



"Korku çocuklar için diğer duygular gibi normal yaşamın bir parçasıdır. Her çocuk okula başladığında az ya da çok okul korkusu yaşar. Belirli bir zaman geçmesine rağmen çocuğunuz okula uyum sürecinde sorunlar yaşıyorsa profesyonel bir destek alabilirsiniz."

OKUL KORKUSUNUN BELİRTİLERİ

- Okula gitmek istemediğini sık sık şakayla karışık ifade etmek,
- Sabah yataktan kalkma istememek , çok yavaş hareketlerle ve söylenerek hazırlanmak,
- Geceleri altını ıslatmak
- Okula gitmemek için çeşitli pazarlıklar yapmak
- Sebepsiz baş ağrıları ve karın ağrıları
- İlgisizlik,
- İçine kapanıklık ve aşırı çekingenlik,
- Nedensiz aşırı korkma ve huzursuzluk.
- Arkadaş edinememe,
- Kurallara ve disipline uymama,
- Okul araç gereçlerine zarar verme,
- Ders çalışmama,
- Söz almadan konuşma ve ders dinlememe,
- Sınıfta gezinme,
- Gürültü yapma,

İLETİŞİM

ADRES: ŞEHİTLİK MAHALLESİ
ELÇİBEY CADDESİ YENİCE SOKAK
NO:26/C TEL NO: (0312) 625 55 08

BU BROŞÜR BİLGİLENDİRME AMAÇLI
HAZIRLANMIŞTIR.



POLATLI REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ



OKULA UYUM SÜRECİ VE OKUL KORKUSU

Okula başlama süreci bir çocuğu hem heyecandıran hem de kaygı verici bir sürece dönüşebilen bir durumdur. Çünkü çocuk günün belirli bir kısmını evinden, ailesinden ayrı bir ortamda geçirmeye başlayacaktır. Ayrıca bu çocukların yeni sorumlulukları olacak ve ebeveynlerinden, öğretmenlerinden bu yeni duruma uyması beklenecektir. Bu durum çocuğun kaygı ve endişe yaşamasına bazen de okul korkusu yaşamasına neden olabilir. Okul korkusu çocuğun yoğun bir endişe nedeniyle okula gitmeyi reddetmesi ya da okula gitmede isteksiz olma durumudur.



OKUL KORKUSUNUN NEDENLERİ

- Çocuğun anne ya da babasına aşırı bağımlı olması
- Anne ya da babadan ayrı kalmanın getirmiş olduğu mutsuzluk
- Ailedeki travmatik yaşantılar (ölüm, hastalık .göç..)
- Olumsuz anne-baba tutumları
- Ebeveyn çatışması
- Çocuğun yeni deneyimlerle baş edememesi
- Çocuğun okuldan arkadaş edinmemesi ve kendini yalnız hissetmesi

NASIL DAVRANMALIYIZ?

- Sabırlı anlayışlı olmalı
- Çocuğunuzun duygularına önem vermeli
- Çocuğunuzu olduğu gibi kabul edip diğer çocuklarla kıyaslamamalı
- Kararlı bir tutum sergilemeli
- "Böyle davranırsan bu okulda kimse seni sevmez", olumsuz ifadelerden kaçınılmalı
- Çocuğunuzu dikkatli bir şekilde dinlemeli ve ona güvendiğinizi belirtmeli
- Çocuğunuzu dinlerken onunla ya da eşinizle tartışmamalı ve birbirinizi suçlayıcı ifadelerden kaçınılmalı

NELER YAPILABİLİR?

- Süreç hakkında çocuğunuzu bilgilendirebilirsiniz.
- Birlikte okul araç ve gereçlerini alarak çocuğunuzun okul sürecine dahil olmasını sağlayabilirsiniz
- Kendi sorumluklarınız hakkında bilgi verip onunda okula gitme sorumluluğu olduğunu belirtebilirsiniz.
- Kendi okul anılarınızı anlatabilir, okul ile ilgili hikayeler okuyabilirsiniz
- Okulda yeni arkadaşlar edinebileceğini, yeni bilgiler öğrenebileceğini söyleyebilirsiniz.
- Öğretmenleri ile iletişim halinde iş birliği içinde olabilirsiniz.
- Ebeveyn olarak vedalaşma sürecini kısa tutarak ayrılığın doğal bir süreç olduğunu hissettirebilirsiniz.