

Anne ve Babalara Öneriler...

- ◆ Çocuğun anne-baba dışında farklı ortamlarda bağımsız bir şekilde kalabilmesi desteklenmelidir.
- ◆ Anne-baba, öğretmen ile işbirliği içinde olarak çocuğa okulda güvenli bir ortam oluşturulmalıdır.
- ◆ Çocuğun okula gitmek istemediği durumlarda, okula gitmesi gerektiği yönünde çocuk ikna edilmelidir. Gerekirse bir süre anne-baba ile okula gitmelidir.
- ◆ Sabırlı, tutarlı ve kararlı bir tavır içinde olunmalıdır.
- ◆ Okul başlamadan önce okul gidip gezilmeli, okul malzemeleri çocukla birlikte seçilmelidir.



**DERS ZİLİ ÇALDI
OKULLAR AÇILDI !!!
HAYDİ ÇOCUKLAR OKULA...**

Kaynakça:

<https://yesilay.org.tr/tr/makaleler/okul-fobisi-sizi-korkutmasin>

Telefon: (0246) 218 34 48

Web: <http://ispartaram.meb.k12.tr>

E-posta: rehberlik32@meb.gov.tr



ISPARTA

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



**OKUL FOBİSİ
NASIL YENİLİR?**



Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölümü

Okul Fobisi ve Çözüm Önerileri

Okul Fobisi Hakkında Bilinmesi Gerekenler...

Okulların eğitim-öğretim sürecine başlamasıyla birlikte çocuklarda en temel karşılaşılan sorunlardan biri de okul fobisidir. Okul fobisi, kuvvetli bir endişe nedeniyle çocuğun okula gitmeyi reddetmesi ya da isteksiz bir şekilde okula gitmesidir. Okul fobisinin en çok görüldüğü yaş 5-6 yaş aralığı ile 11-12 yaş aralığıdır. Okul fobisi, sanılanın aksine çocuklarda sadece okula başladığı dönemde değil, ileriki dönemlerde de yaşayabileceği bir durum olabilir ve bu durum her çocukta görülebilir.



Fobi Olabilecek Belirtiler...

Okul fobisinin genel özellikleri arasında; ağlama, öfke, uykusuzluk, saldırganlık, baş ağrısı, mide bulantısı, iştahsızlık sayılabilir. Tepkiler okul saatleri yaklaştığında daha da artabilir.

Aşırı Koruyucu Aileler Okul Fobisine Neden Olabilir...

Okul fobisi olan çocukların, okul öncesi dönemlerinde anneleri tarafından aşırı özenle büyütüldükleri görülmektedir. Bu tür annelerin sürekli çocuklarını memnun ederek onların sevgilerini kazanma çabası içinde oldukları, tüm gereksinimlerini karşıladıkları ve onları sürekli korudukları dikkati çekmektedir. Bazı anneler ise çocukları gözlerinin önünde olmadığında kendilerini çok yalnız hissetmekte ve psikolojik-fizyolojik olarak çocuklarıyla yakın olma gereksinimi duymaktadır.

Çocuğun Okul Fobisi Varsa...

Okul fobisi yaşayan çocuğa kızmak, öfkenlemek sorunu daha da çözümsüz bir hale getirebilir. Çocuğu zorlayarak okula götürmek de kesinlikle bir çözüm değildir. Çocuğu suçlamamak, onu dinlemek, soruna neden olan sebepleri bulmak, problemi çözmek için aklımıza gelen ilk adım olmalıdır. Çocuğa bu korkunun birçok çocukta görülebildiği anlatılıp ona güven verilmelidir. Olumsuz aile tutumları değiştirilip, yerine olması gereken davranışlar sergilenmelidir. İlk günlerde okulun bahçesine, sonra okul içine, daha sonra sınıfa götürülmelidir. Böylelikle atılacak bu adımlar çocuğu okulla barışık hale getirmeye yardımcı olacaktır.

