

GÜNCE'L

Aylık Bilgi Bülteni

Sayı:1

Eylül 2007

Mayıs 2007'de kurulan Günce Psikolojik Danışmanlık, Eğitim ve Grup Çalışmaları Merkezi ekibi olarak aylık bilgi bültenimiz Günce'l ile meslektaşlarımızla buluşmayı hedefliyoruz. Her ay farklı konular, alandaki gelişmeler ve haberleri paylaşacağımız Güncel'e siz de katkıda bulunabilirsiniz.

Paylaşmak istediğiniz bilgi, deneyim ve görüşlerinizi info@guncedanismanlik.net adresinden bizlere iletebilirsiniz.

Günce Psikolojik Danışmanlık Eğitim ve Grup Çalışmaları Merkezi Ekibi



Okul Reddi

Okul reddi nedir?

Okul reddi/fobisi kavramı okul çağındaki bir çocuğun okula gitmeye karşı gösterdiği endişeli tepkiler olarak tanımlanmaktadır. Okul reddi 3 farklı durumda ortaya çıkabilir; ilki okula yeni başlayan çocukların anne-babalarından ayrılmaktan dolayı duydukları endişe durumudur. Genellikle kısa bir süre sonunda çocuğun uyum sağlaması beklenir. İkinci durum ise çocuğun okul ortamında rahatsız eden ya da korkutan bir durumdan dolayı okula gitmek istememesidir. Örneğin arkadaşları tarafından zarar gören bir çocuğun okula gitmekten korkması olağandır. Üçüncüde ise aileden ayrılma endişesinin yoğun olarak yaşandığı durumlar gözlemlenmektedir. Çocuk evden ve anne-babasından ayrılma durumunda yoğun stres yaşadığı için okula gitmeyi reddedebilir.

Okul reddi, okul çağı çocuklarının % 5'inde görülmektedir. Hemen

her yaşta ortaya çıkma olasılığı olsa da sıklıkla 5-6 yaş ve 11-14 yaş döneminde gözlemlenmektedir.

Yeni okula başlayan 5-6 yaş dönemindeki çocuklar için anne-babalarından ayrılmak (özellikle de daha önce bir okul öncesi eğitime devam etmemişler ise), yeni bir sosyal ortama uyum sağlamak (kurallara uymak ve sorumlulukları yerine getirmek), sosyal ilişkiler kurmak (ihtiyaçlarını ifade etmek ve karşılamak) zorlu bir süreçtir. Bu dönemde anne-baba tarafından aşırı korunan, kural ve sınırların öğretilmeyen, duygusal olarak yaşının olgunluğuna sahip olmayan çocuklar yaşlılarına göre daha fazla zorlanmaktadır. Okula başlama olgunluğu çocuğun duygusal (yaşına uygun duygusal tepkileri gösterebilmesi), sosyal (kurallara uyabilmek, sorun çözme becerilerine sahip olmak vb) ve bilişsel (dikkat ve öğrenme becerilerinde ciddi sorun yaşanmaması gibi) olarak okul ortamına hazır

olması anlamına gelmektedir. Ancak bazı durumlarda çocuk okula başlamak için gerekli olgunluğa ve becerilere sahip olsa da okul reddi sorunu ortaya çıkabilmektedir.

Okul reddinin sıklıkla görülebildiği 11-14 yaşları ise ergenlik dönemine denk gelmektedir. Değişen okul sistemine uyum sağlamak, ergenlik döneminin getirdiği değişimler ile baş etmek çocuklar ve aileler için zorlu bir süreç olabilir. Bu dönemde ortaya çıkan okul reddi davranışlarında, okul fobisine neden olabilecek etkenlerin dikkatlice araştırılması önemlidir.



Psikolojik Danışmanlık Eğitim ve Grup Çalışmaları Merkezi

www.guncedanismanlik.net
info@guncedanismanlik.net
T: 0216 3807685
T/F:0216 3807802

Okul Reddi ile ilgili araştırma sonuçları

- Türkiye'de yapılan bir çalışmada, okul korkusu olan çocukların annelerinde depresif belirti puanları yüksek bulunmuştur (Yurtbay, T. (1997)).
- Türkiye'de yapılan başka bir çalışmada ise, okul korkusu yakınması olan çocukların ana babalarının ruhsal bozukluklar açısından değerlendirilmesi yapılmıştır. Bulgular, okul korkusu yakınması olan çocukların tümünün değişik ek tanımlar aldıklarını, aynı zamanda bu çocukların ana babalarının da psikopatoloji oranının kontrol grubuna göre anlamlı oranda yüksek olduğunu göstermiştir (Özcan, Ö.; Günay, B.K., ve Aysev, A. (2006)).
- Okul fobisi olan çocuklarda diğer psikolojik sıkıntıların (anksiyete, depresyon) da görülme sıklığı okul fobisi olmayan çocuklara oranla fazladır (Kearney, C.A. & Silverman, W.K. (1993)).
- Yapılan çalışmalar, okul fobisi sergileyen çocukların sırayla en çok; sınav başarısızlığı, düşük not alma, idarecilere şikayet edilmek, sınavlar, tahtaya kalkmak, sınıf içinde aniden sözlüye kaldırılmak, okulda hasta olmaktan korktuklarını gösteriyor (Kearney, C. A.; Eisen, A.R.; and Silverman, W.K. (1995)).

OKUL REDDİNİN BELİRTİLERİ

- Okula gitmeyi reddetmek, gitmesi için zorlandığında evde ya da okulda şiddetli tepkiler vermek (bağırarak, ağlamak vb)
- Baş ağrısı, bulantı, kusma gibi şikayetlerle sık sık okula gitmek istememek
- Anne-babaya aşırı düşkünlük (sürekli onların yanında olmak istemek, tek başına kalmaktan korkmak)
- Okula gitmemek için çeşitli nedenler uydurmak (bugün evde kalayım, yarın söz giderim gibi sözler vermek)
- Geceleri uykuya dalmakta zorluk çekmek
- Sık sık kabus görmek, karanlıktan ya da tek başına uyumaktan korkmak
- Okula gittiğinde çeşitli nedenler ile eve erken gelmeye çalışmak (kusma, ağlama krizleri, karın ağrısı, baş ağrısı gibi fiziksel şikayetler vb)
- Sınıfa girmek istememek ya da sınıfa girdiğinde bile derse dahil olmamak, yapılanları takip etmeyi ret etmek.

Okul Reddinin Nedenleri

Okul reddinin ortaya çıkma nedenlerinin çocuğun ve anne-babanın kişilik özellikleri, aile ortamı ya da okul ortamı ile ilgili etkenlerle ilişkili olduğu bilinmektedir.

Kişilik özelliği olarak anne-babaya bağımlı olan, tek başına problem ile baş etme becerilerinde sorun yaşayan ya da kuralsız, her istediklerinin anında yerine getirildiği bir ev ortamında yetişen, anne-baba tarafından aşırı korunan çocuklar okula uyum sağlamakta zorlanabilirler. Bunun yanı sıra duygularını uygun şekilde ifade etmekte zorlanan, ihtiyaç ve isteklerini duruma uygun şekilde ifade edemeyen çocuklarda okul reddi daha çok ortaya çıkabilir.

Aile ile ilgili özelliklerde ise; aile içinde yaşanan huzursuzluk ya da yoğun stres ve çatışmanın yaşanması çocuğun okula gitmeyi reddetmesine neden olabilir. Okulda olduğu zaman içerisinde çocuk evde olanları ve aile bireyleri merak ettiği için okula uyum sağlamakta zorlanabilir. Ailede yaşanan boşanma, yeni bir kardeşin doğması, yeni bir eve taşınması, anne-babanın ya da bir başka aile bireyinin uzun süre hasta olması gibi olaylar çocuğun yaşadığı

endişeleri artıracak için okul reddine neden olabilir.

Okul ortamı ile ilgili ya da çevresel etkenler düşünüldüğünde ise arkadaşları tarafından rahatsız edilmek (alay edilmek, şiddete ve zorbalığa maruz kalma vb) çocuğun okul gitmeyi reddetme nedeni olabilir. Ayrıca aşırı rekabete ve başarıya odaklı bir sınıf ortamı performans kaygısını artırabilir. Okulda başkaları tarafından sürekli eleştirildiğini, yeterince başarılı olmadığını düşünmek çocuğun okula gitme isteğini azaltabilir. Ders başarısının düşük olması, sosyal etkinliklerde geri planda kalmak, oyun ve çalışmalarda tercih edilmeyen birey olmak, okulun kural ve beklentilerini uygulamakta zorlanmak, çocuğun okul ortamında kaygısını artırabilir.

Okul reddinin altında yatan bir çok farklı etken, sorun alanı bulunabilir. Okul reddi ile ilgili çözüm önerileri ve yöntemlerde soruna neden olan etkenlere, çocuğun bireysel özelliklerine göre farklılık gösterir. Yine de bu sorun ile baş etmede kullanılacak temel öneriler sıralanabilir.

•Okul reddi ile baş etmede en önemli maddelerden biri öncelikle çocuğun okula devam etmesini sağlamaktır. Fiziksel olarak kontrolleri yapıldıktan sonra doktor aksini önermediği takdirde anne-baba çocuğu okula göndermelidir.

•Sınıf öğretmenini mutlaka durumdan haberdar etmek, çocuğun yaşadığı sorun hakkında doğru şekilde bilgilendirmek önemlidir.

•Çocuğun kendisini endişelendiren durum ya da durumlar hakkında konuşmasına fırsat vermek, sorunun nedenlerini anlamaya çalışmak doğru çözümü bulmak için gereklidir.

•Uzun süreli ve şiddetli okul reddi durumlarında profesyonel yardım için aile bir uzmana danışılmalıdır.

•Sorun çocuk ve aile için ne kadar zorlayıcı olursa olsun, sabırlı yaklaşım okul reddine neden olan etkenlerin doğru tespit edilmesi ve bunların düzenlenmesi için çaba harcanmalıdır.

Okullarda Tiyatronun Öğrencilerin Duygusal Gelişiminin Desteklemesi için Kullanımı

Ergenlik dönemi, özellikle karmaşık sosyal ilişkileri içerdiğinden duygusal açıdan zorlu bir dönemdir. Ergenlerin duygusal gelişimi, yetişkinlikteki iş hayatı ve aile hayatı için ve ruhsal açıdan sağlıklı birer birey olabilmeleri için önemli rol oynamaktadır. Okul ortamı ergenlerin duygusal gelişimlerini farklı şekilde desteklemektedir. Yapılan araştırmalar, okullarda uygulanan tiyatro programlarının ergenlerin duygusal gelişim üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir.

Ergenler tiyatro çalışmaları ile kendilerini olumlu düşüncelerle motive etmeyi öğrendiklerini

belirtmişlerdir. Kendilerinin ya da çevrelerindeki kişilerin olumsuz düşünceleri ile baş etme yöntemlerini de öğrendiklerini eklemiştir. Araştırmacılar, farklı duyguları bu tip bir ortamda deneyimlemelerinin ergenlere kızgınlık, üzüntü, endişe ve performans kaygısı gibi farklı olumsuz duygularla baş etmek için bir hazırlık çalışması olduğunu belirtirler. Tiyatro provaları sırasında yaşanan yoğun stres ve yorucu çalışmalarda çevredeki yetişkinler ergenlere örnek olmuşlar ve stres ve olumsuz duygularla nasıl başa çıkmaları gerektiğini öğretmişlerdir. Yetişkinlerin model olarak kullanılması dışında diğerleriyle yaşanan yoğun paylaşım da duygusal gelişim için oldukça önemlidir.

Okulların ergenleri tiyatro ve diğer sanat çalışmalarını kullanarak duygusal açıdan desteklemeleri oldukça önemlidir ve bu gibi etkinliklerin okullar tarafından daha yoğun bir şekilde kullanılması önerilmektedir.

Uyarılma www.sciencedaily.com sitesindeki, "High School Theater program Helped Strengthen Adolescents' Emotional Development" adlı makalesinden yapılmıştır.

GünceL'in Önerdikleri

Okul reddi konusunda yazılmış bir kitaptan yararlanmak, çocuğun yaşadığı sıkıntıları ifade etmesini kolaylaştırabilir. Okul öncesi dönemde kullanılabilir "Cemile okula dönüyor" Kaknüs Yayınlarından.



"Hani okulu sevecektim" ise, okul sorunu olan çocukların her birinde var olan güçlü alanları belirleyip, o yönde ilerlemelerini sağlamanın, anne baba ve öğretmenler olarak en önemli sorumluluğumuz olduğunu düşünüyor.



Cemile Okula Dönüyor
Kolektif
Kaknüs Yayınları

Hani Okulu Sevecektim
Olcay Güner
Morpa Kültür Yayınları