OKULA BAŞLARK

OKULA BAŞLARKEN

Okul, çocuğun yaşamındaki ilk toplumsal kurumdur; bireye yaşamında gerekli olacak değerleri ve bilgileri kazandırırken, topluma uyum sağlaması için gerekli sosyalleşme becerilerini de kazandırmaktadır. Okul dönemi çocuk için yepyeni bir yaşama başlamak demektir artık daha farklı tavırlar geliştirmeye gereksinim duymaya başlayacaktır.

Gerçekte çocuklar çok dinamik varlıklar, onlar biz yetişkinlerden çok daha kolay yeni durumlara uyum sağlayabiliyorlar. Biz yetişkinler daha evhamlıyız, daha çok panik yaşıyoruz. Korku ve kaygılarımızı da çocuklarımıza zaman zaman bulaştırabiliyoruz. Yani okula başlamak sadece çocuklarımız için değil, aileleri için de önemli; hatta bizim kültürümüzde büyük anneler büyük babalar bile bu telaşa katılıyorlar.Oysa biliyoruz ki aileler huzurlu olur, okula güven duyar ve okulla işbirliği içinde olurlarsa çocuklar da bu uyum sürecini sağlıklı ve keyifli bir şekilde geçirirler. Yeni durumlara yeni ortamlara uyum sağlamak hangi yaşta ne kadar deneyimli olursak olalım pek çoğumuz için zor olabilir. Bu nedenle küçük yaşlarda geliştirdiğimiz sağlıklı uyum becerileri yaşamımız boyunca bize çok yardımcı olabilir.

Çocuklar okula başladıkları andan itibaren ufukları gelişmeye başlar. Artık sonsuza kadar sürecek çok çeşitli etkilerle karşılaşmaya başlarlar. Arkadaşları, öğretmenleri, dersleri okuduğu kitaplar ve çevrelerindeki her şey onları etkiler. Anne-baba ile özdeşimin yanı sıra, öğretmenleri ve arkadaşları ile kurdukları özdeşimler de önem kazanır. Bütün bu çevresel uyaranlar onların kişiliğinin şekillenmesinde çok önemli bir rol oynar.

Okula başlarken bazı çocukların karşılaşılabileceği olası güçlükler ana başlıklarıyla şunlar olabilir:

* Sürekli gerginlik ve huzursuzluk.
* Genellikle yalnız olma, arkadaşlık kurmada ve bunu sürdürmede zorlanma.
* Kendini değersiz hissetme. Özgüven eksikliği.
* Çevresindekilere karşı saldırgan davranışlar gösterme.
* Anne ya da babaya aşırı bağımlılık.
* Öğretmenlerinden ya da arkadaşlarından sürekli onaylanmayı ve kabul görmeyi beklemek.
* Ev, sınıf ya da okul kurallarına uymada zorluk.
* İstediği bir şeyin olması konusunda ısrarcı tutum.
* Verilen bir görevi düzenlemede / organize etmede zorluk.
* Uyku sorunları (uykuya dalamama, uykuda konuşma, uykuda gezme gibi)
* Okula gitmek ya da okulda kalmak konusunda zorluk yaşama.

Aileleri ve okulu en çok zorlayan sorunlardan biri okula gelmek istemeyen ya da okula geldikten sonra anne babasından ayrılmayan çocuklardır. Okul fobisi, çocukların okuldan korktuğu bir tür ayrılma anksiyetesidir. Okul fobisi olan çocuklar; okula gitmeyi reddeder ya da ana-baba figürlerinden ayrılınca ortaya çıkan yoğun kaygı nedeniyle okulda büyük güçlükler çekerler. Bazı durumlarda çocuk birdenbire, bir gün okula gitmek istemeyebilir; Zorlamalar karşısında kaygısı artar; panik yaşar, midesi bulanır, kusar, ağlar, gitmemekte direnir. Kimi zaman zorlamalara dayanamayıp evden çıkar ama servise binmekten vazgeçer ya da ailesi tarafından okula götürülüyorsa onlardan ayrılmak istemez. Hiç bir güç onu ikna edemeyecek gibi görünür, aile çaresizlik yaşar. Bazı durumlarda da başlangıç daha sinsidir. Ön belirtiler günlerce sürebilir. Çocuk neşesizdir, uykuya dalmakta güçlük çeker. İştahı kesilir, ödevlere karşı ilgisi azalır. Her sabah somatik bir belirti ile uyanır. Başı, karnı ağrır, midesi bulanır."Bu gün okula gitmeyeceğim" der. Neden olarak, öğretmenden korktuğunu ya da bir arkadaşının kendisini rahatsız ettiğini, arkadaşlarının onu oyunlarına almak istemediklerini söyleyebilir. Bazıları da tanımlayamadıkları bir korkudan söz ederler. Çoğu zaman evde rahattırlar. Bazı vakalarda evde de huzursuz olabilirler. Genellikle annesini bir yere bırakmaz, peşinden dolaşırlar.

Okulla ilgili duyguları nedeniyle çocuğu suçlamaktan kaçınılmalıdır. Ona bu durumun bir çok çocukta görüldüğü ve aşılabileceği anlatılmalıdır. Bu durumda okulun rehberlik servisi ile iletişim kurmak tutarlı ve kararlı bir tutum sergilemek yararlı olabilir ancak dirençli vakalarda bir sağlık kurumundan yardım alınmalıdır.

Klasik bilgilerimiz ayrılık kaygısının sadece çocuğun yaşadığı bir durum olmadığını genellikle annenin de çocuğunda ayrılmakta zorluk çektiği yönündedir. Annenin yüzündeki korku ve kaygı kolaylıkla gözlenebilir, kendisi yanında olmazsa çocuğunun güvende olmayacağı gibi bir evham içindedir. Nadir durumlarda bu ikili kaygı baba ve diğer yakınlarca da paylaşılabilir.

Çocuğumuzun bireyselleşmesi için bu tür ayrılıklar yaşanması çok önemlidir. Annesinden ayrılıp okulda akranlarıyla birlikte belirli bir süre geçirmek, o süre içinde bir başka yetişkinin söylediklerini yapmak, grup halinde yemek yemek, teneffüslerde arkadaşlarıyla oynamak çocuğun pek çok sosyal beceri kazanması için bir fırsattır. Bu dönem sağlıklı bir şekilde geçirilirse, bundan sonraki gelişim görevlerini yerine getirmek yani büyümek daha kolay olacaktır.

Ailenin yapması gereken, okulun ilk günlerinden başlayarak süreci kısaltmak adına vedalaşma anını kısa tutmak ve bu konuda kararlı ve tutarlı davranmaktır.

Karşılaşılan sorunlar ne olursa olsun;

* Çocuğumuzu sevdiğimizi, onun bizim için önemli olduğunu belirtelim.
* Çocuğumuza inandığımızı ve ona güvendiğimizi hissettirelim.
* Anlattıklarını dinleyelim ve kendisini ifade edebileceği durumlar yaratalım.
* Öfkeli, gergin, heyecanlı iken tartışmayalım. Konuşmak ve olayı anlamak için sakinleşmeyi bekleyelim. Unutmayın problem, problem anında çözülmez.
* Çocuğumuzun ,kendi başına iş yapmak ya da bize yardımcı olmak için gösterdiği girişimleri destekleyelim.
* Ona başarabileceği işler verelim . Başarısızlığı yaşayacağı gelişim dönemi için çok fazla gelecek sorumluluklar, görevler vermeyelim.
* Hatalı davranışlarını eleştirmek yerine davranışın olumsuz sonuçlarını tartışalım.
* Olumsuz davranışın yerine koyabileceği olumlu davranışın ne olabileceği konusunda kendisi ile konuşalım ve çözümü birlikte bulmaya tartışın ve birlikte çözüm bulun.
* Kendisinden beklentilerimizi açıkça anlatalım.
* Hatalı davranışını sürekli gündeme getirmek yerine, olumlu davranışlarını destekleyelim.
* Çocukların çevresindeki kişilerin (anne-baba, öğretmen, arkadaş vb.) davranışlarını model aldıklarını unutmayalım.

Disiplin ve davranış sorunlarıyla karşılaşmamak için, okul ve aile işbirliği içinde hareket etmelidir. Okul kurallarına uymada ailenin rolü çok önemlidir. Çocuğun okul kurallarına uyması, ebeveynlerin çocuklarına sınır koyma becerileriyle ilişkilidir. Bütün çocuklar sevgi kadar disipline de gereksinim duyarlar. Araştırmalar sınırların, kuralların belli olduğu; yetişkinlerin tutarlı ve kararlı davrandığı ortamlarda çocukların kendilerini güvende ve huzurlu hissettikleri gösteriyor. Çocuklar zaman zaman biz yetişkinleri denerler, bazı taşkın davranışlarda bulunurlar. Burada altta yatan amaç nereye kadar gidebileceklerini görmektir. Toplumsal yaşamda özgürlüklerimiz, kurallarla belirlenir. Oyunların bile kuralları vardır. Bir İngiliz Atasözü "İyi komşuluk bahçe çitleriyle başlar." diyor.

Çocuklarımız hepimiz için çok değerliler, onların sağlıklı ve mutlu bireyler olarak yetişmeleri ise ana hedefimiz . Yetişkinler olarak tutarlı ve kararlı bir şekilde el ele vererek onlar için en doğrusunu yapabiliriz.