

## TAKDİR EDİN

Davranışları takdir edilen çocuk kendini önemli hisseder ve üretken olur.

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

**ASIRI ÖVMEKLE TAKDİR ETMEK AYNI ŞEY DEĞİLDİR !!**

## 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.



## 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 kağıt verdi ve “Bu kağıdı öğretmenim verdi ve sadece sana vermemi tembihledi”. dedi.

Annesi kağıdı 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 kağıt buldu ve alıp açtı.

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

Edison saatlerce ağladıktan sonra günlüğüne şu satırları yazdı: Thomas Alva Edison, kahraman bir anne tarafından, yüzyılın dahisi haline getirilmiş, “şaşkın” bir çocuktur.

Hazırlayan: Psikolojik Danışman Yılmaz BAYRAKTAR

2019 / 2



OF REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ  
MÜDÜRLÜĞÜ

## OKUL KORKUSU VE AİLE İÇİ İLETİŞİM



Adres: Cumhuriyet mahallesi, Yıldırım sokak, Of Halk Eğitim Binası Kat 1 Of, TRABZON.

Tel :0(462) 771 43 98

## OKUL KORKUSU

**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 çocuğu 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 yada babası olmadan sınıfa girmek istemezler. Evde kaldıkları sürece mutludurlar. .

### BELİRTİLERİ :

-İstek, heves ve enerji kaybı oluşmaya başlamışsa,

-Alıngan , 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 yapamayı aşırı kaygılı olduysa.

-Sık sık hasta olmadığı halde baş veya karın ağrısı bahane ederek şikayet ediyorsa, sürekli bahaneler buluyorsa,

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

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

### Okul korkusu nedenleri şeması



## OKUL KORKUSUNUN NEDENLERİ

### Ailevi Nedenler

- Anne babanın asırı koruyucu tutum içinde olması, Asıl korkulan şey okul değil , anneden ayrılmaktır.
- Anne ve babanın çocuğun kendilerine bağı yada bağımlı kalmasını istemesi ve çocuktaki özgüven eksikliği . Anne babanın kendilerine ve çocuklarına bir şey olacağı konusunda yoğun kaygı duymaları, aşırı telaşlı olmaları
- Çocuğun, anne yada babasının yokluğunda kendisine yada 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 sürekli emir veren bir öğretmen yada başka bir okul personelinin, ilk gün iletişimden yoksun olumsuz tavırları
- Öğretmenini sevmeme, ısınamama .Sözlü ya da şiddet içeren davranışlarla karşılaşma, . Yakınında oturan sıra arkadaşıyla yaşadığı sorunlar, Uygun olmayan bir sınıf içi yerleştirme,
- Okulda ya da okul yolunda fiziksel olarak tehdit edici bir yerin yada birilerinin olması, Şiddetin ve akran zorbalığının çok olduğu bir okul ortamı, . Okulda hırpalanmasına, reddedilmesine veya kavga etmesine yol açacak bir sosyal beceri eksikliği.
- Okulda istediği gibi bir arkadaşlık ve oyun ortamı kuramaması



### Anne Babaların Bu konudaki Şikayetleri

- Çocuğum çok korkuyor endişeleniyorum. \* Çok ağlıyor bir türlü sakinleştiremiyorum.
- Okula gitmek istemiyor, reddediyor, inatlaşıyor.
- Okulda arkadaşlarıyla oyun oynamaya çekiniyor.
- Karnı ağrıyor, başı ağrıyor, iştahı yok. \* Yanında olmayınca sınıfa girmek istemiyor.
- Okula gitmeyeceksin deyince şikayetleri kesiliyor. \* Sürekli evde kalmak istiyor, hep yanımda olmak istiyor. .

**KİMLERDEN YARDIM ALABİLİRİM?** Çocuk Psikiyatristleri, Psikologlar, Okul Rehberlik Öğretmenleri

## 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 HİSSETTİRİN



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 kurmalıyız.
- 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.



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