**Çocukta Okul Korkusu, Nedenleri ve Çözüm Yolları**

Bazen çocuklar okula gitme konusunda zorlu saatler yaşarlar. Ana babaları okula götürürken ya da okuldan alınırken bağırarak protesto ederler. Okula gitmeyi reddetmelerine çoğunlukla baş ve mide ağrısı gibi fiziksel şikâyetleri de eklenir.

Okula gitmeyi istememek genellikle evden veya ana-babadan ayrı olmak korkusuyla ilgilidir. Çocuğun, okuldan eve döndüğünde ana-babanın gitmiş veya hasta olduğunu görmesi gibi önceki yaşantısından da kaynaklanabilir. Bazen, çocuklarından ayrıldıkları için kendileri de huzursuz olan ana-babalar çocuğun aklına bilmeyerek okul korkusunu sokarlar. Çocukların daha sonra kullandıkları kolayca fark edilmeyen sinyaller verirler. Çocuklar da bir okul gününü evde geçirebilmek için ana-babaların zayıflıklarından faydalanırlar ya da onların bu samimi ayrılık korkularını benimserler. Örneğin "eğer annem evden ayrılıp okula gitmemde tereddüt yaşıyorsa, belki de gerçekten ortada endişelenecek bir durum vardır" diye düşünebilirler. Okul korkusu kuvvetli bir endişe nedeniyle, çocuğun okula gitmeyi reddetmesi ya da bu konuda isteksiz görünmesidir. Bazı yazarlar tarafından ise okul reddi olarak kabul edilmektedir. Okul korkusu olan çocuklar, okula olan isteklerini tipik bir biçimde fiziksel yakınmalarıyla dile getirmeye çalışan, bu nedenle evde tutmaları yolunda ana ve babalarını ikna etmeye çalışan çocuklardır. Bu tür çocuklar bir gün okula gitmek istemez; zorlamalar karşısında kaygı duyar; panik içine girer, midesi bulanır, kusar, ağlar, gitmemekte direnir. Bazı zorlamalara dayanamayıp yola çıkar ya yarı yoldan döner, ya sınıftan çıkar eve gelir. Başlangıç bazen sinsidir. Ön belirtileri günlerce sürebilir. Çocuk neşesizdir. Uykuya dalmakta güçlük çeker. İştahı kesilir. Ödevlere karşı ilgisi azalır, başı-karnı ağrır, midesi bulanır. Bir gün okula gitmeyeceğini bildirir. Neden olarak, öğretmenden korktuğunu ya da bir arkadaşının kendisini rahatsız ettiğini söyleyebilir. Bazıları da tanımlayamadıkları bir korkudan söz ederler. Çoğu zaman evde rahattırlar. Yukarıda da belirttiğimiz gibi okul korku olan çocukların mide bulantısı, karın ya da baş ağrısı şeklinde fiziksel şikâyetlerin genellikle sabahları uyanır uyanmaz görünmekte, okula gitmemelerine karar verilir verilmez de kendiliğinden kaybolmaktadır. Eğer çocuklara öğleden sonra okula gitmeleri önerilirse, aynı tür şikâyetlerin bir saat yinelendiği görülür. Yine kendilerine o gün için okula gönderilmeyecekleri konusunda söz verilirse, belirtilerin ertesi gün ortaya çıktığı dikkatinizi çeker. Eğer anne ve baba çocuğun bir hafta süreyle okulu unutmasına karar verilirse, çocuğun bir sonraki pazartesine kadar sağlığının yerinde olduğu görülür. Hafta sonra genellikle okul korkusu olan çocuklar için aktif olabildikleri ve okul baskısı olmaksın, diledikleri biçimde eğlenebildikleri için en sevilen dönemdir.

**Okul Korkusunun Nedenleri**

Diğer korkularda olduğu gibi okula girdikten sonra oluşan korkularda da kalıtımsal ve yapısal etkenlerden çok, psikolojik yaşantıların daha önemli yer tuttuğu görülür.

Okul korkusunu ortaya çıkaran nedenler ne olursa olsun kaynağı genellikle "Anneden Ayrılma" korkusudur. Genellikle aile bireyleri birbirine bağlı ve bağımlıdır. Biri ötekine veya kendisine bir şey olacak korkusunu yaşar.

*Ayrıca okul korkusu olan çocuklarda şu üç temel karakteristik kişilik özellikleri gelişir.*

1- Bu çocuklar anne ve babaları tarafından aşırı korunma sonucu bağımlı, anne babaya adeta yapışık bir birey olarak gelişir.

2- Anne ve babalarının disiplin konusundaki yetersizlik ve başarısızlıkları nedeniyle gerektiğinde çocuğun isteklerine set çekilememesi onda egemenlik duygusunun gelişmesine neden olur. Bu durumda çocuk sadece kendisine ilişkin konulara değil, tüm ev işlerine karışır.

Bu tür korkular sadece okul korkusunu oluşturan tek etken değildir. Ayrılık endişesi, değişiklik ve sıkıntıda okul korkusunun nedenleri arasında sayılabilir. Anne ve babanın hastalığı, evde yangın çıkması ya da hırsızlık olması vb. çocuğun evden uzaklaşmasını engelleyen etkenlerdir. Böyle durumlarda çocuk kendini evde bulunmakla sorumlu tutar.

**Çözümleri**

1- Çocuğun fiziksel yakınmaları varsa kontrol etmek için doktora götürün.

2- Sınıf çalışmalarının zorluğundan, sıkıcılığından veya okul arkadaşları veya öğretmeni ile ilgili konulardan. Şikayet ediliyorsa okulu ziyaret edin.

3- Korkuları hakkında konuşmaya teşvik edin. Onu yatıştırın ve gün boyunca nerelerde olacağınız, okulda acil bir durum olduğunda çocuklarla kimin ilgileneceğini ve korkuları olduğunda okulda kimlerle konuşabileceği hakkında bilgi veriniz.

4- Okula düzenli devam etmesi konusunda ısrarlı olun. Örneğin yakınmaya devam etseler de giyinmesine, servisine binmesine ve okula kadar yürümesine yardım edin. Muhalefet etmeye devam etseler de sınıfa girmesine eşlik etmek, sırasına yerleştirmek ve ardından hemen sınıftan çıkmak gibi konularda ısrar edin.

5- Eğer sorun zor ise; çocuğun bir-iki saatliğine, daha sonra yarım gün sonrada tam gün okula gitmesini sistematik bir yaklaşım kullanarak sağlayın.

7- Okula devam etmesi ve muhalefet etmemesi karşılığında evde ya da okulda başka ayrıcalıklar vermek gibi bir takım ödüller sunun.

8- Bir kere bile olsa çocuğun kazanmasına izin verilirse sorunun daha kötüleşeceği unutulmamalıdır. Eğer, belirli gün veya hafta okula devam zorunluluğu varsa ve çocuk bu sınırı zorlamaya çalışıyorsa bu noktada pes etmek taa en başa dönmek demektir.

Yardım isteyin. Bu sorun genellikle ana-baba ve okul personelinin birlikte çabalarıyla aşılır.

(http://www.dersimiz.com/rehberlik/Cocukta-Okul-Korkusu-Nedenleri--ve-Cozum-yolari-21916.html)