



OKUL KORKUSU VE BAŞ ETME YOLLARI

Banu SOYDABAŞ
Şeker İlköğretim Okulu
Psikolojik Danışman

OKUL KORKUSU,

Çocuklarda okula gitmek istememe durumu olarak tanımlanmaktadır.




OKUL KORKUSU,


- Her çocukta rastlanan bir durum değildir ama ortaya çıkması halinde çocuğun okul başarısını etkiler.
- Sıklıkla okula yeni başlayan çocuklarda gözlenmekle birlikte ara sınıflarda da ortaya çıkabilir.

OKUL KORKUSU,



- Anneden ayrı kalma ve terk edilme korkusuyla ilişkilidir.
- Çocuk annesinin yokluğunda kendisi veya annesine bir zarar geleceği endişesi yaşar.
- Evde küçük kardeş varsa onun annesiyle evde güzel vakit geçirdiğini ve kendisini dışladıklarını düşünebilir.

- 
-
- Çocuk kendisi yokken anne babasına bir Őey olacağından veya kendisini terk edeceklerinden korkar.
 - Aile çocuğu kendilerine bağımlı yetiştirmişse çocuğun özgüvensizliği okuldan korkmasına neden olur.

- 
-
- Okul korkusu geliştiren çocuklar genellikle başarı kaygısı taşıyan, uslu, uyumlu, aşırı onay bekleyen çocuklardır.
 - Ailede ekonomik kriz, kardeşin doğuşu, bir yakının kaybı gibi etkenler de sorunun başlamasında etkili olabilir.

OKUL KORKUSUNUN BELİRTİLERİ



- İsteksizlik,
- Ailinganlık,
- Sinirlilik,
- Öfke,
- İştahsızlık,
- Uykuda huzursuzluk
- Okula gitmek istememe

OKUL KORKUSUNUN BELİRTİLERİ

- Evde nedensiz yere ağlama, kavga etme, dikkat çekmeye çalışma
- Aşırı kaygılı olma
- Hasta olmadığı halde sık sık karın ağrısı ve baş ağrısından şikayet etme
- Okula giderken, ağlama ve hastalık şikayetleri olması
- Evde kalmasına izin verilince bu belirtiler hemen kaybolması.



OKUL KORKUSUNUN BELİRTİLERİ

- Okula gitmediği için suçluluk duymama.
- Okula devam ettiği zamanlarda iyi bir öğrenci olma
- Okula gitmemek için arkadaşlarından yada öğretmeninden yakınma



ÖNERİLER...



- Ödün verilmemeli, mutlaka okula gitmesi sağlanmalıdır.
- Çocuğa okulun amacı açıklanmalı, bu konuda tüm aile fertlerinin kararlı ve tutarlı olması gereklidir.
- Çocuğun kendini terk etmiş ve yalnız hissetmesine yol açacak davranışlardan kaçınmalıdır.

ÖNERİLER...

- Okula gitmediğinden dolayı çocuğu suçlamamalı, korku ve gözyaşlarıyla alay edilmemelidir.
- Korkusu yüksekse bir iki hafta okula birlikte gidip, dönüşte almaya gelebileceğınızı söyleyin. Tutarlı olursanız onu terk etmeyeceğınızı anlar.



ÖNERİLER...



- Vedalaşmaları kısa tutunuz.
- O gününüzün nasıl geçeceği hakkında çocukla konuşun.
- Okula gitmediği zaman derslerden de geri kalacağını, bir de bunun kaygısını taşımak zorunda kalacağını anlatın.
- Çocuğun endişe ve duyguları hakkında onunla konuşun.
- Bu sıkıntılı durumun geçici olduğunu kendisi ile aynı durumda olan başları da olduğunu anlatın.

YAPILMAMASI GEREKENLER...

- Okul ve öğretmen ile ilgili doğru olmayan abartılı şeyler anlatılmamalıdır.
- Çocuğun hatalı davranışlarında öğretmen caydırıcı unsur olarak kullanılmamalıdır. Örnl: "Böyle yaparsan öğretmen seni sevmez" gibi....
- Okuldan korkutucu bir yer olarak bahsetmemelidir.
- Çocuğun yanında öğretmeni ile ilgili olumsuz konuşmalardan kaçınmalı ve öğretmeni eleştirilmemelidir.

YAPILMASI GEREKENLER



- Okula başlamak sizin ve çocuğunuzun yaşamında düzen demektir. Sabahları okula gitmeden önce birlikte kahvaltı etmeye ve onu okula uğurlamaya dikkat edin.

YAPILMASI GEREKENLER



- Yeni düzende çocuğunuz başlangıçta biraz zorlanabilir. Televizyon seyretmek, arkadaşlarıyla oynamak isteyebilir, ödevlerini ihmal edebilir. Zamanı düzenlemesine yardım edin.
- Evde kendi zamanınızı da düzenleyin ve TV seyretme alışkanlıklarınıza dikkat edin.

YAPILMASI GEREKENLER

- Düzenli uyku uyumasını sağlayın,ödevlerini yetiştiremediği için yada bir program izlemek istediği için uykusundan fedakarlık etmesine izin vermeyin.



YAPILMASI GEREKENLER



- Okulla ve öğretmenle yapıcı bir diyalog içinde olun.
- Öğretmeniyle ilgili otorite karmaşası yaratmamak için çocuğunuzun yanında öğretmenini eleştirmeyin.

YAPILMASI GEREKENLER

- Çocuğunuzun kendi başına halletmesi gereken meselelere karışmayın, bırakın sorunu halledeceğini görsün.
- Çocuğunuzun tüm yaşaının okul olmamasına dikkat edin. Arkadaşlar ve çeşitli uğraşlar edinmesi için teşvik edin.



EV ÖDEVLERİ

- NEDEN ÖDEV: Ev ödevlerindeki amaç çocuklarda özdisiplini, sorumluluk duygusunu, ders çalışma alışkanlığını kazandırmak ve öğrendiklerini pekiştirmesini sağlamaktır.
- ANCAK ÖDEVLER EVDE TARTIŞMA, KARGAŞA VE BİR SÜRÜ OLUMSUZ DUYGUYA SEBEP OLMAKTADIR.
- Çocuğun öğrendiklerini pekiştirmesinde ve çalışma alışkanlığı kazanmasında anne babaya görevler düşmektedir.

ÖDEVLER KONUSUNDA AİLELERİN YAPACAKLARI

- Okul ve öğretmen ile işbirliği içinde olunmalı.
- Ev ortamı ödev yapmaya ve ders çalışmaya elverişli hale getirilmeli.
- Ödev sorumluluğunun çocuğa ait olduğu hissettirilmeli.
- Anne baba ödevler konusunda aşırı denetleyici, baskıcı, sürekli uyarıcı ve cezalandırıcı olmamalı.
- Anne baba çocuğun yerine ödevleri yapmamalı
- Çocuğun tüm zamanı ödev ve ders ile doldurulmamalı.
- Ödevini yapması için önceden önerilen ödül olmamalı.