

Kaşüstü Cumhuriyet İlkokulu

Okula Uyum Süreci Veli Broşürü



Sevgili anne babalar,

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

Çocuğunuzun okula uyum sürecini kolaylaştırmak amacıyla size birkaç önerimiz olacaktır.

Çocuğunuzu kaygılandıran durumun ne olduğunun farkına varabilmek için onu ilk önce sakince **dinlemeli**, dinledikten sonra çözüm yolları bulabilmek amacıyla 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 okula gitme konusunda isteksiz olabilir, evde kalmak isteyebilir. Okula gitme konusundaki isteksizlik ağlama davranışını da birlikte getirebilir.

Okula gitmek istememe davranışına birtakım değişiklikler eşlik edebilir(karın ağrısı, bulantı, baş ağrısı gibi). Bu değişiklikler gerçekten fiziksel ve biyolojik rahatsızlıklar olabileceği gibi okula gitme konusunda psikolojik tepkilerde olabilir. Bu nedenle de çocuğunuzun okula uyum sürecinde **sizin desteğinizi hissetmesi** oldukça önemlidir.

**Rehberlik
ve
Psikolojik Danışma
Servisi**

Çocuğunuzun okula uyum sürecinde ona nasıl yardımcı olabilirsiniz?

✓ 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.

✓ Çocuğunuza gösterdiğiniz **sevgi kesinlikle bir koşula bağlanmamalı**, "Okula gidersen seni severim." gibi ifadeler kullanmamaya özen gösterilmelidir. Çocuğunuza olan sevginizin hep devam edeceğini hem sözlerinizle hem de davranışlarınızla ona hissettirebilirsiniz.



✓ Çocuğunuzun okula düzenli gitmesi konusunda kararlı olabilirsiniz.



✓ Okulda sınıf öğretmeni ve arkadaşlarıyla yapacakları etkinlikler hakkında konuşabilirsiniz, bu konuşma çocuğunuzu duygusal açıdan iyi hissettirecektir.

✓ Çocuğunuzun diğer çocuklarla kıyaslayıcı ve onu suçlayıcı ifadelerden kaçınabilirsiniz. Çocuğunuzun kıyaslamak onda yetersizlik duygusunun oluşmasına neden olabilir. Unutmayalım ki **"her çocuk biriciktir ve kendi özellikleriyle vardır."**

✓ Çocuğunuzun okula nasıl gidip geleceğini, okula onu kimin bırakıp alacağını birlikte kararlaştırabilirsiniz.



✓ Çocuğunuz yeni bir şeyler öğrenirken onun çabasını destekleyip ona cesaret verebilirsiniz. Desteklenen çocuk yeni bir şeyler öğrenme çabası içerisinde olacaktır.

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



Gerektiğinde sınıf öğretmeninden, okul psikolojik danışmanı ve rehber öğretmeninden destek alabilirsiniz.