

OKUL FOBİSİ

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



PSİKOLOJİK DANIŞMAN REMZİYE YARĞIN ÖZTÜRK

OKUL FOBİSİ SİZİ KORKUTMASIN!

KUŞKUSUZ Kİ ANNE-BABALAR ÇOCUKLARININ BÜYÜMESİNİ, OKULLU OLMASINI DÖRT GÖZLE BEKLER VE BU DURUMDAN BÜYÜK BİR MUTLULUK VE HEYECAN DUYARLAR. ANCAK O GÜN GELİP ÇATTIĞINDA YA DA SONRASINDA ÇOCUĞUNUN OKULA GİTMEYİ REDDEDİĞİNİ GÖRMEK DE ONLAR İÇİN BİR O KADAR SARSICIDIR. .



OKUL FOBİSİ HER EĞİTİM KADEMESİNDE GÖRÜLEBİLİYOR

OKUL FOBİSİ DENİLDİĞİNDE AKILLARA İLK OLARAK ANA SINIFINA YA DA BİRİNCİ SINIFA BAŞLAYAN ÇOCUKLARIN İLK GÜNÜ GELİYOR. BU DURUM SANKİ YALNIZCA ERKEN YAŞLARA ÖZGÜYMÜŞ GİBİ ANLAŞILABİLİYOR. YAPILAN ARAŞTIRMALAR HER DÖRT ÇOCUKTAN BİRİNİN KREŞ YILLARINDAN LİSE SON SINIFA KADAR OKUL HAYATININ HERHANGİ BİR EVRESİNDE BİR SÜRE OKULDAN KAÇINMA DAVRANIŞI SERGİLEYEBİLDİĞİNİ ORTAYA KOYUYOR.



OKUL FOBİSİNİN BELİRTİLERİ

OKULA GİTMEYİ REDDEDEN ÖĞRENCİ KARIN AĞRISI, BAŞ DÖNMESİ, TİTREME, KALP ATIŞLARININ HIZLANMASI, TERLEME, BAŞ AĞRISI, SIK TUVALET İHTİYACI, BAYGINLIK, MİDE BULANTISI, KUSMA GİBİ BELİRTİLER SERGİLEYEBİLİR. BU BELİRTİLERE ÖFKE, DEPRESYON VE SALDIRGANLIK DA EŞLİK EDEBİLİR. ANNE-BABA OKULA GİTMEMESİNİ ONAYLAYINCA, YANİ TEHDİT ALGILADIĞI DURUM YOK OLUNCA BU BELİRTİLER DE ÇABUCAK ORTADAN KAYBOLABİLİR.



ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA NASIL YARDIMCI OLABİLİR?

- **ÇOCUĞUNUZUN SİZE KENDİNİ AÇMASINI SAĞLAYIN. SAKİN VE YATIŞTIRICI BİR DİL KULLANARAK ONU OKULA GİTMekten ASIL ALIKOYAN SEBEBİN NE OLDUĞUNU ANLAMAYA ÇALIŞIN.**
- **UNUTMAYIN Kİ O KEYFİ BİR NEDENLE DEĞİL, BAŞA ÇIKMAKTA ZORLANDIĞI KAYGI VE KORKU DUYGULARI İÇİNDE OLDUĞU İÇİN OKULA GİTMİYİ REDDEDİYOR.**



ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA NASIL YARDIMCI OLABİLİR?

- **“SAÇMALIYORSUN, NİYE YAPAMAYASIN!”, “BUNDA KORKACAK NE VAR!”, “ÇOK APTALCA BİR KORKU BU.” GİBİ YARGILAYICI, HAFİFE ALICI YA DA ONUN DUYGULARINI ANLAMAKTAN UZAK GÖRÜNEN TEPKİLER VERMEKTEN KAÇININ.**
- **SİZİNLE KONUŞTUĞU SIRADA KÜÇÜMSEYİCİ BİR TAVIR TAKINMAK, BAĞIRMAK YA DA CEZALANDIRICI BİR YAKLAŞIM SERGİLEMEK YERİNE KENDİNE OLAN GÜVENİNİ TAZELEYİCİ BİR ÜSLUP KULLANIN.**



ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA NASIL YARDIMCI OLABİLİR?

- **AYRICA, OKULUN İLK GÜNLERİNDE, ANNE VE BABALAR KADAR HATTA DAHA DA FAZLA GÖREV ÖĞRETMENLERE DÜŞÜYOR. İLK GÜNLERDE HEMEN DERSLERE BAŞLAMAK YERİNE OKUL TANITILMALI. OKULUN ÇOCUKLARA NE GİBİ FAYDALAR SAĞLAYACAĞI ÇOCUĞUN SEVECEĞİ ÇİZGİ FİMLERLE, KÜÇÜK PİYESLERLE, TİYATRO GÖSTERİLERİYLE UYGULAMALI OLARAK ANLATILMALIDIR.**
- **YAPILACAK OLAN BU ETKİNLİKLERDE ÇOCUKLARA DA GÖREVLER VEREREK, SORUMLULUK ALMALARINI SAĞLANARAK KENDİLERİNİ OKULA AİT HİSSETMELERİNİ SAĞLANMALIDIR.**



ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA NASIL YARDIMCI OLABİLİR?

EV İÇİNDE DE ÇOCUĞUN ANNE BABAYA BAĐIMLI OLMASI AZALTILMAYA ÇALIŐILMALI, KENDİ BAŐINA BULDUĐU UĐRAŐLAR KONUSUNDA DESTEK OLUNMALI, TEK BAŐINA DA OYNAYABİLECEĞİ OYUNCAKLAR VE OYUNLAR ALINMALIDIR.



ANNE-BABALAR ÇOCUKLARINA NASIL YARDIMCI OLABİLİR?

OKULA GİTMEYLE İLGİLİ AİLE BİREYLERİ ORTAK TUTUM İÇİNDE OLMALI VE ÇOCUĞUN OKULA GİTMEMESİNE İZİN VERİLMEMELİ.