

OKUL KORKUSU

Her yıl milyonlarca çocuk okula başlayıp, neşeyle devam ederken bazıları içinse durum hiç böyle değildir. Bu çocuklar okula başlamadan önce çok istekli görünebilseler de okul zamanı geldiğinde bu istekleri kalmaz ve okula gitmek istemezler.

Çocuklarda okulda oluşan yoğun sıkıntı ve huzursuzluk hissi nedeniyle okula gitmek istememe ve okulda yalnız kalamama durumuna okul korkusu (okul fobisi) adı verilmektedir.

Her yüz çocuktan yaklaşık 4-5 ' i bu tepkisini okul korkusuyla ortaya koyar. Bu durum okula gidişin ilk günlerinde görülebildiği gibi herhangi bir zaman da ortaya çıkabilir.

Okul Korkusunun Ön Belirtileri:

- Baş ağrıları,
- Karın ağrıları, bulantı kusma hissi, iştahsızlık, keyifsizlik, uyku düzeninde bozukluklar,
- Okul sorumluluklarının yerine getirilmesinde aksamalar,
- Ortada bir neden yokken gözyaşlarına boğulmak,
- Alıngan ve sinirli olma.

Yukarıdaki belirtiler özellikle sabahları ve okul saatlerinde ortaya çıkar ve yoğunlaşır. Bu tabloyu iyi değerlendiremeyen ana baba ve öğretmenler, hatalı tutumlarıyla çocuğun korkusunu pekiştirebilirler.

Bu Çocukların Ortak Özellikleri Şunlardır:

- Ebeveynlerince aşırı şekilde korunup kollanmışlardır.
- Attıkları her adımda ana babanın onayını beklerler.
- Uslu, uyumlu ve anneye aşırı bağımlılıkları vardır. Annelerinden hiç ayrılmak istemezler; sanki onlara yapışık gibidirler. Anneden ayrılma korkusu yaşarlar.
- Her istekleri anında karşılanmış ve anında tatmin isteyen , bu olmayınca "hileye" başvurabilen yapıdadırlar.

Okul Korkusu Ne Zaman Ortaya Çıkar?

- Yeni bir kardeşin doğumu ve kıskançlık duygusu
- Ailenin ev değiştirmesi, göç etmesi, çevre değişikliği
- Çocuğun ebeveynlerden birini veya başka bir yakınıni yitirmesi, aileden birinin hastaneye yatması
- Ana babanın uzun süren geçimsizlikleri
- Okulda öğretmen ya da arkadaşlarınca küçük düşürülme, korkutulma
- Ailede sosyo- ekonomik kriz durumları gibi nedenlerle çocuklarda okul korkusu gelişebilir.

Okul Korkusu Olan Çocukların Ailelerine Öneriler:

- 1.Çocuğun fiziksel yakınmaları varsa kontrol ettirmek için hekime götürün.
- 2.Sınıf çalışmalarının zorluğundan, sıkıcılığında veya okul arkadaşları ya da öğretmeni ile ilgili konulardan şikâyet ediliyorsa okulu ziyaret edin.
- 3.Korkuları hakkında konuşmaya teşvik edin. Onu yatıştırın ve gün boyunca nerelerde olacağınız, okulda acil bir durum olursa çocuklarla kimin ilgileneceğini ve korkuları olduğunda kimlerle konuşabileceği hakkında bilgi veriniz.
- 4.Okula düzenli devam etmesi konusunda ailenin tüm fertleri olarak kararlı ve ısrarlı olun.
- 5.Eğer sorun devam ediyorsa; çocuğun bir iki saatliğine, daha sonra da tam gün okula gitmesini sağlayabilirsiniz.
- 6.Bir kere bile çocuğun kazanmasına izin verilirse sorunun daha da kötüleşeceği unutulmamalıdır. Eğer, belirli gün veya hafta okula devam zorunluluğu varsa ve çocuk bu sınırı zorlamaya çalışıyorsa bu noktada pes etmek tamamen başa dönmek demektir.
- 7.Çocuğu, bağımlı olduğu ebeveyn yerine okula diğer ebeveynin götürmesini sağlayabilirsiniz.