

ÇOCUĞUM OKULA GELMEK İSTEMİYOR!



Değerli Velilerimiz, yeni eğitim-öğretim dönemi başladı. Bu süreçte çocukların tatilden okula dönüşü hem siz velilerimiz hem de çocuklar açısından kaygı verici olabilir. Öncelikle bu sürecin doğal olduğunu kabul etmek ve doğru yaklaşım sergilemek oldukça önemlidir. Özellikle okula devam eden çocukların tatil sonrası okula gelmek istememesi ebeveynlerde okula tepki gösteriyor düşüncesine yol açabilir. Ancak bu sürecin çocuklar açısından yeni bir uyum süreci olduğunu unutmamak gerekir.

Okula Gelmek İstemeyen Çocuğa Yaklaşım Nasıl Olmalıdır?

Okula gelme konusunda tepki gösteren çocukların sebeplerinin araştırılması önemlidir. Yapılan araştırmalar okula tepki gösteren çocukların çoğunlukla aşırı koruyucu aile yapısına sahip oldukları ve anneden ayrılmakta zorluk çektiklerini saptanmıştır. Bunun yanında sosyal kaygı yaşayan çocuklarda gruba girmekte zorlandıkları için okula gelmeyi reddedebilirler. Bu sebeple öncelikle çocuğun okula gelme sürecinde tepki gösterdiği alanı düzenlemek gerekir.

Çocukları daha çok kaygılandıran ve söylenmemesi gerekenler

Çocukların okula karşı tepki gösterdiği dönemde uyumunu kolaylaştırmak adına ebeveyn olarak fark etmeden olumsuz mesajlar verebiliyoruz.

Çocuğunuza sürekli olarak okulda korkma, üzülme, ben yanıdayım demek. Bu kelimelerin çocuğa verdiği mesaj, okulda genel olarak endişelenilecek korkulacak bir şey var olacaktır. Bunun yerine okulda dolayı üzülmüşsün bunu çözmek için öğretmeninden yardım isteyebilirsin, ya da problem çözme becerisini desteklemek için nasıl daha iyi hissedeceğini sorabilirsiniz.

'Okulda üzülürsen, beni görmek istersen, hemen gelip seni alırım.' Çocuklar burada okulda üzüldüğün şeyler olursa bununla baş edemezsin, sana sadece ben yardım edebilirim mesajı alırlar. Özellikle çocuklar bunu duyduklarında üzüldüğü her an annesinin gelip onu alması gerektiğini düşünür. Ancak okul sürecinde çocuğun gün içerisinde bu duyguyu yaşaması muhtemeldir. Bu sebeple çocuk her üzüldüğü durumdan sonra annesini göremediğinde okula ve anneye karşı güvensizlik oluşur.

'Okula gitmek ister misin?' Çocuğa bu soruyu yönelttiğinizde okula gitmemeyi de tercih edebilirsiniz. İstedigin zaman seni götürmeyebilirim mesajı verirsiniz. Bu durumda çocuklar evdeki konforu ve ebeveynin yanını tercih edebilir.

'Kimse senin gibi ağlamıyor, okula bir tek sen gelmek istemiyorsun'. Bu tarz söylemler çocuğa anlaşılmadığı ve değersiz olduğu mesajı verir. Çocuk okul ve anne için kendisini yetersiz hisseder.

Bunun yerine başka çocuklarında bu duyguyu yaşayabileceği ağlamadan da okula gelebileceğini başarabileceği mesajı verilebilir.

'Okulda öğretmenin her istediğini yapacak. Yapmak istemediğin hiçbir şeyi yapmayabilirsin' Bu söylem çocuğa okulda her istediğinin her an karşılanabileceği mesajı verir. Ancak okul öncesi dönemde çocuklar bir sosyal çevre içerisinde yer alır. Bu sebeple belirli sınırlar ve kurallara adapte olması da sosyal yaşam becerilerinin önemli bir parçasıdır. Bu söylem ise çocuğa gerçekçi bir izlenim vermez. Bunun yerine öğretmenin okuldaki rolü ile ilgili gerçekçi ve destekleyici bilgiler verilmelidir.

Çocuğunuz Okula Gelmek İstemiyorsa Neler Yapabiliriz?

- Öğretmenlerimizle sürekli iletişim halinde olmak ve birlikte hareket etmek okula tepki sürecini kolaylaştırır.
- Çocuğunuzun duygusunu anladığınızı belirterek okula gitmek istememesinin nedenleri ile ilgili birlikte çözüm üretin.
- Çocuğunuzun okula gelme sürecinde net ve tutarlı olun.
- Çocuğumuzun okula hevesle, istekle gelmesine destek olacak hikayeler, anılar anlatın.
- Vedalaşma sürecini olabildiğince kısa tutun. Uzun vedalaşmalar çocukta kaygıyı daha çok arttırır. Çocuğunuzla önceden vedalaşma ritueli belirleyebilirsiniz. Okula bırakırken belirlediğiniz ritueli uygulayın.
- Okulla ilgili olumlu mesajlar verin. Kendi olumlu okul deneyimlerinizden bahsedin.
- Çocuğunuzun bağımsız hareket etmesine ortam sağlayın. Yaşına uygun sorumluluklar verin.
- Okulda iyi anlaştığı bir arkadaşı ile dışarıda da vakit geçirmesini sağlayın.
- Okula gelme sürecinin provasını ev ortamında yapabilirsiniz. Çocuğunuz sizden ayrılmakta zorlanıyorsa çocuk- anne, siz çocuk rolüne girerek okula gelme sürecini karşılıklı olarak canlandırabilirsiniz.
- Çocuğunuz okulda sizi özlüyor ve okulda geçireceği zamanı sizinle geçirmek istiyor olabilir. Çocuğunuz okula göndermemek yerine okul dışında kalan zamanları planlayarak ona özel zaman yaratabilirsiniz. Bu çocuğa okula gitme konusunda hem netlik kazandırır hem de okulu ebeveyninden ayıran bir alan olmaktan çıkarır.
- Eğer sizden ayrılmakta çok zorluk çekiyorsa çocuğunuza yanında taşıması için size özel bir eşyayı verebilir kendini güvende hissetmesini sağlayabilirsiniz.
- Unutmayın okul reddi kaygı verici olsa da aşılmayacak bir durum değildir. Bu süreçte yaşadığınız zorluklarla ilgili rehberlik servisinden ve öğretmenlerimizden yardım alabilirsiniz.

Uzm. Klinik Psikolog

Gülşah ERKAL