

İlkokula Başlarken: Ufak Adımlarla Uzun Yol

Söyleşi Zoom üzerinden çevrim içi olarak gerçekleşecektir.



1. Sınıflar Veli Semineri

Tarih: 28 Ağustos 2021
Saat : 13.30 – 15.00
Düzy: 1. Sınıflar

Uzman Psikolojik Danışman

Meltem Canver Kozanoğlu



AYAZAĞA IŞIK İLKÖĞRETİM KURUMU

135.
YIL

CIS WE ARE AN
ACCREDITED
SCHOOL

FMV
FEYZİYE
MEKTEPLERİ
VAKFI • 1885 •

İLKOKULA BAŞLARKEN: UFAK ADIMLARLA UZUN YOL

Uzm. Psikolojik Danışman, Psikoterapist Meltem CANVER KOZANOĞLU'nun okulumuzda ZOOM aracılığıyla 28.08.2021 tarihinde gerçekleşen veli seminerinde paylaştığı konuları aşağıda sunuyoruz.

Pandemi sürecinde yaşadığımız kayıplardan biri de yaşantımızın değişmez bir parçası olarak deneyimlediğimiz okulların gidilemez mekanlar haline gelmesi oldu. Sağlık vb. konularda kendimiz ve yakınlarımız için endişelerimiz arttı. Bireysel ve diğer sembolik sınırlarımızın aşılp hastalıkla temas olasılığını veya gerçeğini sanki bir yerin istila edilmesine benzer yaşadık. Pandemi olmasa da çocukların ruhsallığında kayıp ve sınırların ihlal edilmesi, istila edilmesi endişeleri gelişimin doğal bir parçası olarak zaten mevcuttu.

Okulun kapanması bizi kapanan diğer sosyal mekanların kapanmasından daha çok etkiledi. Çünkü okulun bizim için anlamı büyük. Öncelikle süreklilik hissinin korunması açısından bunu söyleyebiliriz. Biz de bir zamanlar öğrenci olduğumuz için okul geçmişimizi taşıırken, çocuklarımız da şimdi öğrenci olduğu için geleceğimizi taşıyor.

Unutmayalım ki, anaokuluna başlamakla 1. Sınıfa başlamak çok farklı. Anaokulu hala biraz ana kucağı gibi ama adı üstünde ilkokul, ilkokul. Çocuk ilkokulda ilk defa yapıp yapamamak, okuma yazmayı öğrenebilmek gibi konularla doğrudan karşılaşılıyor. Bu deneyimler, bağımsızlaşma hissi de veriyor; artık büyüklere muhtaç olmadan istediğim şeyleri kendim okuyabileceğim duygusu sağlıyor. Bağımsızlığı bir diğer sağlama şekli de anne babanın hem içinde olduğu hem de olamadığı, çocuğun öğretmen ve arkadaşlarla paylaştığı mahrem alanın oluşması. Çocuk gelişiminde ilerlerken anne babasından ayrışmasını destekleyen bir diğer şey de bu mahrem alandaki kişisel sınırlarının oluşması.

Okulla ilgili en önemli kavramlardan birini yani öğrenmeyi nasıl anlayabiliriz?

Okul olgunluğunu ruhsal, bilişsel olarak nasıl anlayabiliriz sorusu aklımızdaki öncelikli sorulardan biri olabilir. Öncelikle gelişim tıpkı bebeklerin gelişimi gibi farklı hızda ilerler. Herkes her şeyi aynı anda yapamayabilir. Çocukların gelişimsel dönemlerinde yaşadıkları deneyimlerin öğrenme sürecinde çok etkili olduğunu görüyoruz. Dolayısıyla her çocuğun sürecinin farklı olduğunu kabul etmemiz gerekir.

Gelişimin bir önceki dönemi 3-6 yaş ruhsal gelişim kuramları açısından ödipal dönem ve girişimcilik dönemi olarak tanımlanıyor. Bilişsel gelişim kuramları açısından işlem öncesi dönem deniyor. Bu dönemde matematiksel, sembolik düşünceye geçiş hızlanıyor.

Cinsiyet farklılıklarına merak artıyor. Kız çocuklar babalarına erkek çocuklar annelerine özel bir ilgi gösteriyor. Bu dönemde her şey yolunda giderse kız çocuğun ilgisi babaya yöneliyor. Erkek çocuk da babasıyla özdeşleşmeye başlıyor. Peki, her çocuğun gelişimde neden bu olamıyor?

Yaşamın ilk dönemlerinde tüm çocukların ilgisi annelerinde olur. Eğer anne çocukla yaşadığı ikili ilişkiye aşamalı ve gelişim hızına uygun şekilde babayı dahil edebilirse ve üçlü bir ilişki kurulabilirse işler yolunda gidiyor. Bu üçlü ilişkide çocuğa 6 yaşa doğru anne baba ikili çift ilişkisinin dışında olmak zorunda olduğunu hissettirebilirse gelişim yolunda ilerliyor. Baba dahil olmayı anne de babanın dahil oluşunu arzularsa kurulabilecek üçlü ilişki çocuğu gelişiminde destekliyor. Böylece çocuğun gelişimine uygun olarak okul, çocuğun dünyasına babasında ilk defa deneyimlediği bir diğer üçüncü olarak dahil olabiliyor.

Anne ve çocuk hala çok fazla yapışıksa, ikili ilişki hali devam ediyorsa ilkökul süreci de zor oluyor çünkü çocuk okulu iki kişinin arasında giren tehdit edici bir üçüncü olarak algılıyor. Böylece okul fobisi adı verilen durumlarla karşılaşır oluyoruz. Aslında buradaki korkuda okul fobisi değil, anneyle ikili ilişkiden ayrılmaya yönelik endişe vardır. Anneyle yeterince ayrışabilme gerçekleştiyse okul yaşantısı da mümkün olabilir. Anne çocuk ikilisinde kalınmışsa bu aslında ruhsal olarak doğamama problemidir. Üçüncülerin dâhil oluşuyla gerçekleşecek zenginleşme yaşanmamıştır.

Okullar açıldığında okula gönderme konusu anne babanın gündeminde nasıl yer alacak?

Ebeveyn çocuğunu okula fiziksel olarak gönderse de iç dünyasında kaygıyla çocuğu tutmaya devam mı edecek? Ve her kaygı da olduğu gibi kaygı, okulu ve diğer kişileri, arkadaşlarını öğretmenlerini, süreçleri kontrol etmeye çalışmalarına mı neden olacak? Yani ayrışmanın da önüne mi geçilecek? Okula göndermek anne baba için doğal bir durum değil de bir seçeneymiş gibi görünüyorsa bazı sorular yardımcı olabilir. Bu seçeneği inşa eden şey, anne babanın kendi ruhsallığıyla ilgili, çocukla ayrışabilmeyle ilgili, korkuyla kontrolle ilgili ve çocuğu hastalıktan korumayla ilgili olabilir ve kişiye-tutuma göre değişkenlik gösterebilir.

Okul çocuğu dönemine yani latans dönemine geçiş adımlarıyla ilgili neler düşünebiliriz?

Çocuğun aile dışındaki dünyaya açılabilmesi için üçüncü olabilmesi tüm enerjisinin anne baba çift ilişkisinde takılı kalmaması gerekir. Çocuk anne baba çiftinin dışında bırakılan üçüncü olmalı ki dış dünyada kendi ikincilerini bulmaya arzu duyabilsin. Bazı durumlarda tam tersi ayrılabilme çok hızlı ve keskin olabilir; anne baba çocuğun okula başlamasını sosyalleşme fırsatı olarak kullanması buna örnek olabilir.

Ödip dönemindeki anaokulu çocuğu henüz dürtülerini yeterince kontrol edemez. Öteki kişiler henüz üçüncü olarak anne çocuk ilişkisine dahil edilmemiştir. Anne baba, kendi ihtiyaçlarını çocuğa yaşına uygun gösterebilirlerse çocuk da öteki kişilerin de ihtiyaçları var düşüncesine sahip olmaya başlar böylece arkadaşlarına empati duyabilmeye başlar. Böylece diğer kişileri sevebilme kapasitesi inşa edilmiş olur.

3-6 yaş döneminden çıkışta beklediğimiz bastırma ve yüceltme mekanizmalarının kullanılmasıdır. Böylece dürtülerin kontrolünde ve sosyal dünyaya uyumda gelişim sürmeye

devam eder. Küçük çocuk kızdığında fiziksel olarak vurabilirken artık çocuk agresif dürtüsünü rekabet içeren oyunlar ve akademik hırsla doğru yöcelebilir. Agresif dürtünün bastırılmasıyla sabır, sırada bekleme, sınıf kurallarına uyabilme mümkün olur.

Sosyal alanda da çocuk eğer ailede üçüncü olabiliyorsa okulda da üçüncü olabilir. Bu olamadığında çocuklar sıklıkla “ben dışlanıyorum, beni oyuna almıyorlar, beni yalnız bırakıyorlar” ifadelerini sık kullanırlar.

3-6 yaş döneminin sonunda çocuk ailenin ahlaki değerlerini, yasak ve kuralları içselleştirir. Dış sese daha az ihtiyaç duyar. Vicdanla beraber üst benlik oluşur. Yanlış doğru, nerede nasıl davranılır bilgileri yerleşir. Anne baba hala en idealize edilen kişiler olsa da yeni özdeşim kurulacak kişiler arasında özellikle öğretmenin önemi artar.

Kısaca aileden okula doğru ayrışmanın mümkün olabilmesi için anne babanın çocuğa “benim için tek keyif kaynağı sen değilsin, tek ilgi duyduğum kişi sen değilsin” mesajını deneyimler yoluyla aşamalı ve çocuğun gelişimine uygun katlanabileceği düzeyde verebilmesi gerekir. Eğer anne baba çocuğa hala “benim tek ilgi odağım sensin” mesajını vermeye devam ederse bu durumda çocuk aile dışında kendini cezbeden şeylere yönelirken suçluluk duygusu uyanır.

Ders çalışmayı sevmeme, öğrenme konusunda hevesli olmama durumunun kaynağı ne olabilir?

Eğer çocuk anneyle ikili ilişkide tutulmuşsa, annenin çocuğun dışında başta baba olmak üzere dış dünyadaki ihtiyaçlarının varlığına tanık olmamışsa bu durumda kendini dünyanın merkezi sanmaya ve tüm ihtiyaçlarının hiçbir şey yapmasına gerek kalmadan karşılanacağı inanmaya devam eder. Yani ben de anne babam gibi bazı durumlarda ötekilere ihtiyaç duyuyorum, bazı şeylerde eksikim ve yardıma ihtiyacım var düşüncesine erişemez. Öğrenme arzusunun kaynağı çocuğun kendisindeki eksikliği deneyimlemesidir. Çocuk bu eksikliğin herkeste var olduğunu ve bunun normal olduğunu anlayabildiğinde henüz kendisinde olmayan eksik olan şeyleri öğrenmeye heves duyabilir. Aile, çocuğun eksiklik duygusu hissetmesine olanak sunmadıysa, çocuk öğrenmekten ve başarmaktan zevk almayacaktır. Çalışmaktan ve başarmaktan zevk almayan bir çocuk, çoğu zaman eksiklikle baş edemeyen çocuktur.

Çocuğa eksiklik duygusunu uygun bir şekilde nasıl hissettirebiliriz?

Çocuğun, ebeveyn çiftinin içinde olamama durumu ya da ebeveynin “bunu ben yaparım ama sen yapamazsın” diyebilmesi, yani sınırlar koyması, sınır koyarken de yetişkin ve çocuğun arasında bir fark olduğunu hissettirmek çok önemli. İnsani değerler açısından tabii ki çocuklarımızla eşitiz ama hiyerarşiyi kabul etmezsek çocuklarımıza korkutucu ve sınırsız bir ortam sağlarız. Bu da çocuğun büyümesini engeller. Çünkü biz sınırimızın nerde olduğunu bilirsek nereye doğru gideceğimizi de biliriz. Ama ebeveynler fark etmeden çocuklarını sınırsız

bırakmışlarsa o zaman eksiklik duygusunu hissettirmemiş olurlar. Eksiklik duygusu en temelde sınırlarla ve hiyerarşinin kabulüyle oluşur.

Öğrenmek bir içeriği, bir bilgiyi kendimize mal etmek demektir. Yani bir şekilde beslenme yoludur. Beslenmek için aç olmaya ihtiyacımız olduğu kadar açlığı hissetmeye de ihtiyacımız var. Ebeveyn çocuğu her zaman tok tutuyorsa, hiç eksiklik-açlık hissettirmiyorsa çocuğun dünyasında bir arzu ve öğrenme oluşamayacaktır.

Bir çocuğun kendi başına ödev yapabilmesi, bir çalışmayı yürütüp devam edebilmesi için yalnız kalma kapasitesinin yüksek olmasına ihtiyacı vardır. Yalnız kalma kapasitesi bireysellikten doğar. Ebeveyn çocuk küçükken ona her zaman müdahale etmiyorsa, çocuğun tek başına oyun oynamasına alan tanırıyorsa çocuğun yalnız kalma kapasitesi yüksek olur. Fakat ebeveyn fark etmeden çocuğu övmeye başlamışsa, oyununa müdahale etmeye başlamışsa o zaman çocuk oyundan kopar. Böylelikle çocuğun yalnız kalma kapasitesi gelişmez. Yalnız kalma kapasitesini destelemenizin yolu çocukların bireyselliklerini desteklemekten geçecektir.

Unutmayalım ki, içerisinde bulunduğumuz dönem yani Pandemi dönemi çocuklarda bir sürü semptomla yol açtı. Çocukların korkuları, kaygıları arttı. Eğer çocuk bize bir semptom gösteriyorsa; okula gitmek istememek, geceleri uyuyamamak, derse katılmamak, ödevleri ertelemek ya da dersi bozmak vs.. Biz semptomu ortadan kaldırmaya çalışmamalıyız. Çünkü semptom, insanın iç dünyasındaki ruhsal çatışmanın ifade yoludur. Çocuk bize bir semptom gösteriyorsa; benim iç dünyamda bir çatışmam var, ben bunu halledemiyorum demek istiyordur. Ebeveyn burada semptomları kapsamlı ve anlamlandırmaya çalışmalıdır. Çocuk ne demek istiyor, nerede zorlanıyor buna bakması gerekiyor. Nedenini bulamayabilirsiniz ama üzerinde birlikte düşünmek çocuğun da kendi iç dünyası üzerinde düşünmesinde alan açar.

Bazı durumlarda, çocuk ebeveynle inatlaşıyor gibi görünse de unutmayalım ki inatlaşma tek taraflı bir durum değildir, karşılıklı ilişkide oluşan bir durumdur. Böyle bir durumda inatlaşmada çocuğun istediğini yapmak değil ama ne istediğini anlamak çok önemli. Çocuk ebeveyninin sınır koyması için inatlaşma ya da agresif davranış sergileyebilir. O zaman bu çocuk ebeveynini sürekli zora sokar. Aslında kurallarla karşılaşmak istiyordur. Kurallar olmalı fakat çocuğun her eylemi karşısında değişmemeli. Kurallar çok katı da olmamalı ama aynı zamanda çok da delinmemeli.

Çocuğun gerçek ihtiyacını görmek için kurallarda zaman zaman esnemek gerekebilir. Eğer çocuk ebeveynin onun bir ihtiyacını karşılama noktasında bir anlayış çerçevesinde olduğunu, onu duyabildiğini fark ediyorsa işte o zaman inatlaşmaya gerek olmayacaktır. Yani ebeveyn kuralı esnetmekten korkmamalıdır, çünkü bir gerekçe vardır.

Okul sürecinde çocuğunuzda baş etmekte zorlandığı durumlar görebilirsiniz. Onlar için durumu kolaylaştırmak yerine anlamak, destek ve sonrasında beklemek yeterlidir.

Unutmayalım ki her bir çocuğun ritmi birbirinden farklı. Her bir çocuğun farklı ihtiyaçları var. Ebeveynler olarak çocukların bireyselliklerini kabul etmek, onların ritmini anlamak çok kıymetli. Bu yüzden okula dönüş sürecinde ebeveynler ellerinden geldiğince kuvvetli olmaya, dayanıklı olmaya devam etmeliler.

FMV Ayazağa Işık İlköğretim Kurumu

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi