

ALİFUAT CEBESOY İO

REHBERLİK SERVİSİ

ORYANTASYON HAFTASI

VELİ BROŞÜRÜ



Çocukların okula adım atmaları, hayata adım atmalarını temsil eder. İlk adımlar her zaman değerli ve önemlidir. Çocuklarımızı hayata hazırlarken biz yetişkinler olarak da bazı kriterlere önem vermeli, çocuğun okula psikolojik uyumuna destek olmalıyız. Bu sebeple okulumuzun rehber öğretmenleri tarafından düzenlenen bazı önerileri siz

değerli velilerimizle paylaşmak istedik. Gelin birlikte bu önerilere bir göz atalım:

1)“Çocuğunuzu Okula duygusal ve psikolojik olarak hazırlayın”

Çocuğun okula başlamasından önce duygusal ve psikolojik olarak hazırlanması çok önemlidir. Özellikle okula yeni başlayan veya okul değişikliği yapan öğrenciler için bu hazırlıklar rahatlatıcı olacaktır. Yeni bir kavram olan “Okul” ona yüklenen anlamlarla şekillenecek ve çocukta davranış geliştirecektir. Öncelikle çocuğun niye okula gitmesi gerektiğini, okulun amacını veya neden okulunun değişmesi gerektiğini açıklayın. Gideceği okulla ilgili önceden bilgilendirmek ve okulu fiziki olarak gezdirmek; çocuğun rahatlamasını, sürece daha hazır hissetmesini sağlayacaktır.

2)“Çocuğu sürece dâhil edin”

Çocuğunuzla birlikte okul alışverişine çıkmak, alınan malzemelerde mutlaka onun da fikrine başvurmak okul için teşvik edici olacaktır.

3) “Model olun”

Okulla ilgili olumlu konuşmalar yapılmalıdır. Okulu kurallarla dolu bir yer ve öğretmeni bir otorite gibi aktarmaktan kaçınılmalıdır. “Öğretmen duysa çok kızardı.”, “Okulda da böyle yaparsan kimse seni sevmez.” gibi olumsuz cümleler korku uyandırarak çocuğun geri çekilmesine yol açacaktır. Bunun yerine aile bireyleri okulda yaşadıkları kendi komik ve eğlenceli okul anılarını anlatabilir, öğrenci oldukları zamandan kalma albümleri gösterebilirler. Ebeveynlerinin de bu süreçlerden geçtiğini duyan çocuk kendini daha güvende hissedecektir. Ayrıca çocuğunuzun okula başlamasından duyulan mutluluğun anlatılması, heyecanının paylaşılması da çocuğunuzu motive edecektir.

4) “Şefkat ve sabır ile yaklaşın”

Aşırı kaygı duyan çocuklarda somatik belirtiler görülebilir. Kaygı yaşayan pek çok çocuk “karnım ağrıyor, midem bulanıyor” gibi şikâyetlerle okula gitmek istemez ya da ağlayarak direnç gösterebilir. Hatta bu süreçte “bugün okula gitmeyeyim, yarın giderim” gibi ebeveynlerini ikna etmeye çalışabilirler.

“Ağlama, üzülme” demek yerine duygularını anlamaya çalışmak “Şu an endişe duyuyorsun ama geçecek” diyerek destek olmak daha doğru olacaktır.

5) “Detaylıca anlatın”

Çocuğunuzun aklında süreçle alakalı soru işaretleri kalmaması ve güvende hissetmesi adına okula nasıl gidip geleceğini, okulda kaç saat zaman geçireceğini ve eve geldiğinde onu kimin karşılayacağı konusunda doğru bilgiler edinmesi gerekmektedir.

6) “Vedaları kısa tutun”

Ebeveynlerinden ayrılmak istemeyen çocuk vedalaşmaları uzatmak isteyebilir. Ailesinin sınıfa girmesini, okulda yanında bulunmasını talep edebilir. Ancak okul ortamında anne-babanın varlığı, çocuğun okula alışmasını, okulda bir birey olarak diğer çocuklar gibi hareket etmesini güçleştirir, dolayısıyla okul uyumunu da geciktirir. Aileler, okulu reddeden küçük çocuklarının okulda yanında bulunmak yerine kademeli olarak okula alıştırebilir. İlk gün yarım gün, sonra biraz daha uzun, sonra tam gün gibi...

7) “Normalleştirin”

Okul dönüşü okulda yaşadıklarıyla ilgili onunla konuşmak çocuğun okul yaşamına duyduğu ilgiyi pekiştirecektir. Ancak anlatması konusunda ısrarcı davranılmamalı, odağını kaygıya çekecek “Bir sorun yok değil mi?” gibi söylemlerden uzak durulmalıdır. Bunun yerine olumlu anılarını anlatabileceği sorular sorulduğunda sizlere anlatabilmek için olumlu anların farkındalıkla biriktirilmesi sağlanmış olunur. Sürecin yolunda gittiğini söyleyerek çocuğunuzu yüreklendirmek, başarılarına karşı cömert sözler söylemek ve sevginizi göstermek onu motive edecektir.



8) “Okulla birlik olun ve iletişime önem verin”

Okula uyum sağlamak, öğrenmeye hazır olmak; okulu, dersleri, öğretmen ve arkadaşları sevmek demektir. Aileler, çocuklarını öğretmenlerine soru sorma

ve yardım isteme konusunda cesaretlendirmelidir. Öğretmeninden destek isteyebilen, arkadaşına soru sorabilen çocuk okulda tek başına var olmaya daha hazır olacaktır.

Öğretmenlerinden gelen geri bildirimleri dikkate alın ve süreçte öğretmenlerle birlikte ortak tutum sergileyin. Bu iş birliği çocuğunuzun eğitim sürecini kolaylaştıracaktır.

9) “Korkma” demek yerine duygularını anlayın

Çocuklar okuldan korktuklarını ifade etmeyi yetişkinlerden öğrenirler. Kaygılanmak normalken çocuğa kaygını anlıyorum demek korkma yerine verilebilecek en güzel cevaptır.

10) Çocuğunuza karşı net ve dürüst olun.

Çocuğa verilen sözler ilk günler çok önemlidir. Güven duygusunun gelişmediği bir ortamda çocuğunuz kalmak istemeyecektir. Seni şu saatte şuradan alacağım gibi net sözler vermek ve bunları tutmak çocuğun okula uyum sürecinde sağlıklı bir yol katetmesini sağlayacaktır.

