

Okula Uyum Süreci

Tepekum Anaokulu

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Servisi

Esanur TEPEBAŞI

Okula Başlarken..

Çocuğun okul öncesi eğitim kurumuna başladığı ilk günlerde uyum güçlükleri yaşaması beklendik bir durumdur. Bazı çocuklar okula ilk başladıkları dönemde uyum sorunu yaşarken, bazıları önce iyi başlayıp belirli bir süre sonra tepki verebilirler, bazıları ise okula çok kolay uyum sağlarlar. Tüm bunlar doğaldır.



Ne yapmalı?

- Çocuklarınız okula başlamadan önce zihinlerindeki okul kavramını somutlaştırmak için okulla ilgili kitaplar okuyup, resim çizip, oyunlar oynayabilirsiniz. daha sonra çocuğun okula başlayacağını mutlaka söylemelisiniz.
- Okul alışverişini beraber yapmak, çocuğunuzun içine gireceği ortama yönelik heyecanını ve istekliliğini arttırabilir.
- Uyum sürecinde çocuğun sevdiği bir oyuncağını yanında götürmesine izin vermek, çocuğun kendini güvende hissetmesine katkıda bulunabilir.
- Çocuğun okula başladığı ilk gün, anne-babadan biri çocuğu okula getirmeli ve okula geliş-gidiş saatleri, kimin getirip götüreceği açıklanmalıdır. Çocuğun ilk gün yaşadığı en önemli kaygısı, sürekli okulda kalacağı ve eve dönmeyeceği ile ilgilidir. Bu tip kaygıların giderilebilmesi için, çocuğa açık-net bilgiler verilmeli ve çocuk bu şekilde rahatlatılmalıdır.
- Aileler, çocuklarına okulunu ve öğretmenini tanıtmalı, öğretmenine güven duymasını sağlayıp her türlü gereksiniminde öğretmeninden yardım isteyebileceğini anlatmalıdır.



Ne yapmalı?

- Anne ya da baba çocuğu okulda bırakıp giderken kararlı ve tutarlı davranmalı, huzurlu ve mutlu bir ifade takınmalı, çocuğa sözel veya bakışla olumlu mesaj vermelidir. Habersiz kaçma ya da kandırma gibi davranışlar kesinlikle yapılmamalıdır.
- Yaşanan zorluk karşısında çocuğun okula devam etmesi ya da etmemesi gibi konular çocuğun yanında tartışılmamalı
- Çocuđunuz sabah okula gelmeniz konusunda ısrar ediyorsa, ona herkesin bir görevi olduğunu, onun görevinin ise, okula gitmek olduğunu belirtebilirsiniz. Kullanacağınız ifadelerin kısa, net ve kesin olması önem taşır. Ayrıca söz ve davranışlarınızın tutarlı ve kararlı olması da o denli önemlidir.
- Çocuğun eve döneceği saatlerde (Anne de baba da çalışıyorsa hiç değilse ilk haftalarda) evde olup onu karşılayabilmek, küçük sürprizler hazırlamak, çocuğun yapabildiklerini öne çıkartarak olumlu yanlarını pekiştirmek (Aferin ne kadar güzel yapabiliyorsun artık. Büyüdüđünü görmek çok güzel gibi)
- Çocuğun istemediği takdirde okuldan alınacağını bilmesi veya bunu sezmesi, okula uyumunu ve düzenli devam etmesini zorlaştırır, hatta bazı hallerde imkânsız hale sokar. Bu nedenle, okulun durumu ile ilgili önemli bir sorun ya da hastalık durumu olmadığı sürece okuldan ayrılmasının söz konusu olmadığı çocuğa anlatılmalıdır. Bu anlamda okula gitmemesine izin vermek yerine teşvik etmek fayda sağlayacaktır ve git gide çocuk okula gitmekten mutlu olmaya başlayacaktır.
- Bütün bunların yanı sıra çocuğunuzun tüm yaşantısının "okul" olmasına izin vermeyin. Mutlaka ilgi duyduğu bir alanda uğraşı olmasını sağlayın (spor, müzik vb).



Ne yapmalı?

- Vedalaşma çok uzun sürmemelidir. Okul çıkışında da çocuğunuzu tam zamanında almaya gidin.
- Çocuk okula birlikte geldiği ebeveyninin gitmesine izin vermiyorsa okula, bağımlı olmadığı bir kişi tarafından getirilmeli ve okula düzenli devam etmesi konusunda çaba harcanmalı. Yakınmaya devam etse bile sakin ve kararlı davranılmalıdır.
- Çocuk, herhangi bir uyum problemi yaşaması durumunda sınıfındaki diğer çocuklarla karşılaştırmamalı, çocuğun benliğine zarar verecek ifadelerden (Örneğin "Ağlarsan sana kötü çocuk derler, seni okula almazlar.", "Seni bebeklerin gittiği sınıfa alırlar.") uzak durulmalıdır.

Eve Geldiğinde çocuğunuza..

Ne Sormalı?

- Bugün arkadaşlarıyla neler yaptın?
- Bugün birine yardım ettin mi?
- Bugün yeni neler öğrendin?
- Bugün okulda kendini nasıl hissettin?
- Bugün yeni bir oyun öğrendin mi?

Ne Sormamalı?

- Arkadaşların senden iyimiydi?
- Bugün öğretmeninden aferin aldın mı?
- Yine ne haylazlıklar yaptın?
- Öğretmenin sana bağırdı mı?
- Ağlayan çocuklar var mıydı/ Sen ağladın mı?
- Bugün beni özledin mi?

Unutmayın ki...

Çocukların uyum kabiliyeti biz yetişkinlerden çok daha iyi ve hızlı gerçekleşiyor. Uyum problemi çocuktan çocuğa değişiklik göstereceğinden sabırlı olun ve okul ile ev arasında tutarlı bir köprü kurmaya çalışın.