

Okula Ba larken...

Eylül ayı bizler için, okul hazırlıklarının yapılması ve çocuklarımızın okullarına ba lamaları anlamına geliyor. Özellikle okula ba lama deneyimini ilk defa ya ayacak ö renci ve aileleri için bu çok özel bir süreç.

Bebe im diye hitap etti iniz minik yavrunuz okul yolunda. Belki daha önce onu bir bakıcıya bıraktınız. Fakat o farklıydı. Muhtemelen kendi evinde bakıcı veya aile büyüklerinin gözetimindeydi. Bundan böyle yavrunuzu uyandırıp, yanında hazırladı ınız çantalarıyla okula bırakacaksınız.

Ondan sonra kendinizle mücadele ba layacak. ster çalı sın ister ev hanımı olsun tüm anneler çocuklarını "bırakma" konusunda sorun ya arlar. Kendilerinin yeterince iyi bir anne olmadı ını dü ünür, küçük bir çocu u ba kalarına (okul dahil) emanet ettikleri için suçluluk hissederler. Sanki 24X365 gün çocu umuzla birlikte olsak o mükemmel beslenecek, hiç hasta olmayacak, iyi terbiye edilecek vb.vb. Bunun böyle olmadı ını tüm anneler de bilir.

Çocu umuzu ilk defa okul kapısında bıraktı ımızda, hele ki o da bu ayrılı ı için a lamaları ile daha dramatik bir hale getirdi inde, suçluluk ve kendimize kızgınlı ımız katlanarak artar.

Asıl soru u; Çocu umuzu ve kendimizi bu ayrılı a nasıl hazırlayıp bu duygularla sa lıklı bir ekilde nasıl ba edece iz? Bizim sa lıklı ba etme yöntemleri geli tirmemiz, çocu umuzun da ayrılık ile hayat boyu sa lıklı mücadelesini mümkün kılmaktadır.

Ebeveynler için;

*Öncelikle kendinizi, çocu unuz okula fırsatı sunabilecek imkanlara sahip bir ebeveyn oldu unuz için tebrik ederek ba layabilirsiniz.

*Çocu unuzu çocuk e itimi konusunda profesyonel bir kadroya teslim edece inizi sık sık kendi kendinize tekrar edebilirsiniz.

*Sizin oturtmakta zorluk çektiniz pek çok konuda kurumun size destek olaca ını bunun da çocu unuzun yararına oldu unu kendinize telkin edebilirsiniz. (Örne in, yemek yeme, tuvalet ve temizlik alı kanlıkları, giyinip soyunma vb.)

* İnsanlar her ya ta akranları ile birlikte olmaktan mutluluk duyarlar. Onlara bu fırsatı tanıdı ınız için kendinizi takdir edebilirsiniz. (Çocu unuzun yalnız oldu u ve ba ka çocuklarla bir arada oldu u zamanları hatırlayın. Hangisinde daha mutluydunuz.)

*Çocu unuzun ihtiyaç ve boyutlarına uygun olarak dizayn edilmi güvenli bir mekanda bulunaca ını aklınızdan çıkarmayabilirsiniz.

*En önemlisi duyguların saniyeler içinde de i ebilece ini zihninize kazıyabilirsiniz. Çocuklarda bu duygu de i mi çok hızlıdır. A lama krizi içindeki bir çocuk bile, birkaç dakikada kendini toparlayıp ba ka konularla ilgilenmeye ba layabilir.

*Siz çocu unuzu bırakma konusunda abartılı duygular ya arsanız, çocu unuz sizden ayrılı ı konusunda birkaç kat fazla abartılı duygular ya ar. (Sa lıklı ayrılı ın ba arılamaması ba ımlı ki ili in temellerini atar.)

Çocuklar için:

*Fırsat buldukça çocu unuz okula anlayabilece i bir dille okulda neler yapaca ını ve ne kadar e lenece ini anlatabilirsiniz.

*Günler öncesinden "okula gitmicem" diye tutturursa üzerinde fazla durmadan ve itiraz etmeden, okul hakkındaki olumlu söylemlerinize ve hazırlıklarınıza devam edebilirsiniz.

*(Çocu unuzun ya ı uygunsa) son ak am "yarın okula ne götürmek istersin" diye sorabilir ve çantasını hazırlamasına izin verebilirsiniz.

* İlk defa okula ba layan çocukların ilk günlerde ebeveynleri tarafından bırakılıp alınmaları uygundur. Okula giderken neler olaca ını kısa ve net bir ekilde anlatın. (imdi okula gidiyoruz. Ben seni okuluna bırakıp i ime gidicem. Sen orda oynayıp çok e leneceksin. Sonra ben gelip seni alıcam).

*Okul kapısında kısa bir vedala ma iyi olabilir. Çocu unuzu öperek kısa bir süre sonra onu alaca ını söyleyin ve size güle güle demesini isteyin. Bu ritüeli fazla uzatmadan kararlı bir ekilde uzakla ın. (Arkanızda bırakaca ınız yavrunuzun içinde bulundu u ruh halini de i tirebilecek bir kadronun varlı ını unutmayınız.)

*E er çocu unuz okul sürecine alı makta zorluk çekiyorsa size ve çocu unuz okula psikolojik hizmetlerinden destek verilecektir. Lütfen uzman tavsiyelerine uyunuz. Tela a kapılarak derhal okula ba lama i ini bir ba ka bahara ertelemeyiniz. Bu durumda bir sonraki denemeniz daha sancılı olacaktır unutmayınız.

Bu yıl okul yolundaki tüm ö renci, veli ve e itimcilerimize hayırlı bir e itim ö retim yılı diliyoruz.

PARILTI ANAOKULU

Psikolojik Danı manlık Servisi