

Sevgili Veli;

Bu mektubu okula uyum sürecinde size ve minik yavrunuza destek olmak amacıyla yazıyorum. 75.Yıl İlkokulu'nda Psikolojik Danışman olarak görev yapmaktayım. Okulun ilk haftalarında sevgili yavrularımız, uyum problemleri ile karşı karşıya kalabilmektedir. Bu süreçte sakin kalıp, işbirliği içerisinde hareket edersek olumlu sonuçlar alabileceğimizi düşünüyorum.

Okula uyum konusunda ebeveyn olarak kaygılarınızı anlıyorum. “ Okula adapte olabilecek mi?, Kendini ifade edebilecek, ihtiyaçlarını giderebilecek mi?, Sınıfını ve sırasını bulabilecek mi?, Kalabalığa ve kurallara uyum sağlayabilecek mi?” gibi zihninizde dönüp duran sorularla kaygılı hissetmeniz oldukça normal. Önemli olan bu kaygıyı nasıl yönetiyor olduğunuz. Kaygılarınızın girdabına kapılıp tüm bedeninizle kaygılarınızı çocuğunuza istemeden yansıtıyor olabilirsiniz. Böyle bir durumda profesyonel destek almaktan çekinmeyiniz. Çünkü sevgili ebeveyn; ünlü bir düşünürün de söylediği gibi: “Hakikat parmak uçlarınızdan fıskırır!”. Yani gözleriniz korkuyla doluyken ve tüm beden dilinizle çocuğunuza ayrılığa dayanamayacağınızın mesajını veriyorken ağzınızdan “ Haydi bakalım! Yapabilirsin! Sana güveniyorum!” sözleri çıkıyorsa; minik yavrunuzun kafası bir hayli karışıyor demektir.

Doğduğumuz andan itibaren otomatik olarak devreye giren algılarımız beden dilini, saniyeler içinde çözebilmeyi, gerçeği sezebilme yetisini bize kazandırıyor. İşte tam da bu nedenle minik yavrunuz bedeninizde olup bitenleri, içinizde kopan fırtınaları çözebiliyor. Bu süreçte sizin kadar kaygılı olmadığını düşündüğünüz diğer kişilerin çocuğunuzu okula götürmesi daha uygun olacaktır. Kaygınız bu denli yoğun değilse, çocuğunuzla kaygınızı paylaşın. “Seninle ilk defa bu kadar süre ayrı kalacağım için biraz endişeliyim. Ancak senin çok cesurca uyum sağlayabileceğini de düşündükçe içim rahatlıyor. Sen bu konuda ne hissediyorsun?” diyerek çocuğunuzun duygularını dinlemek etkili olacaktır.

Okulumuzda Okul İdaresi, Sınıf Öğretmenleri, Tüm Personellerimiz, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi olarak çocukların uyumunu kolaylaştırmak için gerekli destek sağlanmaya çalışılmaktadır. Bu nedenle içiniz rahat olsun.

İlk 3 hafta sınıfların karıştırılması, uyum sağlayamamış çocukların kaygılarının diğer çocuklara bulaşması, çocuğunuzun uyum sağlamakta zorlanması normal kabul edilebilir. Bu nedenle sabırlı olmanızı isteyeceğim. Her gün aynı sakin ses tonuyla, aynı sabır ve yaklaşımla çocuğunuzun duygularını dengeler ve okula giriş çıkış saatlerinizi bir rutine oturtursanız, uyum problemi yerini adaptasyona bırakacaktır..

Son olarak uyum sürecinde çocuğunuzu diğer çocuklarla kıyaslamaktan kaçınmalısınız. Her çocuk özeldir ve kendi hızında ilerler. Çocuklarımız rengârenk çiçek tohumları gibidir. Her birinin bakımı, büyüme hızı kendine özgüdür. Yeterince zaman tanırırsanız çiçeğinizin serpilip açmasına şahit olabilirsiniz. Bizler 75. Yıl İlkokulu olarak; içinde her türden güzel tohumları barındıran bu rengârenk çiçek bahçesinde bulunmaktan büyük keyif duyuyoruz.

Sevgilerimle..

Aygül ÇINAR

Okul Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi