



İlkokula Başlarken...

Şimdi bir zaman yolculuğuna çıkalım. Gözlerinizi kapatın ve bugün 1.sınıfa başlayan çocuğunuzu kucağınıza aldığınız ilk günü anımsayın. Ne sıcak ve sevgi dolu bir anı. İlk adımları, ilk kelimesi, ilk sarılışından bugünlere gelene kadar ne çok macera geçirdiniz kim bilir. Şimdi siz yeni bir maceraya yelken açarken, bu yolculukta biz de sizlerin yanınızda olacağız. Bu bültenimizde size çocuğunuzun yeni deneyimine uyumunu kolaylaştıracak bazı bilgiler sunacağız. Keyifli ve verimli okumalar dileriz.

Yaş Dönemine Göre Beklenti Ne Olabilir?



6-12 yaş dönemi *okul çağı çocukluk* dönemidir. Bu yaş seviyesindeki çocuktan “oyun çağı” özelliklerini kademeli olarak bırakıp “okul çağı” becerilerini kazanmaya başlaması beklenir. Bu geniş yaş aralığında şu an çocuklarımız için daha uygun olan 6-8 yaş arası çocukları ele alalım. O halde bu yaş dönemindeki çocuklarda gelişmesini beklediğimiz özelliklere göz atalım.

- Öz bakımını kendi yapabilir.
- Oyuncaklarını, eşyalarını, kitaplarını, kıyafetlerini toplayabilir.
- Kendi başına giyinebilir.
- Farklı kelimeleri kullanarak daha zengin içerik ve yapıda cümleler kurabilir.
- Problem çözme becerilerinde ustalaşma artmaya başlar.
- Ebeveyninden belli sürelerde ayrı kalabilir.
- Kurallı oyunlar oynayabilir.
- Temel duyguları anlayabilir ve ifade edebilir.

Tüm bunlarla birlikte elbette ki ebeveynlerine hala ihtiyaç duymaktadır. Anne-baba olarak sizlerden beklentileri onlara yeni deneyimlerinde rehberlik etmeniz olacaktır. Öz bakımı ile ilgili tam sorumluluğu ona bırakarak deneyimlemesine sabırla müsadde edebilirsiniz. Evdeki iş bölümüne onu da dâhil edebilirsiniz. Bu görevleri zaman zaman hatırlatmanız gerekebilir. Günlük yaşamını planlaması için ona destek olabilirsiniz. Ev için verilen görevlerde ona yönergeleri okuyabilir, motivasyonu için destekleyici olabilirsiniz. Burada akılda tutulması gereken, onun yerine işi yüklenmeden yol gösterici olmaktır.

Yaşanabilecek Bazı İhtimaller

Her ne kadar hepimizin okulların açılma sürecine heyecanla yaklaşıp da bazen işler umduğumuz gibi gitmeyebilir. Yaşanması ihtimal olan sıkıntılı süreçleri tahmin edersek yönetilmesi de kolaylaşacaktır. Bu nedenle yaşanabilecek bazı sıkıntılı ihtimalleri de öngörü olarak sizlerle paylaşmak istedik.

- Ev konforuna ve ebeveynle zaman geçirmeye oldukça alışan çocuklar okula gitme konusunda hevesli davranmayabilir. Hatta ağlama ya da tutturmalar gözlemleyebilirsiniz.
- Çocuğunuz okula gitme konusunda zorluk yaşamasa da kapıdan içeri girmek istemeyebilir.

- Utanabilir, çekinebilir, ağlayabilir.
- Karın ağrısı, mide bulantısı, vb. şikâyetleri olabilir.
- Okulun niteliksel olarak okul öncesi yapıdan farklı olmasından dolayı sorumluluklarının artmasından endişe edebilir.

Sorunlara Değil Çözüme Odaklanalım

- Çocuğunuzun okula başlamasıyla ilgili siz ne(ler) hissediyorsunuz? Çocukların güvende olduklarından emin olmak için ilk referans noktaları ebeveynleridir. Kendi duygularınıza bir göz atın. Eğer güç duygular (endişe gibi) içinde buluyorsanız kendinizi bunun nedenlerini düşünün. Bu duyguyla baş etmedeki kaynaklarınız neler olabilir bir değerlendirin.
- Daha önce bahsettiğimiz gibi çocuğunuz da bazı güç duygular hissedebilir. Sizden ayrılmak istemeyebilir, ağlayabilir, inatlaşabilir. Davranışa değil nedenine dikkatinizi yöneltmeye çalışın. Tahminlerden uzak kalmaya çalışarak dört kulak dinleyip, duyulanları yansıtarak doğru tahmin edip etmediğinizi sorun. Örneğin çocuğunuz okula gitmek istemediğini söylüyor ve ağlamaklı oluyor.



Ebeveyn: Görüyorum ki okuldan bu kadar uzak kalınca eve alıştın ve okula dönmek istemiyorsun.

Çocuk: Hayır, okulu seviyorum. (Böyle bir yanıtta bizim tahminimiz pek de doğru çıkmadı. Dolayısıyla çözümümüz de etkisiz olabilir.)

Ebeveyn: Öyle mi? O zaman seni anlamama yardımcı ol. Okulu sevdiğini söylüyorsun ama gitmek istemiyorsun. Biraz kafam karıştı.

Yüzeysel bir diyalog örneği olsa da gerçek dinlemenin önemini fark edelim istedik. Sözün özü dikkatle ve özenle dinleyerek ne hissettiğini birlikte anlamaya çalışın.

- Ebeveyn olarak taşıdığınız kaygıları çocuğunuzla değil yetişkin paydaşlarınıza ifade edin. Okul veya okula ait hizmetler hakkında ilgili birimlerle görüşerek endişenizin ne olduğu ve çözümleri hakkında istişarede bulunun.
- Çocuğunuza okulda huzurlu ve rahat olacağını ifade edin.
- İlk gün okul hakkında sohbet etmek hem size hem de ona iyi gelecektir. Hatta belki ev ikliminize uygunsa “okulun ilk günü” kutlaması yapabilirsiniz. Çocuğunuzun dinledikten sonra siz de kendi olumlu okul anılarınızı anlatabilirsiniz.
- Çocuğunuzun okulda kalacağı zaman hakkında net bilgiler verin.
- Okul çocukların sorumluluklarını deneyimledikleri en etkili platformdur. Okula devamlılık da bir sorumluluk becerisidir. Çocuğunuzun okula gelmesi hakkında kararlı ve net bir tutum içinde olmalısınız. Burada bahsedilen çocuğa çaresizlik ve zorunluluk hissettirmek değildir. Bunun bir yaşam görevi olduğu, onun yaşındaki her çocuğun okula gitmesi gerektiği hakkında konuşabilirsiniz.
- Çocuğunuzun servise ya da okula bırakırken vedaları uzun tutmamaya özen gösterin. Bu ayrılığın keskin bir ayrılık izlenimi yaratmaması açısından önemli olabilir. Çocuk ayrılmakta güçlük yaşayabilir.

Tüm bu öneriler daha genel durumlar için hazırlanmış olsa da zaman zaman özel olarak da desteğe ihtiyacınız olabilir. Desteğe ihtiyacınız olduğunda sizlerin yanında olacağımızı bilmenizi isteriz. Okulumuza hoş geldiniz...

Huzurlu, keyifli, sağlıklı ve bol öğrenme deneyimli bir eğitim öğretim yılı dileriz.
Saygılarımızla

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi