

# Okula Uyum Nedir?

- Okula uyum, çocuğun ilk yıllarında geliştirdiği benlik ile yeni adım attığı ortama hakim olan kurallar arasında denge kurmasını gerektiren hassas bir süreçtir.



## Uyum Sürecinde Normal Olan Davranışlar

- Anaokulu çocuğunuzun sizden ayrılıp bilişsel, fiziksel ve sosyal anlamda ilerlemesine yardımcı olacak ikinci evidir. Bu yeni evini kabul etmek, keşif döneminde olan çocuğunuz için farklı ve yeni bir deneyimdir.
- Çocuğunuzun sizlerle ilk defa ayrıldığı ve çevresiyle etkileşim kurduğu bu yeni süreçte vereceği ilk tepkiler normal karşılanmalıdır. Yeni bir okula başlamak, yeni bir çevreye dahil olmak çocuklar için büyük değişikliklerdir. Dolayısıyla çocuğunuzun okula uyum sağlama sürecinde göstereceği tepkiler onun mizacına, okuluna, öğretmenine ve aile tutumuna göre değişecektir ve bu tepkiler uyum sürecinin nasıl devam edeceğini belirleyen etkenler olacaktır. Beklenmedik davranışlarla karşılaştığınızda vereceğiniz tepki ve davranışın süresi uyum sürecinin normal devam edip etmediği noktasında önemlidir. Çocuk ağlayabilir, okula gitmek istemeyebilir bunlar normaldir ancak zamanla azalması ve ortadan kaybolması beklenir.

*Okul nasıl bir yer?*

*Öğretmenim nasıl birisi?*

*Sınıfı bulamazsam ne olur?*

*Ailem ben yokken evde ne yapıyor?*



*Okulun içinde kaybolursam ne olacak?*

*Sınıfta arkadaş bulamazsam canım sıkılmaz mı?*

*Tuvaletim geldiğinde tuvaleti bulamazsam ne olur?*

*Ailem okul çıkışında beni yalnız bırakırsa ve söyledikleri saatte okulun önünde olmazsalar ne olacak?*

*Arkadaşlarım benimle oynamazsa okulda yalnız mı kalacağım?*

- Oryantasyon sürecinde ilk hedefimiz çocuğun okuluna, öğretmenine, arkadaşlarına güven duyup alışmasıdır.
- Çocuklar oryantasyon sürecine keyifle başlayabilirler ya da direnç gösterebilirler. Bu tür durumlarda ebeveynler kararlı bir duruş sergilemelidir.
- Ebeveynler uyum sürecini analiz ederken çocuğun ayrılma anındaki davranışlarını değil çocuğun okulda nasıl durduğunu, etkinliklere ne kadar katıldığını ve çevresiyle iletişimini dikkate almalıdır.



# Zübeyde Hanım Anaokulu PDR Servisi

## OKULA UYUM Veli Bilgilendirme Broşürü

### Değerli velimiz,

Okul sosyalleşme sürecinde aileden sonra ilk temel toplumsal kurumdur. Yaşamda her yeni deneyim insana belli bir miktar kaygı yaratabilir. Özellikle de çocuksanız... Okul da çocuk için bilinmezliklerle doludur. Bu süreçte çocuğunuzun okul ile ilgili konularda bilgilendirilmesi, sizin kendi kaygılarınızı kontrol almanız nispeten bu kaygıyı azaltacak adaptasyon sürecini kolaylaştıracaktır..

Bu broşürde bu konuyla ilgili bazı temel bilgilere ulaşabilirsiniz. Detaylı bilgi için okulumuzun psikolojik danışma ve rehberlik servisine başvurabilirsiniz.

Okan USLU  
Uzman Psikolojik Danışman

## Anne-Babalar Bu Süreçte Ne Yapmalı?

- Öncelikle çocuğun zihninde okulla ilgili olumlu bir görüntü oluşması gerekir. Okuldan söz ederken “Okulun çocuklar için düzenlenmiş özel bir yer olduğu, orada çocukların hoşuna gidecek etkinliklerin yapıldığı, oyunlar oynandığı, okulun yeni arkadaşlar edineceği hoş bir yer olduğu” vurgulanmalıdır.
- Aileler çocuklarına okulunu ve öğretmenini tanıtmalı, çocuklarının öğretmenine güven duymasını sağlayıp ihtiyaç duyduğu her an öğretmeninden yardım isteyebileceğini anlatmalıdır.
- Aile çocuklarını okulda ne kadar zaman geçireceği, gidiş geliş saatleri konularında bilgilendirmelidir.
- Aileler; öğretmen, okul ortamı, sınıf ortamı vb. konularda çocuğun yanında olumsuz söylemlerde bulunmamalıdır.
- Çocuğun herhangi bir uyum problemi yaşaması durumunda sınıfındaki diğer çocuklarla karşılaştırmamalı, çocuğun benliğine zarar verecek ifadelerden (Örneğin; “Ağlarsan sana kötü çocuk derler, seni okula almazlar.”, “Seni bebeklerin gittiği sınıfa alırlar.”) uzak durulmalıdır.
- Aileler, öğretmen tarafından açıklanan program uygulama çizelgesine uyum sağlamalıdır.
- Çocuklarından ayrılamayan, aşırı koruyucu, kollayıcı, her işi çocuğu için yapmaya çalışan anne-babalar çocuğa iyilik yaptıklarını düşünürken aslında en büyük kötülüğü yapmaktadırlar. Çocuğu asırlı korumak, onun özgüvenine zarar verir.

- Çocuk ayrılmakta zorlandığı bir yetişkin tarafından okula getirilmemelidir.
- Okula bırakırken vedalaşmaları kısa tutun! Uzun uzun sarılmak çocukta bırakıldığı ve bir daha alınmayacağı korkularına sebep olur.
- Çocuğunuzun okulda olduğu saatler için ailenin geri kalanları ile planlamalar yapılmamalıdır.
- Çocuğunuzun okula devamı konusunda tutarsız davranışlardan uzak durulmalıdır.
- Çocuğunuz ağlasa da okulda kalacağı ve aile üyesinin okuldan ayrılacağını anlamalı ve bu konuda kesin sınırlar çizilmelidir.
- Çocuğunuzun okul için ihtiyaç duyabileceği materyallerin alışverişini beraber yapabilirsiniz.
- Çocuğunuz okula gelmekte zorlanıyorsa sevdiği, güven duyduğu bir eşya veya oyuncuğu okula getirmesine izin verebilirsiniz.
- Okula belirli bir zaman için geldiğini ve dersler bitince mutlaka eve geleceği çocuğa aktarılmalıdır.
- Okula hazırlık, okula başlama, okul kuralları, öğretmen-okul sevgisi içeren kitapları çocuğunuza okuyabilir ve çocuğunuzun duyguları üzerine konuşabilirsiniz.
- Sakin, sabırlı ve destekleyici olunmalıdır.
- Ebeveynin kaygılı ya da olumsuz düşünceleri varsa bunun çocuğa yansımaları uyum sürecini zorlaştırabilir.
- "Yeni bir yere gidiyor olmak senin için zor, ben hep yanındayım, yanında olacağım, seni her zaman söylediğim saatte gelip alacağım. Orada yaptıkların beni çok mutlu ediyor." diyerek onu anladığınızı gösterebilirsiniz.

- Çocuğunuz eğitim hayatına ilk adımını attığı bu süreçte bir şeylerin düzene oturması çocukta çocuğa farklılık gösterecektir. İlk günler belki yemek yemeyebilir, kurallara uymada güçlükler çekebilir. Okula başlamayla birlikte evde sizden ayrılmama, huysuzluk gibi kaygı içeren davranışlar sergileyebilir. Çünkü çocuğunuz yaşadığı kaygıyla baş etmeye çalışmaktadır. Burada ebeveynlerin yapması gereken sabırlı ve anlayışlı olmaktır.
- Okula veya sınıfa girme talepleriniz çocuğunuzun okula uyumunu zorlaştıracaktır.

## Eve geldiğinde ne sormalıyım?

- Bugün arkadaşlarıyla neler yaptın?
- Bugün birine yardım ettin mi?
- Bugün yeni neler öğrendin?
- Bugün kendini okulda nasıl hissettin?
- Bugün yeni bir oyun öğrendin mi?

## Eve geldiğinde ne sormamalıyım?

- Okuldaki çalışmalarda başarılı oldun mu?
- Arkadaşların senden iyi miydi?
- Bugün öğretmeninden aferin aldın mı?
- Yine ne haylazlıklar yaptın?
- Okuldan korktun mu?

## Kitap Önerileri

