

## Çocuğum Okula Başlıyor

- Bu yeni deneyime başlarken çocukların ilk zamanlarda endişeli, şaşkın ve korkmuş hissetmesi ve birbirinden farklı davranması normaldir. Her çocukta oryantasyon süreci farklı ilerler.
- Ebeveynlerinde bu durumlarda sakin, kararlı ve destekleyici davranması çocukların duygularını dengeleyebilmesi için önemlidir.

Okul çocuğun sosyalleşebileceği ilk toplumsal kurumdur. Okula başlayan çocuk, sıcak aile ilişkilerinin olduğu ortamdan, toplu yaşam ilkelerinin geçerli olduğu, yeni deneyimlerin ve etkileşimlerin gerçekleşeceği yeni bir çevreye dahil olur.

## Çocuğum Okul Olgunluğu

- Çocuğun yaşına uygun gelişim özelliklerini gösteriyor olması okula uyumunu kolaylaştıracaktır.
- Çocuğun sosyal girişkenlik becerileri ya da çekingen yapısı arkadaşlık ilişkilerinde yön verici bir unsurdur.
- Yeni bir kardeş doğumu, bir yakının kaybı, ikamette değişiklik gibi durumların yaşanması okula uyum sürecini uzatabilir.
- Bu ve benzeri konularda endişeleriniz varsa, öğretmeninizle paylaşabilir, gerekirse rehber öğretmenden destek alabilirsiniz..

## Çocuğuma Nasıl Destek Olurum

Çocuğın yaşına uygun gelişimsel becerileri( sosyal-duygusal, fiziksel, motor ve bilişsel beceriler) evde destekleyerek; çocuğın özgüven ve yeterlilik duygusu desteklenmiş olunacaktır.

- Yaşına uygun sorumluluklar vererek başarma duygusunu tattırın. (yemekten sonra tabağını kaldırmak, yatağını oyuncaklarını toplamak gibi.)
- Öz bakımını desteksiz yapabilmesi ( tuvalet sonrası kişisel temizliği gibi) kıyafetlerini , ayakkabılarını yardım almadan giyebilmesi için evde fırsatlar sunun cesaretlendirin.
- Okuldaki düzene ve kurallara uyum sağlayabilmesi için evde de kurallarınız olsun (yemek ve uyku saati, serbest oyun saati gibi).
- Uzun süreler tablet, telefon, televizyonla vakit geçiren çocuklarda dikkat sorunları, sosyal becerilerde sınırlılıklar olur bu durum okuldaki etkinliklerde çabuk sıkılmasına, arkadaş edinmekte zorlanmasına sebep olabilir. Ekran süresine sınırlama getirin.

Okula dinlenmiş ve pozitif bir başlangıç için çocuğunuz'un uyku saatlerini düzenleyin, gece 22:00'den sonraya ertelemeyin.

- Okul dışında parka giderek, arkadaş ve akraba ziyaretleriyle farklı ortamlarda çocuğunuzun sosyalleşmesini destekleyin.

## Okul Hakkında Bilgilendirin



- Okul için gerekli malzemeleri alırken çocuğunuzun görüşlerini de alın.
- Okulu, açılmadan önce birlikte gezin sınıfları, yemekhane ve tuvalet gibi okulda kullanacağı alanları önceden görmesini sağlayın.
- Okulda çok sayıda arkadaşı olacağını, öğretmeni ve okul personelinin her zaman yanında ve destek olacağını, onlardan yardım isteyebileceğini ifade edin.
- Okulda çeşitli etkinlikler yapılacağı serbest oyun saatleri, bahçe de oyun saatlerinin olacağından bahsederek çocuğu motive edin.



## Okula Gidiş- Geliş Düzeni

- Okula gidiş- geliş saatlerini zaman kavramını henüz öğrenmemiş çocuklar için, yemekten sonra, oyun saatinden sonra seni alacağım gibi cümlelerle açıklamak çocuğun kaygısını azaltır.
- Çocuğa söz verilen saatte alınmaya gelmesi güveni için gereklidir.
- Çocuğu okula kimin getirip götüreceğini, eğer bu durumda değişiklik olursa önceden bilgilendirmesini yapmak, mümkün olduğunca aynı kişinin bu görevi üstlenmesi ve bu kişinin çocuğun ayrılmakta zorlanmadığı birisi olması önemlidir.



# BU SÖYLEMLERDEN UZAK DURUN



**Komşunun çocuğu ilk  
günden alıştı, 10 gün  
oldu sen hala  
alışamadın!**

**Yemeğini  
bitirmezsen ,  
yatağına  
gitmezsen... yarın  
öğretmenine  
söylerim**

**Bugün sınıfta  
kal, söz yarın  
seni**

**getirmeyeceğim**

**Yemeğini kendi  
yiyebilecek mi,  
tuvaletini  
yapabilecek mi  
(kaygılarınızı  
çocuğun yanında  
konuşmayın)**

**Ağlarsan okulda  
kimse seni  
sevmez, bak  
senden başka  
ağlayan var mı**

**Bebek misin  
sen, korkacak  
ne var!**



- **Çocuğa gidiş dönüş zamanıyla ilgili verilen sözlere sadık kalın, özellikle ilk zamanlar geç kalmamaya özen gösterin.**
- **Vedalaşma süresini oldukça kısa tutun ve kaygınızı çocuğa yansıtmadan soğukkanlı bir şekilde ayrılın.**
- **Çocuğun öğretmeni ve okulla ilgili olumlu konuşmalar yaparak çocuğun bağ kurmasını okula güven duymasını kolaylaştırın.**
- **Okuldan geldiğinde gününün nasıl geçtiğini anlatmak istemezse zorlamayın, rahat hissettiğinde anlatacaktır. konuşmak yerine oyun oynamayı resim yapmayı deneyebilirsiniz.**
- **Sevdiği bir eşyayı geçiş nesnesi olarak yanında götürmesine izin verin.**



1 2 3 4



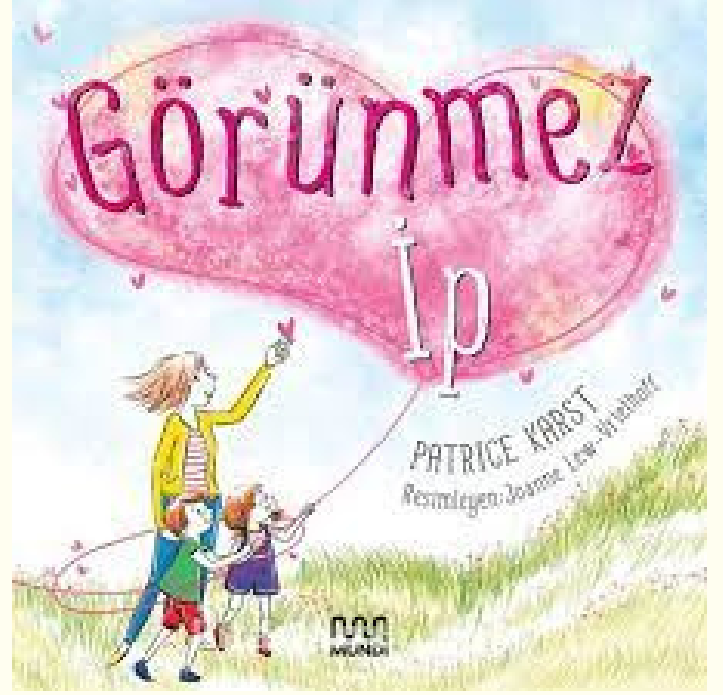
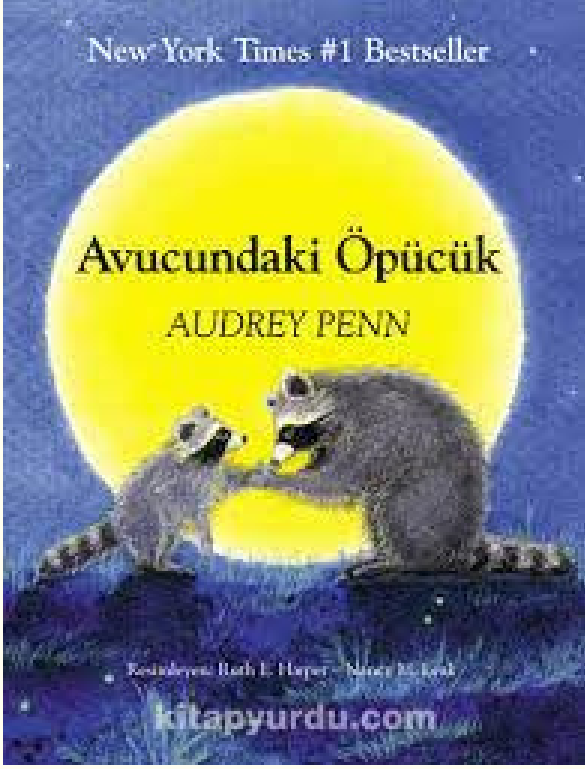
• **Unutmamalım ki her çocuk kendine özgü bireysel özelliklere sahip farklı bir birey. Bu süreçte farklı davranışlar gözlemlemek çok doğal, çocuğunuzu kıyaslamayın, duygularını hoşgörülle karşılayın, kabullenin, kararlı ve cesaretlendirici olun; öğretmen veli, öğrenci işbirliğiyle bu süreci sağlıklı bir şekilde yönetebileceğimize inanın!**



**Rehberlik Servisi**



# ÖNERİLERİ



REHBERLİK SERVİSİ