

SEVGİLİ VELİLERİMİZ, OKULUMUZA HOŞ GELDİNİZ 😊

Okul öncesi eğitime bu sene başlayacak çocuklarımız ve sizler için yeni ve farklı bir yaşantı olacak anaokulu sürecinin içine girmiş bulunuyorsunuz. Bu süreçte dikkat etmeniz gereken konuları somut bir biçimde aktarmak, işinizi kolaylaştırmak ve sizlere destek olabilmek amacıyla okula uyum konusundaki paylaşımlarımızı yazıya döktük. Daha önceden okul öncesi deneyimi olan velilerimiz için ise bu yazımızın, bilgilerini tazeleme konusunda kendilerine yardımcı olacağını düşünüyoruz.

Yeni ortamlara ve yaşantılara uyum sağlamak hem zaman hem de özel çaba gerektirebilir.

En değerli varlıklarımız olan çocuklarımızın, okula uyum sürecini rahat bir şekilde atlatabilmeleri için bizlere olduğu kadar sizlere de bazı görevler düşmektedir.

Okul öncesi eğitimle genel olarak öğrencilerimizin,

- 😊 Bilişsel (zihinsel) gelişim, dil gelişimi, sosyal ve duygusal gelişim, fiziksel gelişim ve sağlık alanlarındaki becerilerinin,
- 😊 Özgüvenlerinin,
- 😊 Olumlu ve sağlıklı bir benlik algısının,
- 😊 Sorumluluk alabilme becerilerinin yaşlarına uygun bir biçimde gelişmesini amaçlıyoruz.

Böylece onların gelecekte,

- 😊 Yeterli becerilere sahip bireyler olarak, içinde buldukları toplumla sağlıklı ilişkiler kurabilen,
- 😊 Kendilerini iyi ifade edebilen,
- 😊 Amaçları doğrultusunda dengeli bir biçimde yol alabilen,
- 😊 Kendilerine ve çevrelerine saygılı ve yararlı insanlar olmalarına zemin hazırlamış olacağız.

Bu doğrultuda, temelimizi sağlam atarsak, bir başka deyişle, uyum sürecini en güzel biçimde tamamlamalarına beraberce destek olabilirsek, eğitim amaçlarımıza ulaşma konusunda da sağlam adımlarla yol alabileceğimize inanıyoruz.

Bu kapsamda, aşağıdaki konularda özenli davranacağınıza inanıyoruz:

- 😊 Hazır bulunuşluk düzeyinin ve okula uyum sağlama sürelerinin çocuktan çocuğa farklılık gösterebileceğini hep aklımızda tutalım. Onlara ve kendimize zaman tanıyalım. Her çocuk uyum sürecini aynı sürede tamamlayamayabilir.
- 😊 Hiç tanımadığınız bir ortama çocuğunuzu bırakacak olmanızdan dolayı sizin de kaygı yaşamanız ve kafanızda soru işaretleri olması son derece normaldir. Kaygılarınızı, yakınlarınızla ya da okul personeli ile paylaşırken, çocuklarınızın sizi işitebileceği ortamlar

dışında konuşmaya dikkat edelim. Aksi takdirde, sizin okul ile ilgili kaygılarınızı fark eden çocuk, okula gelme konusunda daha da endişelenecektir.

- ☺ Çocuğunuzu okula bırakırken, olumlu bir yüz ifadesi ve sakin bir ses tonu kullanalım. Gerginlikten, mümkün olduğunca, uzak duralım. Çocuklar sizin tavrınızdan, yüz ifadenizden ya da ses tonunuzdan gergin ya da kaygılı olduğunuzu hemen hissederler.
- ☺ Somut ve anlaşılır bir dille, okulda neler yapacaklarını (yeni oyunlar, şarkılar, resimler, eğlenceli etkinlikler vb.), okuldaki etkinlikler bittikten sonra kimin onu okuldan alacağını, onu okuldan her gün mutlaka alacağınızı, okulda unutmayacağınızı gerek gördükçe hatırlatın. Öğretmenlerinin ve okulda çalışan diğer herkesin de okul zamanı dolduktan sonra kendi evlerine gittiğini ve ertesi gün aynen çocuklar gibi yeniden okula geldiğini söyleyin.
- ☺ Ne zaman geleceğiniz ve gideceğiniz konusunda **MUTLAKA SÖZÜNÜZDE DURUN**. Güvenini sarsarsanız, uyum sağlamasını güçleştirmiş olursunuz. Çünkü okulda unutulma ya da terk edilme kaygısı yaşayabilir.
- ☺ Okulun güvenli bir ortam olacağını, öğretmenlerinin ve arkadaşlarının onu seveceğini, merak ettiği ve yardıma gereksinim duyacağı her konuda (tuvalet, susama, arkadaş ilişkileri vb. örnekler verin) öncelikle kendi öğretmeninden olmak üzere okuldaki tüm çalışanlardan yardım isteyebileceğini açıklayabilirsiniz.
- ☺ Onu diğer arkadaşlarıyla kıyaslamamanın (“Demek ki hala bebeksin.”, “Bak, hiç kimse senin gibi yapıyor mu?” vb.) kaygısını azaltmak yerine arttıracakını aklımızda tutalım. Bunun yerine, “Okula uyum sağlayacağını, okulda çok eğleneceğini biliyorum.”, “Sen bunu yapabilirsin/başarabilirsin.”, “Okulda yeni oyunlar öğreneceğin için çok mutluyum.”, “Okula başladığın için seninle gurur duyuyorum.” vb. ifadelerle onu rahatlatabilirsiniz. Çocuğunuzun hiç tanımadığı bir ortama yanında siz olmadan girerken ilk başlarda kaygı yaşaması son derece olası/normal bir durumdur.
- ☺ Eğer çocuğunuzda, baş etmesi güç bir duygu (korku, kaygı vb.) fark ediyorsanız, ona kendi çocukluğunuzdan örnekler vererek okula ilk başladığınızda aynen onun gibi hissettiğinizi, ama günler geçtikçe biraz daha alıştığınızı, öğretmeninizin sizi ne kadar çok sevdiğini gördükçe ve arkadaşlarınızla eğlenceli oyunlar oynadıkça severek ve isteyerek okula gittiğinizi anlatabilirsiniz. Şu anki duygularının çok normal olduğunu ve kendisi gibi başka çocukların da onunla aynı duyguları hissedebileceğini/hissetmiş olabileceğini söyleyebilirsiniz.
- ☺ Uyum süreci çok sıkıntılı geçiyorsa, onu okulda tam zamanlı bırakmak yerine, okulda geçirdiği süreyi ilk günlerde kısa tutarak zamanla arttırabilirsiniz. İhtiyaç duyulduğunda bu konuyla ilgili olarak hem öğretmeniniz hem de rehberlik servisimiz sizlere yardımcı olacaktır.
- ☺ “Okula gidersen, okulda ağlamazsan, sana şunu alırım, şunu yaparım, şuraya götürürüm.” vb. pazarlıklara girmek yerine, “Senin yaşındaki tüm çocuklar okula giderler, sen de yaşlıların gibi

okula gideceksin, orada çok güzel yeni bilgiler öğreneceksin, oyunlar oynayacaksın, okul dışındaki zamanlarda da seninle birlikte diğer etkinliklerimizi (*Ailece yaptığınız etkinliklerden örnekler veriniz.*) yine yapabiliriz.” vb. cümleler kurabilirsiniz.

- ☺ Çocuğunuzu okula bırakmadan önce öz bakımının tam (okula temiz kıyafetlerle gelmesi, beden temizliğine dikkat edilmesi, tırnakları kesilmiş olması vb.) ve temel fizyolojik gereksinimlerinin karşılanmış olduğundan emin olunuz (uykusunu almış olması, yemek saatine kadar beklemekte güçlük yaşayacaksa evden çıkmadan ufak bir besin almış olması vb.). Aksi takdirde çocuk okulda huzursuz olacak ve okulda yürütülen çalışmalara katılmak için yeterli motivasyonu/isteği kendisinde bulamayacaktır. Tabii ki herhangi bir hastalık belirtisi durumunda çocuğunuzu okula göndermemeniz gerektiğini de burada yeniden hatırlatalım. ☺
- ☺ Onu, okulda neler yaptığını ilişkin sorularla bunaltmak yerine, siz o gün neler yaptığınızı anlatarak, okuldaki yaşantılarını zamanla size anlatır hale gelmesi için onu özendirebilirsiniz. Ola ki okulda yaptıklarını sizinle kendiliğinden paylaşırsa da “Okulda yeni oyunlar ve bilgiler öğrendiğin için çok mutluyum, ne kadar da eğlenmişsin öyle.” vb. cümlelerle onu daha da yüreklendirebilirsiniz. Sizler gününüzün nasıl geçtiğini her gün ailece bir aradayken paylaşma alışkanlığını geliştirirseniz, çocuklar da bu duruma zamanla uyum gösterip sizinle gün içerisinde neler yaptıklarını paylaşmaya başlayacaklardır.
- ☺ Okula uyum konusunda ilk zamanlarda güçlük yaşayan çocuklar için, okul, evdeki tek konu haline getirilirse (okul konusu odak noktası yapılırsa) ya da okula uyumla ilgili hiçbir sorun yokmuş gibi davranılırsa (bir başka deyişle sıkıntılar görmezden gelinirse) çocuğun yaşadığı kaygılar artabilir. Önemli olan, çocuğa dengeli bir biçimde yaklaşarak, onun duygularını inkar etmeden (Örneğin “Korkacak ne var!” demek yerine “Şu an biraz korktuğunu anlayabiliyorum, bu çok normal. Okula alıştıkça korkun zamanla azalacak, keyif almaya başlayacaksın.” vb.) yerinde ve zamanında, destekleyici cümlelerle yaklaşmak, duygularını ve düşüncelerini paylaşmasına olanak tanımaktır (Tabii ki sizler de kendi duygu ve düşüncelerinizi paylaşarak ona model olmalısınız.).
- ☺ Kurallarınızı somut bir biçimde koyup, uygularken de **kararlı** ve **tutarlı** davranmanız, çocukla yakın ilişki içerisinde olan diğer yetişkinlerin de **sizinle tutarlı** davranması hem sizin hem de bizim işimizi çok kolaylaştıracaktır. Çocuklar tutarlı davranışlar sonucunda kurallara uymayı ve dengeli olmayı öğrenirler. Korkutarak, tehdit ederek, bağırarak, döverek hiçbir konuda nitelikli/kaliteli eğitim verilemez! Sınırsızca her istediklerini gerçekleştirmeye çalışmak da çocukların kural tanımaz hale gelmelerini sağlar.
- ☺ Şimdiye kadar bolca ilginin bulunduğu ve neredeyse rakipsiz olduğu bir ev ortamındayken, şimdi artık kendisi gibi onlarca arkadaşının yer alacağı, daha kurallı, düzenli ve **ortak** bir yaşama geçiş yapmak, takdir edersiniz ki çocuklarımız için çok kolay değildir.

Zaman zaman yaşanan zorlayıcı toplumsal olaylar (doğal afetler, kazalar, salgın hastalıklar vb.) ve aile içinde ya da yakın çevrenizde meydana gelen üzücü, zorlayıcı olaylar da (taşınma, hastalık, boşanma, ölüm vb.) çocukların okula uyumunu zorlaştıran, geciktiren etkenler arasındadır.

Lütfen sabırlı olalım, kendimize ve çocuğumuza zaman tanıyalım. Karşılıklı olarak iyi niyetimize güvenelim ve en önemlisi de **İŞ BİRLİĞİ** içinde olalım. Yıllar sürecek eğitim öğretim yaşantısının başlangıcı olan okul öncesi dönemde okul-veli arasında sağlıklı iletişim ve iş birliği sağlandığında bir başka deyişle ebeveynler çocuklarına okuldaki eğitimcilerin profesyonel yönlendirmelerini ciddiye alarak buna uygun davrandıklarında çocuklarda olumlu yönde davranış değişiklikleri gözlenebilmektedir. Çünkü çocuklar bu dönemde henüz kendileri için sağlıklı bağımsız kararlar alıp hareketlerini düzenleme becerilerine sahip değildirler. Bizler onlara nasıl davranırsak onlar da günlük yaşantılarında aynı konuşma ve davranış biçimlerini birer ayna gibi her ortamda yansıtırlar.

Okul-aile arasında sağlıklı iletişim ve iş birliğini sürdürebildiğimiz sürece üstesinden gelemeyeceğimiz bir sorun yoktur, diye düşünüyoruz. Buna samimiyetle inanıyor, hepimiz için keyifli bir eğitim öğretim yılı diliyoruz. 😊

Banu TUNCER
Uzman Psikolojik Danışman
(Rehber Öğretmen)