



ÇOCUKLARDA OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME - 2

Asiye Ahmet Ziylan Özel Eğitim Anaokulu

*ÇOCUĞUNUZLA SADECE SORUN OLDUĞUNDA DEĞİL HER ZAMAN İLETİŞİM KURUN

Bazı Ailelerde Çocuklar, çoğunlukla sorunlu davranışlarıyla gündem olabilir. Sadece sorun yaşandığında çocuğun evde görünür olması ya da istedik davranışların görmezden gelinmesi çocuğun olumsuz davranışı sürdürmesine sebep olur. Bu sebeple çocukla her zaman sağlıklı iletişim kurmak ve temasta bulunmak gerekir.

*SEÇENEKLER SUNUN

Çocukların kendi hayatlarında kontrol sahibi olmayı istemeleri, söz hakkına sahip olduklarını hissetmeleri ve belirli sınırlar çerçevesinde sunulan seçeneklere karar vermeyi beklemeleri çok önemlidir. Bu sebeple katı kurallar koymak yerine sizin için de makul olabilecek seçenekler yaratabilirsiniz. “Uyumak istiyor musun?” Yerine “Şimdi mi, yoksa 10 Dakika sonra mı uyumak istersin?” Gibi.

*CEVABINI BİLDİĞİNİZ SORULAR SORMAYIN

Bir karar vermesini istemediğiniz zaman ona soru sormayın. (“Oyuncaklarını toplamak ister misin?” Gibi) Sorular 'Hayır' deme fırsatı verir. Eğer çocuğunuzun seçim hakkı yoksa, ona böyle bir hak vermeyin. Beklentilerinizi soru olarak değil, istek olarak belirtin.





*CEZA YERİNE MAHRUM BIRAKMA YÖNTEMİNİ UYGULAYIN

Ceza ne yapılması gerektiğini değil, sadece ne yapılmaması gerektiğini öğretir. Kriz Anında çözüm sağlamış gibi görünse de ceza uzun vadede işe yaramaz. Ceza yerine, ödülünden mahrum bırakma yöntemiyle çocuğunuzun olumlu davranışı gerçekleştirmesi için ona fırsat yaratmış olursunuz. Örneğin; “Yemek yerine gofret yemeyi seçemezsin, eğer gofret yemek istiyorsan önce yemeğini yemelisin,” Gibi.

Bu noktada kararlı olmanız, çocuğunuzun ısrarlarına dayanabilmeniz ve kuralda sabit kalmanız önemlidir.

*ÖFKENİN NORMAL BİR DUYGU OLDUĞUNU VE ÖFKE İLE BAŞ ETME YÖNTEMLERİNİ ONA ANLATIN

Öfke de her duygu kadar yaşanması normal bir tepkidir. Öfke Kontrolünün sağlanması için yardımcı olun. Örneğin; Nefes Egzersizleri Gibi.

*ASLA ŞİDDETE BAŞVURMAYIN!

Çocuğunuza olumsuz davranışından ötürü şiddet uyguladığınızda benlik saygısının zedelenmesine sebep olursunuz. Bu tepkiniz vurmanın bazen doğal olduğunu ve birinin istemediğimiz bir şey yapmasını engellemek amacıyla şiddetin bir seçenek olarak kullanılabileceğini öğretir.

Pınar ÖZDEMİR
Psikolojik Danışman

Kaynakça

EROL, A., (2019), “Lütfen Uslu Dur”: Çocuklarda Olumlu Davranış Geliştirme

