

Okula Uyum

Sayı: 1



Çağatay Tokgöz
Okul Psikolojik
Danışmanı

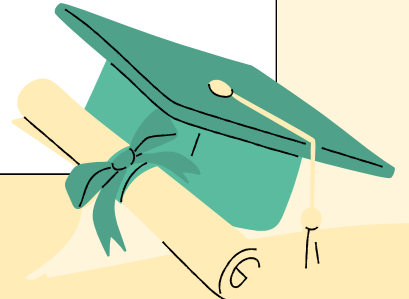
Okul, çocuklar için bilinmeyen bir yer!

Sevgili anne ve babalar, çocuklarınız okul öncesi eğitime başlıyorlar ve bu onlar için hiç bilinmedik bir süreç. Çocuklarınızın okula uyumunu sağlamak için yapacağımız çalışmalarda iş birliği içerisinde çalışarak bu süreci kolaylaştırabilirsiniz.



Yetişkin olarak yeni bir işe başladığınızda, yeni bir semte taşındığınızda yaşadığınız alışma sürecini düşünün. İnsanlar yakın ilişkiler kurmuş, kendi aralarında belirli bir sohbetleri ve şakalaşmaları var ama siz konulara olabildiğince uzaksınız. Yaşadığınız hisleri düşünün! Yalnızlık, yabancılaşma...

Ya da herkesin birbirine yabancı olduğu toplantıları düşünün! Böyle toplantılarda genelde insanlar ya sessizce beklerler ya da telefonları ile meşgul olurlar. Çünkü ne kadar yetişkin olursanız olun böyle ortamlar her insanda bir miktar kaygı yaratan ortamlardır.



Şimdi anaokuluna yeni başlayan çocuklarınızı düşünün! Hiç bilmedikleri, alışkın olmadıkları bir ortamla tanışıyorlar. O yüzden kaygı hissetmeleri çok normaldir. Üstelik Kaygılarını hafifletecek telefonları ya da daha önce böyle bir ortamda bulunmadıkları için ne yapmaları gerektiği konusunda bir beceriye de sahip değiller.

Doğal olarak en iyi bildikleri davranışları sergiliyorlar:
Genelde AĞLAMAK



Peki, ne yapabilirsiniz?

Öncelikler çocukların ağlamalarını, huysuzlanmalarını ya da okula gelmemek için söyledikleri sözleri (karnım ağrıyor, hastayım vb.) normal kabul edeceğiz. Çünkü her çocuk kaygı ile farklı şekilde baş etmeyi seçer. Bu durumlarda onlarla yetişkinmiş gibi konuşun. “Okula başladığın ve bizden ayrı kalacağın için kaygılı olman çok normal” gibi bir cümle ile onlara bu durumun normal olduğunu hissettirebilirsiniz.

Kesinlikle gerçeği söyleyin!

Çocuklarınız okula girmemekte ısrar ediyorsa onlara yalan söylemekten kaçının. Her koşulda gerçeği söyleyin. “Sen okula gir ben markete gideceğim” ya da “Seni birazdan gelip okuldan alacağım” gibi ifadeler çocuklarda doğal olarak beklentiye sebep olur ve gün boyu sizleri beklemeye devam ederler.

Çocuklar güven ilişkisi kurdukları siz anne ve babaların fikirlerine ve hislerine önem verirler. Bu yüzden okula gelmeden önce okulda yapabilecekleri etkinlikler ve öğretmenleri hakkında olumlu ifadelerle onlarla konuşabilirsiniz. Çocuklarınızı öğretmenlerine ya da yardımcı personellere teslim ederken “Size güveniyorum, çocuğumun en iyi şekilde vakit geçirmesini sağlayacağınıza inanıyorum” şeklinde sözler söyleyerek çocuklarınızın öğretmeleri ile güven ilişkisi kurmasını kolaylaştırabilirsiniz.