

Şimdi Okul Zamanı...

Eylül ayı geldi çattı. Bu ay yeni başlangıçları simgelediği gibi bitişleri de beraberinde getiren bir ay. Yaz mevsimi bitiyor ve doğa kendini kışa hazırlamaya başlıyor. Yaz tatilinin sona ermesi, okulların açılması birçok öğrenciyi sıkıntıya sokuyor. Kolay değil uzun bir tatilden çıkıp tekrardan okul hayatına adapte olmak. Hele bir de üniversite sınavlarına hazırlanılıyorsa zaten dershaneler ağustos ayında başladı bile. Bakıyorum da çocukların işi gerçekten zor. Bugünkü çocukların eğitim hayatının çoğunluğu sıkıntıyla geçiyor. Eğitim hayatı diyoruz ama eğitilmek bir yana ezberci bir sistemin içinde buluyor öğrenciler kendilerini. Veliler ise “Ben çocuğumu yarış atı yapmayacağım” dese de gördüğüm şu ki anaokulundan telaş başlıyor. Hangi anaokuluna versemle başlayan okul arayışı telaşı ilkökul, lise arayışı olarak devam ediyor. Yani veliler de çocuklar kadar sıkıntıda belki de daha fazla.

Görülen şu ki; ebeveynlerin sıkıntısı çocuklara iki şekilde yansımakta:

1. Kimi çocuk anne babasının stresinden etilenip kendisi de stresli oluyor. Ebeveynlerinin kaygıları onlara bulaşıyor ve başarısız olmakla ilgili yoğun korku duyuyorlar.
2. Kimi çocuklar ise “Annem benim yerime nasıl olsa sıkılıyor, üzülüyor. Onun için benim üzülmeme gerek yok” deyip sorumluluğu çoğunlukla annenin üzerinde bırakıyorlar. Bunu belki bilinçli olarak söylemiyorlar ama hareketlere yansıyan bu. Böyle çocuklar ders çalışma sorumluluğunu pek üstlenemiyorlar. Bunu en çok sınavlara hazırlanan çocuklarda görüyoruz. Anne baba çok stresli, “eyvah bizim çocuk sınavı kazanamayacak” derken çocuk gayet rahat ve hiçbir şey umrunda değil.

Önemli olan okul hayatının ilk yıllarından itibaren çocuklara kendi sorumluluğunu vermek. İlkokul yıllarında bile çocuklarına özel ders aldırın veliler var. Çocuk ödevlerini yaparken dahi bir abla ya da abiyle yapıyor. İşte bu durum ileride çocuğun kendi sorumluluklarını alamamasıyla kendini gösteriyor.

Okul hayatında her çocuk birbirinden apayrı. Bazı çocuklar okula kolayca adapte olurken, güle oynaya okula giderken ve eve gelince heyecanla ödevlerini yaparken bazı çocuklar ise okula gitmekten nefret ediyor. Okul kapılarında annelerinden ayrılamayan çocuklar görürüz. Annesinin bacağına yapışmış onu bırakmak istemeyen çocuklar. Hatta bazen annelerin günlerce bazen aylarca kapılarda beklediği olur. İşte bu durum literatürde **ayrılık anksiyetesi** olarak adlandırılmakta.

Ayrılık anksiyetesi yaşayan çocuklar neden bunu yaşıyor, neden bazı çocuklar farklı durumlara kolayca adapte olurken bazısı için bu zor oluyor? Hayatın ilk yılında bebek **güvenmeyi** öğrenir. Bebekle anne arasında oluşan güven duygusu, insanın ileride kuracağı kişiler arası ilişkilerin temelini oluşturur. Annesiyle arasında güven ilişkisi kuran çocuk ileriki yaşamında kurduğu ilişkileri de güvenli ve sağlıklı olur. Fakat yaşamın ilk yıllarında annesiyle arasında güven ilişkisi kuramayan çocuk ilişkilerinde problemler yaşayabilir. Yani çocuk **yaşamının senaryosunu** yazar küçücük yaşında. Güvenmeyi öğrendiyse hayatında rol alacak kişiler onun güvenini sarsmaz ya da aldatılmaktan korkmaz. Güvenmemeyi öğrenen çocuk, hayatına onun güvenini sarsacak kişileri çeker. Anne kadar babanın önemi de çok büyük. Çocuk için **baba figürü dış dünyayı temsil eder**. Babanın çocuğun hayatında pek olmadığı durumlarda çocuk dış dünyayla ilişkisinde problemler yaşayabilir. Yaşamın ilk yıllarında anne çok önemli ama daha sonra baba, anne kadar önemli bir kişi halini alıyor.

Okula gitmekte, anneden ayrılmada problem yaşayan çocuklar genelde aile içi problemlerin bir göstergesi oluyor. Yani bu çocuklar anneyi ya da babayı kaybetmekten çok korkuyorlar. Bu çocuklar öğretemenden korktuklarını söyleyebilirler, bazı çocukların onu

rahatsız ettiklerini söyleyebilirler, okula gitmeyi sevmediklerini söyleyebilirler. Yani okula gitmemek için çeşitli bahaneler öne sürerler. Bu bahaneler gerçek olsa bile sıkıntının derininde ebeveynleri kaybetme korkusu vardır. Bu çocuklar evde çok mutlu ve kaygısızdırlar ama iş, evden ve ebeveyninden ayrılmaya gelince büyük bir korku yaşarlar. Böyle durumlarda çocuk okula gitmek istemediği için suçlanmamalıdır. Profesyonel bir destekle bu durumun üstesinden gelinebilir.

Sonuç olarak, okul hayatında başarı tabiki önemli ama yaşamda başarıdır en önemli şey. O nedenle çocuğunuzun okulda başarılı olmasını isterken ona sürekli destek olmak, ödevlerini beraber oturup yapmak doğru değil. Ödevlerini, okulla ilgili sorumluluklarını kendisinin halletmesine çalışın. Her problemde okula koşmayın. Problemlerin üstesinden çocuğunuzun ilk önce kendinin gelmesine olanak tanıyın ki çocuğunuz ileride problemlerini çözmek için hep bir desteğe ihtiyaç duymasın. Tüm çocuklara mutlu ve başarılı bir eğitim yılı olmasını diliyorum.

Klinik Psikolog Pınar Özgüner