



ÖZEL SANKO İLKOKULU

ANASINIFI

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü

Okulda İlk Günüm

Değerli Velilerimiz,

Hepiniz yeni eğitim ve öğretim yılına hoş geldiniz!

Bu yıl bazı öğrencilerimiz okul hayatına henüz “Merhaba” derken bazıları ise eğitim hayatlarındaki tecrübelerine bir basamak daha ekleyerek bir üst sınıfa geçecekler.

Kuşkusuz bir yandan okul hazırlıklarını yaptığımız şu günlerde, bir yandan da önümüzdeki eğitim - öğretim yılının nasıl geçeceğine ilişkin heyecan içerisindeyiz. Bu süreçte biliyoruz ki heyecanlanan, kaygılanan hatta biraz da korkan sadece çocuklar değil. Bu duyguları yetişkin olarak bizler de yaşıyoruz.

Çocuklar 6 yaşına kadar bilişsel, fiziksel ve sosyal açıdan gelişimlerini büyük ölçüde tamamlayacaktır. Bu dönem, uzun okul hayatına en iyi şekilde hazırlanabilmeleri adına büyük önem taşımaktadır. Çocuklarımızın okula ve öğretmenine uyum sağlaması konusunda onlara destek olmalıyız.

Çocuklarımızın okula uyumunu kolaylaştırmak için sizlere bazı önerilerimiz olacaktır. Keyifle okumanızı dilerim.



Unutmayın, kaygı bulaşıcıdır.

- * Çocukları kaygılandıran durumların çoğu ebeveynlerinin kaygısından kaynaklanır. Sizlerin endişeli, huzursuz ve güvensiz halleriniz varsa bu duygularınızı mutlaka hissedecek ve okulla ilgili olumsuz birçok kanıt bulacaktır.
- * Çocuk, öğretmenine ve arkadaşlarına güvenirse ortama uyum süreci daha hızlı gelişir. Bu süreçte ebeveynin de öğretmene – okula güven duygusu geliştirmiş olması gerekmektedir. Zira çocuklar; ebeveynlerinin yüz ifadelerinden ve hareketlerinden o anda korkulması ya da tedirgin olunması gereken bir şey olup olmadığını anlayıp buna göre hareket edebilmektedirler.

Vedalaşmalarınızı kısa tutmak çocuğunuzu güvende hissettirir.

- * İlk günden itibaren vedalaşmalarınızı mümkün olduğu kadar kısa tutmaya özen gösterin. Vedalarınız net kararlı ve güven verici olsun. Eğer vedalaşma sürecini çocuğa uyum sağlayarak tekrar tekrar yaşatıp uzatırsak çocuk, ayrılma endişesini defalarca yaşayacak ve kaygısı azalmak yerine giderek çoğalacaktır. Uzayan vedalar ve merak duygusu hiç endişelenmeyen çocuğu dahi endişelendirir.
- * Lütfen öğretmenine teslim ettikten sonra çocuğun yanında çok oyalanmayın ve güvenle oradan ayrılın. Ulaşılması gereken bir durumda size ulaşılacak ve bilgi verilecektir.

Kararlı olmak önemlidir.

- * Bazı çocuklar okula gideceklerini bilerek evden çıkmalarına rağmen okula geldiklerinde bunu yapmak istemeyebilir. Anneden ayrılmak istememek yeni ve yabancı bir yerde kısa bir süre bile olsa kendini güvende hissetmemek gayet normaldir. Çocuklarımız böyle bir ilk gün tablosunda huzursuz hissedebilir ya da ağlama davranışı ile tepki verebilir. Uyum sorunu yaşayan öğrencinin çok ağlaması üzülmeye elbette herkesi üzecektir. Ancak tüm aile fertlerinin aynı tutarlılıkla okula devam etmesi konusunda ortak görüş bildirmeleri gerekir. Sizin kararlı duruşunuz okul uyumu için oldukça önemlidir.
- * Çocuğun düzenli olarak okula getirilmemesi veya çeşitli sebeplerle okuldan uzak kalması okula alışma sürecini zorlaştırıcı etkiye sahiptir.

Okulla ilgili doğru bilgiler vermek gerekir.

- * Çocuklarımızın zihninde oluşan okul şeması gerçekte uyumlu olmalıdır. “Okulda çok eğleneceksin, bol bol oyun oynayacaksın” ifadesi yanlış olmakla birlikte eksik bir ifadedir bunun yerine; “Keyifli zaman geçireceğini, yeni şeyler öğreneceğini düşünüyorum” ifadesi çocuğumuzun zihninde daha doğru bir şema oluşmasını sağlar. Bu doğru şema sayesinde çocuğunuz okulla ilgili gerçekçi beklentiler oluşturur.
- * Çocuklarımıza okulda geçireceği zamanla ilgili doğru bilgi vermek önemlidir. Okul öncesi dönemde zaman kavramını somutlaştırarak anlatmak yararlı olacaktır. Örneğin bir zaman çizelgesi yapabilir, okulda yapacağı etkinliklerden bahsederek okul çıkış saatini somutlaştırabilirsiniz.
- * İlk günler okuldan almaya geleceğinizi söylediyseniz, çıkış saatinde orada olmaya özen gösterin. Okul bitiminde geleceğinizi bilen çocuğun sizi bulamaması kaygı yaşamasına neden olabilir.



Pazarlık yapmadan da ikna edebiliriz.

- * Pazarlık olmaması yine okula uyum sürecini kolaylaştıran etkenlerdendir. Çocuklar okula gitmeye hazırlık sürecinde sizi türlü pazarlıklar içine çekebilir. “Bugün gitmesem... Yarın söz giderim.”, “Beni erken alsan...”, “Şimdi karnım ağrıyor, geçince gitsem.” Gibi. Çocuklar, bizi bu ve benzeri pazarlıklara çekmeye çalıştığında bu pazarlığa girmememiz, karşılarında sağlam durmamız ve bunu gerektiren bir durum olmadığına onu ikna etmemiz gerekir.
- * Okula uyum sürecinde verilen her söz yerine getirilmelidir, dolayısıyla okula mutlu gelmesi için yapamayacağınız sözler vermemelisiniz.

Çocuklarınızı empatik şekilde dinleyin.

- * Okuldan eve dönen çocuğunuzla sohbet edin. Gününün nasıl geçtiğini sorun ve bu sorularınızda süreç odaklı olmaya özen gösterin. Yapılan etkinliğin en keyif veren kısımlarının neler olduğunu, neler hissettiğini mutlaka paylaşın. Çocuğunuz size olumsuz duygularından bahsederken lütfen geçiştirmeyin ve görmezden gelmeyin, tüm duygularınızla onu anladığınızı hissettirin. “Bu hissettiğin duygu oldukça normal. Biraz zamana ihtiyacın var. Gececek. Üzgün olsan bile okula gitmen gerekiyor.” şeklinde konuşmaya devam edilmeli ve kararlı bir tutum benimsenmelidir. Çocuğunuzun okul yaşantısı ile ilgili olumsuz duygularına abartılı tepkiler vermeyin.

Unutmayın, her çocuğun uyum süreci birbirinden farklıdır.

Çocukların okula uyum sürecini etkileyen pek çok değişken vardır. Evde bekleyen bir kardeş olması, ebeveyninden daha önce ayrılmamış olması, evde oyuncaklarıyla oynama isteği vb. şekilde her çocuğun kendine has özellikleri vardır. Çocuklar arasında okula uyumla ilgili kıyaslama yapmanız gereklidir.

Çocukların okula uyumunun bir süreç olduğu unutulmamalıdır ve çocuğa zaman tanınmalıdır.



Öğrencilerimizin;

Öğrenmeyi seven, araştıran, merak eden, özgüveni gelişmiş, kendini doğru şekilde ifade eden, çevresiyle uyumlu, hak ve sorumluluklarının farkında olan, mutlu, başarılı ve üretken bireyler olmaları konusunda sizlerle işbirliği içinde çalışacağımız bir yıl olmasını diliyoruz.

Melike Köseoğlu

Psikolojik Danışman

Anasınıfları Bölümü