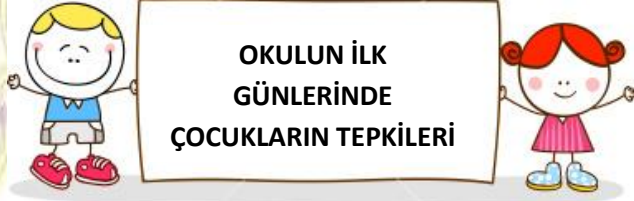




Okulların açıldığı Eylül ayı ile birlikte, gerek siz anne babalar, gerekse çocuklarınız için heyecanlı bir dönem başladı. Çocuğunuz bu dönemde okula uyumsuzluk gösterebilir. Bu doğal bir süreçtir fakat önemli olan bu durumun süresi ve siz anne babaların davranışlarıdır.



Okula uyum süreci bireysel farklılıklar göstermektedir. Kimi öğrenciler baştan itibaren okula tepkiliyken, bir kısmı ilk başlarda uyum gösterip daha sonradan tepki göstermeye başlarlar. Bu tepkiler;

- ♥ Evden ayrılırken ağlama, kendini yerlere atma
- ♥ Fizyolojik bir rahatsızlık yokken baş ağrısı, mide bulantısı vb. şikâyetlerde bulunma
- ♥ Anne ve babaya “siz beni sevmiyorsunuz” gibi duygusal baskı yapma
- ♥ Aşırı sinirlilik durumu, ortalığı dağıtma
- ♥ Aşırı sessizlik, içe kapanma, uyku, yemek ve tuvalet sorunu.

## ANNE VE BABALAR NE YAPMALILAR?



- ♥ Çocuğunuzun okula başlayacağı fikrine önce kendiniz alışmalısınız. Okulun ilk günlerinin zor olabileceğini **KABULLENİN.**

- ♥ “Bebek misin sen, büyüdün artık” gibi bastırıcı yöntemlerden uzak durun. Çocuğunuzun duyguları konusunda **ANLAYIŞLI OLUN.**

- ♥ Çocuğün tepkilerine dayanamayarak “bugünlük okula gitmesin” gibi sözlerden sakının.

## KARARLI VE SABIRLI OLUN.

Unutmayın bir kere geri adım atarsanız çocuğunuz bunu hep isteyecektir.

- ♥ Çocuğunuz sizin onu okula bırakıp gittiğinizi düşünür. Bu durumda nereye gideceğinizi, ne yapacağınızı ona anlatın.

## ÇOCUĞUNUZU RAHATLATIN.

Çocuğunuz istemiyorken onu okula bırakmak sizin için zor olabilir. Fakat vedalaşma süreniz ne kadar uzun olursa öğrenci o kadar zorlanacaktır.



Okulda kalmak isteyebilir, aralarda onu görmek isteyebilirsiniz. Fakat bu durum çocuğa “istediği an onu okuldan alabileceğiniz” hissini kazandırıp, uyum sürecini uzatacaktır.



Okuldan geldiğinde sadece gününün nasıl geçtiğini sorun ve eğer kendisi konuşmak isterse konuşmayı sürdürün. Konuşmuyorsa okulu, arkadaşlarını öven konuşmalar yapmayın. Bırakın güzellikleri kendi fark etsin.





## **Okula Uyum Sürecinde Aşağıdaki İfadeleri Kullanmaktan Kaçınınız!!!**

- \*Eğer ağlarsan giderim.
- \*Sen artık büyüdün bebekler ağlar.
- \*Ağlayacak ne var,bak kimse senin gibi ağlamıyor.
- \*Ağlarsan gelip seni almam.
- \*Hiç arkadaşların ağlıyor mu?
- Çok ayıp arkadaşların seni görmesin.
- \*Sen çok akıllı bir çocuksun ,neden ağlıyorsun?
- \*Böyle davranırsan bu okulda kimse seni sevmez.
- \*Ağlamadan sınıfına gidersen istediğin bir şeyi sana alacağım.
- \*Galiba sen okula alışamayacaksın.
- \*Bugün sınıfta kal;söz yarın seni okula getirmeyeceğim.
- \*Arkadaşlarıyla anlaşamadın mı, seni dışladılar mı?
- \*Öğretmenini sevmedin mi neden okula gitmek istemiyorsun?
- \*Acaba bugün başlamasa mı?

## **Çocuğunuza Okulla İlgili Neler Sorabilir, Konuşabilirsiniz?**

- \*Bugün okulda ne yaptın?
- \*Sınıfta en çok hangi merkezde oynamayı seviyorsun? Neden?
- \*Okulda öğrendiğin şarkıları birlikte söyleyelim mi?
- \*Okulda öğrendiğin oyunları benimle de oynar mısın?
- \*Öğretmenin bu yaptırdığı faaliyetlerden hangisini beğendin? Nasıl yaptığını anlatmak ister misin?
- \*Öğretmenin okuduğu hikayelerden hangisini beğendin?Seninle okula yeni başlayan bir çocuğun hikayesini okumamızı ister misin?
- \*Senin gibi küçükken okula gittiğimde yaşadıklarımı seninle paylaşmamı ister misin?
- \*Okulunun resmini yapmak ister misin? Bende seninle benim eski okulumun resmini yapabilirim.
- \*Okuldaki arkadaşlarını bana tanıtır mısın, anlatır mısın?
- \*Öğrencinin beslenme ve tuvalet ihtiyaçlarını kendisi giderebilecek hale gelmesine yardımcı olunuz.

## **Ailelere Bazı Öneriler!!!**

- \*Ne olursa olsun çocuğunuzu seviniz ve iletişim kurunuz.
- \*Güvenliğini sağladığınız sürece çocuğunuzun evde rahat hareket etmesine izin veriniz.
- \*Çocuğunuzun kendisini ait hissedeceği başka ortamlar da sununuz (aile toplantıları, apartmandaki arkadaşları ile oyun zamanları...)
- \*Çocuğunuz ana okuluna başlamadan önce kurumu ve öğretmenleri tanıyınız.
- \*Çocuk hakkında ki bilgileri, ilgilerini, ihtiyaçlarını öğretmeni ile paylaşınız.
- \*Hastalık, ailevi sorunlar, anne-baba ayrılıkları, ebeveyn kaybı, ebeveynlerin madde bağımlılığı, taciz durumlarını okul psikolojik danışmanı ile paylaşınız.
- \*Öğretmenleri ve kurum çalışanları ile olumlu ilişkiler kurunuz.
- \*Çocuğunuzun öğretmeni ve okulu ile ilgili olumsuz düşüncelerinizi onun yanında asla konuşmayınız.
- \*Öğretmenlerinin önerilerini dikkate alınız.

**HÜLYA ŞAHNAOĞLU ANAOKULU  
REHBERLİK SERVİSİ**