



4 YAŞ ÇOCUKLARININ GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

- **Duygusal Farkındalık:** Duygularını daha iyi tanır ve adlandırabilirler. Duygusal regülasyon yetenekleri gelişmeye başlar; ancak duygusal tepkiler hala değişken olabilir.
- **Sosyal İlişkiler:** Sosyal ilişkilerde daha aktif hale gelirler. Arkadaşlar edinme, paylaşma gibi sosyal beceriler geliştirirler.
- **Özsaygı ve Benlik Algısı:** Başarı ve başarısızlık duyguları kendini göstermeye başlar. Kendilerini başkalarıyla kıyaslamaya başlarlar.

5 YAŞ ÇOCUKLARININ GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

- **Duygusal Düzenleme:** Duygusal tepkilerini yönetme becerileri artar. Kendi duygusal durumlarını daha iyi kontrol edebilirler.
- **Empati ve Sosyal Anlayış:** Empati yetenekleri daha belirgin hale gelir. Diğerlerinin duygularını daha iyi anlayabilir ve uygun sosyal davranışları geliştirebilirler.
- **Sosyal Kurallar ve Roller Anlama:** Gruplar içindeki rolleri ve toplumsal normları anlamaya başlarlar.

oran
okulları

Anaokulu • İlkokul • Ortaokul • Lise

OKULA
UYUM
SÜRECİ

PSİKOLOJİK
DANIŞMANLIK VE
REHBERLİK BİRİMİ



SAĞLIKLI BİR OKULA UYUM SÜRECİ İÇİN AİLELERE ÖNERİLER

1.OKUL ZİYARETLERİ: Çocuğunuzun okula başlamadan önce okul ortamına aşamalı olarak alışmasına yardımcı olun. Okulun fiziksel mekanlarını ziyaret etmek, öğretmenlerle tanışmak çocuğunuzun okula alışmasını kolaylaştırabilir.

2.GÜNLÜK RUTİNLER: Okul günleri için düzenli bir sabah rutini oluşturun. Aynı saatte kalkmak, yemek yemek ve hazırlanmak çocuğun okula uyumunu artırabilir.

3.GÜVEN VERİCİ İLETİŞİM: Çocuğunuza okul hakkında olumlu ve güven verici bilgiler sunun. Okulun eğlenceli ve öğrenmeye açık bir yer olduğunu anlatın.

4.KISA VE NET VEDA: Ayrılma anlarını kısa ve net tutarak, çocuğunuzun ayrılma kaygısını azaltabilirsiniz. Uzun süreli vedalardan kaçının ve olumlu bir şekilde ayrılmaya özen gösterin. 'Bugün okulda eğlenecek ve yeni şeyler öğreneceksin. Okul saati bitince seni almaya geleceğim.'

5.DUYGUSAL AÇIKLIK: Çocuğunuzun duygularını anlamaya çalışın ve onları ifade etmeleri için fırsatlar yarattın. Çocukların duygusal tepkilerini anlamak, uyum sürecini kolaylaştırabilir.

6.UYKU DÜZENİ: Çocuğunuzun yeterli uyumasını sağlamak için düzenli bir uyku programı uygulayın. Yeterli uyku, çocuğun okulda daha enerjik ve odaklanmış olmasına yardımcı olabilir.

7.SOSYAL ETKİLEŞİMLER: Çocuğunuzun sosyal becerilerini geliştirmesi için diğer çocuklarla oyun oynama fırsatları sağlayın. Sosyal beceriler, okulda arkadaş edinme ve grup aktivitelerine uyum sağlama konusunda yardımcı olabilir.

8.ÖĞRENME ETKİNLİKLERİ: Evde eğlenceli öğrenme etkinlikleri düzenleyerek çocuğunuzun öğrenmeye olan ilgisini artırabilirsiniz. Resim yapma, hikaye okuma ve bulmacalar gibi etkinlikler faydalı olabilir.

9.ÖĞRETMENLE İLETİŞİM: Çocuğunuzun öğretmeniyle düzenli iletişimde olun. Çocuğunuzun gelişimi, ihtiyaçları ve uyum süreci hakkında bilgi almak, evde de okulda öğrenilenleri desteklemeye yardımcı olabilir.

10.BAŞARILARI KUTLAMA: Çocuğunuzun okulda başarılı olduğu veya olumlu davranışlar sergilediği anları kutlayın. Pozitif pekiştirme, çocuğunuzun kendine güvenini artırabilir ve okulda olumlu bir tutum geliştirmesine yardımcı olabilir.

11.ESNEKLİK VE SABIRLI OLMAK: Her çocuğun uyum süreci farklıdır. Çocuğunuzun hızına göre esnek davranarak, ona destek olmanız önemlidir.



REHBERLİK SERVİSİ HAKKINDA

- "Uyum ve tanıma"nın bir süreç olduğu unutulmamalı.
- Karşılıklı iş birliğine ve şeffaf iletişime önem vermeliyiz.
- Sorunların çözümünde sabırlı olmalıyız.

YIL BOYUNCA;

- Bireysel Destek ve Grup Çalışmaları
- Veli Görüşmeleri
- Test ve Envanterlerin Uygulanması
- Seminerler
- Krize Müdahale

"ÇOCUK SEVGİSİ İNSAN SEVGİSİ İÇİN
BİR İHTİYAÇTIR."

MUSTAFA KEMAL ATATÜRK

SAĞLIKLI, MUTLU VE BAŞARILARLA
DOLU BİR EĞİTİM ÖĞRETİM YILI
DİLEĞİYLE...



Anaokulu • İlkokul • Ortaokul • Lise