



*Dr. Selahattin Şenol**

Sultan okula yaklaştıkça Görkem'in elini daha sıkı tutmaya başladığını, neşesinin azaldığını ve sınıfa yaklaştıkça da tedirginliğinin yoğunlaştığını izlemişti.

Bu yıl, yeni eğitim ve öğretim döneminde okula yeni başlayan çocukların ailelerinde olduğu gibi, Görkem'in ailesi için de heyecan vericiydi. Okula başlamak için gerekli hazırlıklar tamamlanmıştı. Sultan okula başlama öncesindeki günlerde Görkem'in bu heyecan yanında kaygılarını da hissetmişti ve bu kaygılar giderek yoğunlaşıyordu. Okulun ilk gününde Görkem'i yalnız bırakmamış, sınıfına kadar götürerek öğretmene teslim etmişti.

Sultan okula yaklaştıkça Görkem'in elini daha sıkı tutmaya başladığını, neşesinin azaldığını ve sınıfa yaklaştıkça da tedirginliğinin yoğunlaştığını izlemişti. Sultan Görkem'in bu tepkilerinden dolayı kaygılanmıştı. Öğretmen çocuklar ve anne-babaları ile tanışıyor, sonra çocukları sıralarına yerleştiriyordu. Ayrılma sırasındaki tepkiler nedeniyle birkaç çocuğun yanına da anne ya da babasını oturtmuştu. Sıra Görkem'e geldiğinde öğretmen Sultan'ın da çocuğunun yanında kalmasına izin verdi. Görkem annesine daha sıkı yapışmış ve gözleri dolmuştu. Sultan ilk ders saatinde Görkem'in alışacağını ve işine yetebileceğini düşünüyordu. Ancak Görkem'in tepkileri nedeniyle onu bırakamadı ve ikinci dersin sonunda okuldan Görkem'i de alarak ayrılmak zorunda kalmıştı. Görkem'i babaannesine bırakarak işine gidebilmişti.

Görkem eve geldiğinde yeniden eski neşesini kazanmış, herşeyi unutarak oyuna dalmıştı. Sultan ise ertesi gün okula nasıl gideceklerini ve Görkem'den nasıl ayrılacağını düşünüyordu. Bu kaygısını bizimle paylaştı.

Okula başlama çocukları ve aileleri bekleyen önemli adımlardandır. Daha önceden kreş ya da anaokulu gibi okul öncesi kurumlara gitmeyen çocuklarda bu adım daha da zor olabilmektedir. Yeni bir ortam, bilinmedik birçok kural ve bunlara alışmak. Bu ilk adıma ilişkin sorunlar okulun başladığı ilk haftalarda ortaya çıkmaktadır. Öğrenciler okula anne babaları ile gelmekte, sınıflarda küçük sıralarda öğrencilerin yanında anne

babaları da sığmaya çalışarak oturmaktadır. Haftalar içinde bu sırayı dolduran davetsiz konuklar birer ikişer azalır, ancak bazı sınıflarda derslere düzenli katılan anne babalar kalmaktadır. Okul korkusu ya da anne babadan ayrılma zorluğu olarak tanımlayabileceğimiz bu durum ders başarısını etkileyen ilk sorunlardandır. Öğrenci, anne-baba ve öğretmenin birlikte çalışması ile bu sorun giderek azalmakta, çocuk ya da genç yaşlıları gibi uyum sağlayabilmektedir. Ayrılma kaygısı ya da okul reddi olarak tanımlanan bu durum anne baba tutumları, çocuk ve öğretmenin özellikleri gibi durumlardan kaynaklanmaktadır. Özellikle çocuğun tüm gereksinimlerini karşılayan, aşırı kaygılı, onun bağımsızlığını desteklemeyen anne-baba tutumlarında okula gitme gibi bir ayrılık hem ebeveynde hem de çocukta kaygı doğurmaktadır. Aşırı koruyan, aşırı kontrolcü ebeveyn çocuğun ayrılığında kaygı duyacaktır.

Onun tek başına bir şeyler yapamayacağını, sağlığı açısından sorun oluşturacağını ya da kendi denetimi dışına çıkacak, yaptıklarını denetleyemeyecek duygusu yaşamaktadır. Çocuklar ise daha önce ayrılma ya da ebeveyne bağlanma ile ilgili özellikler gösteren, duygusal açıdan bulunduğu yaştan daha küçük yaşta tepki veren bireylerdir. Anne baba ile yatan ya da ayrı yatamayan, ağlama, tutturma gibi hemen tepki veren, genelde ev dışında zaman geçirmeyi sevmeyen çocuklardır.

Okul ile ilgili hayali ya da gerçek kaygılar olabilir; okula gidiş yolundaki tehlikeler (trafik, çevrenin kalabalık ya da ıssız oluşu vb.). Okula uyum sürecindeki öğretmenin tahammülsüz ya da ceza ile eğitici tutumu, anne-babadan habersiz ani ayrılma, sınıfa yaklaşınca anne babanın bırakıp kaçması, söz verilen saatte almama, bu süreçte çocuğun yalnız kalması gibi nedenler de etkili olmaktadır.

Okula başlama dönemindeki çocukların yaklaşık %5 kadarında bu durum profesyonel desteği gerektirecek yoğunlukta olmaktadır.

18 yaşına kadar okula gitme ve aileden ayrılma ile ilgili zorluklar görülebilmekte, genelde 13 yaşından sonra belirtiler ve yakınmalar değişebilmektedir.

Okula gitmek istememe ve okuldan kaçma bu durum dışında; davranış sorunları olan çocuklarda, kaygılı çocuklarda, travma sonrası (depresyon vb.) kaygı bozukluğu olan çocuklarda, depresyonu ya da psikoz gibi belirgin ruhsal bozukluğu olan çocuklarda da görülmektedir. Ancak bu hastaların diğer belirtileri ile ayırım yapılabilir.

Okul korkusu ya da ayrılma ile ilgili kaygısı olan çocukların önceden ayrılığa, bağımsızlığa alıştırılması, böyle bir sorun varsa anne-baba, çocuk ve okul işbirliği ile çocuğun desteklenmesi gerekmektedir.

Sultan'a bu ayrılık sürecine Görkem'i yavaş yavaş alıştırılmasını (kendinin ya da babaannenin önce sınıfta, sonra koridorda, daha sonra ise bahçe ve evde Görkem'i beklemesi gibi), ona güvence vermeleri ve bu güvencelerini yerine getirmelerini (seni bahçede bekleyeceğim-diyerek belirlenen zamana kadar bahçede bekleme gibi) önerdik. Bu süre içinde Görkem'in sergilediği zorlukların bedensel bir nedenle oluşup

oluşmadığına dikkat etmesini, kısa süreli ve yaygın değilse bu belirtileri fazla dikkate almaması (uyku, iştah, davranış gibi tüm alanlara yayılan bir bozulma, yalnızca okul saati öncesinde değil tüm gün olan kaygı, neşesinin giderek azalması vb.) gerektiğini belirttik.

Okulun ikinci haftasını geride bıraktıklarında öğretmen ile işbirliği içinde Görkem'in tepkileri giderek azalmış ve okuluna uyum sağlamaya başlamıştı. Eğer tepkileri artarak sürseydi, Görkem'in kaygısını azaltmaya yönelik ilaç (antihistaminik; difenhidramin, hidrokizin, düşük dozlarda antidepresan; imipramin ya da benzodiyazepin) ve çocuk psikiyatrisi polikliniğinde bu aylık sürecini kolaylaştırmaya yönelik oyun tedavisi gerekecekti.

Görkem şimdi her sabah okula neşe içerisinde gidiyor. Ancak bu kez Sultan'ın bir başka sorunu var. Görkem'i beklerken okul bahçesinde babaannenin kurduğu dostluklar ev ziyaretlerine dönüşmeye başlamış. Haftada birkaç gün pastalı börekli ev toplantıları yapıyor. Ah, Sultan bunda üzülecek ne var! Üstelik gelirken bize de birkaç parça birşeyler getirirsen ya...

Kitap/TTB-STE Kredi Puanı Kazananlar



Haziran 2001 sayımızdaki Ödüllü Bulmaca'dan kredi puanı kazananlar

- 1- Dilek Eren, 2- Şehriban Çürük (Adana), 3-Rahime Pınarbaşı (Adapazarı), 4- Sıdika Kuloğlu, (Akhisar), 5- Uğur Akçay (Aksaray), 6-Ekrem Kutbay, 7- Seyhan Pulat, 8- Tarık Irmak, 9- Yaşar Güzelcik, 10- Nergiz Güzelcik, 11- Melih Karamuk (Ankara), 12- İltar İnan (Antalya), 13- Hilal Şahinbaş (Artvin), 14- Naciye L. Kayar, 15- M. Ali Gördesli (Balıkesir), 16- Cahit Küçük (Bilecik), 17- Ruhsar Tuncer, 18- Gamze Ü. Sağdıç (Burdur), 19- Fatma Süer*, 20-Selamet Saraç, 21- Erhan Kutsal, 22- Günay Okumuş (Bursa), 23- Haydar Nehoş, 24- Hasan Erdoğan, 25- Yusuf Demirtaş (Denizli), 26- Muhammet Özeker* (Edirne), 27- Mehmet Afacan (Elazığ), 28- Mualla Onrat (Eskişehir), 29- Ömer Kılınc* (Gaziantep), 30- Cevat Aşkar (Hatay), 31- Ş. Işık Tezcan (İstanbul), 32- Sebahattin Kabaoğlu, 33- Kazım Atilla Öngel (İzmir), 34- Fatih Çolakoğlu (Kırklareli), 35- Sabit Kaçmaz, 36- İ. Cihat Tuna, 37- Seher Yeşilyurt, 38- Meryem Cesur, 39- Hatice Değirmenci, 40- Tamer Başarı, 41-Nalan Başarı (Kütahya), 42- Mustafa Şahin (Malatya), 43- Arslan Demir, 44- Tuncay Şen (Manisa), 45- Sevil Yıldız (Mardin), 46- Abdullah Sağlam (Mersin), 47- Fikret Kurt*, 48- Zela Üzeyiroğlu (Muğla), 49- Fatma Kaplan (Nevşehir), 50- Hamdullah Turan (Rize), 51- Cengiz Semercioğlu* 52- Neriman Yılmaz (Tekirdağ), 53- Sebiha D. Dağdeğiren, 54- Mehmet Katumar, 55- Halis Yılmaz, 56- Murat Dağdeviren (Tokat), 57- Ayşegül T. Öztürk, 58- Meltem Seymen, 59- Yüksel Yeni (Trabzon), 60- Gökhan İnce (Yalova), 61-Kezban Tabak, 62- Ebru Kara, 63- Gürkan Güleken (Zonguldak).

Yıldız (*) konulmuş olanlar, TTB tarafından Prof. Dr. Yaman Örs'ün "Tıp Eğitimi" adlı Kitabını kazandılar.