1. **Okul fobisi nedir?korkusu nedir?**

# Okula gitme korkusu olarak tanımlaya- biliriz. Çocuk, okulda kendini güvende hissetmeyeceğine inanır ve bu nedenle okula gitmemek için direnç gösterir.

1. **Hangi yaşlarda daha sık görülür?**

# Genellikle okula başlama çağına gelmiş çocuklarda. Bu okul öncesi eğitim ya da ilköğretim kurumlarına başlarken olabilir. **3-Ne zaman olur?**

* Okulların açıldığı dönemlerde daha çok hissederler.

1. **Neden olur?**

# Her çocuk okula başlamak gibi büyük değişimlere farklı şekilde tepki verir. Ba- zı çocuklar bu değişimden memnundur ve hiçbir uyum sorunu yaşamaz. Bazı ço- cuklar içinse anne-babadan uzaklaşmak, kalabalık bir yerde bulunmak, ebeveynle- rinden farklı yetişkinlerin sorumluluğun- da olmak büyük bir korku kaynağıdır.

1. **Ne kadar sürer?**

# Çoğu çocuk okullar açıldıktan sonraki ilk bir ay içinde sorunu çözmüş olur. An- cak bazıları için biraz daha uzun sürebi- lir.

1. **Sabahları görülen karın ağrısı, mide bulan- tısı gibi şikayetler okul fobisinin belirtileri olabilir mi?**

# Bu tür fiziksel şikayetler için korkunun sonucu diyebiliriz.

1. Bu tür tepkiler veren çocuğa nasıl dav- ranılmalı?

OKUL KORKUSU

Okul korkusunun yaygınlığı, tüm okul çocukları içerisinde %2’yi oluşturmaktadır .Başka bir araştırmada okul fobisi 20 öğrenciden 1 de görü- len bir olay,



Okul Reddi ve Okul Fobisi: Çocuğun okula git- me konusunda isteksiz olması veya okula gitme- yi tamamen reddetmesi durumudur. Okul korku- su normal bir tepkidir ve okul fobisi olarak ad- landırılmaz. Ancak bu durum bir haftadan uzun ve çocuğun okuldan soğumasının giderek arttığı, okula gitmesi için evde yapılan tüm yaklaşımlar- dan sonuç alınamadığında Okul fobisi’nden söz edebiliriz. Okul fobisi denildiğinde anladığımız, şiddetli bir kaygı ile çocuğun okula gitmek iste- memesidir. Okul fobisi, çocukların okuldan korktuğu bir tür ayrılma

REHBERLİK HİZMETLERİ BÖLÜMÜ 2023



**UŞAK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**



**Adres :** Kurtuluş Mah. Enstitü sokak



UŞAK

**Tel : 0** 276 223 39 90

**İLETİŞİM**

# [**Adres:**](https://www.google.com.tr/search?safe=active&biw=1366&bih=622&q=usakram%2Bmeb%2Bk12%2Btr%2Badres&stick=H4sIAAAAAAAAAOPgE-LRT9c3NDROM7FIyy7Rks1OttLPyU9OLMnMz4MzrBJTUopSi4sBYpNgBS8AAAA&sa=X&ved=0ahUKEwjI_4CJkPLUAhWB0RQKHVrOBUsQ6BMIiAEwDQ) Cumhuriyet Mahallesi İbrahim Tahtakılıç Cad. no:45 Merkez/Uşak



**Okul Korkusunun Nedenleri**

Diğer korkularda olduğu gibi okula girdikten sonra olu- şan korkularda da kalıtımsal ve yapısal etkenlerden çok, psikolojik yaşantıların daha önemli yer tuttuğu görülür.

Kul korkusunu ortaya çıkaran nedenler ne olursa olsun kaynağı genellikle "Anneden Ayrılma" korkusudur. Ge- nellikle aile bireyleri birbirine bağlı ve bağımlıdır. Biri öte- kine veya kendisine bir şey olacak korkusunu yaşar.

*Ayrıca okul korkusu olan çocuklarda şu üç temel karak- teristik kişilik özellikleri gelişir.*

1. Bu çocuklar anne ve babaları tarafından aşırı korun- ma sonucu bağımlı, anne babaya adeta yapışık bir birey olarak gelişir.
2. tüm gereksinmelerinin karşılanması ortamı, çocuğun çok isteyen ve hileye başvuran bir birey olmasına yol açar.
3. Anne ve babalarının disiplin konusundaki yetersizlik ve başarısızlıkları nedeniyle gerektiğinde çocuğun istek- lerine set çekilememesi onda egemenlik duygusunun gelişmesine neden olur. Bu durumda çocuk sadece ken- disine ilişkin konulara değil, tüm ev işlerine karışır.

Bu tür korkular sadece okul korkusunu oluşturan tek et- ken değildir. Ayrılık endişesi, değişiklik ve sıkıntıda okul korkusunun nedenleri arasında sayılabilir. Anne ve ba- banın hastalığı, evde yangın çıkması ya da hırsızlık ol- ması vb. çocuğun evden uzaklaşmasını engelleyen et- kenlerdir. Böyle durumlarda çocuk kendini evde bulun- makla sorumlu tutar.

**Öğretmen ne yapmalı**:

Okul korkusu olan çocuğa karşı davranışlarında öğretmenlere tavsiyeler; Okul korkusu olan çocu- ğun okulda yaşadığı kaygıyı ortaya çıkaran sebep- ler dikkatle belirlenmelidir. Öğretmen sınıf içi di- siplinde dayağa ve korkutmaya başvurmamalıdır. Kıyas, aşağılama, küçük düşürme, arkadaşlarının yanında kızma gibi davranışlar çocukta yalnızlık hissi yaratacaktır. Bu gibi davranışlardan kaçınıl- malıdır. Okul korkusu olan çocuğun kaygısı kü- çümsenmemelidir. Okulda, okul korkusu olan ço- cuk etkinliklere dâhil edilmeli. Fakat burada çocu- ğu etkinliğe katılım için zorlamamalı çocuğu et- kinliği gerçekleştirebileceğine dair yüreklendirme- lidir. Okul korkusu olan çocuğun gruba ait olma gereksinimi göz önüne alınıp grup çalışmalarında bulunması sağlanmalıdır. Okul korkusu olan çocu- ğun yetersizlikleri yerine başarıları ön plana çıka- rılmalıdır. Okul korkusu olan çocuktan bazı basit konularda yardım isteyerek özgüvenini geliştirme- sine fırsat verilmelidir. Okul korkusu olan çocuğa hangi durumda ne yapacağı, kimden ne şekilde yardım alabileceği açıkça öğretilmelidir. Çocukla- ra karşı mesafeli ve kararsız olan öğretmenler kay- gıyı tetikler. Bu gibi davranışlardan kaçınmak ge- rekir.



Okul Fobisi Karşısında Ne Yapmalı? Anne ve Baba



İlk olarak çocuğu anlayışla karşılamalı; kızmak, öfkelen- mek, dayak atmak sorunu ağırlaştırır. Çocuğu kolundan tutup zorla okula götürmek çözüm değildir. Suçlamadan, ona değer vererek, onu dinleyerek soruna neden olan faktörleri bulmak, çözüm için ilk adım olmalıdır. Çocu- ğa bu korkunun birçok çocukta görülebildiği ve değişi- minin mümkün olduğu anlatılmalı, ona güven verilmeli- dir. Okul ve öğretmeniyle işbirliği sağlanmalıdır. Olum- suz aile tutumlarının değiştirilip yerine olması gereken davranışlar konmalıdır. Çocuğun güven duyduğu insanla okula gitmesi için teşvik edilmelidir. İlk günlerde oku-

lun bahçesine, sonra okul içine, daha sonra sınıfa götü- rülmeli. Böylelikle atılacak adım çocuğu tekrar okulla buluşturmak, korkusunu yok etmesine yardımcı olacak- tır. Okula gitmek istemediği için cezalandırmayın, suçla- mayın.

—Okula gitmesinin gerekliliği konusunda tüm aile fert- leri net bir tavır sergileyin.

—Çocuğu okula özendirin ve destekleyin.

—Okulun önemini basit bir dille açıklayın.

—Okula gitmeden önce yapılan uzun vedalaşmalar, uzun süreli bir ayrılık kaygısını tetikleyeceğinden veda- laşmanızı olabildiğince kısa tutun

.