

## OKULA YENİ BAŞLAYAN ÇOCUKLARIN GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ VE ADAPTASYON SÜRECİ



### 1SINIFA BAŞLAYACAK ÇOCUKLARIN GENEL GELİŞİMSEL ÖZELLİKLERİ:

- ✚ **Fiziksel özellikleri** açısından bu yaştaki çocuklar; çok enerjik ve hareketlidirler. Dikkat süreleri kısadır, çabuk yorulurlar, küçük yazı ve nesnelere odaklanmada güçlük çekerler. Fiziksel tehlikelere ve kazalara açıktırlar. Bu çocukların bilek, parmak kemikleri ve kasları hassas işleri yapabilecek olgunluğa ulaşmamıştır. Bu nedenle el-parmak becerilerinde zayıftırlar. Yazı yazmada ve incelik isteyen işleri yapmakta zorlanırlar.

- ✚ **Duygusal özelliklerine** bakıldığında ise 1 sınıf öğrencilerinin çoğunun öğretmeni memnun etmeye istekli ve başkalarının hissettiklerine karşı da daha duyarlı olmaya başladıkları görülür.
- ✚ **Bilişsel özellikleri** açısından 7-8 yaş beynin en dinamik dönemlerinden biridir ve bu dönemdeki beyin gelişimi pek çok öğrenmeye olanak sağlar. Bu yaştaki çocuklar ilk kez karşılaştıkları okuma, yazma, heceleme yönergelerine uyma ve matematiksel işlemler yapma gibi bazı becerileri kolaylıkla yerine getirebilirler. Ancak bu etkinliklerin sık sık tekrarlanması gerekir.

Aynı yaşta olmalarına rağmen her çocuğun kendine özgü, kişisel özellikleri vardır. Okul sürecinin başlamasıyla diğer çocuklarda olduğu gibi sizin çocuğunuzda da kişiliğini kazanmaya yönelik çabalar artar. Psikolojik olarak sizden ya da başkalarından etkilenir. Çocuğunuz kendi iç zenginliği ile artık çevreye daha fazla açılmaya başlar. O güne kadar sadece anne ve babası, kardeşi ve kendisi varken, artık dünyada başkalarının da olduğu bilincine varır.



## OKULA YENİ BAŞLAYAN ÇOCUKLARDA ADAPTASYON SÜRECİ



Yeni okul döneminin başladığı bu günler çocuklar için olduğu kadar aileler için de yeni bir yolculuğun başlangıcı. Bazı çocuklar okul dönemini heyecan ve sabırsızlık içinde beklerken bazılarında kaygı, korku ve isteksizlik görülür. İlk defa ailesinden ayrı zaman geçirecek, evinin güvenli ortamından çıkıp tanımadığı insanların olduğu bir ortama girecek bir çocuk için bu kaygılar bir yere kadar normaldir.

Bu kaygılı dönemi olabildiğince çabuk ve sancısız atlatmak için ailelerin psikolojik olarak çocuğu okula hazırlamaları gerekir. Bu hazırlık sürecinde aşağıdaki konulara dikkat ederek çocuğunuzun endişelerini yatıştırmaya yardımcı olabilirsiniz:



### *1Çocuğunuzla okulla ilgili konuşun.*

Neden okula gitmesi gerektiğini, okulda onu nelerin beklediğini, yeni arkadaşlar edineceğini, yeni şeyler öğreneceğini anlatın. Sorularını dürüstçe ama onu korkutmayacak şekilde yanıtlayın. Okuldaki bazı kuralların evdekinden farklı olabileceğini, evde nasıl siz varsanız, okulda da öğretmeni olacağını açıklayın.



## ***2.Okulu bir korku unsuru olarak kullanmayın.***

“Böyle yaparsan öğretmen kızar.”, “Bu olursa arkadaşların seni sevmez.” gibi okulla ilişkilendirebileceği tedirgin edici söylemlerden uzak durun. Okulla ilgili olumlu konuşun ve olumlu hayaller kurun. Kendi güzel okul anılarınızı, arkadaşlarınızı, öğretmenlerinizi anlatmak da okul için heveslenmesini sağlayabilir.

## ***3.Okulla ilgili konularda tutarlı ve net olun.***

Okula başlama sürecinde özellikle de annesi dışarıda çalışmayan çocuklar için en radikal değişiklik anneden ayrı geçireceği zaman. Okul başlamadan önce arkadaş ve akraba ziyaretlerinde sızsız vakit geçireceği ortamlar yaratmak onu bu değişikliğe hazırlayacaktır.

Çocuklar okula ilk başladıklarında ailesinin onu okulda unutacağını düşünerek ayrılık kaygısı geliştirebilirler. Okulda geçireceği zaman dilimi çocuğa net bir şekilde söylenmeli, hangi saatte çocuk okuldan alınacaksa o saatte söz verildiği gibi okulda olunmalıdır. Bu tutarlı davranış çocuğun okula uyumunu kolaylaştırarak güven duygusunu pekiştirecektir.

## ***4.İmkânlar dâhilindeyse öğretmeni ve arkadaşlarıyla önceden tanıştırın.***

Bazen böyle bir seçenek olmayabilir ancak eğer imkân varsa okula başlamadan önce öğretmeniyle ve okul arkadaşlarıyla vakit geçirmesini sağlayın. Öğretmenine ve arkadaşlarına aşına olursa ilk günler kesinlikle daha sancısız geçecektir. Bu mümkün değilse de başlayacağı okulu önceden ziyaret etmek, bahçesinde vakit geçirmek okula ısınmasını kolaylaştırabilir.

## ***5.Okul alışverişine birlikte çıkın.***

Okul alışverişini birlikte keyif alacağınız bir aktiviteye dönüştürün. Malzemelerin seçiminde onun tercihlerini dikkate alın. Okul alışverişi sırasında yanınızda olması sizin de okul sürecinin bir parçası olduğunuzu ve heyecanını paylaştığınızı gösterecektir.

## ***6.İlk ayrılık anını dramatikleştirmeyin.***

Çocuğunuzun büyüdüğünü ve okula başladığını görmek sizi de duygulandırabilir elbette. Ama hüznünüz ve gözyaşlarınız onun bu durumu farklı yorumlamasına yol açabilir. Sıcak ve neşeli bir vedalaşmayla uğurlayın ve okul çıkışı onu yine bu şekilde karşılayın.

## ***7.Okulla ilgili konuşmaya devam edin.***

Okulda günün nasıl geçtiğini sorun, arkadaşlarının adını öğrenin. Okulla ilgili anlattıklarını dinleyin. İlk haftalarda adaptasyon süreci derslerden daha önemlidir. Derslerde ne öğrenip öğrenmediğiyle ilgili kendisini kötü hissettirebilecek sorulardan kaçınmın.



## 8.Gerekirse rehber öğretmenlerden destek alın.

Tüm bunlara rağmen çocuğunuz ilk etapta okula alışmakta güçlük çekebilir. Sabırlı davranın ve kendi endişelerinizin çocuğa da yansıtacağını unutmayın. Her çocuğun ritmi farklıdır. Bazı çocuklar değişikliklere daha kolay uyum sağlarken bazıları daha geç adapte olabilir. Bu konuda öğretmeniyle diyalog halinde olun ve rehber öğretmenlerden destek istemekten çekinmeyin.

## 9.Adaptasyon sıkıntısı devam ederse psikoterapi desteği almayı ihmal etmeyin.

Bitmeyen bir adaptasyon süreci ve dindirilemeyen kaygılar uzun vadede okul fobisine dönüşebilir. Aylar geçtiği halde çocuğunuz okula uyum sağlamakta zorlanıyorsa sorun kronikleşmeden ve başka sorunlara yol açmadan uzman psikolog desteği alın.

### Okul Fobisi Nedir?



Okul fobisi çocuğun yoğun endişe ve kaygı nedeniyle okula gitmek istememe durumudur. Okul saati geldiğinde ağlama, küsme, inatlaşma, saldırganlık, öfke davranışlarının yanı sıra mide bulantısı, kusma, karın ve baş ağrısı gibi davranışlarda bulunabilirler. Bu durum hem aileleri hem de öğretmenleri zorlamakta hem de çocuğun akademik başarısını olumsuz yönde etkilemektedir. Okul fobisinin temelinde daha çok anneden ayrılma korkusu, başarısızlık korkusu ve unutulma korkusu yer almaktadır. Okul fobisinde asıl korkulan şey okul değil evden ve anneden ayrılma korkusudur.

[Okul fobisi ilkokuldan üniversiteye kadar her yaşta görülebilir.](https://kadirliram.meb.k12.tr)



<https://kadirliram.meb.k12.tr>

**Adres:** Şehit Mehmet Delikuş Mahallesi 736.Sokak No:33/2 Kadirli/Osmaniye

**Tel:** 0328 718 24 67