

# Çocuklar neden AİLELERİNDEN

## uzak kalmaktan korkarlar?

Öncelikle şunu belirtmeliyiz ki 0-3 yaş aralığında aileden uzak kalmak normaldir ve olmalıdır da. Ancak kreş yaşları dediğimiz 3 yaş ve sonrasında aileden uzak kalmaktan aşırı derecede korkmak çocuğun sosyalleşmedeki ilerlemesinde bazı sorunların olduğunu gösterebilir.

### Bu korku olduğunda çocukta nelerle karşılaşırız?

- Yüzlerinde yoğun bir korku ifadesi,
- Uyku sorunları ve bedensel yakınmalar (karın ağrısı, kusma, mide bulantısı, hasta olma belirtileri...) görülür,
- Sürekli anne-babanın yanından ayrılmama, yapışıkmiş gibi her yere beraber gitme isteği,
- Korkulu rüyalar,
- Öğretmenler de dahil, başka insanlarla konuşmama isteği görülebilir.

### Ayrılık korkusu yaşayan çocuğun zihninden neler geçer?

- Kendilerinin veya ebeveynlerinin başına kötü bir şey gelecekmış hissi,
- Terk edilme, kaçırılma düşünceleri,
- Bir daha anne-babayı göremeyecekmış düşünceleri,
- Etrafında anne-baba olmadan hiçbir şeyi başaramayacağı ve başaramayıp utanacağı duygusu,
- Kendinden küçük kardeşi olanlarda, anne-babanın kendisi yerine kardeşini daha çok seviyor olduğu düşüncelerinin bir veya bir kaç gözlenebilir.



### Neler yapılabilir?

- Çocuğa yeni durumlar hakkında anlayacağı dilde yeterli bilgi verin. (Okulun nasıl bir yer olduğu, nelerle karşılaşacağı, ne zaman gelip kendisini alacağınız...)
- Korktuğunu anladığınızı söyleyin ve bunun çok normal olduğunu ama zamanla kendisinin bu yeni duruma alışacağını söyleyin. Kendi öğrenciliğinizden bahsedin.
- Çocukla kaliteli, verimli ve eğlenceli zamanlar geçirin. Böylece sevildiğini daha çok hissedecek ve terk edilme korkusunu daha rahat aşacaktır.
- Yaşına uygun görevler verin ve başardığında takdir edin ki kendi başına başarı kazandığını fark etsin ve özgüveni artsın.

### Nedenleri nelerdir?

- Çocuğa aşırı otorite uygulamak veya ona aşırı koruyucu davranışlar göstermek,
- Çocuğa, yaşına uygun sorumlulukların verilmemiş olması, başarı duygusunu yeterince tatmamış olması, devamında takdir ve beğenilmeyi tatmamış olması ve kendine yeterince güvenememesi,
- Aile içi sorunların çocuklara yansıtılması,
- Anne-babanın tedirginliklerini ve güvensizliklerini çocuğa yansıtması,
- Çocuğun hayatında yaşadığı travmatik olaylar (ölüm, ayrılık, kazalar...)