

OKULA UYUM Veli broşürü

Çocuğunuzun okula başlaması hem onun hem de sizler için heyecan verici bir gelişme olmasına karşın aynı zamanda çeşitli kaygıları da beraberinde getirmektedir. Okula uyum sağlamak çocuğun sadece derslerinde başarılı olması anlamına gelmemektedir. Okula uyum; çocuğun öğretmen ve arkadaş ilişkilerindeki uyumunu da kapsamaktadır. Diğer bir ifade ile çocuk okulun ve sınıfın kurallarına, farklı statülerdeki yetişkinlerle iletişim kurmaya, akranlarıyla aynı ortamda uzun süre bulunmaya da uyum sağlamaktadır. Uyum süreci sadece çocuk için değil, aynı zamanda aile için de yeni bir deneyimi içerir. Ailenin tutumu, çocuğun okula uyumu sürecinde oldukça etkilidir.

Okula uyum sağlama süreci her çocuk için farklılık göstermek ile birlikte tepkiler ilk günkü şiddeti ve sıklığıyla devam ediyorsa uzman desteği gerekebilir. Okulunuzun psikolojik danışmanı/rehber öğretmeni ile ya da RAM Rehberlik bölümü ile iletişime geçebilirsiniz.

NELERDEN SAKINMALIYIZ ;

- “Ben birazdan geleceğim” , “Seni erken alacağım” , “İstemezsen eve gideriz ” gibi uyum sürecini zorlayacak sözler vermeyin.
- Okula giriş esnasında başka çocukları göstererek “Bak, arkadaşın hiç ağlıyor mu?” diyerek kıyaslamaya girmeyin.
- Uyum sürecinde ortaya çıkan sorunlarda çocuğunuzun veya eşinizi suçlamayın.
- Korkutma, ceza verme, şiddet uygulama gibi davranışlardan uzak durun.
- Aşırı koruyucu aile tutumlarından uzak durun
- Endişelendiğiniz konuları çocuğun önünde anlatmayın.
- Çocuğunuza yaptığınız uyarılara dikkat edin ve onu korkutacak konuşmalardan uzak durun .

Özellikle ilk aylarda okula gitmeye karşı isteksizlik gösterme her zaman okulda, öğretilmekte ya da çocukta bir sorun olduğu anlamına gelmemekte; çocuğun zamana ihtiyacı olduğunun da bir göstergesi olabilmektedir. İlk aylardan sonra da bu isteksizliğin devam etmesi durumunda çocuğun tepkisi ciddiye alınmalı ve nerede sorun olduğu araştırılmalıdır.

ŞEHİT YUSUF ÇELİK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

- 🏠 : Cumhuriyet Mah. Alparslan Türkeş Bulvarı No 48 Merkez / ÇANKIRI
- 🌐 : www.cankiriram.meb.k12.tr
- ☎ : 0 (376) 213 16 01



OKULA UYUM KONUSUNDA AİLELERE ÖNERİLER



- Anne-babanın kaygısının çocuğa geçeceği unutulmamalıdır. İlk günler, aile bireyleri mümkün olduğunca sakin ve çocuğa güven verici bir tutum sergilemelidir.
- Çocuğun anaokulu reddetmesi durumunda, büyükanne/büyükbaba gibi aileden birinin çocuktan yana tutum göstermesi, ona güç verir. Okula gidiş tüm aile bireyleri tarafından desteklenmeli ve aile bireyleri uyum içinde olmalıdır. ☒
- İlk günlerde fazla soru sormak, ne yediği ile ilgilenmek çocuğun uyumunu bozabilir. Sadece "Günün nasıl geçti?" diyerek kendisinin anlatması bekleyebilirsiniz.
- Ev ortamında ödev ve sorumluluklarınız hatırlatırken "Şunu yapmazsan öğretmeni ne söylerim" ifadelerini kullanmanız, çocuğun öğretmenleri ile kuracağı güven ve sevgi ilişkisini olumsuz yönde etkileyecektir.
- Ayrılırken ya da sizi görmediği bir anda kaçır gibi gitmek gitmeniz onun kaygısını arttıracak, okula uyumunu olumsuz etkileyecektir. Mutlaka kurumdan ayrılmadan önce çocuğunuza bunun bilgisini verip kısa bir vedalaşma ile ayrılabilirsiniz.

- Okulda çok sayıda arkadaş edineceğini ve onu seven öğretmenleri olacağını söyleyebilirsiniz.
- Okul günlerinde öğretmenleri ve arkadaşları ile yapacağı güzel şeyleri anlatmak da onu rahatlatacaktır.
- Kendi okul anılarınızı anlatabilirsiniz.
- Okula geliş gidiş saatleri hakkında bilgi verebilirsiniz
- Kendi sorumluluklarınız hakkında bilgi verip, onunda okula gitme sorumluluğu olduğunu belirtebilirsiniz.
- Sabahları evden sakin, huzurlu ve mutlu ayrılmasına özen gösterin. Okula gelmeden önce sizlerle yaşadığı etkileşim psikolojik olarak uyumunu etkileyecektir.
- Okulun ilk günlerinde ve takip eden günlerde anne babaların sınıfta veya salonda bulunması, çocuğun okula alışmasını güçleştiren bir faktördür. Meraktan dolayı sınıfa gidip "Neler yapıyor" diye bakmak istemeniz yaşadığınız endişenin çocuğunuza yansımaya neden olur ve ona kaygılanmakta haklı olduğu mesajını verir.
- Çocuk eve döndüğünde "Bir sorun oldu mu?", "Öğretmenin kızdı mı?", "Ağladın mı?" gibi olumsuz soru ifadeleri yerine "En çok neye güldün?", "Arkadaşlarıyla nasıl eğlendin?" gibi ifadelerle sorular yöneltilmelidir. Bu şekilde okul ile bağlantı kurduğunuz kavram "eğlence, arkadaşlık, oyun" gibi olumlu ifadeler olacaktır.

Normaldir.

Bu kadar farklı duruma uyum sağlamak elbette ki belirli bir süre istemektedir. O nedenle çocuğunuzun ilk günden mutlu ve istekli bir şekilde okula gitmeyi istememesi normaldir. Aile ortamının dışında farklı belirsiz ortamda bulunmaları endişelenmelerine neden olabilir. Kafalarındaki soru işaretlerini bazıları;

- Annem geri gelecek mi (terk edilme korkusu) ?
- Öğretmenim beni sevecek mi ?
- Arkadaşlarım olacak mı ?
- Beni kim tuvalete götürecektir ?
- Okulda kaybolur muyum ?

Ebeveynlerin kararlı, istikrarlı, birbiriyle tutarlı olması ve çocuğa şefkatle açıklama yapması okula uyum sürecini kolaylaştıracaktır.