

OKUL KORKUSU VE AİLE İÇİ İLETİŞİM



OKUL KORKUSU TANIMI: Okul korkusu, okul çağı içindeki çocuğun okula gitme ile ilgili direnmesi, arkadaşlarını kabul etmemesi ve ağlamak gibi tepkiler geliştirmesidir. Çocuğun okula gitmeye karşı korku duyması, okul zamanına doğru yoğun kaygı ve panik belirtileri göstermesi şeklinde çocuğun yaşadığı durumdur. Bu korku, çocuğun eğitim alacağı ortama uyum sağlamasını engellemektedir.

ÖZELLİKLERİ: Okul korkusu olan çocuk, okulu sever ve okula gitmeyi başarırsa örnek bir öğrenci olabilir. Bu çocuklar genelde aile bireyleri dışındaki yabancı kişilerle sosyal ilişki kurmakta güçlük çekerler ve utangaçtırlar. Okul korkusu geliştiren çocuklar genellikle başarı kaygısı olan uslu, uyumlu, aşırı onay bekleyen, ailesine bağımlı çocuklardır. Yanlarında anne ya da babası olmadan sınıfa girmek istemezler. Evde kaldıkları sürece mutludurlar.

BELİRTİLERİ:

- İstek, heves ve enerji kaybı oluşmaya başlamışsa,
- Alınan, huzursuzluk ve sinirli olma halinde artış görülüyorsa,
- İştahsızlık, mide bulantısı ve uyku düzeninde bozulma varsa.
- Okul etkinliklerinde pasif, içe kapanık ve utangaç davranıyorsa.
- Okulda ve evde daha çok nedensiz ağlamaya, kavga etmeye ve dikkat çekmeye çalışmaya başladıysa,
- Evde kalmak ve okul ödevlerini kaçırmak arasında seçim yapamayıp aşırı kaygılı olduysa.
- Sık sık hasta olmadığı halde baş veya karın ağrısı bahane ederek şikâyet ediyorsa, sürekli bahaneler buluyorsa,

-Okula giderken ağlama, hastalanma ya da okula gitmeyi isteme-me davranışları geliştiriyor ve evde kalmasına izin verilince bunlar birdenbire kayboluyorsa,

** Okul korkusu okuldan kaçma ve okul fobisi ile karıştırılabilmekte, Ancak hem belirtiler hem de davranışı ortaya çıkartan etkenler farklıdır*

OKUL KORKUSUNUN NEDENLERİ



Ailevi Nedenler

- Anne babanın aşırı koruyucu tutum içinde olması, Asıl korkulan şey okul değil, anneden ayrılmaktır.*
- Anne ve babanın çocuğun kendilerine bağlı ya da bağımlı kalmasını istemesi ve çocuktaki özgüven eksikliği.*
- Anne babanın kendilerine ve çocuklarına bir şey olacağı konusunda yoğun kaygı duymaları, aşırı telaşlı olmaları*
- Çocuğun, anne ya da babasının yokluğunda kendisine ya da anne babasına bir şey olacağından korkması,*
- Boşanma, anne veya babanın başka biriyle evlenmesi veya maddi sorunlardan kaynaklanan stresli bir ev yaşamı,*
- Çocuğun yeni bir kardeşin doğması, taşınma, hastalık, yakın birinin ölümü gibi bir stres faktörünün olması.*

Okula Bağlı Nedenler

- Duyarsız, soğuk, sert ve s¼rekli emir veren bir ¼ęretmen ya da başka bir okul personelinin, ilk g¼n iletişimden yoksun olumsuz tavırları*
- ¼ęretmenini sevememe, ısınamama. S¼zli¼ ya da şiddet i¼eren davranışlarla karşılaşma,*
- Yakınında oturan sıra arkadaşıyla yaşadığı sorunlar, Uygun olmayan bir sınıf i¼i yerleştirme,*
- Okulda ya da okul yolunda fiziksel olarak tehdit edici bir yerin ya da birilerinin olması,*
- şiddetin ve akran zorbalığının ¼ok olduğu bir okul ortamı,*
- Okulda hırpalanmasına, reddedilmesine veya kavga etmesine yol a¼acak bir sosyal beceri eksikliği.*
- Okulda istediği gibi bir arkadaşlık ve oyun ortamı kuramaması*

Anne Babaların Bu konudaki řikâyetleri

- Çocuęum ¼ok korkuyor endiřeleniyorum.*
- Çok aęlıyor bir t¼rl¼ sakinleřtiremiyorum.*
- Okula gitmek istemiyor, reddediyor, inatlařıyor.*
- Okulda arkadařlarıyla oyun oynamaya ¼ekiniyor.*
- Karnı ağrıyor, başı ağrıyor, iştahu yok.*
- Yanında olmayınca sınıfa girmek istemiyor.*
- Okula gitmeyeceksin deyince řikâyetleri kesiliyor.*
- S¼rekli evde kalmak istiyor, hep yanımda olmak istiyor. .*

KİMLERDEN YARDIM ALABİLİRİM?

ÇOCUK PSİKİYATRİSTLERİ,

PSİKOLOGLAR,

OKUL REHBERLİK ¼ęRETMENLERİ

ANNE BABAYA ÖNERİLER

ÇOCUĞUNUZU TANIYIN

İletişimi doğru kurmanın ilk adımı karşınızdaki insanı tanımaktır. Aile içi iletişimde çocuğa ulaşmak, onunla bağ kurabilmek için onu tanımak gerekir.

Çocuğun ilgileri, ihtiyaçları, gelişimsel özellikleri öğrenme yöntemleri birbirinden farklı olabilir.

DEĞERLİ OLDUĞUNU HİSSETİRİN

En güzel iletişim dili sevgidir. Sevginin ilk görevi dinlemektir. Aşağılamak, suçlamak yerine onu dinleyin, ona 'sen dinlemeye değersin' mesajı verin.

İYİ BİR DİNLEYİCİ OLUN

İyi bir dinleyici olmak öğrenilebilir bir durumdur. Bazı tüyolar;

- Çocuğunuz bir şeyler anlatırken mutlaka göz teması kurmalısınız.
- Konuşurken çocuğumuza doğru eğilmek onun anlattıklarına önem verdiğimizizi hissettirir.
- Anlatırken yargılayıcı olmayan sorular sormak bizimle daha fazla şey paylaşmak için çocuğu cesaretlendirecektir.
- Konuşma esnasında anlatılanlar kadar beden dili ve ses tonu önem taşır.
- Çocuğunuz anlatırken sözünü kesmeyin, sonuna kadar dinleyin. O anlatacaklarını bitirdikten sonra birlikte yorum yapın.

TAKDİR EDİN

Davranışları takdir edilen çocuk kendini önemli hisseder ve üretken olur.

Burada önemli olan nokta takdiri çocuğa değil, çocuğun yapmış olduğu davranışa yapmaktır.

TUTARLI OLUN

Tutarlı olmak demek doğruların veya yanlışların farklılık göstermemesi demektir.

Ebeveynlerin davranışlarında tutarlılık yoksa çocuk anne ve babanın doğrularını sorgulamaya başlayacaktır.

KIYASLAMAYIN

Hiçbir kıyaslama mutlu son ile bitmez. Her insan özel, eşsiz ve değerlidir.

Kıyaslama; çocuğu mutsuz eder, kaygı ve stresini artırır, yetersizlik duygusu geliştirmesine neden olur.

'Çocuğun başarısı başkalarıyla kıyaslama yoluyla değil, Kendi gelişimi içinde değerlendirilmelidir. Başarı çocuğun dünü ve bugünü arasındaki değişimdir.'

ÖRNEK OLUN

Çocuklar ne söylediğinize değil, ne yaptığınıza bakarlar. Bir konuda çocuğumuza öğüt verirken o davranışı kendimizin yapıp yapmadığını sorgulamalıyız. Aksi takdirde söylenen sözlerin bir anlamı ve kalıcılığı olmayacaktır.

Bir çocuk için annesi ve babası dünyayı temsil eder. Çocuk annesi ve babası nasıl davranıyorsa, dünyadaki herkesin de aynı şekilde davranacağını düşünür. ‘M. Scott Peck

ANNE BABANIN İLİŞKİSİ ÇOCUĞUN ÜÇÜNCÜ EBEVEYNİDİR

Anne baba ilişkisi çocuğun davranışlarının şekillenmesinde temel belirleyicidir. Evde şiddete kötü söze maruz kalan bir çocuğun toplumda uygun davranışlar sergilemesi beklenemez. Baba, anneye, anne babaya saygı duyuyorsa, özür diliyorsa, anlayış ve sevgi gösteriyorsa, çocuk da ilişkilerinde bu yolu benimseyecektir.

“Thomas Edison ve Kahraman Annesi”

Thomas Edison bir gün eve geldiğinde annesine bir kâğıt verdi ve “Bu kâğıdı öğretmenim verdi ve sadece sana vermeme tembihledi”. Dedi.

Annesi kâğıdı gözyaşları içinde oğluna sesli olarak okudu: “Oğlunuz bir dahi. Bu okul onun için çok küçük ve onu eğitecek yeterlilikte öğretmenimiz yok. Lütfen onu kendiniz eğitin.”

Aradan uzun yıllar geçtikten sonra Edison’un annesi vefat ettiğinde, o artık yüzyılın en büyük bilim adamlarından biriydi ve bir gün eski aile eşyalarını karıştırırken birden bir çekmecenin köşesinde katlı halde bir kâğıt buldu ve alıp açtı.

Kâğıtta “Oğlunuz “şaşkın” (akıl hastası) bir çocuktur. Artık kendisinin okulumuza gelmesine izin vermiyoruz...” yazılıydı.

Edison saatlerce ağladıktan sonra günlüğüne şu satırları yazdı:

Thomas Avla Edison, kahraman bir anne tarafından, yüzyılın dâhisi haline getirilmiş, “şaşkın” bir çocuktur.