

Okula hazır mıyız?

Okula başlamadan önce mutlaka çocuğunuzla okulumuzu ziyaret edip ona okulumuzu tanırtın. Burası senin okulun Özlüce Anaokulu, burası okulun bahçesi burada güzel oyunlar oynayacaksınız. Ben seni hergün bu kapıdan alacağım. Sınıfın burası, yemeklerini burada yiyeceksin vb gibi".Böylece okula aşına olup kendini güvende hissedecektir. Çocuğunuzla birlikte okul alışverişi yapın. Çanta, suluk gibi kişisel eşyalarını kendisinin seçmesine izin verin.Bunu yapmanız çocuğunuzun okula karşı merak ve isteğini arttıracaktır.

Eşyalarını birlikte etiketleyerek isimlendirin. Aynı sınıftaki benzer eşyaların karışması onları üzebilir. Uyku ve yeme düzenini okul rutinine göre önceden düzenlemek çocuğunuz için faydalı olacaktır. Aksi takdirde geç yatan çocuklarımız için sabah erken kalkmaya başlamak okula uyumda bir sorun haline gelebilir.

Teknolojik aletlerin kullanımını azaltın. Bu konuda bağımlılık geliştiren çocuklarımız okula olmayı değil evde olmayı tercih ettikleri için direnç gösterebilirler

Ev içinde sizlere olan bağımlılığını azaltmak için tek başına oynayabileceği oyunlara da yönlendirmeniz faydalı olacaktır.

İlk gün ilk heyecan

Okulun ilk günü karşılaştığınız zorluklarda süreci sabırla yönetebilecek bir ebeveyn ihtiyaçları olacaklarını unutmayın.

Sadece anne veya babanın sürece katılması yeterli gelecektir. İlk kez okul deneyimlerine eşlik etmek isteyen büyüklerimiz de (anneanne, babaanne dede vb) olduğunda kalabalıktan ayrılması daha zor olacak unutmayın. Uzun vedalaşmalardan kaçın. Tekrar tekrar geri dönüp sarılmak ağlamak onu kaygılandırır. Bunun yerine öpün okul zamanının bittiğinde öğretmenin sana haber verecek seni burada bekleyeceğim deyin. Küçük bir eşyanızı (toka resim vs) ona emanet etmek kendini güvende hissetmesini sağlayacaktır. "Seni almaya gelinceye kadar bu sende dursun gelince senden alırım diyerek ilişkinin devam edeceğini hatırlatın. El sallayın ve okul bahçesinden uzaklaşın.

İlk gün çocuğunuzun almaya geldiğinizde fazla soru sormak onun uyumunu olumsuz etkileyebilir. Sizin gününüzün nasıl geçtiğini anlatın. Senin nasıl geçti diye sorun anlatmak istemezse üstelemeyin.

Okul ve öğretmen ile ilgili negatif düşüncelerinizi çocuğunuzla paylaşmayın.



Okula Girmeyi Redderse

Öncelikle anne ve baba olarak okula girmesi yönünde aynı karar ve tutumda olmaya özen gösterin.

Eve dönmek isterse kabul etmeyin. Ne kadar zor olsada okul saati boyunca bekleme salonunda bekleyin.

Bekleme sürecinde telefon tablet gibi teknolojik bir alet vermeyin.

Okul bahçesini oyun alanı gibi kullanmasına müsaade etmeyin.

Çocuğunuzun dinleyin. Kaygı ve korkularını anlamaya çalışın. Bu konuda rahatlatın. Sert, negatif ve kaygılı tutumlardan kaçın. Böyle davranırsan kimse seninle arkadaşlık kurmaz, bak arkadaşların ağlıyor mu gibi kıyas içeren cümleler kullanmayın.

İçeri girerse istediği bir oyuncak alacağınız yönünde vaadde bulunmayın. Öğretmeninizle iletişim kurun. Onun desteğini alarak bir planlama yapın. Gerekirse psikolojik destek alın.

Neşe Yazıcı Avdan
Psikolojik Danışman

