****

**ANAOKULUNA BAŞLARKEN UYUM SÜRECİ**

Çocuk yaşantısının ilk üç yılında model olarak gördüğü anne babasından alabileceğini alır ve kendisine tanınan fırsatlar ölçüsünde bir psiko-sosyal olgunluğa varır; ancak bu dönem sonrasında ebeveynlerinden alabileceği katkı sınırlıdır. İşte bu dönemde okul öncesi eğitim devreye girerek, çocuğun gelişim alanlarını destekleyici çalışmalar yapar.

Anaokuluna başlama çocuğun toplumsallaşma sürecinde çok önemli bir basamaktır. Okul öncesi eğitim, bir anlamda çocuğun aile dışına attığı ilk adım olarak düşünülmelidir. Aile içinde tüm ilgi onda iken okulda 20-25 çocuktan biri olmaktadır. Ailesi içinde dört-beş kişi ile iletişim kurarken okulda çok daha fazla kişiyle iletişim kurmak zorundadır. Karşılaştığı bu yeni ortamda kaygı duyması ve çeşitli davranış değişiklikleri göstermesi oldukça doğaldır. Çocuğunuzun okula başlamasını, hem kendiniz hem de onun için doğal bir süreç olarak görmeniz önemlidir. Anaokuluna başlarken yaşanan ayrılığın çocuğu olumsuz etkileyip etkilemeyeceği anne- babaların en çok aklına takılan sorudur. Çocuğun sosyalleşme isteğinin çok yoğun olduğu bu dönemde, doğru bir şekilde yaşanan alışma süreci, travma oluşturacak bir durum değil, olumlu bir gelişme olarak görülmektedir. Bu nedenle çocuğunuzun okula gitmesinin onun iyiliği için gerekli olduğunu unutmayın.

Anaokuluna yeni başlayan çocukta, başlangıçta belirsizlik ve terk edilme (ayrılma) kaygısı yaşanır. Koruyucu ve aşırı hoşgörülü aile ortamından gelen çocuklarda bu kaygılar daha fazladır. Ancak çocuk ortama alıştıktan ve öğretmenlerini tanıdıktan sonra kaygılar ortadan kalkar. Yaşanan sorun yalnızca anneden ayrılma zorluğu değildir. Evlerinde bakıcı bulunan birçok çocuk daha önceden anne ile ayrılığı yaşamıştır fakat ayrılığı güvenli, tanıdık bir ortamda, kendi oyuncakları ile beraberken, yani kendi evinde yaşamıştır. Uyum sürecindeki tepkiler bireysel farklılıklar göstermektedir. Bazı çocuklar baştan itibaren anneden ayrılmak istemez. Bazı çocuklar ise ilk üç gün ya da bir hafta ilgili ve istekli olur. Anaokuluna gelmek onun için parka gitmek gibidir. Ancak sürekli okula gelmenin anlamını bir süre sonra kavradığında tepki gösterir.

Başka çocuklarla çocuğunuzu kıyaslamayınız…

Bu süreç içinde aileler de birçok kaygı yaşamaktadır. Bazen aileler çocuklarından ayrıldıkları için kendileriyle ilgili suçluluk ve kaygı duyguları yaşarlar ki; bu sinyaller çocuğun okul korkusunu arttırıcı bir faktör olabilmektedir. Çocuklar beden dilini çok iyi yorumlayabilmektedir. Okula gitmesi ile ilgili kaygılarınızı ve kararsızlığınızı konuşarak belirtmeseniz bile o, bunu mimikleriniz ve ses tonunuzdan anlayacaktır. “Onlar kaygılanıyorsa tehlike vardır. Ben de kaygılanmalıyım!” düşüncesi oluşabilir. Anne-babanın göstereceği kararlılık ve sabır, okul öncesi eğitime ve başladığı eğitim kurumuna gösterdiği inanç ve güven çocuğun uyumunu kolaylaştırır.

**AİLELER NELER YAPABİLİR?**

* Anaokulu hakkında çocuğa açıklama yapmak ve anaokulu tanıtmak uyumu kolaylaştırır. Çocukla birlikte okula gidilmeli ve çocuğun öğretmeni ile tanışması sağlanmalıdır.
* Anaokulunun sadece çocukların bulunduğu bir yer olduğu söylenmelidir. Anne babanın bu süre içinde evde ya da işte bulunacağı belirtilmelidir.
* Çocuğun anaokulunda kalacağı süreyi ona anlayacağı terimlerle anlatıp, o süreyi geçirmeden almaya dikkat etmelidir. Örneğin kahvaltı edeceksin, kitap okuyacaksın gelip seni alacağım gibi…
* Anaokulunun her gün gidilmesi gereken, oyun oynama, arkadaş edinme ve eğitim yeri olduğu anlatılmalı. Ancak abartılmış ve yanlış bilgi verilmemelidir. Aksi durumda çocuk kendisine anlatılanlarla karşılaşmadığında hayal kırıklığına uğrayacak ve okula güveni kalmayacaktır.
* Öğretmenine çocuğunuzun kişilik özellikleri, sevdiği oyunlar, hassas olduğu konular ile ilgili bilgi vermeniz çok yararlıdır. Öğretmen bu bilgilere sahip olursa, çocukla daha kısa ve hızlı bir şekilde iletişim kuracaktır.
* Okulun ilk günü uykusuz olmamasına, hasta olmamasına ve farklı bir stresli süreç yaşamamasına dikkat etmelisiniz. Aksi halde yaşanılan huzursuzluk okul kavramı ile birleşecek ve okula uyumunu zorlaştıracaktır.
* İlk gün, ilk karşılaşma anında öğretmeni ile sıcak iletişim en önemlisidir. Bunun için kontrol çocukta olmalı ve güven duygusunun geliştirilmesine başlanmalıdır. İlk gün sıkılmaması çok önemli olduğundan okulda geçirilen süre çok uzun olmamalıdır. Yemek gibi aktiviteler ertelenmelidir. Aksi halde çocuk okulla ilgili yemek yedirilen bir yer düşüncesine sahip olacaktır. Çocuğun yanında olan kişi (anne, bakıcı, anneanne v.b.) öğretmenle kaynaşmanın sağlanması için mekânsal olarak uzakta durmalıdır.
* Çocuk kapıda teslim edilip, kapıdan teslim alınmalıdır. Dramatik ve uzun vedalaşmalardan kaçının. Size zor gelse de çocuğunuzdan ayrılırken kararlı ve hızlı olun. Ağladığı takdirde buna izin verip sarılın ancak vedalaşma sürecini uzatarak kendiniz ve çocuğunuz için işleri zorlaştırmayın. Onu ne zaman alacağınızı onun anlayabileceği şekilde söyleyin ve teselli etmeyi öğretmenlere bırakın. Ancak kesinlikle gizlice gitmeyin, bu çocuktaki güvenin zedelenmesine neden olabilir.
* Çocuk, anaokuluna birlikte geldiği ebeveynin yanında ağlıyor, onun gitmesine izin vermiyorsa sonraki günlerde okula duygusal bağımlılığının daha az olduğu bir kişi tarafından getirilmeli ve okula düzenli devam etmesi konusunda kararlı davranılmalıdır. Okula düzenli devam etmesi pazarlık konusu haline getirilmemeli, rüşvet sunulmamalıdır. Verdiği sözleri tutma konusunda henüz yeterli beceriye sahip olamayan çocuğunuz rüşvet olarak sunulanı aldıktan sonra yine olumsuz davranabilir. “Sen o oyuncağı alma, ben de okula gitmeyeyim” düşüncesi gelişebilir. Elbette ki maddi değeri olmayan birlikte geziye gitme, kek yapma, sevdiği yemeği hazırlama, zaman geçirme gibi özendirici sürprizler sunulabilir.
* Birçok anne baba, çocuklarının yaşadıklarını kendileriyle paylaşmasını, anlatmasını ister. Çocukları anaokulundan gelip de bir şey anlatmayınca hayal kırıklığı yaşayıp, üzülür. Yine de çocuğunuza “Bugün kiminle oynadın?”, “Neler yedin?” gibi sorularla baskı yapmayın, ters bir tepki yapabilir. Dinlendikten ve gerekli ihtiyaçları karşılandıktan sonra “Günün nasıl geçti?” diye sormak ve istediklerini anlatmasına izin vermek en doğrusudur. Ancak onun anaokulundaki davranışları hakkında daha detaylı bilgi edinmek istiyorsanız, öğretmenine danışabilirsiniz.
* Çocuğunuzun anaokuluna başladığı ilk günlerde pek katılım göstermeyeceğini varsayarak hareket edin. Keyifsizlik veya agresif davranışlar karşısında da şaşırmayın. Birçok çocuk, anaokulunun ilk günlerinde diğer sınıf arkadaşlarına ve yeni ortama katlanmak için dayanır, kendilerini sıkar ve gün içinde hissettikleri gerginlik yerini gevşemeye bırakır ve günü atlatmanın rahatlığıyla nefes alırlar. Anlayışlı olun.
* Evde yaşanılan bir tartışmada birdenbire ”Ama anaokulunda bunu daha değişik yapıyoruz” cümlesini duymaya başlayabilirsiniz. Artık çocuğunuzun hayatında önemli gördüğü bir öğretmeninin var olduğunu ve bazen onu örnek almaya başladığını kabullenmelisiniz. Eğer anaokulu öğretmeninin, çocuğunuz üzerinde yarattığı bazı etkilerden memnun değilseniz, bunu öğretmenle konuşun. Bu arada yeni bakış açılarına karşı da açık olmaya çalışın.
* Çocuğunuz anaokuluna gitmek istemiyorsa her durumda sabırlı olmak zorundasınız. Bazı çocuklar anaokuluna alışmak için birkaç ay zaman isterler. Bazıları da artık grubun en küçükleri ve acemileri olmadıklarında rahatlarlar. Sabahları okula giderken tartışmalarınızda kararlı olun. Çocuğunuza örneğin “Artık kendinle gurur duyabilirsin, çünkü artık sen de büyüklerin grubuna girdin” diyerek olayları daha basitleştirmeye çalışın.
* Neredeyse bütün çocuklar belirli dönemlerde anaokuluna gitmek istemez ve mızmızlanırlar. Çocuğunuzla konuşurken neden gitmek istemediğini, bu isteksizliğinin neden kaynaklandığını da bulmaya çalışın. Bu isteksizliğin nedeni çok basit olabilir. Artık hevesi ve anaokulunun bir çekiciliği kalmadığından gitmek istemiyordur. Bazen de çocuklar tarafından alay edildiği veya kimseyle bir iletişim kuramadığı için korku duyarlar ve gitmek istemezler. Böyle durumlarda gözlemlerinizi öğretmeninizle paylaşmanız ve bilgi almanız önemlidir. Okula gitmek istemeyen çocuğunuz bazen amacına ulaşmak için gerçek olamayan senaryolarla sizi ikna etmeye çalışabilir!
* Zaman zaman aile yaşamındaki değişiklikler de çocuğun anaokulunda gitmek istememesine neden olabilir. Annenin hamile olması, yeni bir kardeşin doğması, anne-babanın arasında problem olması, boşanması yada çocuğun ayrılacaklarına dair düşüncelerinin olması, ebeveyn veya kardeşin hasta olması v.b. Anne babanın aralarında yaşadıkları gerginlikleri çözdüklerinin çocuk tarafından görülmesi ertesi gün okula giderken kaygı duymasını engelleyecektir.
* Çocuğun anaokulunu reddetmesi durumunda, büyükanne/büyükbaba gibi aileden birinin çocuktan yana tutum göstermesi, ona güç verir ve tepkisini büyütür.okula gidiş tüm aile bireyleri tarafından desteklenmeli ve aile bireyleri uyum içinde olmalıdır.
* Aile çocuğa okulda mutlu olacağını, güvenlikte olacağını, orada onunla ilgilenecek bir öğretmeni olacağını, isteklerini öğretmeni ile paylaşabileceğini söyleyerek çocuğun öğretmenine karşı güven duymasını sağlamalıdır.
* Uyum sorunları hafta başından hafta sonuna doğru azalacaktır. Ancak hafta sonu aile geçirilen güzel vakitlerin etkisi ile hafta başı aileden ayrılmak zor gelebilir, tekrar zorluk yaşanabilir. Bu normal bir süreçtir.

**SABIR-SAKİNLİK-KARARLILIK bu süreci kısaltıcı faktörlerdir.**