

BAHÇELİEVLER ANAOKULU

OKULA UYUM VELİ BROŞÜRÜ



Olumlu koşullar sağlandığı sürece, çocuğumuzun fizyolojik ve psikolojik gelişimi uygun ise ;

Okula alışmayan çocuk yoktur.

**Psikolojik Danışma ve
Rehberlik Servisi**

Okul Korkusunu Yenmesi İçin Çocuğunuza Nasıl Yardımcı Olabilirsiniz?



Okula başlarken en sık görülen zorluk ayrılma kaygısıdır. Bu kaygı hem anne babadan uzak kalmaktan hem de yeni koşullara alışmanın zorluklarından kaynaklanır. Bu kaygının okulun ilk birkaç haftası boyunca olmasını fazla dert etmeyin; ama kaygılar dördüncü haftada da sürmekteyse, bir bilene danışmanın zamanı gelmiştir. Beklerken, sizin de yapabileceğiniz şeyler var... Sabırlı olun. Kolay değil ama yapılacak en doğru hareket de bu.

- ✓ Kaygısını giderici, doğru ve küçük vaatler içeren şeyler söyleyin, 'Akşam okul çıkışı geleceğim', 'Eve geldiğinde parka gidebiliriz' gibi.
- ✓ Sizi hatırlatacak herhangi bir şeyi yanında bulundurabilirsiniz. Örneğin, birlikte çekilmiş bir fotoğraf.
- ✓ Kaygısını, işin içine kendi kaygınızı katarak artırmayın.

- ✓ Okulda olun ama giderek kısalan sürelerle, program çerçevesinde yavaşça uzaklaşın.
- ✓ Zaman verin; ayrılığa hem onun hem de sizin alışabilmeniz için.
- ✓ Birlikte evden çıktığınızda, çocuğunuza sakin, gerginlikten uzak ve mutlu görünmeye çalışın.
- ✓ Çocuğunuz onu bıraktığınız anda tedirgin görünmeye başlarsa, kendini iyi hissedeceğini, her şeyin yolunda gideceğini ona anımsatın.
- ✓ Öğretmenin onun kendi sınıfında olmasını beklediğini söyleyin ve okul biter bitmez onu almaya geleceğinizi ya da servis aracına bindireceğinizi özellikle açıklayın.
- ✓ Sınıfın kapısının önünde oyalanmayın, çocuğunuz üzgün görünse bile hemen oradan ayrılın.
- ✓ Öğretmenin çocuğunuzun gördüğünden emin olun, onunla vedalaşın ve ayrılın.



Okula Gitme Zamanlarında Kararlı Olun:

Önceleri okul sabahları güç olabilir. Çocuğunuza kendisini nasıl hissettiğini sormayın bu durum çocuğunuza şikayet etmek için fırsat ve cesaret verecektir. Çocuğunuzu gözleyin, eğer ev içinde dolaşabiliyor ve çok rahatsız görünmüyorsa okula da gidebilecektir. Siz ya da eşiniz rutin olarak nasıl işe gidiyorsanız, çocuğunuz içinde bu rutini oluşturmaya çalışın.

Okula bırakma anını zorlaştırmayın:

Çocuğunuzu okula getirdiğinizde okul kapısındaki vedalaşma süresini ne kadar uzatırsanız ayrılık sendromu o kadar yoğun yaşanacaktır. Onu çok sevdiğinizi, biraz oynaması için bırakıp almak için geleceğinizi vurgulamanız yeterli olacaktır.



Okul Çalışanlarının Yardımını isteyin:

Çocuğunuzun öğretmenini konu hakkında bilgilendirmeniz, öğretmenin çocuğunuzu anlaması konusunda yardımcı olur.

Okul ve öğretmeni hakkında olumlu konuşun:

İstemeden kendi kaygılarımızı ve korkularımızı çocuklarımıza aktarabiliyoruz. Ev ortamında sohbet ederken okula olan güveninizden ve öğretmene olan olumlu duygularınızdan bahsedin. Çocuk için ailesinin güvendiği yer tehlikesiz ve mutlu olunacak yerdir.

Çocuğunuzun Akranları ile Zaman Geçirmesine Yardımcı olun:

Okula uyum zorluğu olan çocuklar, okul dışında daha çok aileleri ile zaman geçirmek, evde oynamak, odalarında yalnız olmak ya da televizyon seyretmek isterler. Böyle durumlarda çocuğunuzu akranları ile vakit geçirmesi için teşvik edin. Çocuğunuzu çeşitli aktivitelere göndermek, arkadaşlarını evinize davet etmek, çocuğunuza yardımcı olacaktır.



Bütün ailelerimize ve çocuklarımıza mutlu ve huzurlu bir eğitim öğretim yılı dileriz.

Okula Uyum Sürecinde Aşağıdaki İfadeleri Kullanmaktan **KAÇININIZ**



- ❖ Okula gitmek zorundasın, gitmezsen okumayı öğrenemezsin.
- ❖ Ağlayacak ne var, bak kimse senin gibi ağlamıyor.
- ❖ Sen artık büyüdün, bebekler ağlar.
- ❖ Hiç arkadaşların ağlıyor mu? Çok ayıp arkadaşların seni görmesin.
- ❖ Sen çok akıllı bir çocuksun, neden ağlıyorsun?
- ❖ Ağlarsan eğer akşama gelip seni almam.
- ❖ Ağlamadan sınıfına gidersen istediğin bir şeyi sana alacağım.
- ❖ Öğretmenini sevmedin mi, neden okula gitmek istemiyorsun?
- ❖ Böyle davranırsan bu okulda kimse seni sevmez.
- ❖ Bugün sınıfta kal; söz yarın seni okula getirmeyeceğim.
- ❖ Arkadaşlarıyla anlaşamadın mı, seni dışladılar mı?
- ❖ Galiba sen okula alışamayacaksın.
- ❖ Acaba bugün başlamasa mı?