşılayacaksa bunun bilgisini verin.
- Okula bıraktığınızda vedalaşmayı kısa tutun. Birkaç kez geri dönmeyin.
- Çocuğun olumsuz duygu ve düşünceleri varsa onları anlatmasına olanak verin. Ancak sorgulamayın. Duygularını anladığınızı hissettirin. Anlaşıldığını hissetmek çocuğu rahatlatacaktır.
- Okula yeni başladığı günlerde bir sorun yaşanırsa bu problemin zaman içinde düzeleceğine inanmak ve durumun doğallığını düşünerek abartılı tepki ve çözüm arayışları denememek faydalı olacaktır.
- Tüm bunlara rağmen bazı çocukların alışma süreci çok uzayabilir. Böyle durumlarda sınıf öğretmeni ve okul psikolojik danışmanından yardım almalısınız.

Okulun sadece çocukların bulunduğu bir yer olduğu söylenip anne ve babaların bulunmadığı, işe gittiği açıklanmalıdır.

Aile çocukla okula geliş gidiş saatleri ile ilgili konuşmalı, sadece belli bir zaman dilimi içinde okulda kalacağı söylemeli, onu alabileceği süreyi onun anlayacağı terimlerle anlatıp, o süreyi geçirmeden almaya dikkat etmelidir.

Çocuk okula birlikte geldiği ebeveyni yanında ağlıyor, onun gitmesine izin vermiyorsa okula bağımlı olmadığı bir kişi tarafından getirilmeli ve okula düzenli devam etmesi konusunda ısrarlı olunmalıdır. Yakınmaya devam etse bile sakin ve kararlı davranılmalıdır.

Çocuğun okulu reddetmesi durumunda, büyükanne/büyükbaba gibi aileden birinin çocuktan yana tutum göstermesi, ona güç verir ve tepkisini büyütür. Okula gidiş tüm aile bireyleri tarafından desteklenmeli ve aile bireyleri uyum içinde olmalıdır.

Aile çocuğa okulda mutlu olacağını, güvenlikte olacağını, orada onunla ilgilenecek bir öğretmeni olacağını, isteklerini öğretmeni ile paylaşabileceğini söyleyerek çocuğun öğretmenine karşı güven duymasını sağlamalıdır

Uyum sorunları hafta başından hafta sonuna doğru aşağı ivme gösterecektir. Ancak hafta sonundan sonra bu ivme tepe yapabilir. Bu normal bir süreçtir. SABIR-SAKİNLİK-KARARLILIK bu süreci kısaltıcı faktörlerdir.

AHMET KUTSİ TECER İLKOKULU

REHBERLİK SERVİSİ