

OKULA UYUM

Okula Olumlu Yaklaşın

- Çocuğunuza okulun güvenli ve güzel bir yer olduğunu hissettirin. "Okulu çok seveceksin, yeni arkadaşların olacak" gibi olumlu cümleler kurun

Vedalaşmaları Kısa ve Sakin Tutun

Okul kapısında uzun vedalaşmalar çocuğun kaygısını artırabilir. Gülümseyerek kısa bir şekilde uğurlayın



Eyvah Çocuğum Okula Başlıyor!



İlkokula başlamak, çocukların hayatındaki en önemli dönüm noktalarından biridir. Bu süreçte ailelerin göstereceği anlayış, sabır ve destek; çocuğun okula uyumunu kolaylaştırır ve eğitim hayatına olumlu bir başlangıç yapmasını sağlar.

Okula başlama sürecinde kaygı yaşamak hem çocuklar hem de aileler için çok doğaldır; merak etmeyin, bu duygular zamanla azalacak ve çocuğunuz kendini okulda daha mutlu ve güvende hissedecektir.

Ergani Rehberlik ve Araştırma Merkezi

HAZIRLAYAN
PSK.DAN. BAHAR ÇAĞLAYAN
DEMİREL



Uyum Süreci →

Her çocuk kendi hızında ve kendi yolunda okula alışır; önemli olan, bu yolculukta çocuğunuza sevgi, sabır ve güvenle eşlik etmektir.

Okula Uyumda Zorlanan Çocuklar İçin Velilere Tavsiyele

Duygularını Kabul Edin

- "Korktuğunu görüyorum, bu çok normal" gibi cümlelerle duygusunu anladığınızı hissettirin. Küçümsemeyin veya kızmayın.

Kararlı Olun

- Çocuğunuz ağlasa da o gün okula gitmeme alışkanlığı edinmemeli. Kararlı ve tutarlı davranın.

Öğretmen ve Rehber Öğretmenle İşbirliği Yapın

- Çocuğunuz yaşadığı zorlanmayı okul ile paylaşın. Çözümü birlikte aramak hem çocuğa hem aileye destek olur.

Olumlu Yönlerini Vurgulayın

- "Bugün arkadaşınla oynadın, çok güzel!" gibi küçük başarılarını fark edip takdir edin.

Aşamalı Alıştırma Yapın

- İlk günlerde sınıfta kalma süresi daha kısa tutulabilir. Zamanla süre uzatılarak alışması kolaylaştırılabilir (öğretmen ve okulun yönlendirmesiyle).

Rutin Oluşturun

Uyanma, kahvaltı, hazırlık ve uyuma saatlerini düzenli hale getirin. Düzen, çocuğunuzun kendini güvende hissetmesini sağlar.

Bağımsızlığı Destekleyin

Kendi çantasını toplamasına, ayakkabısını giymesine, sınıfa tek başına girmesine fırsat verin.

Duygularını Dinleyin

Çocuğunuzun okul hakkında anlattıklarını sabırla dinleyin. Korku veya kaygılarını küçümsemeyin, "seni anlıyorum" mesajı verin.

Öğretmen ile İşbirliği Yapın

Öğretmenin yönlendirmelerine güvenin, düzenli iletişim kurun. Farklılık veya sorun fark ederseniz öğretmenle paylaşın.

Okul Anılarını Paylaşın

Kendi okul yaşantınızdan olumlu ve eğlenceli anılar anlatarak çocuğunuzun merak ve güven duygusunu artırabilirsiniz.

Sabırlı Olun

Her çocuğunuzun uyum süresi farklıdır. Bazı çocuklar birkaç günde, bazıları birkaç haftada alışır. Sabırlı olun, baskı yapmayın.

Küçük Başarıları Kutlayın

Çocuğunuzun cesaretini ve küçük adımlarını takdir edin. Bu motivasyonunu artıracaktır.



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



(412) 504 9352

