**BEDRİ RAHMİ EYÜBOĞLU İLKOKULU**

**REHBERLİK SERVİSİ**

**VELİ BÜLTENİ**

**OKULA UYUM**

Okula başlamak çocuğun yaşamında oldukça önemli bir olaydır. Çocuk bu süreçte, içinde doğup büyüdüğü ve kendini güvende hissettiği aile kurumunun dışındaki bir kuruma ve farklı bir ortama adım atmaktadır. Evde istediği zaman istediğini yapabilme özgürlüğüne sahip olan çocuk; ilk kez zil çalmadan dışarı çıkamayacağını, etrafındakilerle toplu olarak hareket etmesi gerektiğini anlar. Bu ortamda uyulması gereken birtakım kurallar, farklı özelliklere sahip öğretmenler ve öğrenciler, başarması gereken dersler ve yapması gereken birtakım görevler bulunmaktadır.

Çocuk için okula başlangıçta ilk haftalar kurallara uymada, sosyal ilişki kurmada, duygu ve davranışları kontrol etmede kritik öneme sahiptir. Çocukların okula uyum sağlamalarını etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Uyum süreci sadece çocuk için değil, aynı zamanda aile içinde yeni bir deneyimi içerir. Ailenin tutumu, çocuğun okula uyumu sürecinde oldukça etkilidir.

Okul fobisi olan çocuklarla ve aileleri üzerinde yapılan birçok araştırmada şu sonuçlar görülmüştür:

* Anne baba çocukla ilişkilerinde aşırı verici, koruyucu kollayıcı bir tutum takınmaktadırlar. Çocuğun yapabileceği her şeyi (yemek yeme, oyuncak ve eşyalarını toplama, yatağını düzeltme vb.) onlar yapmaktadırlar. Böylelikle çocuk pasif ve bağımlı kişilikte yetişmektedir.
* Anne baba gergin sıkıntılı doğadadırlar. Çocukları için “başlarına bir olumsuzluk, felaket gelirse” endişesi taşırlar.
* Ebeveynlerin korkusu ve endişesi aynen çocuklara yansıtılır. “Okulda yalnız mı kalır, yemek yiyemez aç mı kalır, arkadaşları döver mi vb.”
* Çocukta özgüven eksikliği nedeniyle çocuk anne babadan ayrı kaldığında başına bir şey geleceği korkusunu yaşamaktadır.
* Çocuk aynı korkuyu anne baba içinde taşır. Onlardan ayrı kaldığında onlarında başına da bir şey gelecek diye korkmaktadır.
* Bazı ailelerde babanın, anneye yeterli ilgi ve anlayışı göstermediği, annenin de bu nedenle çocuğuna aşırı bağlandığı dikkat çekmiştir.

**ÇOCUĞUN OKULA GİTMEMEK İÇİN GELİŞTİRDİĞİ TEPKİLER**

* Sabah evden ayrılırken ağlamak,
* Kendini yerden yere atmak
* Anne babaya yapışmak
* Somatik yakınmalarda bulunmak (karnım/başım ağrıyor, midem bulanıyor. çok hastayım, halsizim…)
* Anne baba üzerinde duygusal baskı yaratmak ( “Sen beni sevmiyorsun, okula gönderiyorsun”, “Senden nefret ediyorum”, “Artık seni sevmiyorum”.)

**ÇOCUĞUN OKULA UYUMU KONUSUNDA**

 **SORUN YAŞAYAN AİLELERE ÖNERİLER**

* Uyum haftasının stresli olabileceğini unutmayın. Bu dönemde çocuğunuza karşı anlayışlı davranın, çocuğunuzun okula neden gitmek istemediğini öğrenmeye çalışın fakat gereksiz yakınmaları kabul etmeyin.
* Çocuğunuzun sınıfındaki bazı öğrenciler okuma - yazmayı daha hızlı öğreniyor olabilirler. Bu durum çocuğunuzun eksik olduğu ya da zeka seviyesinde bir sorun olduğu anlamına gelmemektedir. Bu nedenle çocuğunuzun akranlarından geri kalması sizde ya da çocuğunuzda bir baskı yaratmamalıdır. Önemli olan çocuğunuzun kendi içindeki ilerlemedir. Çocuğunuzun ilk aydaki öğrenme etkinliklerindeki başarısı ile ilerleyen aylardaki başarısı arasında olumluya doğru bir gidiş olmalıdır.
* Okula gitme konusunda ödün vermeden kararlı ve sabırlı tutumunuzu koruyun, bu çözümün yarısıdır.
* Onu yatıştırın ve sadece belli bir zaman dilimi içinde okulda kalacağını söyleyin.
* Okula geldiğinizde daha uyumlu olan, tepkili davranmayan çocuklarla kıyaslamayın.
* Okula geldiği an sizden ayrılmakta sorun yaşıyorsa çocuğu servisle ya da okula bağımlı olmadığı ebeveyni ile gönderin.
* Eve geldiğinde gün içinde yaşadıklarıyla ilgili onunla konuşun. Anlatmak istediği her şeyi size anlatmasına izin verin. Anlatmak istemiyorsa üst üste sorular sorarak onu zorlamayın.
* Evde çocuğunuzu kesinlikle öğretmeni ile tehdit etmeyin.(yemek yemezsen, ödevini yapmazsan öğretmenine söylerim sana kızar vb)
* Çocuk eve döndüğünde “Bir sorun oldu mu?”, “Öğretmenin kızdı mı?”, “Ağladın mı?” gibi olumsuz soru ifadeleri yerine “En çok neye güldün?”, “Arkadaşlarınla nasıl eğlendin?” gibi ifadelerle sorular yöneltilmelidir. Bu şekilde okul ile bağlantı kurduğunuz kavram “eğlence, arkadaşlık, oyun” gibi olumlu ifadeler olacaktır.
* Arkadaş edinme konusunda sıkıntı yaşadığını düşünüyorsanız, sosyal beceriler kazanmasına yardım edin. Kaybetmeyi hazmetmesine, oyuncaklarını paylaşmasına ve işbirliğine teşvik edin. Okul dışında arkadaşlarıyla sosyalleşebileceği ortamlar yaratmaya yardımcı olabilirsiniz.