

✓ Çocuğunuzla okula gitmemesi konusunda konuşmanız ve onun bu konuda kendi duygularını anlatmasını sağlamanız, empati yaparak (Kendinizi karşıdaki kişinin yerine koyup olaylara onun gözüyle bakıp onu anlamaya çalışarak) hem sıkıntısını paylaşmanız hem de anlaşıldığını hissettirmeniz onun rahatlamasını sağlayacaktır.

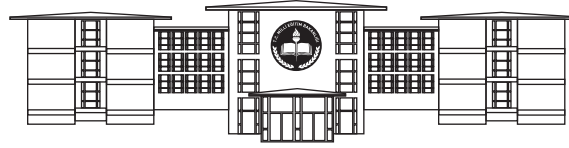
✓ Çocuğunuzun okul korkusu evdeki problemlerden kaynaklanıyorsa öncelikle bu meselelerin kaynağına inilmeli ve problemler çözülmelidir.

✓ Aile olarak çocuklarınızın diğer arkadaşlarıyla etkileşimini ve sosyal becerisini artırması için arkadaş toplantıları yapmalarına ve onlarla oynamasına izin verebilirsiniz.

✓ Çocuğunuzun okul korkusu konusunda öğretmenleriyle ve okuldaki psikolojik danışmanla yani rehber öğretmenle görüşerek, bu konuda ortak bir plan yapıp uygulamaya koyabilirsiniz.

✓ Çocuk kendini rahat hissedinceye kadar sınıfta oturabilirsiniz. Daha sonraki günler okulda öğretmenler odasında veya bahçede bir iki saat durabilirsiniz. İlerleyen zamanlarda da çocuğu sadece okul bahçesine bırakıp geri dönerek aşamalı olarak korkusunu yenip okula alışmasını sağlayabilirsiniz.

✓ Ebeveyni olarak vedalaşmaları çabuk ve kısa süreli tutarak, ayrılıkların doğal olduğu hissettirebilirsiniz.



İSTANBUL MİLLÎ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

Broşür Setlerimiz

ÖĞRENCİ

Akran Zorbalığı
Bedenini Koruma
Ergenlik
Etkili Öğrenme

VELİ

Ağır Düzeyde Zihinsel Yetersizlik
Akran Zorbalığı
Alt İslatma
Anne Baba Tutumları
Bedensel Yetersizlik
Cerebral palsi
Çocuk İhmali ve İstismarı
Çocuklarda Davranım Bozukluğu
Çocuklarda Öfke ve Saldırganlık
DEHB
Destek Eğitim
Dil ve Konuşma Bozuklukları
Down Sendromu
Ergenlik İletişim
Ergenlik Dönemi
Etkili Öğrenme
Görme Yetersizliği
Güvenli İnternet Kullanımı
Hafif Düzeyde Zihinsel Yetersizlik
İşitme Yetersizliği
Kardeş Kıskançlığı
Kayıp ve Yas
Kekemelik

Hazırlayan Birim:
Özel Eğitim ve
Rehberlik
Hizmetleri
Bölümü

OKUL FOBİSİ

Veliler İçin



Okul Fobisi Nedir?

Okul fobisi, kuvvetli bir endişe nedeniyle çocuğun okula gitmeyi reddetmesi ya da bu konuda isteksiz görünmesidir. Okul fobisi olan çocuklar, okula olan isteksizliklerini tipik bir biçimde bedensel yakınmalarıyla dile getirmeye çalışan, bu nedenle kendilerini evde tutma yolunda anne-babalarını ikna etmeye çalışan çocuklardır.



Korku, çocuklar için diğer duygular gibi normal yaşamın bir parçasıdır. Normal korkular çocuğun çevreye uyum sağlamasının ve kaygılarını yok etmesinin bir yoludur. Çocukların çevreye uyum sağlamasını engelleyen korkular da vardır. Tabii ki, bunlardan biri ve en önemlisi de okul korkusudur. Okul korkusu kuvvetli bir endişe sebebiyle çocuğun okula gitmek istememesi ya da bu konuda isteksiz görünmesidir.

Nedenleri

- ✓ Okul korkusunun temelinde çocuğun anne babaya çoğunlukla da anneye aşırı bağımlı olması ve anne babadan ayrılma korkusu yatar.
- ✓ Çocuk anne babası olmadığından kendisine bir şey olacağından korkuyor olabilir.
- ✓ Kendisi anne babasının yanında olmadığından anne babasına bir şey olmasından korkuyor olabilir.
- ✓ Anne babanın hastalanması, kaza geçirmesi, hastanede yatması gibi kaygılar anne babadan ayrılma durumlarında ortaya çıkabilir.
- ✓ Yeni bir kardeşin doğumuyla kardeş kıskançlığının ortaya çıktığı durumlarda görülebilir.
- ✓ Çocuğun anneye duyduğu bağımlılığın yanı sıra annenin de çocuğa bağımlı olması.
- ✓ Çocuğun geç saatlere kadar ayakta kalması, sabah uykusunu alamamasından kaynaklı okula gitmek istememesi.
- ✓ Özel öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği ve hiperaktivite, zihinsel öğrenme yetersizliği olan çocuklarda da sınıf düzeyinde başarı sergilemediklerinden dolayı okul korkusu oluşabilir.
- ✓ Okulda hırpalanmasına, reddedilmesine yol açacak sosyal beceri eksikliği "Okul Korkusu"na neden olabilir.



Ebeveynlere Öneriler

Anne ve babalar özellikle annelerin çocuğunun okulda rahat edemeyecek kadar küçük olduğu endişesini taşımamalı ve bunu çocuğuna yansıtmemelidir. Aksi takdirde çocuk bu durumu, "Okul ortamı güvensiz, annem de orada olmamı istemiyor." şeklinde yorumlayacaktır.

Çocuk okula gitmediği için veya gitmek istemediğinde çevresindekiler tarafından suçlanmamalı, yargılanmamalı ve çocukla alay edilmemelidir.

Çocuğun okula gitmesi konusunda aile fertleri ısrarlı olmalı ve taviz vermemelidirler.

Çocuğa, okulun amacını açıklamak, okula gitmesi konusunda ailenin tüm fertlerinin kararlı ve tutarlı olması işe yarar.