****

**ÖĞRETMEN FUAT ALTAN ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ**

**ANAOKULUNA BAŞLANGIÇ**

**ve ADAPTASYON**

 Anaokuluna başlamak çocuğun hayatındaki en önemli gelişim basamaklarından biridir. Çocuğun bundan sonra da uzun süreli olarak devam edecek olan eğitim sürecinin temelidir. Bu yüzden çocuğun zihninde “ilk okul”unu simgeler.

 Anaokuluna başlangıç süreci, hayattaki her yeniliğin başlangıcında olduğu gibi zorlayıcıdır, stres oluşturabilir. Bu stresin şiddeti çocuğa göre farklılık gösterir. Çocuğun kişilik/mizaç özellikleri, anne-baba ile ilişkisi, bağlanması, anne-baba tutumları, okul ortamı, çocuğun okula hazırbulunuşluk seviyesi vs çocuğun yaşayacağı stresin şiddetini belirleyen unsurlardandır.

 Çocuk, “acaba ailem beni burada mı bırakacak?” “annem ve babam yanımda yokken başıma kötü bir şey gelir mi?” “kendi başıma burada ne yapacağım?” gibi düşüncelere sahip olabilir. Anne babanın yapması gereken başta kendisinin ortama güven duyup çocuğa bu güveni aşılaması ve bu ilk bireyselleştirme deneyiminde her zaman onun yanında olduklarını hissettirerek desteklemesidir.

*Aile bugüne kadar çocukla nasıl bir ilişki şekli kurmuş ise çocuk da anaokulunda öğretmen ve arkadaşları ile benzer bir ilişki kurmaya yönelik davranacaktır. Çocuğun okula kolay adapte olabilmesini sağlayacak iki temel unsur vardır; ilki ailede bireyselleşme-ayrışmanın teşviki, ikincisi çocuk ile bakım veren arasında güvenli bağlanma şeklinin olmasıdır.*

 **Çocuğu anaokuluna başlayacak anne/babaların dikkat etmesi gerekenleri şu şekilde özetleyebiliriz:**

1. Öncelikle anne-babaların kaygılı/evhamlı ruh halleri varsa bunu kontrol etmeli, çocuğa yansıtmamalı. Unutulmamalıdır ki kaygı bulaşıcıdır.
2. Okula başlama önemli ama herkesin yaşadığı bir olaydır. Gereğinden fazla önemserseniz durumu zorlaştırırsınız
3. Okul yaşantısı ile ilgili her şeyi planlayın. Okuldan kim alacak, hangi servis alacak, kim karşılayacak? Çocuğunuza onu alacağınız zaman ve yer hakkında bilgi verin, gösterin. Belirttiğiniz saatte ve yerde olmaya özen gösterin.
4. Çocuğa okul hakkındaki olumlu düşünceler yansıtılmalı. Anaokulunu kendileri çalıştıkları için mecburen bıraktıkları bir yer olarak görmek yerine çocuğun her yönden gelişiminin desteklenmesi için gelmesi gereken bir kurum olarak gören bir bakış açısına sahip olmaları ve çocuğa da bunu yansıtmaları önemlidir.
5. Çocuklar okulda ne olacağını önceden bilmeliler. Okul açılmadan önceki hafta içinde fırsat buldukça okuldaki günlük işleyiş hakkında sizden bilgi almalılar. Bu bilgilendirmeyi okulun açılacağı günün sabahı değil, çok önceden vermeye başlamalısınız. Adım adım okula girişten çıkışa kadar geçen süreçte olacakları sade bir dille anlatmalısınız.
6. Mümkün oldukça sınıfa öğrenciyle girilmemelidir. Çocuğun öğretmenini ve okulu benimsemesini zorlaştırır, çocuğun anne-babaya bağımlılığını teşvik edici bir davranıştır.
7. Çocuk çok fazla kaygılı ise ilk gün 2 saat, sonrasında 3 4 saat gibi yavaş yavaş okulda kalma süresi artırılarak okula ısındırılabilir.
8. Hata yaptıklarında onları okul veya öğretmenle korkutursak, çocuğun öğretmenden ve okuldan soğumasına sebep oluruz. Okul ceza verilen bir yer olarak gösterilmemelidir. Benzer bir şekilde özellikle öğretmen hakkında olumsuz yorumlarda bulunmayın. Sizin saygı ve güven duymadığınız kişiye çocuğunuz da asla itibar etmeyecektir.
9. Okulla ilgili güzel anılarınızı ona anlatın. Yaşadıklarınızı sizi okula ilk kimin götürdüğünü, günlerin nasıl geçtiğini, öğretmeninizi, arkadaşlarınızı, okuma yazmayı öğrenme serüveninizi paylaşın.
10. Çocuğunuzu okula gitmeye direndiği için cezalandırmayın, küçük düşürücü sözlerle aşağılamayın. Çocuğun yaşadığı sıkıntı nedeniyle oluşan belirtileri şımarıklık, ilgi çekme arzusu ya da sizi kızdırmak için yapılan davranışlar olarak yanlış yorumlamaktan kaçının.
11. Okula devam etme konusunda kararlı bir tavır içinde olun. Sabahları yakınmaya ve yavaş hareket etmeye devam etse bile giyinmesine, hazırlanıp servise binmesine yardımcı olun.
12. Vedalaşmaları çabuk ve kısa süreli tutarak, ayrılıkların doğal olduğu hissettirilebilir.
13. Okula gelsin diye sıklıkla maddi ödüller alınmamalı, bunun yerine açıklama yapılarak çocuğun okula benimsemesi sağlanmalı.
14. Bu yaşlarda çocukların en az 9-10 saat uykuya ihtiyacı vardır.Uykusunu alamayan çocukların önce okula uyum sürecinde, daha sonrasında okul ve ders başarısında da zorlanacağı unutulmamalıdır.

*Öğretmen Fuat Altan Anaokulu Rehberlik Öğretmeni*

 *Esra GÖKMEN*