



# **ŒİMĐĐ** **OKULLU** **OLDUK !**

**Okula Uyum Süreci Veli Bülteni**



**Akyazı**  
**Rehberlik ve**  
**Araştırma**  
**Merkezi**

ÇOCUKLAR  
OKULA BAŞLARKEN  
NELER  
DÜŞÜNÜR ?

Öğretmenim nasıl birisi?

Okulda kaybolursam  
ne olur ?

Ben yokken  
aileme bir şey olur mu?

Okul nasıl bir yer ?

Tuvaleti bulamazsam  
ne olur ?

Ben yokken  
ailem evde ne yapıyor ?

Arkadaşlarım ile  
iyi anlaşabilecek miyim?



Bütün bu  
sorulara uygun  
ve doyurucu  
cevap  
bulamayan  
çocuk, okula  
uyum  
sağlamakta  
güçlük  
çekebilir.



ÇOCUĞUMUN  
UYUM PROBLEMİ  
YAŞADIĞINI NASIL  
ANLARIM ?





Huzursuzluk, Kaygı

Okula gitmeyi reddetme

Aniden öfkelenme, belirgin bir sebep yokken ağlama

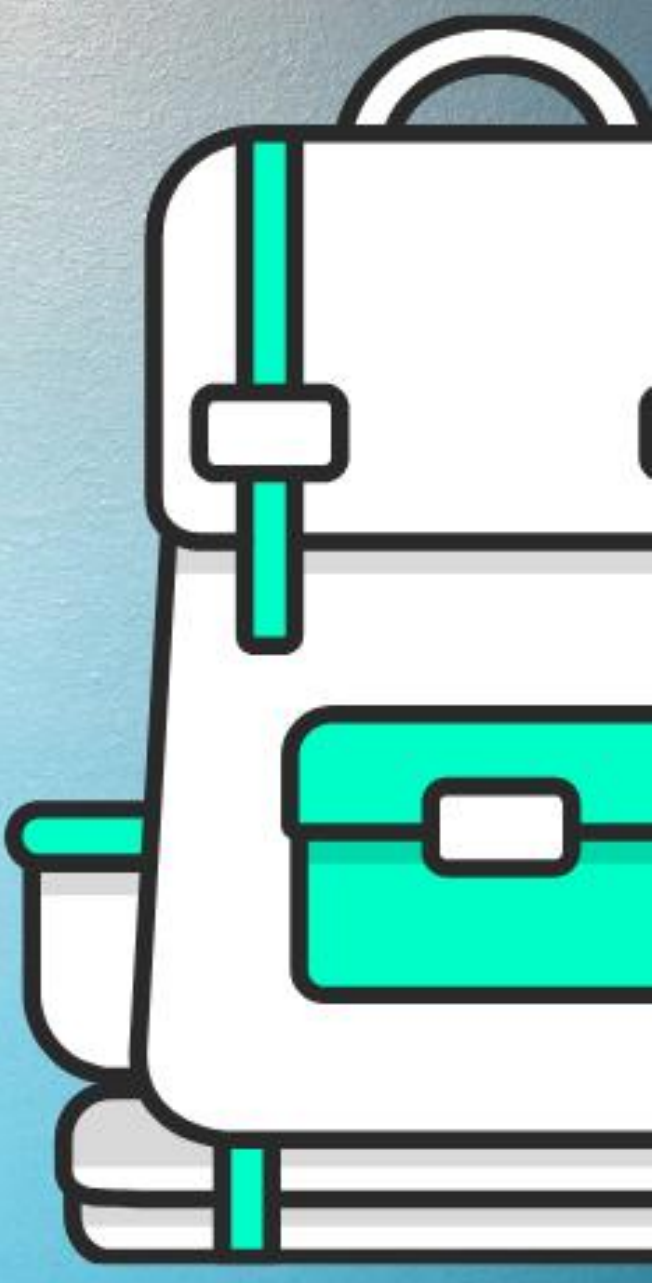
**Yapması gereken görevleri yapmama ya da isteksiz olma**

Belirli sebebi olmayan ağrılar

Aile desteğine her zamankinden daha fazla ihtiyaç duyma



**Çocuğun uyum sürecini sağlıklı bir şekilde atlatabilmesi büyük ölçüde ebeveynlerin kendi kaygısını doğru yönetmesine ve çocuk ile doğru iletişim kurmasına bağlıdır.**



EBBEVEYNLER  
NELER  
YAPMALI ?

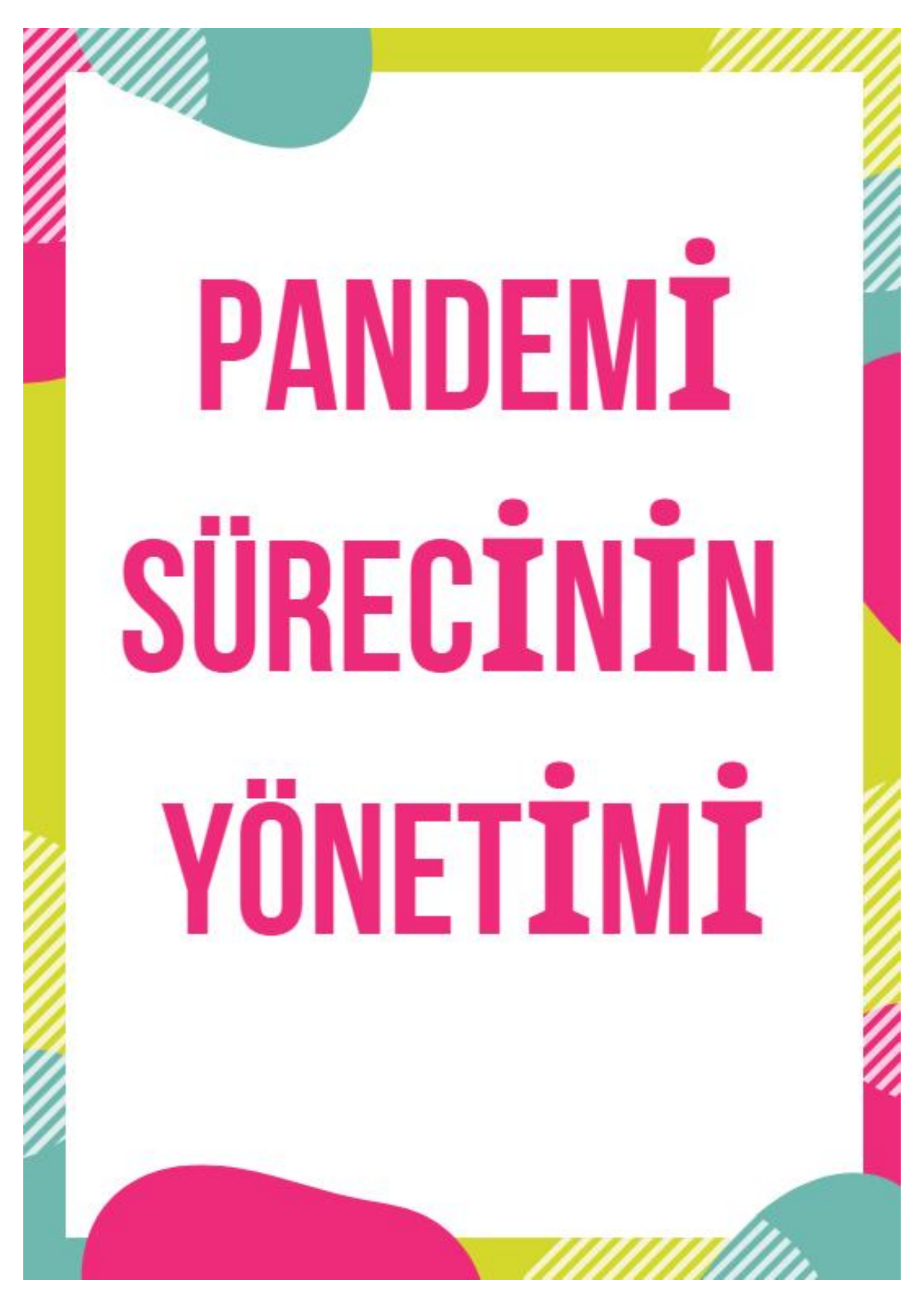


OKULA BERABER  
HAZIRLIK  
YAPABİLİRSİNİZ.

ÇOCUĞUNUZ  
UYUMSUZ  
DAVRANIŞ  
GÖSTERDİĞİNDE  
SÜRECİ SAKİN BİR  
ŞEKİLDE  
YÖNETMELİSİNİZ.

KORKU VE KAYGI  
YAŞAYAN ÇOCUĞUN  
DUYGULARINI KABUL  
ETMELİ, ANLAMAYA  
ÇALIŞMALI VE  
SORULARINA  
GERÇEKÇİ CEVAPLAR  
VERMELİSİNİZ.

PANDEMI SÜRECİ İLE  
İLGİLİ ALACAĞINIZ  
ÖNLEMLER  
ÇOCUKLARIN OKULA  
UYUMUNU  
KOLAYLAŞTIRIR VE  
KAYGISINI AZALTIR.



**PANDEMI  
SÜRECİNİN  
YÖNETİMİ**

# **ÇOCUĞUNUZUN ÇANTASINDA**

**1**

**TEMİZ VE YEDEK BİR MASKE**

**2**

**KOLONYA VEYA DEZENFEKTAN**

**3**

**KAĞIT MENDİL, ISLAK MENDİL**

**4**

**KÜÇÜK BİR SABUN**

**MUTLAKA BULUNMALIDIR**



# ÇOCUĞUNUZA

**1**

**YALNIZCA KENDİ EŞYALARINI  
KULLANMASI GEREKTİĞİNİ**

**2**

**DOĞRU MASKE KULLANIMINI**

**3**

**EL HİJYENİNİ**

**4**

**MESAFENİN ÖNEMİNİ**

**GEREKEN SIKLIKTA HATIRLATIN**



**UYUM SÜRECİNİ KOLAY  
VE KEYİFLİ HALE  
GETİRMEK İÇİN  
PAYLAŞILAN ETKİNLİĞİ  
UYGULAYABİLİRSİNİZ.**

**SAĞLIKLI GÜNLER DİLERİZ**

**Akyazı  
Rehberlik ve  
Araştırma  
Merkezi**

# SEVDİKLERİMLE GÜVENDEYİM

Kullanılacak Materyal:  
Resim Kağıdı, Boya Kalemleri

Çocuğa aşağıdaki kısa hikaye  
okunur.

Rüzgarlı bir havada tek bir elması  
kalan ağaç yaprakları ile elmasını korumaya  
çalışmaktadır. Yapraklarını kocaman  
açmış ve rüzgarın elmasını yere düşürmesini  
engellemeye çalışmaktadır.

Çocuktan boş bir kağıda bu ağacın resmini çizmesi istenir. Ağacın en ortasına bir elma olarak kendisini, yapraklar olarak ise sevdiği ve güvendiği kişileri çizmesi söylenir.

(Yaprak olarak çocuk az kişi bulmuş ise, yönlendirme yapılabilir; Anne, baba, abi, amca, dayı, teyze, öğretmen)

Fırtınalı bir havada bu elmayı koruyabilecek yaprakların kimler olduğu tek tek çocuğa sorulur. Kendisini mutsuz, endişeli hissettiğinde ona yardımcı olacak bir çocuk sevdiği ve güvendiği kişinin olduğu hatırlatılarak etkinlik sonlandırılır.