

NİSAN'23

PEMA KOLEJİ 2022-2023 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI REHBERLİK BÜLTENİ



(BÜLTEN



ÇOCUKLARDA İSTENMEYEN DAVRANIŞLARIN YÖNETİMİ

OKULUMUZDAN
GÜNCEL HABERLER İÇİN

Bizi takip edin

Instagram Facebook Twitter YouTube pemakoleji

ÇOCUKLARDA İSTENMEYEN DAVRANIŞLARIN YÖNETİMİ

Çocuklarda istenmeyen davranışlar ile baş etme ve çözüm yolları için her aile kendi ebeveynlerinden gördükleri ve deneyimleri ile hareket eder. Fakat bu deneyimlerin ne kadar sağlıklı ve yararlı olduğu çok sübjektif bir konudur. Her aile çocuklarının büyümesi ile beraber daha önce hayatlarında olmayan pek çok sorunu da deneyimlemeye başlar. Aileler çocuklarında görmeyi istemediği ve hatta hiç beklemediği davranışları fark ettikçe endişeye kapılırlar.



! ÇOCUKLARDAKİ YANLIŞ DAVRANIŞLARDA • AİLE VE ÇEVRESEL FAKTÖRLER BERABER ETKİLİDİR

Her çocuk özel ve ayrı bir dünyadır. Çocukların yetiştikleri ortamlar, aileler ve kültürler farklı olduğu için davranışlarda doğal olarak farklılıklar görülebiliyor. Araştırmalara göre ailedeki bireylerin davranışlarından, çocukların davranışı bağımsız değil. Yapılan bir davranışın aile bireylerinin veya çevrenin büyük etkisinde olduğunu uzmanlar belirtiyor.

■ EBEVEYN TUTUMLARI VE ÇOCUKLAR

Çocukların ilk öğrenmesi ailede gerçekleşir. Çoğumuz belki farkında değiliz fakat çocuklar çok iyi bir gözlemci, her yapılan davranışı kaydediyor. Bu davranış, ister olumlu, ister olumsuz olsun. Yetişkinler dikkatli davranmalı. Genellikle yaptıkları davranışlarının sonuçlarına göre çocuklar, ebeveynleri tarafından değerlendiriliyor. Davranışın sonucuna göre olumlu değerlendiren çocuklar, aynı davranışları tekrar ediyor. Bazen davranışın doğruluğu da aileden aileye göre değişebiliyor. Yanlış bir davranış çocukta doğru olarak pekiştirildiyse bu davranış çocuk için artık kalıcı olarak yerleşiyor. Aileden bağımsızlaşmanın başlaması ile yanlış öğrenilen bu davranışlar bir bir ortaya çıkıyor. Bu durum karşında ister istemez çocukta bocalama yaşanıyor. Eğitimin ilk basamağı olan aile, çocuğun davranışın şekillendiği ilk ortam, bu yüzden çok dikkatli olunması gerekiyor ki ileride uyumsuzluk sorunları yaşanmasın.



■ Çocuklarda Olumsuz Davranışlara Karşı Çözümler

Çocuklar kimi zaman çok sinirli, hırçın bazen saldırgan olabiliyorlar. Hiçbir şey yokken de sürekli ağlayanlar da oluyor. Bu tarz davranışlar, geçici olabilir. Bu davranışlar sürekli tekrarlanıyor ve kalıcı hale gelmişse bunu çözmek için çeşitli yöntemlere başvurmalısınız. Uzun süren davranışlar uğraşmanıza rağmen değişmiyorsa uzmandan yardım almalısınız.

■ İstenmeyen Davranışlarda Ortam Etkili Olabiliyor

Çocuklarda istenmeyen davranışlar ortamla beraber ortaya çıkabilir. Ortamı gözlemleyip çocuğu o davranışlara yönelten sebepleri iyi analiz etmek gerekiyor. Burada anne ve baba davranışları çok önemlidir. Çocuk yaptığı davranışa karşı aldığı tepkiye göre davranışından artma olacak veya zamanla azalacak. Sonunda da sönecek. Çocuğa istenmeyen davranışlar gösterdiği ortamlardan bir süre uzak tutun. Davranışın unutulmasını sağlayın.

■ Olumsuz Veya Olumlu Davranış Nasıl Kalıcı Hale Gelir?

Aslında genel geçer bir kural amacına ulaşan davranışlar kişilerde yerleşir. Çocuklarda yaptığı davranışlar istediği hedefe ulaştırıyorsa artık davranış çocukta yerleşmeye başlayacaktır. Bir nevi deneme yanılma yoluyla öğreniyorlar. Anne ve babalar çocuktaki davranışları kalıcı hale getiriyor. Çocuklar hedeflerine ulaşmada oldukça ısrar ederler. İstenmeyen bu istekler karşısında pes ederseniz. Artık bu davranış ile hep karşı karşı kalacaksınız. Uygun olmayan davranışları kesinlikle kabul etmeyin. Sözel olarak ve beden dili ile uygun olmadığını belirtin. Zamanla bu tarz davranışlar sönecektir.



■ Çocuklar Dikkat Çekmek, İlgı Görmek İçin İstenmeyen Davranışlarda Bulunabilirler

Çocuklar ilgi gördükleri davranışları sürdürebilirler. Olumlu davranışlar görüldüğü zaman hemen davranışın olumlu olduğunu sözel olarak ve küçük bir ödülle bildirin. Asla sonraya bırakmayın. Sıcacı ısıtma cihazına hemen ödüllendirin. Aynı şekilde istenmeyen bir davranış görüldüğünde de davranış desteklenirse. En ufak bir kabulleniş, (ona gülümse) davranışın onayladığı anlamına gelecek bir kabulleniş, bu davranışı ilgi görmek için tekrar ettirecektir. Özellikle olumsuz davranışların pekiştirildiği ortamların başında, kalabalık ortamlar geliyor. Bu kalabalık ortamlarda anne ve babalar çocuğuna rahat bir şekilde müdahale edemediği için çocuk istenmeyen davranışları daha rahat sergiliyor. Bu durumlar bir süre görmezden gelinebilir. Fakat ısrarla sürdürüyorsa hemen müdahale etmelidir. Geç kalırlarsa çocuk bu gibi ortamlarda ebeveynleri, zor duruma sokabilir. İstediklerini almak için bu şekilde davranabilir ve giderek daha da artırabilir.

HER ÇOCUĞUN KENDİ DÜNYASININ OLDUĞUNU UNUTMAMAK GEREKİYOR

Çocuklar kendi yaşına göre huy geliştirebilirler. Bulunduğu yaş grubuna göre doğal olarak davranışları ve olaylara karşı tepkiler de değişecektir. Çocukların istekleri bazen bitmez. Bu durum sizi bıktırabilir. Hatta kızdırabilir. Hemen kızmayın, karşınızdakinin çocuk olduğunu unutmayın. Çocuğun yaş grubuna göre davranışını değerlendirin. Onun da kendine göre istekleri ve amaçları var. Olumsuz davranışlara karşı önce görmezden gelin. Bu davranışın geçici olduğunu düşünerek kendinize hakim olun. Görmezden gelme davranışına karşı gide- rek olumsuz davranışlarda artış görülebilir. Bağırma, kızma, vurma gibi... Sabrınızı koruyun, onunla sakin bir şekilde konuşmaya çalışın. İsteddiği şeyleri yaparak davranışını onaylamayın. Bir kereden bir şey olmaz deyip istediğini yaparsanız, o davranış ileride devam edecektir. Farklı zamanlarda davranışını bir onaylayıp, bazen de davranışını onaylamazsınız çocukta karmaşa yaşayacaktır. Tutarlı davranmaya çalışın.

■ Çocuklarda Özgüven Gelişimi Ve Olumsuz Davranışları Azaltma

Uzmanlar kritik yaşlarda çocuğun en iyi öğrenebileceğini (ihtiyacın en uygun olduğu zaman) bu yaşlarda çocuğun desteklenmesini. Davranışlarının doğru ya da yanlış şekilde yaşına uygun bir şekilde anlatılmaması durumlarında ise, ileriki yaşlarda çocukların problemlili bireyler haline geldiğini belirtiyor. Çocuklarda görmek istediğiniz davranışları destekleyin. Küçük ödüller verin. Doğru bir rehber olmaya çalışın. unutmayın çocuğunuzun ilk öğretmeni sizsiniz.

■ Olumsuz Davranış Gelişiminde Çevrenin Etkisi Nedir?

Çocuğunuzun kimlerle arkadaş olduğunu mutlaka öğrenin. Hangi ortamlarda, kimlerle olduğunu her zaman bilin. Çocuklarda çevresel faktörler, olumlu ya da olumsuz davranışların gelişiminde oldukça etkilidir. İstenmeyen davranışlar; küfür etme, vurma gibi davranışların oluşmasında çevresel faktörler çok etkili olmaktadır. Çocuğunuzu olumsuz örneklerden korumak için onu mutlaka takip edin. Çevreden bağımsız hale getiremezseniz, sürekli koruma altına alamazsınız; fakat iyi bir arkadaş grubu ve iyi bir çevrede bulunmasını sağlayabilirsiniz.

YANLIŞ DAVRANIŞLARI ORTADAN KALDIRMAK İÇİN ÇOCUĞUN İSTEDİĞİ ÖDÜLLER VERMEK

Sokakta, markete ve misafirlikte en çaresiz kalınan durumlar. Sizi zorladıkça zorlamaya zayıf anınızı yakalamaya çalışırlar. Bu zayıf anında istediğini yaptırırsa, artık bunu hep yapacaktır. Özellikle misafirlikte istenmeyen davranışlar sergilendiği de, sana çizgi film açacağım, bunu yapmazsan, sana çikolata alacağım; ya da çocuğu susturmak için verilen cep telefonları... Bu ödüller ile o anki durumu kurtarabilir. Fakat ileriki zamanlar için çok sıkıntılı durumlar, sizi bekliyor. Davranışın sonucuna göre artık çocuk istediğini elde ettiği için hep tekrarlayacak. Ne zaman çizgi film izlemek isterse, çikolata yemek isterse olumsuz davranışlar sergileyecek. Çocuklara ödül vereceksiniz, olumlu davranışları pekiştirmek için verin. Olumsuz davranışlara ödül size verilmiş en büyük ceza... İstenmeyen davranışlarına karşı tutarlı olun.



Aynı davranışlara aynı tepkileri verin. Anne ve baba benzer konuda benzer şekilde tepkiler vermeliler. Çocuklar kimden istediğini elde diyorsa o ebeveyne karşı istenmeyen davranışları da sık gösterecektir.

İSTEDİĞİNİ ELDE EDEMEYEN ÇOCUKLARDAKİ VURMA EĞİLİMİ

İstediklerini almak için çocuklar çeşitli yöntemler geliştirir ve bunları sizin üzerinizde dener. Birçok anne ve babanın çok sık karşılaştığı ve çaresiz kaldıkları vurma eylemi. Hep sorulur, bizim çocuğumuz neden böyle davranıyor. Çocuğumuza biz hiç vurmuyoruz. Bu davranış nereden çıktı diye. Serzeniş de bulunurlar. Vurma eylemine çocuklar genelde kızdıkları zaman ve istediklerini elde edemedikleri zaman başvururlar. Bu davranış ortadan kaldırmak için istediklerini ona vermeyin. Eğer vurduğunda istediğini elde ederse ona verdiğiniz mesaj vurduğum zaman istediğimi elde ederim. Bu davranışın doğru bir hareket olduğunu sağlamış olursunuz. Vurma davranışı arkadaşlarına karşı da geliştirebilirler. İsrarla bu davranışın yanlış olduğunu anlayabileceği bir dilden anlatın. Asla bu davranış bozukluğunu atlamayın. Hiçbir çocuk problemlili, suçlu olarak doğmaz. Ebeveyn davranışları ve çevresel faktörler davranışların yerleşmesini zamanla da kalıcılığını sağlar.

■ Olumsuz Davranışa Karşı Aynı Tepkiler Vermek

Çocukların olumsuz davranışlarına karşı hep aynı cevaplar vermek. Hayır, olmaz, kızarım vb.. Bir süre sonra bu sözler etkisini yitirecektir. Kısa cevaplar yerine, neden yapmaması gerektiğini anlatın. Duyarsızlaşmanın önüne geçin. Olumsuz cevaplardan kaçınin. Çocukta istediğiniz davranışlara yöneten, yapabileceği ve mutlu olacağı davranışlarını destekleyin. Anlayabileceği bir dilden örneklerle durumu kabullenmesini sağlayın. Oyuncağı atma yerine, oyuncağını oyuncak sepet içine koysan daha iyi olur. Böyle daha güzel görünür gibi, olumlu sayılabilecek davranışlarla istenmeyen hareketlerden uzaklaştırmış olursunuz.

■ Yaptığı Davranışların Yanlış Olduğunu Anlayacağı Bir Dilden Anlatın

Çocukların her şeyi yeni öğrendiğini unutmayın. Ebeveynler istenmeyen davranışlara çözüm ararken çocuğun bulunduğu yaş aralığını (bulunduğu bilişsel dönemi) atlıyorlar. Çocuğun yaş dönemine göre istenmeyen davranış örneklenirerek anlatın. Çözümler o döneme uygun olsun. Bıkmayın! Sonra çocuğunuza bu davranış neden yapmamamız gerektiğini bir de ondan dinleyin. Neden bu davranışın yanlış olduğunu, niçin yapmayacağımızı sözlü olarak anlattırın. Bakalım sizi ne kadar anlamışlar. Bazı çocuklar aynı hataları tekrar tekrar yapabilir. Bunun en önemli nedeni bu yanlış davranış neden yapmayacağını anlamamış olabilir.



■ Olumsuz Davranış Önceden Sezilen Davranışa Yönlendirmek

Ebeveynler çocuklarını zamanla iyice tanırlar. Hangi davranış yapacaklarını adeta ezberler. Olumsuz istenmeyen bir davranış gerçekleştireceğini anladınız mı hemen olumlu davranışa yönlendirin. Yapacağı olumsuz davranış unuttasını sağlayın. Odasını dağıtacak çocuk, hadi odanı toplayalım mı? Kapıyı çarparak çıkacak, olan çocuğa beraber odana gidelim oyun oynayalım mı? Gibi istenmeyen davranışları unutturabilirsiniz. Biraz zaman alacaktır ama en etkili yoldur istenmeyen davranışları o ortadan kaldırmak için. Aynı zamanda önemli bir etkinliktir.

■ Çocuklara Olumsuz Davranışlarına Karşı Aynı Tarzda Cevap Vermek

Bağırarak çocuğa bağırarak karşılık vermek, vuran çocuğa aynı şekilde vurmamak, kısaca kısas bu tarz davranışları hemen bırakın. Çocuğunuza vurduysanız ya da bağırıyorsanız sizden korkacak belki bir daha yapmayacak. Bu davranış çocukta sönmeyecek. İlerideki hayatında hep var olacak. Sorunları çözme yöntemi vurma ve bağırma olarak algılayacak. Çocuklar Ebeveynlerin ve çevresinin küçük bir özeti aslında.



■ Farklı Ortamlarda Çocuğunuzun Davranışlarını Gözlemleyin

Beraber sportif faaliyetlere katılın. Ya da sizin gözetiminizde spor salonunda arkadaşları ile vakit geçirebileceği ortamlar hazırlayın. Bu gibi yerlerde çocuğunuzun gözlemleyin. Farklı tarz ve etkinlikleri yapması için kurslara yazdırın. Çocuklar burada hem sosyalleşecek hem de arkadaşların davranışlarını gözlemleyecek. Bu arada size çocuğunuzun uzaktan izleme şansı bulacaksınız. Arkadaşlar ile yaşadığı sorunlara nasıl karşılık veriyor. Oyun esnasında çarpma, itme, bazen küfür durumlarına karşı çocuğunuz nasıl cevap verecek. Bazı arkadaşlarının yaptığı gibi vuracak mı? Küfür mü edecek, küfür karşısında tepkisi ne olacak? Çocuğun sinirli anında davranışını görmüş olacaksınız. Yanlış davranışlarına hemen müdahale etmeyin. Özgüven sorununa neden olabilir. Bırakın, sorunları farklı ortamlarda bağımsız bir şekilde kendisinin çözmesine imkân verin. Olumsuz davranışları, uygun bir zamanda, bu davranışının yanlış olduğunu, öfkesine hakim olması gerektiğini yumuşak bir dille anlatın. Yanlış davranışlara, yanlış tepkiler verilmemesi gerektiğini belirtin.

■ Olumsuz Davranışlar Ortadan Kaldırmak İçin Ebeveynler Rol Model Olun

Çocukların iyi bir gözlemci olduğunu söylemiştik. Ailede anne ve baba, çevrede önem verdikleri kişiler, okulu öğretmenleri... Ebeveynler aile ortamında örnek davranışlar ile ona doğrusunu öğretecekler. Sizin istemediğiniz davranışları bu yolla ortadan kaldırmış olacaksınız. Çocuğunuza ceza verecekseniz, fiziksel cezalar vermeyin. Gerekirse onunla tartışın. Olayları çözmenin yolunun fiziksel olarak cezalar olmadığını, başka yollarda düzelebileceğini gösterin.

■ Hata Yaptıklarında Düzeltmesine Olanak Verin

Çocuklar yanlış yaptıklarını da hemen tepki vermeyin. Bekleyin hata yaptıklarında hemen düzeltmeyin. Hatasının farkına varabilmesi için zaman tanıyın. Davranışın arkasından olaya müdahil olursanız. Pasif bir kişilik geliştirmesine neden olursunuz. Çözümü kendi bulsun. Hatalarının farkına varsın. Kendi hatalarının farkına varırsa, çözümler geliştirebilir. Yaşayarak öğrendiği için aynı hataya düşme ihtimali daha zayıf olur.

■ Olumsuz Davranışlarda Utandırma-mak

Çocuğunuz hata yapınca hemen görmeyin. Sabredin. Yanlışını yüzüne vurmayın. Kızmak, aşağılamak, bağırarak, size karşı güvenini kaybetmesine neden olur. Hata yapsa dahi sizin yanında olduğunu unutmasın. Size güvensin. Mutlu bireyler hayatın içinde etkin olan bireylerdir. Pasif içine kapanık olan çocuklar, ileride mutsuz birey yetişkin olacaktır. Mutlu, huzurlu bir gelecek için çocuklarınıza gerekli özeni gösterin.

