**ÇOCUKLARDA OKULA UYUM PROBLEMLERİ VE ÇÖZÜM YOLLARI**

 Okul çocuk için aile boyutunu aşarak tutarlı kurallı bir öğrenme yaşantısı sunan yerdir. Anaokulu bu eğitim sürecinin ilk basamağını oluşturur. Daha çok oyuna dayalı bir öğrenme yaşantısı sunduğu için bu aşamadan 1. Sınıfa geçen bazı çocuklar uyum süreci yaşamakta hatta bazı sancılı süreçlerden geçmektedir. Bütün yaz özgürce vakit geçirdikten sonra yeniden okulun kurallı ortamına dönmek gerçekten de büyük bir değişikliktir. Çocuklar gözyaşlarına boğulabilir, uykuları kaçabilir, öfke patlamaları yaşayabilir ya da kaygı durumunun diğer klasik belirtilerini gösterebilir. Amerikan Psikoloji Derneği’nde çalışan psikolog Lynn Bufka, “Okulların açılması herkes için bir geçiş dönemidir” diyor. “Çocuğun yaşı ne olursa olsun, isterse daha önce okula gitmiş olsun, bu böyledir.” New Yorklu bir okul psikoloğu olan John Kelly, “Çocuklarınızda buna tanık olursanız paniğe kapılmayın,” diyor. “Çocukların çoğu belli bir oranda kaygıya kapılacaktır.”Düşündüğünüzde sizin de benzer şeyler hissettiğinizi hatırlayabilirsiniz.

Aşağıda, anne babaların bu geçişi kolaylaştırmaları ve daha ciddi sorunları önceden fark edebilmelerine dair öneriler bulunuyor:

**Olumlu mesajlar verin**Olumlu bir beklenti hali yaratın. Çocuklarınızın okulda hevesle bekleyecekleri ve daha önce hoşlarına giden şeyleri konuşun. Örneğin arkadaşlarından ya da okul gezilerinden söz edin. Aile üyelerinin geçmişte yaşadığı olumlu anılarını dinlemek çocuğun hoşuna gidecektir. “Korktuğunu anlıyorum, sorun değil. Ama senin bunun üstesinden gelebileceğini de biliyorum. Geçen yıl da çok gergindin ama bunu aşmayı başardın. Harika bir yeni arkadaşın oldu, boyamada çok iyiydin vs…”

**Sosyal bağlantılar**Kelly, çocukların okullar açılmadan önce sosyal ilişkiler kurmasının gerçekten çok faydalı olduğunu belirtiyor. Çocukların çoğunun arkadaşlarıyla ilgili kaygıları vardır; “Sınıfımda kim olacak? Sırada kiminle oturacağım? Serviste yanımda kim olacak?” gibi. Özellikle daha büyük çocuklar için, arkadaşlarıyla ders programlarını karşılaştırmak onları oldukça yatıştırır.

**Dinleyin**  Çocuğunuz yaşadığı bir olay hakkında üzülüyor veya gelecekle ilgili endişeleniyorsa ona anlayışla yaklaşın. Onu dinlemeye çalıştığınızda çocuğunuzun kendini daha rahat hissetmesini ve duygularıyla başa çıkmasını sağlamış olursunuz. İlkokula yeni başlayacağı için kendini gergin hisseden çocuğunuza okula hangi yönden gidileceği, çantasına hangi materyalleri koyması gerektiği gibi seçenekler sunabilirsiniz. Bu tarz konuşmalar çocuklara zorluklarla başa çıkma kapasitelerinin olduğunu öğretir ve çocuklar bunu bütün ders yılı boyunca ve sonrasında kullanmaya devam eder.

**Aile İçindeki Rolleri Belirleyin** Evdeki bütün aile bireylerinin sorumlulukları üzerinde konuşun. Çocuğunuza ödevlerini evin hangi odasında nasıl bir ortamda yapmayı planladığını sorun. Her yeni dönemde hangi ayrıcalıkları ve sorumlulukları elde edebileceğini düşünerek planlama yapın. Örneğin; okula yanında bir yetişkin olmadan gidebileceğini düşünüyorsanız bunu uygulamaya koyun. Çocuklar, kendi sözlerinin geçtiği kararları uygulama konusunda heveslidirler.

**Okuldan sonra rahatlayın**Mackey, okulun ilk gününden sonra çocuklara biraz mola verilmesini öneriyor. Bunun çok uzun olması gerekmiyor, 5 ya da 10 dakika bile yeterli olabilir. Çocukların böyle koşturmacalı bir günün ardından biraz dinlenmeye ihtiyacı olur. Bunu birlikte yaşamaya çalışın. Birkaç dakikalık bir aile sohbeti herkese iyi geldiği gibi size çocuklarınızla bir bağ kurma fırsatı verir.

**Unutmayın: Kaygıyı yatıştırmak zaman alabilir**Kimse yeni bir duruma ilk günden uyum sağlayamaz, sabırlı olun. Her yeni gün yeni zorluklar demektir. Özellikle büyük öğrenciler için durum böyledir; yeni sınıflara, farklı öğretmenlere ve değişen ders programlarına uyum sağlamak kolay değildir.Çocukların, okul açıldıktan sonraki ilk bir iki hafta zorluk yaşamaları normaldir. Kelly, “Her şey yenidir,” diyor. “Eski rutinlerine yeniden başlarlar ya da bazı rutinlerle ilk kez karşılaşırlar. Alışmak zaman alacaktır.”

**Kararlı olun** Okul öncesi deneyimi olmayan ya da sosyal-duygusal gelişimi sosyal bir çevreye yani okula uyum sağlamaya yetecek kadar gelişmeyen çocuğun okula gitmek istememesi doğal bir süreçtir. Bu durumda ona ”Bugün istemiyorsan okula gitme “ derseniz bu durum çocuk için daha zor olabilir. Onun yerine çocuğun okula gitmesi için ısrarcı ve kararlı olun. Birkaç gün sonra okul korkusunu yenecektir.

**Normal olmayan belirtiler**Tüm bunların yanı sıra, çocuğunuzun biraz yardıma ihtiyacı olduğunu gösteren başka belirtiler vardır. Çocuğunuz gerçekten zorlanıyor olabilir, okula alışamayabilir ya da geceleri kaygı seviyesi artabilir. Lynn Bufka, bir ebeveyn olarak yapabileceğiniz en iyi şeyin çocuklarınızın davranışlarındaki değişiklikleri gözlemlemeniz olduğunu söylüyor.“Bir çocuk normalde yaptığı ya da yaparken zorlanmadığı şeyleri yapmayı reddediyorsa, bu bir şeylerin yolunda gitmediğinin habercisi olabilir.”

Çocuğunuzun başı okulda bir zorbayla derde girmiş olabilir ya da çocuğunuz gerçekten büyük bir yılgınlık hissediyor olabilir; böyle bir durumda bir psikolog ile görüşmeniz daha sağlıklı olacaktır.

**ÖĞRETMENLERİN OKULUN İLK GÜNÜNDE ASLA YAPMAMASI GEREKEN 10 İLKE**

**1– Sınıf kuralları hakkında konuşmak**Önemli olan tek bir ilke var: Size nasıl davranılmasını istiyorsanız, herkese öyle davranın. Bütün yıl boyunca bunun üzerinde çalışın. Kısa bir süre sonra nazik ve saygılı bir öğrenci topluluğunuz olacaktır.

**2– Ders programı dağıtmak**Müfredata odaklanmak için 150’den fazla okul gününüz daha var. Birinci günde bunu yapmaktan kaçının. İlk gününüzü iyi ilişkiler kurmaya, en önemlisi öğrencilerinizin kim olduğunu öğrenmeye ayırırsanız, çok daha iyi bir iş çıkarırsınız.

**3– Oturma yerlerini belirlemek** Elbette karşınızdaki çocukların kimler olduğunu henüz bilmiyorsunuz ve kendinizi, onları alfabetik sıraya göre ya da önceden hazırlanmış başka bir oturma düzenine göre oturtmak zorunda hissediyorsunuz. Bunu unutun. İçeri girdiklerinde onlara, nereye isterlerse oraya oturabileceklerini söyleyin. Öğrencilerinizi tanımaya başladıkça, hem onlar hem de sınıfınız için uygun bir yere oturtmaya başlayabilirsiniz.

**4 – Öğrencileri klasik sıra düzeninde oturtmak** Sıralar halindeki masalar ve sandalyeler, “Öğretmen ders vermeye niyetleniyor” diye bağırır. Bu mesajı gönderirseniz, daha öğrencilerinize “Merhaba” bile demeden çoğunu baştan kaybedebilirsiniz.

**5– Ders kitaplarını dağıtmak**Üçüncü madde de hatırlattığım gibi ders anlatmak için tam dokuz ayınız var. Çocukları eve sırtlarında 15 kiloya yakın bir ağırlıkla göndermek, testler hakkında konuşmaktan (bakınız 6’ıncı madde) çok daha hızlı heveslerini kıracaktır.

**6– Testlerden bahsetmek**Öğrenciler de neredeyse öğretmenler kadar testlerden nefret eder. O halde neden okulun ilk gününde bu konuyu açasınız ki?

**7 – Öğrencilerden kendilerini tanıtmalarını istemek**Utangaç çocukları uzaklaştırmanın en iyi yolu ayağa kalkıp kendilerini tanıtmalarını istemektir. Okulun ilk günündeki bütün birbirini tanıma aktiviteleri isteğe bağlı olmalıdır.

**8 – Çok fazla konuşmak**Herhangi bir öğrenciye okulun ilk gününde yaşanma olasılığı en yüksek şeyin ne olduğunu sorun. Size, öğretmenlerin kurallar, ders kitapları ve ödev hakkında konuşacaklarını, hatta daha da fazla şey hakkında konuşacaklarını söyleyeceklerdir. Öğrencilerinizin sizi sevmelerini ister misiniz? Tabii ki sizi sevmeleri çok önemli. O zaman beklenmeyen bir şey yapın ve sınıfın ilk dakikalarına eğlence katın. Konuşmayı bırakın. Bırakın onlar konuşsunlar. Siz dinleyin.

**9 – Ödev vermek** İlk günden ödev vermek öğrencileri gereksiz strese sokar. Aynı zamanda okulu sevmelerini engelleyen ödevler öğretmen ile öğrenci ilişkisini de bozabilir.

**10 – Surat asmak**Öğrencileri yüzünüzde bir gülümsemeyle karşılayın. Heyecanlanın. Öğrencilerin şüpheleri vardır; korkuları vardır. Güvenli ve mutlu bir yerde olduklarını bilmelerini sağlayın. Öğrencilerinizin güçlü ve zayıf yönlerini değerlendirmek için önünüzde daha pek çok gün var. Testleri ve sınavları tartışmak, ders kitaplarını incelemek için önünüzde daha pek çok ay var.Okulun ilk günleri yeni ilişkiler kurmaya ve keyif almaya ithaf edilmelidir.

**Ayrıca Öğretmenlerin Aşağıdaki İlkelere Uygun Davrandıklarında Daha Sağlıklı ve Uzun Süren Saygı Ortamına Bağlı Çocuklar Yetiştirdikleri Görülmüştür:**

 **1 – Herkesin ismini tek tek öğrenin** Kimse bunun kolay olduğunu iddia etmiyor, ama bu, ilk günlerde yapabileceğiniz en önemli şeylerden biri.. Öğrencilerinizin çoğu zaten kendilerini görünmez hissedecekler. Daha ilk günden isimlerini öğrenerek onlara ne kadar önemli olduklarını gösterin. İsim oyunları oynayın, sorular sorun, isimleri tekrar edin, söylerken isimleri yazın. Ne gerekiyorsa yapın ve o isimleri öğrenin.

**2 – Gülümseyin**İlk günlerdeki hal ve tavırlarınız, rahat ve neşeli görünümünüz öğrencilerin yabancı oldukları bu ortama daha rahat uyum sağlamasına yardımcı olacaktır.

**3 – Öğrencilere nelerden nefret ettiklerini sorun** Öğrenciler; okulun, sizin konunuzun ya da belli öğretme tarzlarının nelerinden nefret ettiklerini tartışırlarken, öğrencileri gruplara ayırmak ve onlar hakkında bir şeyler öğrenmek (ve isim pratiği yapmak) için size harika bir fırsat sunarlar. Pek çok öğretmen, öğrencilerden kendileri hakkında ya da geçirdikleri yaz tatili ya da yapmaktan keyif aldıkları şeyler hakkında bir şeyler yazmalarını ister. Konuyu değiştirir ve onlara nelerden nefret ettiklerini sorarsanız ve dürüst olmalarına asla kızmayacağınıza söz verirseniz, size güvenmeye başlayacaklardır.

**4 – Onları güldürün** Öğrencileri güldürmek için okulun ilk gününden daha iyi bir zaman olamaz. Komik bir tişört giyin, komik bir espri yapın ve hareketli oyunlar oynayın. Onları güldürün. Ve sonraki günleriniz şimdiye kadar geçirdiğiniz en güzel okul günleri olabilir.

**5 – Onlara ilham vermeyi vaat edin** Okulun ilk gününü samimi bir vaatle bitirin (elbette sözünüzü tutmanız gerekecek). Şuna benzer bir şey söyleyin: “Merak ve ilham dolu bir yolculuğa başlıyoruz. Eğer bana elinizden gelen en iyi çabayı göstereceğinize söz verirseniz, ben de size ilham vereceğime söz veririm.”Kendi çocukluğunuzu düşünün. Sevdiğiniz en az bir öğretmen vardır. Bunu, öğretmeninize değil ama arkadaşlarınıza ve ailenize söylemişsinizdir. Sizi meraklandıran, size ilham veren bir öğretmenle muhteşem bir gün geçirmişsinizdir mutlaka. Öğrenmeyi ne çok sevdiğinizi, bir fark yaratmak istediğinizi fark etmenizi sağlayan bir öğretmenle.Bugüne dek hep siz insanlara bir öğretmeni sevdiğinizi söylediniz.Bir gün, eğer bir şeyleri doğru yaparsanız, bir öğrenci (umarım pek çoğu) birilerine sizi sevdiğini söyleyecektir.ve bu yolculuk okulun ilk gününde başlar.

**HAZIRLAYANLAR**

Şerife Nur GÜNAYDIN Esra AKTAŞ

**KAYNAKÇA**

www.eğitimpedia.com

ABÇ Dergisi Röportajı-Seza Özdemir,2014