ALİ RIZA DEMİRCAN İLKOKULU ![MCj04280810000[1]]()

***OKUL KORKUSU***

 İçimiz pır pır ederek gireriz okulun bahçe kapısından ilk gün. Tüm hazırlıklar tamamlanmış, o büyük gün gelmiştir. Ama bazen yaşanan o coşku çocuğumuzun gözyaşlarıyla gölgeleniverir.

 ***Ne Olur Beni Bırakma Anne!!!***

 ***Sen de Kal Lütfen!!!***

 ***Baba, Seninle Gelmek İstiyorum!!!***

 ***Seni Seviyorum Anne!!!***

 ***Lütfen Gitme!!!***

Çocuklarımız bu gibi ifadeleri okula başlama döneminde sıkça kullanırlar. Okula gitmeyi ya da okulda kalmayı reddedebilirler. Sizden ayrılmak istemeyebilirler. Sabahları okula gelmeden önce ya da sizden ayrıldığında fiziksel temeli olmayan ağrılar, özellikle mide bulantısı, karın ağrısı, kusma ile birlikte baş ağrısı görülebilir.

Ayrılık kaygısı olarak nitelendirilen bu durumun ortaya çıkmasında, çocuğun geçmiş yaşantılarının, aile içi ilişkilerin, geçmiş okul deneyimlerinin büyük bir payı vardır.

Eğer çocuğunuz bu belirtileri yoğun olarak yaşıyorsa;

* *Çocuğunuz birkaç dakikada bir sizi görmeyi ve sesinizi duymayı talep ediyorsa, Onu bırakmamanız için size yalvarıyorsa,*
* *Siz ayrıldıktan 10 dk. Sonra dahi sakinleşmiyorsa ve sürekli sizden ayrı kalacağına dair bir kaygı yaşıyorsa,*
* *Ev dışında oynamayı, siz yanında yokken uykuya dalmayı reddediyorsa:*

Bu sorunla başa çıkmak için yardıma gereksinimi olduğu anlaşılmalıdır.

![MCj04361630000[1]]()**Okul korkusu yaşayan çocuk için**

**anne babalar neler yapabilir:**

* Okula yeni başlayan çocuğunuza okulu tanımada yardımcı olunuz. (temel ihtiyaçlarını giderebileceği yerleri tanıtınız.)
* Eğer çocuk anneden ayrılma korkusu yaşıyorsa anne 1 hafta veya 10 gün süre ile çocuğu okula götürmelidir. Okul bahçesinde çocukla birlikte olması önerilebilir. Fakat bu davranış zamanla azaltılmalıdır.
* Çocuğunuzun okula gitmek istemediği ilk gün ona tepkinizi belirtin. Bunun kabul edilemez bir durum olduğunu ve bu durumun sonuçlarıyla yüzleşmesi gerektiğini aktarın.
* Anne Babalar özellikle okulun ilk günü yaşananlar hakkında çocuğunuzla ayrıntılı olarak konuşmalısınız. Dikkat etmeniz gereken noktalar çocuğun sınıfla, öğretmeniyle uyumu ve arkadaş ilişkileridir.
* Çocuğunuzun korku duyduğu öğretmeni ve sınıfı tanımasına yardımcı olunuz. Çocuğunuz okula bıraktığınız anda tedirginlik yaşarsa onu rahatlatmaya çalışın ve her şeyin yolunda gideceğini söyleyin.
* Çocuğun okuldan kaçmadığından emin olun. Çocuğunuz ne kadar korkarsa korksun tek çözüm her gün okula gitmeye devam etmesidir. Anne Babaların düştükleri hata çocukların okula gitmediği günlerde onları evde ödüllendirmeleridir.( gün boyu TV izlemesine izin vermek, sürekli oyun oynamasına izin vermek vb.) O gün okula gitmeyen çocuğun evde kalmasının sebebi hastalık ise evde yatmalıdır. Ya da o günü kitap okuyarak veya ders çalışarak geçirmelidir. Bu durumlar çocuğa verilen ceza olarak görülmemelidir. Çocuk, okula gitmemesine alternatif bir ceza yöntemi olarak algılamamalıdır. Aksi halde okuldan daha çok soğuyabilir.
* Anne Babalar çocuğa aile, toplum ve okulda uyması gereken kuralları hatırlatmalı bilgilendirmelidir.
* Anne Babalar; her çocuğun kendine özgü nitelikleri olduğunu ayrı bir birey olduğunu düşünerek çocuğunuzu diğer çocuklarla, kuzenleriyle, arkadaşlarıyla ve kardeşleriyle kıyaslama yoluna gitmeyin.
* Okul korkusuna sahip olduğu düşünülen çocuklar için sınıf öğretmeni veya rehber öğretmeninden yardım istenmelidir.

 Her çocuk bireysel olarak farklılıklar gösterir. Çocuğunuzu başka çocuklarla kıyaslayarak onu olumsuz etkilemeyin.

HEPİNİZE KOLAY GELSİN.

 BAŞARILAR!!!!

 Daha mutlu, daha başarılı ve daha üretken çocuklar yetiştirilmesi için biraz uğraş ve emek gerekiyor.

 Her konuda okulumuzun rehberlik servisinden yararlanabilirsiniz.

 **REHBERLİK SERVİSİ**

 **(**