

## Unutmayın!

Bu çocuklar ya da gençler "kötü" değillerdir. Uygun olmayan ve kabul edilemeyen davranışlar yaparlar, ancak bu bir hastalıktır/psikolojik-psikiyatrik bozukluktur ve tedavi edilmesi gerekir. Durum ne kadar önceden fark edilir ve ne kadar erken müdahale yapılırsa olumlu sonuç almak/ilerlemek daha kolay olmaktadır.

Bu çocukların anne-babaları olarak sizler de kötü ebeveynler değilsiniz. Bir çok yöntemi denemişsinizdir, ancak hiç biri işe yaramamıştır.

Bu çocuklar sağlıklı ilişkiler kuramadıkları için genellikle arkadaşları tarafından dışlanırlar ve bu nedenle kendileri gibi olan çocukları kolayca bulurlar.

Dövmek, tehdit etmek, eve kapatmak ya da rüşvet vermek bir çare gibi görülebilir ama değildir ve sorunu çözümsüz hale getirir.

"Doğuştan böyle, kalıtsal bu" demek problemin çözümünü engelleyen bir yaklaşımdır. Şiddet içerikli davranışlar öğrenilmiş davranışlardır, dolayısıyla olumsuz olan bir şeyi öğrenebiliyorsa olumlu bir tanesini de öğrenebilir



## Neler yapabilirsiniz?

- Sadece çocuğunuzun değişmesi işe yaramaz, siz de değişime açık olun.
- Çocuğunuzla ilgili önyargılarınız farkına varın.
- Kısa sürede çözüm beklemeyin, değişim zaman alacaktır.
- Çocuğunuza nasihat etmeyin, çok fazla işe yaramaz.
- Sizinle konuşurken, onun yüzüne bakarak sadece onu dinleyin.
- Çocuğunuzu suçlayıcı ifadelerden kaçının, onu serseri,deli vb. olumsuz sıfatlarla etiketlemeyin.
- Sorumluluklarını yerine getirmediğinde onunla iğneleyici konuşmayın, sadece onu bu durumla yüzleştirin.
- Uyguladığı olumsuz yöntemlerle maddi veya manevi bir kazanç elde etmesini engelleyin.
- Her iki tarafında öfkeli olduğu zaman konuşmayın, karşılıklı sakinleşmeyi bekleyin.
- Onunla sonu olmayan tartışmalara girmekten kaçının.
- Eşiniz ile konuşup çocuğunuza karşı "tek" ses çıkartın.
- Çocuğunuzun kimlerle arkadaşlık ettiğini bilin, olumsuz arkadaşlıklar olumsuz davranışları artırır.
- Okul ve rehberlik öğretmeniyle işbirliği yapın, vakit kaybetmeden bir uzmandan yardım alın.



## UYUM VE DAVRANIŞ PROBLEMLERİ BROŞÜRÜ



**ABDULLAH ACAR ORTAOKULU**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ**

## Davranış Sorunları Olan Çocukların Özellikleri

- Yalan söylerler ve bunlar genellikle "kırmızı" – tehlikeli– türde yalanlardır.
- İnsanlara ve hayvanlara karşı acımasız davranabilirler, bilerek ve isteyerek onların canlarını yakabilirler.
- Genellikle kabadayı tarzı davranışlar sergileme eğilimindedir.
- Kuralları sık sık bozarak çevreye –dolaylı olarak kendine de– zarar verici davranışlarda bulunurlar.
- Sorunların şiddeti hafiften ağıra doğru gidebilir.
- Kurallar ve sınırların yoğun olduğu ve akademik zorluklar yaşadığı okuldan kaçma ya da var olan kuralları yıkarak düzeni bozma eğilimindedirler.
- Akranlarıyla sık kavga ederler. Yaş ilerledikçe ergenliğe girince kavgaların içine kesici aletler veya silahlar da girmeye başlar.
- Sinirli davranışları fazladır.
- Pervasız/umursamazca hareket ederler.
- Sigara ve yoğun alkol kullanımı olabilir.
- Yaşlarına uygun olmayan cinsel davranışlar gösterirler.



## İstenmeyen Davranış Sonrasında Gösterilebilecek Caydırıcı Tepkiler:

### •Görmezden Gelme

Yaptığı olumsuz davranışları ön plana çıkarmak yerine olumlu davranışlara odaklanmak için bu teknikten yararlanılır. Görmezden gelme özellikle dikkat çekmeye yönelik davranışlarda çok etkili olabilir. Çocuğunuz olumsuz davranışın tepkiye neden olmadığını gördükçe bu davranışı yapmaktan vazgeçebilir. Çocuğunuzla fiziksel olarak ilgilenmek zorunda kalsanız bile göz kontağı kurmamaya, konuşmamaya dikkat edin.

### •Mola

Çocuk, istenmeyen davranışı yaptıktan hemen sonra yaklaşık 5 dakika gibi kısa bir süreliğine, bulunduğu ortamdan çıkartılarak yalnız bırakılır. Çocuğa neden dışarı çıkarıldığı söylenir ama başka bir açıklama yapılmaz. Ara verme süresinin çocuğun protestoları nedeniyle sona erdirilmesine dikkat edilmelidir. Bunun gerçekleşmesi halinde çocuğun şiddet davranışları da ödüllendirilmiş olur

### •Kesin Bir "Hayır!"

Eğer sert ve kararlı bir şekilde ""Hayır"" dersiniz ve çocuğunuz yapmakta olduğu yaramazlığa ara verirse, hemen başka bir şeyle ilgilenmesini sağlayın. ""Hayır""ı tekrarlamaktan kaçının, çok duymak duyarsızlığa yol açar.

### •Sözel Uyarı

Çocuğunuza yanlısını düzeltme şansı tanıyın. "Az önce baban ne demişti?" ya da "Bıçaklarla ilgili kuralımız neydi?" gibi... Böyle bir uyarı en azından, çocuğa yaptığını tekrar değerlendirme fırsatı verir.



### •Olumlu Pekiştirme

Pekiştirme hedef davranış gerçekleştiği zaman verilmelidir. Örneğin; seçilen hedef davranış (çocuğun kendi yatağında yatması, ağlamadan bir şey istemesi vb.) her gerçekleştiğinde "Aferin" demek, sarılmak, gülümsemek, davranışı sözel olarak onaylamak gibi sizin belirleyeceğiniz pekiştirmeyle olumlu davranış ödüllendirilir

### •Yoksun Bırakmak

Oyuncağı almak gibi, çocuğu nesneden ya da etkinlikten yoksun bırakmak ve nedenini açık bir dille anlatmak da olumsuz davranışı ortadan kaldırmak için kullanılabilir.

### •Kısıtlama

Bazı durumlarda çevrenin istenmeyen davranışın yapılmasını önleyecek şekilde düzenlenmesi de yararlı olabilir. Vurma davranışı gösteren çocuğu tutmak gibi.

