**OKUL KORKUSU**

**Okul korkusu, kuvvetli bir endişe sebebiyle çocuğun okula gitmeyi reddetmesi veya bu konuda isteksiz görünmesidir. Okul fobisi olan çocuklar, okula isteksizliklerini tipik bir şekilde çeşitli bedeni şikayetlerle ifade eder ve kendilerinin evde kalması yolunda anne-babalarını ikna etmeye çalışırlar.**

**Çocuğun Şikayetleri**

**Sabahları daha sık olan karın ve baş ağrıları, bulantı gibi yakınmalarıdır. Huysuz ve mızmızdırlar. Okula gitmemelerine karar verildiğinde şikayetlerin geçtiği görülür. Okulu sevmediklerini, gitmeyeceklerini ifade ederler. Zorlanırsa ağlar, tepinirler. Üstüne gidildikçe tedirginlikleri artar. Evde kaldıkları zaman mutlu ve sakindirler. Derslerini iyi yaparlar.**

**Rastlanma Yaşı**

**Okul fobisinin en yaygın olduğu yaşlar 5-8 arasıdır. 11-14 arası çocuklarda da yine sık olarak rastlanır.**

**Okul fobisi ile okuldan kaçma farklıdır.**

**Bu iki hadiseyi birbirine karıştırmamak gerekir. Okul fobisi olan çocuk, değişik zamanlarda okula anne ve babasının bilgisiyle gitmez ve evde kalır. Çocuğun okula gitmemesinin temelinde başarısızlık korkusu ve sınıf içinde aktif olma endişesi bulunur.**

**Okuldan kaçan çocuklarsa okulu sevmezler, aynı zamanda tembeldirler ve akademik bir gayeleri yoktur. Bu çocuklar okuldan kaçtıkları zamanı anne-babalarının bilgisi olmaksızın ev dışında gönüllerine göre geçirirler. Buna karşılık okul fobisi olan çocuklar evden uzaklaşamazlar evde mutlu ve neşelidirler. Okul başarıları orta seviyededir.**

**Okul Korkusunun Sebepleri**

**Çocuk okula zihinsel gelişim açısından hazır, ancak duygusal açıdan hazır değilse okula gitmek istemez. Okula gitmeyi reddetme çoğu zaman geçici bir problemden kaynaklanır. Buna rağmen bazen de psikiyatrik bir bozukluğun (ayrılık endişesi, umumi tuvaletleri kullanmaya karşı endişeler veya performans yani başarılı olamama gibi) göstergesi olabilir.**

**Çocuk okulda kötüye gidebilir ve daha da başarısız olmaktan korkabilir. Veya okuldaki bir öğrenciden ya da bir öğretmeninden sert bir tutum görüp de korkmuş olabilir. Bu yüzden okul korkusunun sebeplerini iyi araştırmak gerekir.**

**Ayrılık Endişesi:**

**Bazen okulu reddetme çocuğun yabancı bir ortama girme korkusu ve annesinden ayrılma endişesinden kaynaklanır. Aslında bu korku her çocukta vardır, ancak aşırıya kaçıp çocuğun fonksiyonlarını engellemeye başlarsa problem haline gelebilir. Yoksa arımla zorlukları çocuğun gelişiminin normal, sağlıklı parçasıdır. Ancak çocuk, annesi tarafından aşırı itina ile büyütülmüşse ve her ihtiyacı karşılanmışsa ayrılmakta zorlanırlar.**

**Annenin Endişesi:**

**Bazen de anne çocuğuna güvenmez, ondan ayrılmakta zorlanır. Bu da çocuğa yansıyınca okul korkusu ortaya çıkabilir. Anne çocuğun okulda rahat edemeyecek kadar küçük olduğunu düşünmekte, farkında olmadan da okula gitmesini istemeyen sinyaller vermektedir. Mesela annesi çocuğuna; “ O büyük ve kalabalık sınıftan korkuyor musun? Acaba alışamadığını mı düşünüyorsun? İstersen bir süre yanında kalmamı ister misin?” diye çocuğuna seslenince sorularla çocuğa korku ve güvensizlik aşıladığı yapılan araştırmalarda tespit edilmiştir. Sanki çocuğun annesinin korumasından ayrılıyor, adeta onun sevgi ve desteğini reddediyordu. Çocuk için zor bir durumdur.**

**İnatçı Çocuk:**

**Bazı çocuklar inattır ve her şeye direnç gösterdikleri gibi okula gitmeye de karşı koyarlar. Bu tip çocukların okula gitmeyişleri endişe veya korkuya bağlı değildir. her şeye karşı gelen inatçı huylarından kaynaklanmaktadır.**

**Kötü Not veya Kaba Davranan Arkadaş Korkusu:**

**Bütün çocuklar okula gitmek için cesaretlendirilmeleri gereken bir dönemden geçerler. Çocuk ya bir arkadaşıyla kavga etmiş veya hazırlanmadığı bir sınavdan kötü not alacağını görmüş olabilir. Bu sebeple okula gitmek istemeyebilir.**

**Yeni okul değiştiren çocukta da ortam başkalaşmasının verdiği yabancılık hissi okula gitmek arzusunu geriletebilir. Bütün bu durumlarda çocuğa destek verilmeli, ona duygusal açıdan yardımcı olmalıdır.**

**Okulu Reddetmede Özellikler:**

**1.Genellikle endişeden (anne babadan uzak kalma endişesinden) kaynaklanır.**

**2.Başka duygusal ve fiziksel belirtiler görür.**

**3.Aile geçmişinde depresyon ve kaygı-endişe yaşamıştır.**

**4.Anne baba aşırı koruyucudur.**

**5.Çocuk ailenin en küçüğüdür.**

**Ne yapılmalı?**

**Okuldan uzak kalmanın getireceği problemler sebebiyle okul fobisi olan**

**çocukların elden geldiğince biran önce okula dönmeleri hedef alınır. Bu çocukların sınıfta daha az endişe duymalarını, daha huzurlu olmalarını sağlamak üzere yapılacak özel eğitim egzersizleriyle, okulu çocuğa yeniden tanıtma ve özendirme, gerekirse önce bir saat, sonra yarım gün, sonunda tam gün okula gitmelerini sağlamakla, gerektiğinde annelerinin de okula gelmelerini ve çocuk kendini rahat hissedinceye kadar kısa bir süre sınıfta oturmaları çocuk için rahatlatıcı etkenlerdendir.**

**Önemli olan çocuğun okuldan uzak kalmamasına önem verilmelidir. Evde kalış uzadıkça okula dönüş o ölçüde güçleşir. “Sakinleşsin, dinlensin, aman üstüne varmayalım diye çocuğu evde tutmak bunalımı azaltmaz arttırır.**

**Anne ve baba çocuğa soğukkanlı bir tutumla yaklaşmalıdır. Korkutmalar, dayaklar ters teper. Yalvarmalar, alttan almalar da tesirsiz kalır. Ancak anne ve babadan hangisi daha kararlı ve tutarlı davranıyorsa çocuğu okula o götürmelidir.**

**Çocuğun okula götürülmesi çözümün yarısıdır. Korkuya yol açan sebeplerin ortaya çıkarılıp konuşulması, anne-çocuk münasebetlerini düzeltici tedbirlerin alınması gerekir. Bu ise ancak bir ruh hekiminden yardım almakla olur.**

**Ayrıca biraz önce sıraladığımız hususlar da (acaba sınıfta onu korkutan bir durum mu vardır, alay ediliyor veya yabancılık mı çekiliyordur) araştırılmalıdır. Böyle durumlar belirlenmeli ve giderilmelidir. Okula gitmeyi evde kalmaya göre daha kolay ve eğlenceli hale getirmeye gayret etmelidir.**