



Okul-aile işbirliğine önem verin.

Çocuğun düzenli olarak okula gitmesini sağlayarak sınıfa girmese bile okul bahçesi, kantin vb. alanlarda vakit geçirmesini destekleyin.



Kaynakça:

Bahalı, K. ve Yolga Tahiroğlu, A. (2010). Okul reddi: Klinik Özellikler, Tanı ve Tedavi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 2(3), 362-383.
Soysal, B. ve Bodur Ş. (2004). Bir Büyüme Masalı: Okul korkusu. Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi, 13(6), 234-236.



İLETİŞİM

**ADRES: ŞEHİTLİK MAHALLESİ
ELÇİBEY CADDESİ YENİCE
SOKAK NO:26/C
TEL NO: (0312) 625 55 08**

OKUL KORKUSU

**POLATLI REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ**



OKUL KORKUSU NEDİR?

Çocuğun yoğun bir endişe nedeniyle okula gitmeyi reddetmesi ya da okula gitmede isteksiz olması durumudur. Okul korkusu, genellikle ilkokula başlama (5-7 yaş) döneminde görüldüğü gibi ortaokula ve liseye başlama gibi önemli geçiş dönemlerinde de görülebilmektedir.

OKUL KORKUSUNUN NEDENLERİ

- Çocuğun anne ya da babasına aşırı bağımlı olması.
- Anne ya da babadan ayrı kalmanın getirmiş olduğu mutsuzluk
- Ailedeki travmatik yaşantılar (ölüm, hastalık, göç vb.)
- Okul ya da sınıf değişikliği
- Çocuğun yeni bir kardeşinin doğması ile yaşadığı kardeş kıskançlığı
- Olumsuz anne-baba tutumları
- Ebeveyn çatışması
- Çocuğun yeni deneyimlerle baş edememesi (yeni bir okul ortamı, yeni bir arkadaş ortamı vb.)
- Çocuğun okulda arkadaş edinmemesi ve kendini yalnız hissetmesi

OKUL KORKUSUNUN BELİRTİLERİ

- Baş ağrıları
- Karın ağrıları
- Mide bulantısı, kusma hissi
- Uyku bozuklukları
- Huzursuzluk, öfkelenme
- Okula gitmeyi reddetme
- Okulla ilgili sorumlulukları yerine getirmede problemler
- Yukarıda bahsedilen belirtiler genellikle çocuğun evde kalmasına izin verildiğinde ya da tatillerde ortadan kalkar.



AİLELERE ÖNERİLER

- Çocuğun okula gitmesi konusunda ailedeki tüm bireylerin tutarlı ve kararlı olması gerekmektedir.
- Çocuğun okulla ilgili duygularını paylaşmasına fırsat verin.
- Çocuğun yaşamış olduğu okul korkusunun nedenlerini çocuğunuzla birlikte bulmaya çalışın.
- Çocuğun bağımsızlığını destekleyerek, yaşına ve gelişim düzeyine uygun sorumluluklar verin.
- Çocuğun okula gitmesi konusunda kararlı olun ve düzenli olarak okula gitmesini sağlayın.
- Çocukla okul hakkında konuşun. Geçiktirmeden korkularını dinleyip anlamaya çalışın.
- Çocuğunuzla ilgili gerçekçi beklentiler oluşturun.
- Çocuğun arkadaşlık ilişkilerini geliştirmesi konusunda ona destek olun.