

## Okul, kâbusa dönüşmesin

Okulların açılmasına 10 gün kaldı. Üç ay gibi uzun bir yaz tatilinin ardından okula uyum sağlamak için son günlerin iyi değerlendirilmesi gerekiyor. Uzmanlar aileleri uyarıyor: Tatilin etkisinden çıkılmalı, uyku ve yemek saatleri düzene konulmalı, okul, çocuk için cazip hale getirilmeli



Yaz tatili sona eriyor. Okul öncesi, ilkokul, ortaokul ve lise olmak üzere yaklaşık 17,5 milyon öğrenci için ders zili, 19 Eylül'de çalacak. Bayram tatiliyle birlikte okulların açılmasına 10 gün gibi kısa bir süre kaldı. Uzun yaz tatilinin ardından birçok öğrenci okula uyum sorunu yaşıyor. Bu süreçte uzmanlar, kalan süreyi çok iyi değerlendirerek, tatilin etkisinden hızlıca çıkılması ve yeni okul dönemine yönelik hazırlık yapılması gerektiğine dikkat çekiyorlar.

### Ön hazırlık yapılmalı

Tatillerin genelde çocukların kurallar ve sınırlar konusunda rahat oldukları bir dönem olduğunu belirten Bilfen İlköğretim Kurumları Rehberlik Bölümü Başkanı Tuğçe Kılıç, bu rahat dönemden birden daha kurallı ve sınırlı bir düzene geçmenin her çocuk için belirli bir uyum sürecini beraberinde getirdiğini kaydediyor. Öğrencilerin uyku saatlerini ayarlayamadıkları için sabah kalkmakta zorlanmalarının en sık rastlanan durum olduğunu dile getiren Kılıç, "Serbest geçirilen bir dönemin ardından sınırlandırılmış zamanlarda oyun oynamak zorunda kalmak ve geriye kalan 40'ar dakikalık derslerde görece pasif konumda olmak, uyum sağlamakta zorlandıkları durumlar arasında" diyor. Uyum ve motivasyon sürecinin yaş grubuna göre değiştiğini belirten Kılıç, adaptasyon süreci için ebeveynlerin ön hazırlık yapması gerektiğini söylüyor.