



OKUL FOBİSİ

Cilt 3 ,Sayı 17
15/09/2019

Okullar eğitim – öğretim süreçlerine başlarken çocuklarda en temel karşılaşılan sorunlardan biri okul fobisidir.

Okul fobisi çocuğun okulda yaşadığı sıkıntı, gerginlik, huzursuzluk nedenidir. Herhangi bir huzursuzluk yada gerginliğin okul fobisi olarak tanımlanabilmesi, çocuğun yaşlarına göre abartılı tepki göstermesi durumudur. Okul fobisinin en çok görüldüğü yaşlar, 5 – 6 yaş grubu ile 11 – 12 yaş grubudur.



Okul fobisi ve nedenleri

Annenen ilk ayrılık okul fobisi sürecini başlatır. Annesine ve anne yerine bağlandığı baba, anneanne, babaanne, bakıcıya bağlı olan çocuk sevdiği ve alıştığı bir ortamdan, sevdiklerinden ayrılmak istemez. Çocuğun alışma süreci içinde gösterdiği direnç, tepkiler zamanla ortadan kaybolmadığında bu durum kaygıya dönüşebilir.

Okul fobisinin nedenlerine ilişkin iki farklı görüş bulunmaktadır.

1. görüş: Anne – Baba Tutumlarından kaynaklı olduğuna dair.

Bu görüşe göre iki farklı tutum aynı sonucu doğurmaktadır. Aşırı koruyucu aile tiplendmesi ile aşırı serbest tutum içindeki aile tiplendmesi. Bunlardan ilki çocuklarının farklı ortamlarda kişilik gelişimlerine sürekli müdahale ettiği için çocukta bağımsız karar verme, başkaları ile iletişime geçme faaliyetini sekteye uğrattır. İkincil olanda ise tamamen otoritesiz bir yaklaşım çocukta uyum sağlayamama, yönsüzlük davranışı yaratır. Özellikle anne – babada varolan bir yapısal kaygı eğilimi de 2.görüşte ifade edilecek olan çocuktaki fobiyi tetiklemektedir.

2. görüş: Biyolojik genetik yapının yol açtığına dair.

Bu görüşe göre çocuk kaygı eğilimli bir genetik kodlama ve yapısal durumundan dolayı bunu yaşamaktadır. Kimyasal ve nörolojik bir alt nedenden dolayı oluşmaktadır.

Kişisel görüşüme göre bu ikincil görüş ile birincil görüşün birbirini nedensel olarak destekler nitelikte olduğudur. Önemli olan tetikleyen nedenlerin neler olduğunu bulmak, nasıl bir tekniğin çözümü destekleyeceğidir.



Okul Fobisi Yaşayan Çocukların Temel Özellikleri

- Endişe
 - Hassasiyet yoğunluğu
 - Duygusal yoğunluk
 - Çabuk etkilenme
- Karşı tarafın duygularını fazla önemseme**

Okul Fobisi'ni Tetikleyen Unsurlar:

- Anne – Baba arasında yaşanan sorunlar, özellikle babanın anneye şiddet uygulaması durumlarında çocuk annenin yanında kalmak isteyebilir.
- Ailede karşılaşılan hastalık, göç, ölüm, sosyo – ekonomik değişiklikler
- Okul, öğretmen değişikliği
- Okuldan tatil ya da farklı nedenlerle uzak kalma
- Okulda çocuğun öğretmeni ile sorun yaşamaması, diğer çocuklar tarafından şiddet görmesi
- Çocuğun cinsel taciz, istismara maruz kalması
- Performans kaygısı: Çocuğun kendi potansiyelinden yüksek başarı beklemesi, anne – babaları

Okul fobisi ve annenin rolü

Çocuk doğal gelişimi içerisinde psikolojik, fizyolojik, zihinsel gelişimi açısından 3 yaşa kadar anneye yapışık yaşar. Bu yapışıklık durumu 5 yaşa kadar çocuğun doğal bireyselleşme sürecini desteklemesi için anne, baba tarafından yavaş yavaş bağımsızlık davranışları desteklenmelidir. Eğer anne – baba çocuğun yapışık davranış eğilimlerini besler, onlar da çocuğa yapışık davranırlarsa, yetişkin kimliğinde dahi bireylerin anneye bağımlı oldukları gözlemlenebilir. Bu bağımlılık süreci mutlaka anne olması gerekmiyor, anneyi temsil eden baba, babaanne, anneanne de olabilir. Okul fobisi bu bağlamda “**ayrılma kaygısı bozukluğu**” dur. Tıpta buna “**seperasyon anksiyetesi**” denilmektedir.

Okul Fobisi Yaşayan Çocuğa Yaklaşım nasıl olmalıdır?

– Okul fobisi yaşayan çocuk, şımarıklık yapıyor diye kınanırsa, eleştirilir, uyum sağlaması için zorlanırsa bu durum ona zarar verebilir. Kaygı durumunu çocuk elinde olmadan yaşamaktadır, en önemli yaklaşım ona karşı gösterilecek anlayıştır. Bu durum erken çözülmezse ileride yaşatları ile geziye gidemez, herhangi bir etkinliğe katılamaz, başka bir evde kalamaz.

– Yeni bir kardeş olması durumunda, çocuğa duyulan sevginin dengeli bir şekilde devam etmesi gerekir.

– Anne – Baba öğretmenleriyle işbirliği içinde olarak çocuğun okulda güven ortamında olduğunu hissettirmelidir.

– Çocuğun anne – baba dışında farklı ortamlarda kalabilmesi desteklenmelidir. İlk önce yakınlarında kalarak alıştırılmalı, daha sonra farklı ortamlarda anne – babasız bağımsız davranabileceği ortamlar hazırlanmalıdır.

– Çocuk okula gitmek istemediği durumlarda okula gitmesi yönünde ikna edilmelidir. Gerekirse, anne, baba ile gitmelidir bir süre. Çocuğa verilen sözler tutulmalı ve tutarlı davranılmalıdır.

– Okul fobisinin derecelerine göre çocuğun okula alışma süreci desteklenmelidir. Çocuk okula gidiyor, sınıfa girmiyorsa gerekirse kapıda anne ya da baba beklemelidir.

– Okul fobisinin derecelerine göre çocuğun okula alışma süreci desteklenmelidir. Çocuk okula gidiyor, sınıfa girmiyorsa gerekirse kapıda anne ya da baba beklemelidir.

– Okul fobisi olan bir çocuk, okula ilk başladığı yıllarda öğretmeni tarafından “bırakın okula alışsın” denildiğinde, bundan ciddi bir yara alabilir. Normal bir çocuk için bu ifade doğru olabilir, ancak okul fobisi olan bir çocuğun bu durum kaygısını tetikleyebilir. Bu yüzden toleranslı ve sabırlı davranması gerekir öğretmenlerin. İlk etapta anneler sınıfa alınabilir, ikinci gün kapıda olmalarına izin verilebilir, daha sonra biraz daha uzakta bekletilebilir.

- Okul fobisi yaşayan çocuğa öğretmenin özel davranması, onun hassasiyetini dikkate alması gerekir. “Ben özel davranmam hiçbir çocuğa” dememeli. Okul fobisi olan çocukla daha samimi bir iletişim kurmalı. “Bak kocaman oldun, anneni yanında getiriyorsun” gibi tutumlar gösterilmemeli.

• Okul fobisinde panik – atak durumunun fiziksel belirtileri:

- Kalp çarpıntısı
- Ağız kuruluğu
- Terleme, titreme
- Uyuşma
- Sık idrara çıkma
Bulantı, karın ağrısı
- Okul fobisi tespit edilmiş bir çocuk tedavi ihtiyacı duyar. Bu çocuğun annesinin sınıfta sonra da dışarıda kalmasına izin verilmelidir. Diğer çocuklar gibi uzun süre sınıfta kalmaması anlaşılmalı, bu konuda zorlama yapılmadan annesi ile iletişim kurmasına izin verilmelidir.
- – Anne – Baba – Öğretmen işbirliği içinde çocuk güven ortamında olduğunu hissetmelidir.



AYRINTILI BİLGİ VE DESTEK İÇİN

ŞEHİT KAZIM ESMER İLKOKULU

REHBERLİK SERVİSİ

Fevzi Çakmak mah 6193 sokak No 12/1 Kepez/ ANTALYA

Telefon

0 242 3251599