



OKULA UYUM

Okul, okuma-yazmadan başlayarak en yüksek düzeyde bilim ve sanat bilgisi vermeye kadar, çeşitli derecede toplu olarak öğretimin yapıldığı yer, mektep olarak tanımlanabilir. Okula yeni başlayacak çocuk için okul;

-uyulması gereken kuralları olan,

-arkadaş ilişkileri geliştireceği

-öğrenme becerilerinin gerekli olduğu yepyeni bir sosyal çevredir. Okula başlama sürecinde anne babaların özellikle merak ettiği konu çocuğum okula başlamaya hazır mı?

Okula uyum, okul kültürünün ya da öğrenme ortamlarının gerektirdiği çok yönlü özelliklerle, öğrencilerin sahip olduğu özelliklerin üst düzeyde öğrenme için uyumlu bir şekilde bir araya gelme derecesini ifade etmektedir.

Okula başlama, çocuğun yaşamındaki önemli dönüm noktalarından biridir. Yeni yaşamsal becerileri içeren okula başlama süreci ve bu sürecin gerektirdiği uyum, çocuğun belli bir düzeyde zihinsel, sosyal ve duygusal olgunluğa erişmiş olmasını gerektirmektedir. Çocuk için okul, alıştığı ve kendini güvende hissettiği aile ortamı dışındaki bir ortama doğru atılan belki de ilk adımdır. Bu nedenle uyulması gereken yeni kuralları, yerine getirilmesi gereken yeni görevleri, yeni arkadaşları ve öğretmeni ile uyum sağlaması gereken birçok farklı özelliği içeren yeni bir sosyal çevre konumundadır.

Okula başlamak hem çocuk hem de aile için büyük bir yenilik ve değişimdir. Bu önemli başlangıç için çocuğun hazır olması ilerideki başarısını da etkileyecektir. Çocuk için okul, hiç tanımadığı bir ortam, öğretmenler, yeni arkadaşlar, uymak zorunda olduğu kuralları içeren yeni bir sosyal çevredir. Ancak gerekli bilgi ve becerilere sahip olursa okula uyum sağlayabilir.

Çocuğunuz, okula başladığı ilk günde uyumlu davranışlar sergileyebilir ya da hiçbir tepki vermeyebilir. Bazı çocuklar da, çok açık şekilde uyumsuzluk tepkileri gösterebilir. Çocuğun ağlaması, bağımlı davranışlar, saldırgan tepkiler ya da kontrolsüz davranışlar geliştirmesi, çevreden gözlenebildikleri için çocuğa müdahale edilmesine yol açar. Ancak çocukların gecikmiş tepkiler vermesi de beklenen diğer bir durumdur. Özellikle içine kapanık tepkiler, uyum davranışlarıyla karıştırılabileceği için, böyle durumlarda çocuğun yardıma gereksinim duyduğu gözden kaçırılabilir. Bu nedenle anne babaların ve öğretmenlerin, çocukların okula başladığı ilk günlerden itibaren dikkatli gözlemler yapmaları önerilmektedir.

Uyum süreci sadece çocuk için değil, aynı zamanda aile içinde yeni bir deneyimi içerir. Çünkü çocuklar okula, o zamana kadar ailesi ve yakın çevresiyle olan etkileşimleri ile edindikleri deneyimler, alışkanlıklar ve beceriler ile başlarlar. Temel yaşamsal deneyimlerin edinebilmesi bakımından ailenin tutumu, çocuğun okula uyumu sürecinde oldukça etkilidir. Aile ortamında bağımlılıktan bağımsızlığa doğru sağlıklı bir şekilde ilerlemesine yardımcı olunan, yaş ve gelişim özelliklerine uygun sorumlulukları üstlenmesine ve yerine getirmesine izin verilen, oyun ve arkadaş deneyimi olan bir ortam, çocukların bu yeni duruma da kolay uyum sağlamalarına fırsat verecektir.

Hem çocuk hem de aile için önemli bir adım olan okula başlama ve uyum sürecinde etkili olan bir diğer faktör ise, okul ve eğitimcidir. Bu süreçte eğitimcinin uyum süreci ile ilgili bilgili olması ve çocukların onlar için yeni olan bu sürece uyum sağlayabilmelerini kolaylaştırabilmek amacıyla okulun ilk ayını yeniliklere alışma ve gerekli olan yeni becerileri kazandırabilme olarak değerlendirmesi gerekmektedir.





➤ OKUL ÖNCESİ EĞİTİME BAŞLAMA

Okul öncesi eğitim; çağdaş ve ekonomik toplumun gerektirdiği duygu ve düşüncelerini özgürce ifade edebilen, araştırmacı, meraklı, girişimci, karşılaştığı problemlere çözümler ve alternatifler üretebilen, kendi kendine karar verebilen, kendi haklarına ve başkalarının haklarına saygılı, sahip olduğu potansiyeli en yüksek düzeyde, yeteneklerini de en iyi şekilde kullanabilme, kendi kendini de denetleyebilen bireyler yetiştirebilmeyi amaçlamaktadır.

Okul öncesi eğitim kurumuna geçiş ile ilgili olarak yapılan araştırmalar, uyum sürecinde çocuk-aile-eğitim programının önemini vurgulamaktadır. İyi bir geçiş ve uyum sürecinin; çocuğun öğrenmeye, okula, öğretmen ve yaşantılarına karşı olumlu bir tutum geliştirmesi, ev yaşantısındaki temel becerilerinin varlığı ve bunların yeni beceri ve yeteneklerle artırılması, ailenin olumlu tutumu ve çocuğun öğrenme ve okul yaşantısına aktif katılımı, öğretmenin her bir çocuk için bireysel özellikleri çerçevesinde gelişimsel açıdan uygun etkinliklere yer vermesi ve çocuğun okula uyumunu sağlayacak destekleyici bir sınıf ortamının sağlanması gibi birçok farklı özellikten etkilendiğini belirtmektedir.

Kısaca, çocuğun okula uyum ve başarısı,

- Çocuğun kişilik özelliklerine,
- Ailenin çocuk yetiştirme tutumuna,
- Çocuğun sağlık durumuna
- İçinde yaşanılan sosyal çevrenin zenginliğine,
- Varsa daha önceki okul yaşantılarına,
- Çocuğun akademik olarak hazır oluşuna, öğrenme ilgisine ve kapasitesine bağlıdır



➤ İLKOKULDA EĞİTİME BAŞLAMA

İlkokula başlayacak çocukların bazı becerileri kazanmış olması gereklidir. Bu beceriler;

Öz bakım becerileri: Tuvaletini yalnız başına yapabilir, elbiselerini ıslatmadan yüzünü yıkayıp, kurulayabilir, dişlerini fırçalayabilir, kendisi yemek yiyebilir, düğmelerini ilikleyip çözer, kendi başına giyinip soyunabilir. Defteri, çantası, ceketini gibi kendi eşyalarına sahip çıkabilir, toplayabilir.

Sosyal gelişim: Kurallara uygun davranışlar sergileyebilir, arkadaşlık başlatabilir ve sürdürebilir, belli ölçüde gerilim ve öfkeyle baş edebilir, bir oyun için gerekli kuralları anlayabilir, sırasını bekleyebilir, sosyal kuralların nedenlerini anlayabilir.

İnce motor beceriler: Daire, kare, dikdörtgen, üçgen şekillerini çizebilir, dikey, yatay, eğik, eğri çizgileri çizebilir, kopya edebilir, şekillerin sınırını taşırmadan boyayabilir, baş, vücut, kollar, bacaklar, ağız ve gözlerden oluşan insan çizimi yapabilir.

Kaba motor beceriler: Sekerek sıçrama hareketi yapabilir, öne doğru takla atabilir, kendine atılan küçük bir topu elleriyle tutabilir.

Bilişsel gelişim: Algılama, dil ve kavram alanındaki gelişimleri içerir.

Algılama gelişimi: Renkleri tanır, eşleştirir, aynı anda birbirini takip eden 2-3 emri yerine getirebilir. ("Suyu mutfaktan al, sonra bana getir ve yanıma otur" gibi), anlatılan bir öyküdeki detayları hatırlayabilir, sebep -sonuç ilişkilerini kurabilir.

Dil gelişimi: Adını soyadını söyleyebilir, ailedeki kişilerin isimlerini söyleyebilir, niçin sorusunu açıklayarak cevaplayabilir, geçmiş şimdiki ve gelecek zaman ile ilgili konuşurken kelimeleri (dün, bugün, yarın) doğru kullanır, dilbilgisi kurallarına uygun konuşur, zıt anlamlı s kelimeleri söyleyebilir. (şişman-zayıf, sert-yumuşak ağır-hafif, gece-gündüz).

Kavram gelişimi ölçütleri: Büyük- küçük kavramlarını, sağını, solunu bilir, nesnelere büyüklük, genişlik ve uzunluk özelliklerine göre sınıflandırabilir.

İlkokula başlayacak çocukların okula hazır olmasının yanı sıra çocuğun duygusal, zihinsel ve bilişsel becerilerin kazanmasının yanı sıra ailenin de çocuğu psikolojik olarak hazırlaması ve güven vermesi gerekmektedir. Aileler her ne kadar çocuğu okula psikolojik olarak hazırladığını düşünse de okulun ilk günleri çocuğun verdiği tepkiler normal karşılanmalıdır. Okula ilk başlayacağı gün anne-babanın çocuk ile birlikte okula gitmesi, sınıfına kadar eşlik etmesi çocuğun okuluna ve sınıfına adaptasyonu için önemlidir. Her okula yeni başlayan çocuk gibi çocuğunuz da ağlayabilir, burada kaygılanılmamalı ve bu sürecin çocuğun öğretim hayatını etkileyeceği düşünülmemelidir.



➤ ORTAOKULDA EĞİTİME BAŞLAMA

Birinci kademedeki karşılaşılan sorunlar gibi ikinci kademede de sorunlar yaşayabileceği bunların normal olduğunu belirtilmeli, hiçbir problemin çözümsüz olmadığını bunun için hangi yolların kullanılması gerektiği anlatılmalıdır. İlkokulda sürekli aynı öğretmenle olan öğrenci ortaokul kısmında farklı öğretmenlerle karşılaşacağı için ilk başta alışmakta zorlanabilir. Ancak öğretmenler ile tanıştıkça ve öğretmenler branşları konusunda bilgi verdikçe bu farklılık sıkıntı olmayacaktır. Bu süreçte öğretmenlerin öğrencileri tanıması zaman alabilir. Çocuğunuzla ilgili özel bir durum varsa bunu mutlaka öğretmenlerine ve rehberlik servisine bildirmelidir.

Öğrencilerin yeni döneme uyumlarını kolaylaştırmak ve desteklemek için anne babaların birbirleriyle tanışabilecekleri bir ortam oluşturulabilir. Birbirlerini tanıyan aileler çocukları konusunda birbirlerine yardımcı olabilirler. Hiç değilse çocuğunuzun yakın arkadaşlık ettiği öğrencilerin aileleriyle tanışın. İlk aylar hatta haftalar sınıf öğretmeni aileler ile sık sık görüşerek öğrenciler konusunda bilgi paylaşımında bulunmalıdır. Varsa sorunlar zamanında fark edilmesi sağlanarak çözüm yolu aranmalıdır.

Ortaokula uyum sürecinde yaşanan en büyük problemlerden biri de öğrenci başarısında düşüş olmasıdır. Öğrenci başta bunun önemini fark edememektedir. Bu yüzden aileler olarak çocuklarımızın çalışma alışkanlıkları oluşturmaya yardımcı olmalıyız. Çocuğumuzun her gün az da olsa düzenli çalışmasını sağlamalıyız.

Çocuğunuzun sağlık durumu ile yakından ilgileniniz. Sağlık durumu çocuğunuzun okul başarısına etki ettiği gibi birtakım uyumsuz davranışların da sebebi olacaktır.

Çocuğunuzu iyi tanıyınız. Çocuklardan yapamayacağı şeyleri istemeyiniz. Onları yeteneklerinin ötesinde başarı göstermeye zorlamayınız. Çocuğunuzu sık sık eleştirmeyiniz. Hele bunu başkalarının yanında asla yapmayınız. Onun aşığılık duygusuna kapılmasını önleyiniz. Beğendiğiniz takdir ettiğiniz taraflarını söyleyiniz. Onun kendine güven duymasını sağlayınız. Çocuklarınız arasında ayırım yapmayınız. Çocukları kıskandırmayınız. Hepsine sevgi ve ilgi gösteriniz.

Çocuğunuzun yanında ona uygulanan eğitimin tartışmasını yapmayınız. Okul ve öğretmenler ile ilgili görüşlerinizi çocuğun yanında açığa vurmayınız. Çocuğunuzun çalışma programı yapmasına, uygulamasına yardımcı olunuz. Planlı çalışma üzerinde durunuz.

ÇOCUKLARDA AYRILIK KAYGISI

Okula gitme isteğinde azalma, okul ortamında sürekli ağlama, anneyi isteme, okulun açıldığı ilk günde şiddetli baş ve karın ağrıları çekme, okulda içe çekilme vb. tepkilerle kendini gösteren ayrılık korkusu, ilk kez aile ortamından okul ortamına geçiş yapan çocuklarda sıklıkla rastlanan bir durumdur. Ayrılık korkusu ailenin çocukla geliştirdiği ilişki biçimine göre şekil alan psikolojik kökenli duygusal bir problemdir. Ayrılık kaygısı çocuğun okula başlamadan çok daha öncesine dayanabiliyor. Bebeklik döneminde, çocuğun anneye yoğun bağımlılık ilişkisi yaşadığı sırada, anneyi bulamadığı zamanlarda bebeğin taşıdığı yoğun kaygı ve bu kaygının ebeveyn tarafından yeterince giderilmemiş olması olabilir. Çocuğun bakıcıya bırakılmasının, çocuk üzerinde yaratmış olduğu terk edilme, reddedilme, istenmeme düşüncesi bu kaygıyı pekiştirebilir. Çocuğun daha önce yaşadığı korkuları çağrıştıracak yeni bir ayrılık hali ortaya çıktığında duygusal tepki vermektense kendini saklayamıyor ve bu tepki ağlama, inat etme, gerileme davranışları sergileme şeklinde ortaya çıkıyor.

Okulu reddetmenin nedenleri bu psikolojik durumla sınırlı değil elbet, yine okul ortamının fiziksel şartları, çocuğun hassas yetiştirilmeye bağlı olarak genel tuvaletleri kullanamaması, çocuğun oluk ortamında duygusal ve fiziksel şiddete maruz kalmaması, yalnız kalması, oyun grubuna dâhil olamaması gibi sebepler sayılabilir. Anne-babalar için kâbus denilebilecek bu korkunun ortaya çıkmasını engellemek ya da var olan korkuyu sonlandırmak mümkün değil mi? Elbette anne, baba, öğretmen tutumlarıyla bu hasarlı süreç sağlıklı bir şekilde atlatılabilir. Öncelikle problemin sebepleri üzerinde ailenin uzman desteğiyle sağlıklı, objektif bir analiz yapmasında fayda vardır. Ayrılık korkusunu tetikleyen durum her zaman için çocuktan kaynaklanmaz. Annenin kendisinin bu sürece hazır olmayışı ve okula başlangıç zamanında çocukla abartılı ilgilenmesi, sürekli 'iyi olacağından eminim' ya da 'bu duruma alışabilecek misin' vb. cümlelerle kişisel kaygısını çocuğa hissettirmesi sorunu kronik hale getirebilir.

AİLENİN YAPMASI GEREKENLER

Okul başlamadan öğretmeniyle tanıştırlarak yabancı bir ortama gittiğinde dair düşünceler yumuşatılabilir. Okulun ilk zamanlarında giymesi için yeni bir elbise alınabilir, bu şekilde okulun kendisi için sunduğu kazanımlar fark ettirilebilir. Bazen kardeş kıskançlığı, çocuğun reddedildiği düşüncesini pekiştirir, okulun başlangıç döneminde kıskançlığı artıracak davranışlardan özellikle kaçınmalıyız. Okulun başlangıç döneminde sorunlarla karşılaşıldığında, sınıf öğretmeniyle ve okulun psikolojik danışmanı ile diyalog halinde olmamız ayrılık krizinin daha sağlıklı çözülmesinde yarar sağlar.

ÖĞRETMENİN YAPMASI GEREKENLER

Öğretmen öncelikle iyi bir gözlemci olarak çocukların adaptasyon durumlarını ölçmeli, gruptan uzak duran, ağlayan, annesini arayan, iç çekilen çocukları tespit edip özel olarak ilgilenmeli. Ailenin taşımış olduğu kaygıyı, normal bir düzeye çekmeli, bu sorunun geçiciliği vurgulanmalı ve psikolojik danışmanla temas kurulması sağlanmalı. Çocuğun kendini yetersiz hissettiği durumlarda, çocuğun özgüvenini arttırmaya yönelik çabalar sergilemeli

OKULA UYUM SÜRECİNDE AİLEYE ÖNERİLER

Bilindiği üzere aile çocuk eğitiminin başladığı ilk yerdir. Çocuk dünyaya geldiği ilk günden bugüne en önemli sosyal ortamı aile olacaktır. Daha sonra çocuk belli bir yaşa geldiğinde öğretim hayatı başlayacaktır. Bu öğretim hayatı yaş gruplarına göre farklılık göstermektedir. Kimisi kreşlere, kimisi anaokullarına, kimisi ilkokula başlayacaktır. Bu okula başlama sürecinde çocuk bazı uyumsuzluklar yaşayabilir. Çocuk ilk günler çok heyecanlı ve ne ile karşılaşacağını tam olarak bilmediği için tedirgin olacaktır. Çünkü daha önceden kuralları ve sorumlulukları olan bir ortama girmemiştir. Bu ortam onun için zorlayıcı bir durum haline gelebilir. Bu durumda da çocukta okula gelmeme isteği başlar. Ağlama nöbetleri, okula gitme konusunda direnç gösterme, verilen sorumlulukları yerine getirmeme bu süreçte karşılaşılabilecek durumlardandır. Sabırlı olmalı, bu süreçte çocuğa destek olmalı ve okula uyum sürecini kolaylaştırmalıyız.

Çocuğun okula olan uyumunu kolaylaştırıcı bazı yöntemler bulunmaktadır. Bunları çocuklarla beraber uygulamaya geçirmemiz halinde okul ile çocuk arasındaki uyum sürecini güçlendirmiş oluruz. Peki nedir bu yöntemler isterseniz bunlara bir göz atalım:

- Çocuğu önceden okula hazırlamalıyız, okulla ilgili sohbet konuları açmalı bu sohbete onu da dahil etmeliyiz. Okuldaki arkadaşlık ve sınıf ortamından bahsedilip, çocuğu okula özendirilmelidir.

- Okulun ilk günleri ona eşlik edebiliriz fakat bu durum süreklilik arz etmemelidir.
- Okula bıraktığımız zaman vedalaşma çok uzun sürememelidir.
- Çıkışta çocuğu alacaksak söz verdiğimiz vakitte orda olmalıyız, Çocukta güvensizlik ve korku oluşturmamak adına.
- Sabırlı olun, onu eve götürün, içecek ve yiyecek bir şeyler verin ve sonra kendi istediği zaman gününü size anlatmasına izin verin.
- Gerekirse ders programı akşamdan hazırlanmalı ve çocuğu dağınıklıktan kurtarmalıyız.
- Okul ile olan ilişkimizi daima canlı tutmalıyız.
- Eğer çocuk sürekli ağlama tepkileri veriyorsa çocuğa kızmamalı, onu anladığımızı yönelik tepkiler vermeliyiz.
- Çocuk okula gidiyor diye korku, tedirginlik hissederseniz bunu kesinlikle çocuğa yansıtmamalıyız. Çünkü çocukta da aynı endişeler baş gösterebilir.
- Çocukla ilgili aşamadığınız konular olduğu zamanda okul psikolojik danışmanından gerekli yardımı alabilirsiniz.

ÇOCUK NE YAŞIYORSA ONU ÖĞRENİR

Eğer bir çocuk, Sürekli eleştirilmişse, kınama - ayıplamayı öğrenir.

Eğer bir çocuk, Kin ortamında büyümüşse, kavga etmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk, Alay edilip aşağılanmışsa, sıkılıp, utanmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk Utanç duygusuyla eğitilmişse, kendini suçlamayı öğrenir.

Eğer bir çocuk, Hoşgörü ile yetiştirilmişse, sabırlı olmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk, Desteklenip yüreklendirilmişse, kendine güven duymayı öğrenir.

Eğer bir çocuk, Övülmüş ve beğenilmişse, takdir etmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk, Hakkına saygı gösterilerek büyütülmüşse, adil olmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk, Güven ortamı içinde yetişmişse, inançlı olmayı öğrenir.

Eğer bir çocuk, Kabul ve onay görmüşse, kendini sevmeyi öğrenir.

Eğer bir çocuk, Aile içinde dostluk ve arkadaşlık görmüşse, "BU DÜNYADA MUTLU OLMAYI ÖĞRENİR."