

Birlikte Hayal Edelim

Okulun bahçe kapısının önündesiniz, çocuğunuz içeri girmemek için ağlıyor ve korku dolu gözlerle okula bakıyor. Biraz ikna edip binanın kapısına kadar geliyorsunuz, ama daha çok ağlayıp bırakmamanız için sizi sıkıca tutuyor. Sınıfın kapısına götürüyorsunuz, sizi bırakıp okulda onu bulamayacağınız bir yere kaçıyor ya da içeri girmemek için kendini yere atıyor.

Sizin aklınızda da “Neden böyle yapıyor?” “Şimdi ne yapacağım?” soruları dönüp duruyor.

Çocuğunuzun sizinle kaygılarını paylaşması okula uyumun ilk adımıdır. İkna etmeden ne yaşadığını anlamaya çalışmanız ve verdiği cevaba göre hareket etmeniz işinizi kolaylaştırır.

Bazen çocukların anlamakta zorlandıkları tek bir şey vardır; okula gitmenin zorunlu olması.



Neden Olabilir? Ne Yapılabilir?

Gerçek nedeni anlamak için çocuğunuzu sakince dinleyin. Şu nedenlerden biri olabilir;

- **Sizden ayrılmak istememesi;**
“Şimdi sınıfa girmen gerekiyor, seni 6 ders sonra, okul bitince gelip alacağım.” diyerek ortak bir buluşma yeri ayarlayabilirsiniz.
- **Belirsizliğin verdiği kaygı;**
“Sınıfta senin gibi başka öğrenciler ve bir öğretmen var. Bazen öğretmen tahtaya sayılar, harfler yazıp defterinize onları yazmanızı ister, yeni şeyler öğrenirsiniz. Derslerin aralarında teneffüsler olur ve bahçeye çıkıp oynayabilirsiniz.” gibi açıklayıcı bir şekilde anlatabilir veya hikaye kitabıyla keşfedebilirsiniz.
- **Çocuğunuzun mizaç özellikleri**
Bazı çocuklar yeni ortamlarda daha temkinli davranırlar, utanabilirler. “Okulda nasıl hissettiğini anlıyorum. Çocukların okula gitmesi zorunlu, kaygılarını benimle paylaşırsan neler yapabileceğimizi konuşuruz” diyerek net bir mesaj verebilirsiniz.

Neden Olabilir? Ne Yapılabilir?

- **Aile bireylerinin birbirlerine çok bağlı ya da bağımlı olması**
“Benimle kalmak istememi anlıyorum ama okul güvenli bir yer, okulda güvendesin” diyebilir ve kendinize de bunu hatırlatabilirsiniz.
- **Evde kural koyulmadığı için evin çok daha cazip olması;**
Çocuğun gerekliliğini anlayıp uyabileceği kurallar koyulması çocuğun hayata çok daha kolay katılmasını sağlar. Kuralların net olması ve uygulanırken çocuğa şefkat gösterilmesi çok önemlidir.
- **Çocuğun performans kaygısı yaşamaması;**
Bazen ilk günlerde zorluk yaşamayan çocuklar derslerin başlamasıyla birlikte okula gelmek istemeyebilirler. “Dersler bazen sıkıcı oluyor biliyorum, yazarken de parmakların yoruluyor. Bazen özenle yazıyorsun, ama tam istediğin gibi olmuyor. Mükemmel olması gerekmez. Çaba gösterdiğini görüyorum, önemli olan da bu.” diyebilirsiniz.

Neler Yapılmamalı?

- **İkna etmeye çalışmayın**

Okula gitmek zorunlu ancak bu konuda çocuğunuzu ikna etmeye çalışmanız “Galiba gitmeme seçeneğim de var” diye düşünmesine neden olabilir.

- **Pazarlık yapmayın**

“Bugün eve gidelim yarın isteyerek gelirim” cümlesine “Hayır” deyin ve sınıfa girmese de okul saati bitene kadar eve götürmeyin.

- **Anne baba olarak birlikte hareket etmeyi unutmayın**

Anne babalar arasındaki tutum farklılıkları çocuklar tarafından fark edilir. Eğer anne ile okula geldiğinde sınıfa girmek istemiyorsa baba ile uyum süreci sürdürülebilir.

- **Çocuğunuzun yanında okul ve öğretmen hakkında olumsuz şeyler söylemeyin**

Çocuklar çevreyi tanıırken sizin düşüncelerinize güvenirler. Uyum sürecinde öğretmenlerin yönlendirmelerine işbirliğiyle yaklaşmanız uyumu kolaylaştırır. Eğer uyum süreci çok uzun sürerse veya çocuğun kendine zarar verdiğini görüyorsanız bir uzmana başvurabilirsiniz.



Öğretmenlere Tavsiyeler

Özellikle okul öncesi ve sınıf öğretmenleri uyum konusunda oldukça deneyimlidirler. Yine de hatırlamanın işe yarayacağı bazı bilgiler ekledik;

- Özellikle ilk günlerde öğrencinin sınıfta ağlaması normaldir. “Söylemek istediğin bir şey olursa seni dinlerim, üzgün olduğumu görüyorum” diyerek öğrencinin duygularını paylaşması teşvik edilebilir.

- Uyum konusunda bildiklerinizle velileri yönlendirmeniz işe yarayabilir. Bazen veliler de öğrenciler kadar kaygılanabilirler.

- Bakanlık tarafından hazırlanmış olan ‘Sınıf Rehberlik Etkinlikleri’nde Okula ve Okulun Çevresine Uyum başlığıyla uygulayabileceğiniz etkinlikler öğrencilerin okulu anlamasını ve uyumunu kolaylaştırır. Bunlardan bazıları;

“Kalbimin Duygu Yüzü”

“Ziyaretçilerimiz var.”

“Bil Bakalım”

“Kolaylaştır Hayatı”

“Okuldaki Riskleri Biliyorum”



BEYKOZ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

“OKULA UYUM” Sürecinde Çocuğunuza Nasıl Yardım Edebilirsiniz?

Okula uyum sorunları tüm öğrencilerde görülebilir. Uyum sorunu yaşaması çocuğunuzda ciddi bir problem olduğu anlamına gelmez. Çoğu zaman problem çocuğun sınıfa alışmasıyla ortadan kalkar. Çocuğunuz okula alışma sürecinde zorluk yaşıyorsa bu broşür sizin için faydalı olabilir.

