



## OKULA UYUM VELİ BROŞÜRÜ

## GİRNE ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ

### ***Sevgili anne babalar,***

Çocuğunuzun okula uyum sürecini kolaylaştırmak amacıyla size birkaç önerimiz olacaktır.

Çocuğunuz okula başlayacağı, yeni bir ortama gireceği, yeni arkadaşlıklar edineceği, yeni bir şeyler öğreneceği için **heyecanlı ve sevinçli** olacağı gibi kaygılı da olabilir.

Çocuğunuzun kaygılandırıcı durumun ne olduğunun farkına varabilmek için onu ilk önce sakince **dinlemeli**, dinledikten sonra çözüm yolları bulabilmek için çocuğunuzla birlikte hareket edilmelidir. Karşımızdaki bireyi dikkatlice ve suçlayıcı dil kullanmadan dinlemek aslında var olan olumsuz durumları olumluya çevirmek için atılan büyük bir adımdır.

Çocuğunuz yeni bir şeyler öğrenirken onun çabasını desteklemeli, ona cesaret verilmeli. Desteklenen çocuk yeni bir şeyler öğrenme çabası içerisinde olacaktır. *Örneğin yaptığı bir resim veya öğrendiği bir harf, kelime belki sizin için çok büyük bir anlam ifade etmeyebilir fakat çocuğunuz için büyük bir anlam ifade ediyor olabilir.*

Okula gitme konusunda çocuğunuzun tepkileri gösterebilir. (karın ağrısı, bulantı, baş ağrısı gibi belirtilerle kendini gösterebilir.) Bu tepkiler gerçekten fiziksel, biyolojik tepkiler olabileceği gibi okula gitme konusunda psikolojik tepkilerde olabilir.

Çocuğunuz okula gitme konusunda isteksiz olabilir, bu isteksizlikler ağlama davranışını da birlikte getirebilir.

Bu nedenle de çocuğunuzun okula uyum sürecinde **sizin desteğinizi hissetmesi** oldukça önemlidir.

**PEKİ ÇOCUĞUNUZUN OKULA UYUM  
SÜRECİNDE ONA NASIL YARDIMCI  
OLABİLİRSİNİZ?**

**1-** Çocuğunuzun okula uyumu konusunda öncelikle siz de hazır olmalısınız. Anne babanın kaygısının çocuğa yansması da muhtemeldir. Bu nedenle çocuğunuza yardımcı olabilmek için ilk başta kendi duygu düşünce ve davranışlarınızı gözden geçirmeniz gerekecektir.

**2-** Çocuğunuza gösterdiğiniz **sevgi kesinlikle bir koşula bağlanmamalıdır.** "Okula gidersen seni severim." gibi ifadeler kullanılmamalıdır. Çocuğunuza olan sevginizin hep devam edeceğini hem sözlü olarak hem de davranışlarınızla ona hissettirebilirsiniz.

**3-** Çocuğunuzun okula nasıl gidip geleceği, okula onu kimin bırakıp alacağını kararlaştırabilirsiniz.

**4-** Çocuğunuzun diğer çocuklarla kıyaslayıcı ve onu suçlayıcı ifadelerden kaçınabilirsiniz. Çocuğunuzun kıyaslamak onda yetersizlik duygusunun gelişmesine neden olabilir. Unutmayınız ki **"her çocuk biriciktir ve kendi özellikleriyle vardır."**

**5-** Okulda sınıf öğretmeni ve arkadaşlarıyla yapacakları etkinlikler hakkında konuşabilirsiniz, bu konuşma çocuğunuzun duygusal açıdan iyi hissettirecektir. Okul çocuğunuzun **sosyalleşmesi** adına atacağı önemli adımlardan bir tanesidir.

**6-** Çocuğunuzun okula düzenli gitmesi konusunda kararlı olabilirsiniz.

**7-** Okul aile öğrenci iş birliği sürekli olmalıdır. Aile içinde ve öğretmenle sağlıklı iletişimin kurulmasına dikkat edebilir, endişe duyduğunuz konuları çocuğunuzun yanında konuşmaktan kaçınabilirsiniz.

**8-** Biyolojik sağlık duygusal ve bilişsel gelişimi de etkileyecektir. Bu nedenle çocuğunuzun beslenmesine dikkat edebilir, örnek olması açısından her sabah birlikte kahvaltı yapabilirsiniz.

**9-** Her çocuk uyum sürecinde farklı bireysel özellikler göstereceğinden dolayı başka çocukların daha kısa sürede uyum sürecini tamamlamasından etkilenmeyip, süreçle ilgili ümitsizliğe kapılmamalı ve okulla işbirliğini sürdürmeye devam etmelisiniz.

**10-** Uyum sürecinde zorluk yaşayan bazı çocuklar, okulda kalmamak adına çözüm yolu olarak özellikle ağlamaya başvurabilir. Bu ağlama davranışı, çocuğun üzüntüsünden çok 'sınırları zorlama' çabasına işaret eder. Bu durumda eğitim kurumunun uyum sürecinde kararlı duruş sergilemesi 'çocuğu ağlatmak' olarak görülmemelidir. Aynı kararlılığı ailenin de göstermesi ve okul-aile işbirliği yine bu noktada uyum sürecinin pozitif yönde ilerleyişine katkı sağlayacaktır.

**- Gerektiğinde sınıf öğretmeninden ve okul rehber öğretmen/psikolojik danışmanından destek alabilirsiniz.**