



OKUL FOBİSİ



OKUL FOBİSİ NEDİR?

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 çalışır, 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.

NEDENLERİ

- *Okul korkusunun temelinde çocuğun anne babaya çoğunlukla da anneye aşırı bağımlı olması ve anne babadan ayrılma korkusu yatar. *Çocuk anne babası olmadığında kendisine bir şey olacağından korkuyor olabilir.
- *Kendisi anne babasının yanında olmadığında 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 sergileyemediklerinden dolayı okul korkusu oluşabilir.
- *Okulda hırpalanmasına, reddedilmesine yol açacak sosyal beceri eksikliği "Okul Korkusu"na neden olabilir.

EBEVEYNLERE ÖNERİLER

Anne ve babalar özellikle annelerin çocuğunun okulda rahat edemeyecek kadar küçük olduğu endişesini taşımamalı ve bunu çocuğuna yansıtmamalıdır. 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.

Çocuğunuzla okula gitmemesi konusunda konuş - 24 manız ve onun bu konuda kendi duygularını anlatması - nı 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.

Çocuğun 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.

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

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