



## Çocuklar Okula Başlarken Ne Düşünür?

Okula başlama, çocuğun yaşamındaki önemli dönüm noktalarından biridir. bu önemli dönemde çocuklar, okula dair atacakları ilk adımda zihinlerinde bir çok soruyla baş başa kalabilirler.

- Okul içerisinde kaybolur muyum?
- Sınıfım kalabalık olacak mı?
- Hastalanır mıyım?
- Ailem beni bırakacak mı?
- Ailem söylenilen saatte beni almaya gelecek mi?
- Okulda yalnız kalır mıyım?
- Acaba şu an evde neler oluyor?
- Ailem beni özlüyor mu?
- Oyuncaklarıma bir şey olmuş mudur?
- Tuvaletim gelirse ne yapacağım?
- Arkadaşım olacak mı?
- Servis'te başıma bir şey gelir mi?

## Bu kaygıları yaşayan çocuklarda;

- Anne-babadan ayrılmak istememe,
- İştah ve uyku düzeninde bozulmalar,
- Öfke ve ağlama nöbetleri,
- Agresif ya da içe kapanık davranışlar,
- Okula gelmek istememe, bahaneler bulma,
- Karın ağrısı, bulantı, kusma hissi gibi psikosomatik belirtiler görülebilir.



## ÇOCUKLARIMIZA NASIL YARDIMCI OLURUZ?

- Öncelikle "Sabırlı" ve "Sakin" olabilirsiniz. UNUTMAYIN ki konuşmalarınız, beden diliniz ya da tepkileriniz olumsuzsa çocuğunuz da tepkilerinizden olumsuz etkilenecektir. Sizler öfkeli, kaygılı, korku dolu olursanız çocuğunuz bunu hissedecek ve kaygılanacaktır.
- Çocuğunuzun yaşadığı korku ve kaygıları anne-baba olarak sizler, anlayıp ve kabul edebilirsiniz. Endişelenmeyin, çocuğunuza kaygılarını anladığınızı ve kabul ettiğinizi gösterdiğinizde çocuğunuz daha çok kaygılanmayacak ve daha çok ağlamayacaktır. Bilakis duygularını anlamanız onu sakinleştirecektir.
- Çocuğunuz okula bıraktıktan sonra, vedalaşmaları çabuk ve kısa süreli tutarak ayrılığın doğal olduğunu hissettirin. Sizler okul bahçesinden, kapıdan onu izlemeye çalışır, endişeli gözlerle arkasından bakarsanız çocuğunuz ayrılığın normal bir durum olmadığını sezinleyecektir.
- Çocuğunuz sizden ayrılmakta zorlanıyorsa size ait bir eşya ya da fotoğrafı çocuğunuzun yanında bulunması için verebilirsiniz.
- İletişim diliniz ve yaklaşımlarınızın olumlu ve güven verici olmasına özen gösterebilirsiniz.
- Çocuğunuz yargılamadan, cezalandırmadan, korkutmadan ve en önemlisi öğretmenini disiplin aracı olarak kullanmadan, öğretmen ile çocuğunuz korkutmadan çocuğunuzun yeni duruma alışması için ona zaman tanıyabilirsiniz. Siz sakin ve kararlı oldukça çocuğunuz duygularını düzenleyip yavaş yavaş uyum sağlayacaktır. Çocuğunuza güvenebilirsiniz.
- Her çocuğun yeni durum ve ortama alışmak için zamana ihtiyacı vardır. Ancak bu süre bir iki haftayı aşarsa okulumuzun Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Servisine başvurabilirsiniz.