

OKULA UYUM VE AİLE DESTEĞİ

Sevgili Anne Babalar,

Okul çocuk için daha önce hemen hiçbirini tanımadığı çok sayıda çocukla karşılaşma zorunluluğuyla, uyulması gereken kurallarıyla, başarılması gereken öğrenim görevleriyle dolu yepyeni bir sosyal çevredir. Okula başlama; tüm başlangıçlarda olduğu gibi hem coşku hem de kaygı verici bir olaydır. Belirli bir olgunluğa ulaşma , sorumluluk alma yanında ana babadan ayrı kendi başına yeni ve bilinmez bir serüvene başlamanın korkularını birlikte içerir. Okul ve aile ortamının bu denli farklı olması, her çocuğun okula uyum düzeylerde etkiler. Çocuğun okula başladığında göstereceği tepkilerin neler olacağı ve ne kadar süreceği ise çocuktan çocuğa farklılık gösterir. Bu süreçte ebeveyn olarak sizler nasıl yardımcı olabilirsiniz kullandığımız üslup nasıl daha sağlıklı olur aşağıda bunlara bir göz atalım.

Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Birimi

REHBERLİK BÜLTENİ

Sayı 1, 2017



İLKÖĞRETİME BAŞLAYAN ÇOCUKLARDA GÖZLENEBİLECEK ÖZELLİKLER

- Mide bulantısı
- Karın ağrısı
- Baş ağrısı
- Uykuda huzursuzluk
- *Genellikle sabahları uyanır uyanmaz görülmekte ve okula gitmemelerine karar verilir verilmez de kendiliğinden kaybolmaktadır.:*)

Görülme Sıklığı

- Çocuğun okula başlama yaşı olan 5–7
- İlköğrenimin bittiği daha büyük sınıflarda başlama dönemi olan 12–14 yaşlar arasındadır.

İlkokul Döneminde Ailenin Çocuğa Karşı Tutumu

İlkokul döneminde ailenin ve öğretmenin çocuğa karşı olan tutumu onun benlik algısını (*Çocuğun kendisini nasıl gördüğünü*) olumlu ya da olumsuz etkiler. Aile içindeki sağlıklı iletişim ortamı ve huzur, çocuğun gelişimini olduğu kadar, okul başarısını ve arkadaşlarıyla ilişkisini etkiler. Aile ilişkilerindeki olumsuzluk dikkatsizlik; hırçınlık, tembellik, saldırganlık şeklinde davranışlar göstermesine neden olur.

Anne-babalar olarak sizler okula uyum sürecinde çocuğunuza nasıl yardımcı olabilirsiniz?



Onu duygusal açıdan hazırlamak yaşayacakları hakkında bilgi vermek kendisini iyi hissetmesini sağlayacaktır.

- Kendi çocukluğumuzda okula ilk başlangıçta yaşadığınız kaygıları ve pozitif deneyimleri paylaşabiliriz.
- Okul konusunda resimli bir öykü okuyabiliriz; öyküdeki kahramanın okul deneyimlerini öğrenmek onu yüreklendirecektir.
- Okula gitmeyi zorunluluk ya da ceza gibi algılamalarına sebep olacak konuşmalardan kaçınılmalıdır.
- Çocuğunuz sabah okula gelmeniz konusunda ısrar ediyorsa, ona herkesin sorumlulukları olduğunu hatırlatarak, kendi sorumluluklarınızdan bahsedebilir, onunkinin de okula gitmek olduğunu belirtebilirsiniz.
- Çocuğumuzu bizden ayrı güvenli ortamlarda vakit geçirmeye teşvik etmeliyiz. Arkadaşlık ve oyun alışkanlıklarını geliştirme konusunda desteklemeliyiz.
- Çocuğın korkuları beden diliyle ifade ettiğini unutmayın (karın ağrısı gibi), fizik sağlığı ile ilgili temel kontrolleri yaparak (ateşini ölçmek gibi) ona güven vermeliyiz, sağlığı yerinde ise okula götürmeliyiz. Sınıfa girmese dahi her gün düzenli olarak okula götürmeliyiz. Öbür türlü istemeden korkusunu desteklemiş oluruz.

**OLUMSUZ CÜMLELERİN KULLANMAKTAN KAÇILMALI ONUN YERİNE
ALTERNATİF CÜMLER KULLANMALIYIZ**

Örn: Okuldan geldikten sonra direk televizyon karşısına oturan bir çocuğa annenin' ÖDEVİN YOK MU SENİN, ÖDEVİNİ YAPSANA' YA DA' ÖDEVLERİNİ BİTİRMEYEN TELEVİZYON SEYRETMEK YOK DEMEDİM Mİ BEN SANA?'

DEMEK YERİNE

SANIRIM ÖDEVLERİNİ ÇİZGİ FİLM İZLEDİKTEN SONRA YAPMAYA KARAR VERDİN DEĞİL Mİ?' gibi bir soru sorarak hatırlatması çok daha olumlu bir etki yaratır.

Bu şekilde çocuğa SORUMLULUĞUNU hatırlatmış oluruz.

Başarısının artması ve olumlu davranışlar kazanması konusunda atılması gereken ilk adım;

- Eleştirmeyi,
- Bedensel ceza vermeyi,
- Başkalarıyla kıyaslamayı bırakmaktır.
- Çocuğunuzu başkaları ile yarıştırmayın olduğu gibi kabul edin .

DESTEKLEYİCİ TUTUMLAR ÇOCUKLARA DOĞRU ALIŞKANLIKLAR KAZANDIRIR

Kaynakça:

- anaokulu.cu.edu.tr
- 'Anne-Baba okulu' Seminer el kitabı
- 'Çocuk Eğitimi El Kitabı' Yavuzer Haluk