

OKULA BAŞLAMA VE UYUM SÜRECİ

Değerli Veliler,

çocuklarımız ailesinden sonra ilk defa uzun süre sosyal bir ortamda olacak ve bu düzene uyum sağlamaya çalışacaklar. Bu nedenle okulumuz Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi olarak çocuklarımızın okul sürecine sağlıklı şekilde geçiş yapabilmeleri için sizlerle önemli bilgiler paylaşmak isteriz. Çocuklar düzeni severler. Ev içi rutinlerindeki değişiklikler bile onları etkileyebilir.

Okula başlamak onlar için başlı başına bir bilinmezliktir. Örneğin; Annem beni bıraktı ama ne zaman alacak? Ya da kim alacak? Ya annemi özlersem? Sınıfımı nasıl bulacağım? Arkadaşlarım beni sever mi? Kantine nasıl gideceğim? Ya okulda kaybolursam ? gibi kafalarındaki pek çok soruya önceden yapacağınız sevimli konuşmalarla onları hazırlayabilirsiniz.

OKULA BAŞLAMA VE UYUM SÜRECİ

Her çocuğun ihtiyacı bir diğeri ile aynı değildir. Bu nedenle çocuğumuzun ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak aynı zamanda istikrarlı ve kararlı bir duruş sergilememiz gerekmektedir. Çocuğumuzun anlayacağı bir dilde ona ön bilgiler vermek okul süresi boyunca kaygısını kontrol edebilmesini sağlar. Çocukta annem, babam bu kadar net ve olumlu ise endişe edeceğim bir durum yok, "okulda güvendeyim" düşüncesini geliştirecektir. Okula çocuğumuzu bırakırken alacağımız saati örneğin son ders zili çaldığında dış kapıda bekliyor olacağım gibi net ifadelerle desteklemek daha iyi hissettirecektir. Okula zamanında bırakmanız, okulun bir düzen içinde ve rutinde olduğunu ve önemsemesi gerektiği mesajını verecektir.

OKULA BAŞLAMA VE UYUM SÜRECİ

Çocuğunuzla, okula bırakan ebeveyn arasında özleyince hatırlayacağı ve rahatlayacağı size ait bırakma öncesi bir hareket geliştirebilirsiniz. Örneğin özleyince eline çizdiğiniz minik kalbe bakması ya da size ait kendi aranızda geliştirdiğiniz bir baş parmak hareketi vb. her şeyin zaten yolunda olduğunu düşündürebilir.

Okula bırakan ve alan ebeveyn ile ayrılırken çocukta kopamama ve ağlama krizleri gelişme ihtimali var ise ebeveyn değişikliği yapılması o anki durumu değiştirebilir ve çocuğın daha kolay okula girişı sağlanabilir.

OKULA BAŞLAMA VE UYUM SÜRECİ

Okula bırakış ve alış saatlerinde ne zaman alacağımızı, kimin alacağını, nerede bekleyeceğinizi özellikle kısa cümleler halinde belirtmeli ve çıkış saatinden 5 dakika önce muhakkak aldığımız yerde beklemeniz ve gecikmeye sebep vermemeniz çocuğumuzun güvenini destekleyecektir. Her çocuğun adaptasyon sürecinin farklı olduğunu bilmeliyiz ve akranlarıyla kıyas etmemeliyiz.

ALTAYÇEŞME İLKOKULU

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Birimi