

OKULUMU SEVİYORUM

AREL KOLEJİ

AYLIK ANASINIFI DERGİSİ

SAYI: 105

2016



İÇİNDEKİLER

ÇOCUKLARDA AKRAN ZORBALIĞI	2
OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞUN YALAN SÖYLEME NEDENLERİ VE ÖNLEME YÖNTEMLERİ	5
İNATÇI ÇOCUKLAR	8
ÇOCUKLARDA PAYLAŞIM DUYGUSUNUN GELİŞİMİ	12
ÇOCUKLARDA ÖFKE VE SALDIRGANLIK	15



AREL Koleji

Merkez Mahallesi, Selahattin Pınar Sokak, No:3, 34197 Yenibosna-Bahçelievler / İstanbul

Tel: (0212) 550 49 30 (pbx)-630 35 05 (4 hat) Faks: (0212) 550 77 82

e-posta: arel@arel.k12.tr

Okulumu Seviyorum Dergisi-2016 Yayın Kurulu: Rehberlik Bölümü



www.arel.k12.tr

ÇOCUKLARDA AKRAN ZORBALIĞI

KAYNAK

- Akran İstismarı / Peer Abuse – Müjgan Alıkaşıfoğlu Makale
- Akran Zorbaliğı – Remzi Yıldırım Makale
- Ünye RAM – Akran Zorbaliğı Nedir? Ne Yapılmalıdır? Makale
- Okulda Akran İstismarı – Doç. Dr. Taner Güvenir
- Akgün, S. (2005). Akran Zorbaliğının Anne-Baba Tutumları ve Anne-Baba Ergen İlişkisi Açısından Değerlendirilmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Anlık S., ve Diñer, Ç. (2005). Okul öncesi dönemde kisiler arası bilissel problem çözme becerilerinin geliştirilmesi. Eğitim Araştırmaları, 20, 122-134.

Akran zorbalığı çocuk psikolojisini olumsuz etkileyen en önemli problemlerden biridir. Zorbalık, akran zorbalığı bir ya da birden fazla çocuğun, kendilerinden daha güçsüz olanları kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesi ve diğer çocuğun kendini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür. Zorbalık strese verilen öğrenilmiş bir tepki olup başkaları üzerinde kontrol sağlama ve güç sağlama motivasyonudur.

Psikoterapist Hurley'e göre zorbalık davranışı gösteren çocuğa empati duymak zor olsa da onların bu davranışlarını yaratan nedenleri anlamakta fayda vardır:



Ebeveyn İlişkileri

İlgi eksikliği ve ebeveyn yoksunluğu çocukları olumsuz etkileyen en önemli faktörlerdendir. Zorbalık yapan çocukların ebeveynleri çoğunlukla aşırı rekabetçidirler ve diğer çocuklardan daha üstün olmaları için kendi çocuklarını zorlarlar. Ebeveynler ön yargılıdır, her zaman rekabet edip her ne yol olursa çocuklarının kazanmasına odaklıdır.

Tutarsız Disiplin

Zorbaca davranan çocuğun evinde tutarsız disiplin görülmektedir. Ebeveynler sınır koymakta zorlanırlar ve yapılan davranışlarından çocuğu sorumlu tutmakta eksik kalırlar.

Zayıf Akademik Başarı

Bazı çocuklar derslerinde zorlandıkça ve yardım alamadıklarında ümitsizliğe kapılırlar. Bu durumda çocuklar sıkıntılarını davranışları ile dışarı vurabilirler. Böyle durumlarda çocuk zorbalık yaparak daha başarılı arkadaşlarından intikam almaya yönelebilir.

Sosyal Desteğin Azlığı

Kendilerinin sevilmediğini hisseden, yalnızlık yaşayan çocuklar biraz sosyal kontrol elde etmek için zorbalığa başvurabilirler. Yanlış bakış açıları onlara çocukları kontrol etmenin arkadaş sahibi olmanın bir yolu olduğunu düşündürür.

Zorbalığa Maruz Kalma

Zorbaca davranan birçok çocuk daha önceleri zorbalığa maruz kalmıştır. Zorbaca davranışları taklit ederek sosyal güce ulaşmaya çalışırlar.

Öz Güven Eksikliği

Yukarıdaki bütün maddeler ışığında zorbalık yapan çocukların düşük öz güvene sahip oldukları sonucu ortaya çıkmaktadır. Akran zorbalığını uygulayan çocukların en önemli ihtiyaçları, diğer çocuklar üzerinde baskınlık kur-

mak ve kontrolü elinde tutmaktır. Bu çocuklar genellikle saldırgan tutumlar takınarak bir gruba lider olabileceğini erken yaşta keşfetmişlerdir.

Zorbalık uygulayan çocuklar, saldırganlığın gücünü genellikle evlerinde öğrenirler ya da benzer disiplin şekillerine maruz kalarak yetiştirilirler. Ayrıca bu çocuklar, genellikle dışa dönük kişilik özellikleri sergilerler. Arkadaşlık kurmayı ve sürdürmeyi seven, sosyal ilişkilerden hoşlanan yapıları vardır.

Çocuğunuzun Zorbalığa Maruz Kaldığını Nereden Anlarsınız?

- Arkadaşlarından ve okuldan hiç bahsetmemesi
 - Eve arkadaş getirmemesi, arkadaşlarına hiç gitmemesi, partilere, gezilere davet edilmemesi, kendisiyle ilgili önemli toplantılara okul arkadaşlarından kimseyi davet etmek istememesi
 - Okula gitmek istememesi, okul değiştirme isteği, sabahları iştahsızlık çekme, sürekli karın ve baş ağrısı
 - Okul servisini kullanmak istememesi
 - Korkulu rüyalar görmesi, uykusunda ağlaması, yatağını ıslatması
 - Okuldan eve yırtık dağılmış giysilerle ya da zarar görmüş kitaplarla gelmesi
 - Bedeninde açıklanamayan morluklar olması
 - Sürekli uyumak istemesi
 - İçme kapanma ve kekeleme gibi durumların ortaya çıkması
 - Ne sorunu olduğunu söylemek istememesi
 - İntihar girişimi olması
 - Okuldan eve harçlığı ya da öğle yemeği alındığı için aç dönmesi
 - Harçlığını sürekli kaybetmesi
- ## Çocuğunuzun Zorbalık Davranışı Sergilemesi Durumunda Nasıl Davranmalısınız?
- Çocuğunuzla sakince konuşun, bunu yapma sebepleri ve yaptığı davranışın başkalarında yaratacağı olumsuz duygular üzerinde durun.
 - Bu davranışını onaylamadığınızı kesin ve net bir biçimde belirtin.

- Varsa bu tür davranışlara model olan ailenin diğer üyelerini uyarın.
- Kurallara uyduğunda, sorumlu davranışlar sergilediğinde, olumlu davranışlar gerçekleştirdiğinde takdir edin, bunları pekiştirin, ödüllendirin.
- Okulla mutlaka işbirliği yapın.

Akran zorbalığına maruz kalan çocuklarda, stres belirtileri ve depresyon gibi sorunlar görülebilir. Özellikle zorbalık eylemleri sürekli hale geldiğinde hedef olan çocukların fiziksel ve zihinsel gelişim süreci bozulabilir. Çocuğun okul başarısında hiçbir sebep yokken gerileme yaşaması, arkadaşlarıyla görüşmek istememesi, yatağını ıslatmaya başlaması veya ıslatma sayısında artış olması, kabus ve sayıklamaların başlaması, iştahsızlık gibi durumlar yaşanıyorsa, ebeveynlerin dikkatli olması gerekir.

Öğretmenler Zorbalığı Önlemek İçin Neler Yapabilir?

Bir okul yöneticisinin zorbalığı önleme ile ilgili resmi bir gündemi olmasa da, öğretmenler kendi sınıflarını güvenli ve zorbalığın olmadığı bir bölgeye çevirebilirler.

- Öğrencilere saygı ve sevgi gösterme
- Öğrencilerinizin, onları dinlemek ve onlara yardım etmek için her zaman ulaşılabilir olduğunuzu bilmelerini sağlama
- Zorbalık konusunda etkinlikler düzenleme
- Sınıftaki, kitaplardaki, televizyon programlarındaki ya da filmlerdeki zorbalığı belirlemelerine yardımcı olma, bu zorbalığın etkilerinin neler olabileceğini ve nasıl çözüldüğünü/çözülebileceğini tartışma

- Öğrencilerin zorbalık ve akran ilişkileri hakkında konuşabilecekleri sınıf toplantıları düzenleme
- Meslektaşlarınızla zorbalığın ne olduğunu tartışın: Bir grup olmak okul ortamını çok daha iyi gözlemlemeyi sağlar. Hem genel olarak zorbalığı hem de belli öğrencilerle ilgili endişeleri konuşmak gerekir.

Ailelerin Üzerine Düşen Görevler

- Çocukların, saldırgan davranışlarla istedikleri yerine getirilmemeli.
- Çocuklara, sosyal olgunluğuna uygun görevler verilerek kendine güvenin gelişmesi yönünde desteklenmeli.
- Çocuklar kızgın ve öfkeliyken onlarla tartışmamalı, çocuk sakinleştikten sonra bu durum birlikte konuşularak değerlendirilmelidir.
- Aileler çocuklarıyla sorgulayıcı nitelikte değil, paylaşım amacıyla sohbet etmeli.
- Aileler çocuğun izlediği TV programları, filmler ve oynadığı bilgisayar oyunları, konusunda seçici ve dikkatli olmalı.
- Aileler çocuklarıyla daha nitelikli zaman geçirmeli, zorbalık davranışlarına karşı dikkatli ve özenli olmalı.
- Aileler çocuklarının diğer arkadaşlarının yanında popüler olması yönündeki arzularını, çocuklarına yansıtmaktan kaçınmalı.
- Aileler, çocuklarının davranışları ile ilgili olarak sıklıkla öğretmenlerinden bilgi almalı ve eğer bir alanda sorun belirtilirse, çocuğuna nasıl yardım edebileceği konusunda öğretmenler ve uzmanlar ile işbirliği yapmalıdır.



OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUĞUN YALAN SÖYLEME NEDENLERİ VE ÖNLEME YÖNTEMLERİ

KAYNAK

- www.istanbulanaokul.com
- Paul Ekman, Çocuklar Neden Yalan Söyler? Yakamoz Yayınları, 2014
- www.psikologaslibasari.com
- Uzm. Psikolog, Pınar Gülgen, 2-6 Yaş Çocukların Yalan Söyleme Davranışı,



Yalan söylemek bir tür davranış bozukluğudur. Davranış bozuklukları ise çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel sorunlara bağlı iç çatışmalarını davranışlarına yansıtmasını sonucu ortaya çıkar. Peki okul öncesi dönemde yaşanan davranış problemleri nelerdir ve ne yapılmalıdır? Hırçınlık, sinirlilik, saldırganlık, inatçılık, yalan söylemek, çalma davranışı, küfür etmek... bunun gibi daha pek çok davranış problemi vardır.

Bu yazıda ise; okul öncesi dönemde çocukta yalan söyleme davranışına yer vereceğim.

Okul öncesi dönemde yalanla gerçeği ayırt edememekten ve gerçeklik kavramının çocuklarda henüz gelişmemiş olmasından dolayı çocukların gerçek olmayan ifadelere başvurdukları zaman zaman görülmektedir.

Ayrıca çocukların geçmişe dönük olayları hatırlamada zorlanması ve dikkat azlığı sebebiyle de okul öncesi dönemde gerçeğin karıştırılmasının söz konusu olduğunu görürüz.

Fakat bu noktada yalandan söz etmek güçtür. Çünkü bu yaş dilimindeki çocuklar algısal bazı hatalar yapabilirler.

Çocukların söylemiş olduğu yalanlar aldatma amacı taşımaz. Çocuklar gerçeği henüz değerlendiremediğinden çevresindeki kişilere bir takım olayları anlatırken eklemeler yaparak aktarabilirler. Özellikle bu dönemdeki çocuklarda abartma ve uydurma davranışı çok sık görülmektedir. Bütün bu sebeplerden çocuklarımızda bu davranışları gözlemlediğimizde sebeplerini bilmek konuya bakış şeklimizi değiştirecek ve nasıl davranmamız gerektiği konusunda bize yardım edecektir.

Çocukların söylemiş olduğu yalanın birçok çeşidi vardır:

Hayal ürünü yalanlar

Okul öncesi dönemde çocuklar adeta hayal dünyalarında yaşamaktadırlar. Oynadıkları oyunlarda, çevresinde gözlemedikleri durumlarda bunlara sıkça rastlamak mümkündür.

Hayal ürünü yalanlar ise; çocuğun hayal kurmasından dolayı gerçeklik algısının bozulmasıyla birlikte birtakım olayları gerçekleşmiş gibi düşünmesi sonucu söylenen cümlelerdir.

Abartarak söylenen yalanlar

Çocuklar okul öncesi dönemde ben merkezli yaşarlar. Bu yalanlar, ilgi çekmek ve çevresini eğlendirmek, güldürmek, bütün gözleri üzerinde tutmak amacıyla söylenen yalanlardır. Aynı zamanda yalanlara müthiş heyecan kattıkları gözlemlenir.

Sosyal yalanlar

Çocuklarda en yaygın olan yalan türüdür. Daha çok anne, baba ya da yakın çevrenin sosyal yalanların oluşması aşamasında etkili oldukları gözlenir. Çocuğumuzun yanında kullandığımız ufak tefek yalanlar onu yalana teşvik etmektedir.

Kendini savunma amaçlı söylenen yalanlar

Bu tip yalanları daha çok mükemmeliyetçi anne babaların çocuklarında gözlemleriz. Sebebi ise çocuk anne babayı izlediğinde kendisinin de mükemmel zorlandığını hissedecektir. Anne babasının beklentisini karşılayamadığını düşündüğü durum ve olaylar ise yalan için zemin hazırlayacaktır. Çokça sorgulamalar da bu yalanlar için zemin oluşturacaktır.

Okul öncesi dönemde söylenen yalanların nedenleri:

Çocuklarda bir uyum ve davranış bozukluğu olarak görülen yalan söyleme davranışının altında yatan sebepler incelendiğinde;

- Aile içinde veya çevrede çok sık yalan söyleniyorsa çocuk da aynı şekilde yalan söyler.
- Bir kez söylediği yalan çevresi tarafından ilgiyle karşılanıyorsa çocuk yalan söyler.
- Erken çocukluk döneminde aşırı ödüllendirilen çocuklar da yalan söyler. Aile içinde sıkça ödüllendirildiği

için sosyal ortama girdiğinde de aynı ilgiyi görebilmek ve takdir görme için yalan söyler.

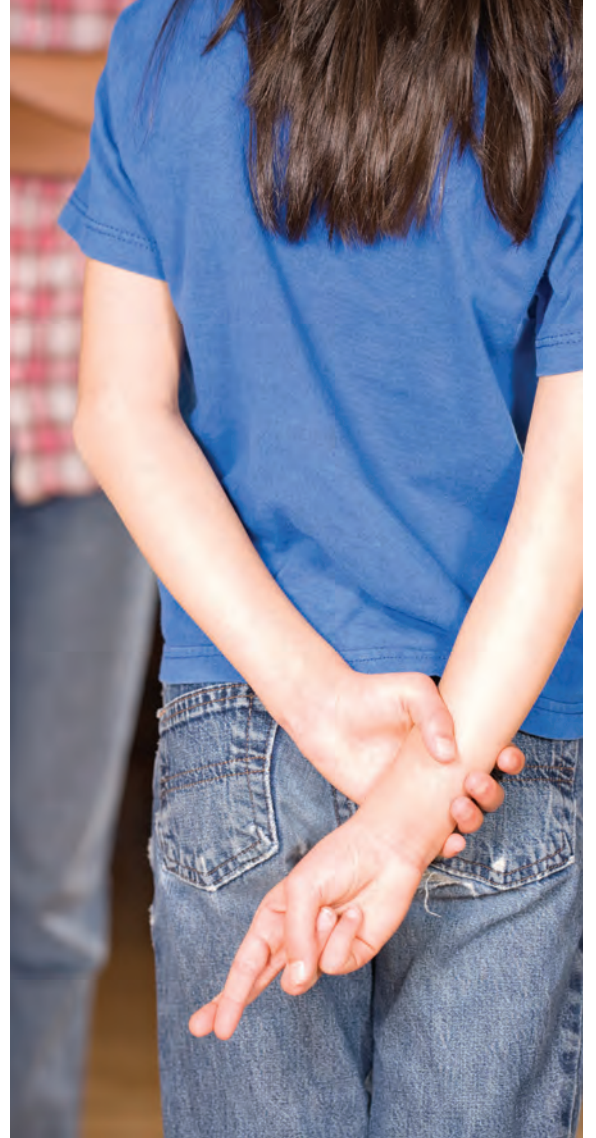
- Anne, babanın ve çevrenin çocuğa yeterince sevgi, ilgi göstermemesi ve bu sebeplerle çocuğun ilgi toplamak için yalana başvurduğu görülür.
- Çocuk kendini baskı altında hissediyor ve ailesi, çevresi tarafından sürekli sorgulandığını hissediyorsa köşeye sıkıştığını düşünüp o anı atlatmak için yalan söyler.
- Çocuk çevresinin hayranlığını kazanmak için yalan söyler.
- Anne, babanın sevgi ve ilgisini paylaşmamak için yalan söyler. (çocuğun, anne babasına ablasının onu dövmeyi halde kendisini dövdüğünü söylemesi)
- Arkadaşlarının sevgi ve ilgisini paylaşmamak için yalan söyler.
- Çocuktaki çekingenlik, saldırganlık, aşâğılık duygusu, suçluluk duygusu vb. etkenler çocuklarda yalan söyleme davranışına neden olmaktadır.
- Okul öncesi dönemde çocuğumuzdaki yalan davranışını engellemek için ne yapmalıyız?
- Öncelikle konunun kaynağı çocukta sürekli olmak, ilgi toplamak, farkedilmek olduğu için çocuğa yeterli ilgi ve sevgi gösterilmelidir.
- Çocuğu yalana itecek durumlara meydan vermemek gerekmektedir.
- Anne ve babalar çocuklarına model olduklarını unutmamalı ve doğru model olmalıdırlar. Çocuğumuzun yanında eşimize, dostumuza, patronumuza... söyleyeceğimiz yalanlar çocuğumuz tarafından ilgiyle takip edilmektedir. Bu yüzden her davranışımızın bir çift göz tarafından izlendiğini unutmamalıyız. Bu konuda da çocuğumuza model olduğumuzu unutmamalıyız.
- Anne babaların ve yetişkinlerin söyledikleri ile davranışları arasında tutarlılık olmalıdır. Söz verilen şey mutlaka yerine getirilmeli ya da yapılamayacak şeylerle ilgili sözler verilmemeli.
- Çocuk yalana başvurmadığında, dürüst davrandığında onun bu davranışının ailesi tarafından fark edilmesi çok önemlidir. Bu sayede çocuk yalan söylemediği durumlarda da ailesinden, çevresinden gerekli ilgiyi aldığını görmelidir.

- Anne ve babalar çocuklarının yaş dönemini ve yapabileceklerini iyi bilmelidirler. Görev ve sorumluluk verirken de çocuklarının yaşlarının üstünde şeyler beklememelidirler. Aksi şekilde bu çocuğu gereksiz şekilde kendini ispatlama çabasına ve yalana götürür.
- Anne ve babalar çocuklarını çevresindeki diğer insanlarla, arkadaşlarıyla ya da kardeşiyle kıyaslamamalıdır. Her çocuk kendi içinde değerlendirmelidir.
- Anne-baba çocuğu mutlaka dinlemeli. Bu ilgi, alaka aynı zamanda çocuğa hissettirilmeli. Aksi halde aşırı baskıcı ya da otoriter tavırla çocuğa yaklaşıldığında çocuk için kendini ifade edecek alan oluşmayacaktır.
- Anne-baba ve çocuk arasında oluşan yalanlar çocuğun bu durumla nasıl baş edeceğini ve durumu nasıl değerlendireceği konusunda çocuğa zarar verecektir.
- Anne-baba-çocuk iletişiminin olumlu olması gerekir. Çocuk istek, sıkıntı, kaygı ve endişelerini anne-babası ile konuşabilmelidir. Çocuğu dinlemek ve çözüm yollarını kendisinin bulmasına yardımcı olmak gerekir.
- Yalan söylemekte ısrar eden çocuğa ulaşmanın yolu, kendisini yalan söylemeye iten sorunların çözülmesine yardım etmek ve yalan söylemeyi gereksiz kılacak bir ortam hazırlamaktır.
- Çocuğun yalan söylemesine neden olan şeye odaklanmalı, yalanın içeriğine değil.
- Çocuğunuz yalan söylediğinde ona bu söylediğinin yalan olduğunu anladığınızı hissettirmeniz önemlidir. Anne-baba bir avcı gibi çocuğun yalanını yakalamaya çalışmamalıdır. Bu çocuğa güvenmediğinizi gösterir ve çocuk nasıl olsa güvenmiyor, diye yalan söylemeye devam edebilir.
- Çocuğun yalan söylediğini fark ettiğinizde, onu bu durumla hemen yüzleştirip yorum yapmadan önce mutlaka dinlemeliyiz. Çünkü karşılaşılan bu durum karşısında vereceğimiz tepkiler oldukça önemlidir. Çocuk bu sayede o anı kurtarmak için yeni yalanlara başvurmayacak, her ne koşulda olursa olsun bize güvenebileceğini hissedecektir. Önemli olan duygu da budur.
- Önemli noktalardan biri de çocuğun hangi durumlarda yalana başvurduğunu tespit etmektir. Yukarıda da bahsedildiği gibi çocuğu yalana iten durumlar çok belli başlıdır. Öncelikle bu koşulları çocuk için düzenlemek önemlidir.

Bütün bunları kısaca özetleyecek olursak çocuğumuzla ilgili ortada bir yalan söz konusuysa biz ebeveynler mutlaka çocuğumuzu yalana iten durumları öncelikle gözden geçirmeliyiz.

Unutmamalıyız ki bizim çocuklarımıza davranış şeklimiz, tutumumuz, onunla birlikte geçirdiğimiz sürenin niteliği, ilgi ve alakamız her biri okul öncesi dönemdeki çocuğumuz için son derece önemlidir.

Bütün bunların dışında bazen de yalan bir patoloji (hastalık) belirtisi de olabilir. Ağır psikolojik rahatsızlıklarda yalana rastlanabilir. Bu durumlarda mutlak surette uzman yardımı alınmalıdır. Bu süreci uzman desteğiyle atlatmak hem ebeveynler için hem de çocuk için oldukça sağlıklı olacaktır.





Çocuk ergenliği de denilen inat dönemi; 2-4 yaş arasında görülen, çocuğun sıklıkla ısrar ettiği, zaman zaman bir şeyi yaptırmak için ağlama nöbetleri yaşayabildiği, kurallara uymada zorlandığı, her soruya neden veya hayır cevaplarını verdiği kısaca ebeveynlerinden ayrışarak kimlik savaşı verdiği bir dönemdir.

18. aya kadar anne babasının söylediklerini kabul eden çocuk, kendisinin bir birey olduğunun farkına varır, kendini kanıtlama çabası içerisine girer. Bu dönemde çocuklar bir yandan anne babadan ayrılmakla ilgili kaygı yaşarken bir yandan da yeni şeyler keşfetme ve arayış içerisine girmektedirler.

İnatçı davranış aslında anne-baba ve çocuk arasındaki bir güç savaşı olarak görülebilir. Savaşın nedeni ise

“Kimin dediği olacak?” çatışmasıdır. Bebeklik döneminde anne-babaya tamamen bağımlı bir birey iken fiziksel ve bilişsel becerilerin gelişmesi ile bağımsızlığa doğru ilk adımlar atıldığında ister istemez sınırlar ve çatışmalar ortaya çıkar.

Sağlıklı gelişimini sürdüren her çocuk doğal olarak çevresini keşfetmeyi ve bağımsızlaşmayı ister, tabii ki bunu yaparken her zaman anne-babanın koşulsuz sevgisini ve güvenini de hissetmeye ihtiyaç duyar. İlk bir yıldan sonra bebek için dış dünya daha ilgi çekici bir yer haline gelir. Özellikle yürümeye başladıktan ve ilk kelimeler ile isteklerini anlatmaya başladıktan sonra anne-babanın güvenli kollarından ayrılıp yeni keşifler yapmak cazip hale gelir.

Birçok şeyi kendi başına yapabileceğini anlayan çocuk kendi becerilerini denemek, çevresini keşfetmek için anne ve babasına karşı çıkmaya başlarken, bir taraftan da onların güvenine ihtiyaç duyar. Yeni beceriler geliştikçe çocuk yapabileceğini, başarabileceğini, kontrol edebileceğini keşfeder ki, bu keşif anne-babanın hayatını hiç de kolaylaştırmaz. Artık küçük kâşifi göz önünde tutmak da kontrol etmek de hiç kolay değildir. Küçük çocuk kendi planlarını uygulamaya geçirmek isterken anne-babanın kural ve sınırlamalarıyla karşılaştığında ise bitmek bilmeyen “inatlaşmalar” hayatın bir parçası olur. O nedenle anne babalar için oldukça zor geçebilen bu dönem çocuğun kimlik gelişimi açısından çok önemli kazanımlar edindiği sağlıklı bir süreçtir. Bu süreçte çocuğun duygularının anlaşılması yapıcı ortak çözümlerin bulunması her zamankinden çok önem taşır.

Ebeveynleri çocuklarını korumak için belirlediği kuralları ve sınırları çocuğun merakı ve keşfetme dürtüsü ile çatışır. Tabii ki küçük çocukların kuralların altında yatan nedenleri anlaması mümkün değildir, onlar sadece engellendiklerini hissederler ve bunun karşılığında da pes etmek yerine daha büyük bir kararlılıkla savaşırlar, “Hayır, benim istediğim olacak.”

Dil gelişiminin hızlanmaya başladığı, çocuğun duygu, düşünceler ve olaylar arasında bağlantılar kurmaya başladığı dönemdir. Duygu ve düşüncelerini ifade etmeye başlayan çocuk her istediğinin gerçekleşmediğinin farkına varır. Çoğu zaman inatlaşmaların sonunda anne-baba çocuğun istediğini yapsa bile küçük çocuğu sakinleştirmek mümkün olmayabilir. Engellenmek büyük bir öfke nöbetini tetikleyebilir. Böyle durumlarda küçük çocuklar duygularını tam olarak kontrol edemedikleri için tepkilerini oldukça şiddetli olarak gösterebilirler. Böylece çocuk hem her istediğinin olamayacağını ve isteklerini erteleyebilmeyi hem de problem çözme ve çözüm üretme becerilerini geliştirir. Eğer tamamen engellenmezse değerli hissedeceği gibi öfkesini yıkıcı olmadan ifade etmenin yollarını da öğrenir. Anaokulları kuralların tutarlı bir şekilde uygulandığı ve aynı zamanda çocuğun etkileşim kurduğu ve eğlendiği yerler olarak çocuğun bu gelişim döneminde oldukça yapıcı bir etkiye sahiptir.

İnatçılık ne zaman başlar?

Çocuklar ile ebeveyn arasındaki ilk inatlaşmalar genellikle 2 yaş döneminde ortaya çıkar. Bu yaş döneminde

ortaya çıkmasının nedeni ise, bebeklik döneminde her bakımdan anne-babaya bağımlı olan çocuğun gelişen beceriler sayesinde kendi başına dünyayı keşfetmeye hazır hale gelmesidir. Yürümeye başlayan bebek artık kendi başına uzaklara (yan oda, ya da mutfak) gidebileceğini fark eder, konuşarak (tek kelimeler bile olsa) kendi istek ve ihtiyaçlarını daha rahat anlatır. Artık kendi dünyasını kontrol edebildiğini keşfeder ve bu duygu onu heyecanlandırır.

2-3 yaş dönemine kadar genellikle daha sakin, uyumlu olan çocuklar bu dönemde sık sık anne-baba ile inatlaşmaya başlar ve sonunda da öfke krizleri yaşayabilirler. Bunun nedeni anne-babayı sinirlendirmek, yaramazlık yapmak değildir, sadece istekleri engellendiğinde tepkilerini gösterebilmek için başka yolları olmadığı içindir. Bu yaş döneminde çocuklar henüz öfkelerini kontrol etme ve yönlendirme becerisine sahip değildirler.

Bu dönemde çocuklar davranışlarının kendi kontrollerinde olduğunu keşfetmeye başlarlar. Dış dünya artık daha ilgi çekicidir. Merak duygusu çocukları harekete geçiren ve gelişimlerini sağlayan önemli bir güçtür. Merak ile birlikte kendi başına başarabilme dürtüsü çocukların yeni keşiflerde bulunmasına neden olur. Buraya kadar her şey yolunda gibi görünse de, çocuğun içten gelen bu dürtüleri ile ebeveynleri sınırları karşı karşıya geldiğinde ciddi bir çatışma ortaya çıkar. Örneğin, yürümenin ve koşmanın tüm keyfini çıkarmak isteyen bir çocuğun sokakta annesinin elini tutmasını istemek bir öfke nöbeti için yeterli bir nedendir.

2-3 yaş dönemi çocukları, hayatın en büyük kaosu ile karşı karşıya kalırlar: kendi isteklerinden vazgeçmek ya da pes etmemek. Anne-babalar için bu dönemde sakin ve sabırlı kalabilmek oldukça zordur. Çünkü günlük hayat içinde bir krizin ne zaman ortaya çıkacağı hiç belli değildir. Sabah kahvaltıda sütün hangi bardak ile içileceği, parka giderken şapka takılıp takılmayacağı, üstünde kıyafetleri olduğu halde havuza girilip girilemeyeceği vb. birçok olay inat savaşlarının nedeni olabilir. Konu ne olursa olsun tüm çatışmaların altında aslında tek bir neden vardır kendi isteklerini gerçekleştirmekte başarılı olmak. Bu yaş döneminde çocuklar ihtiyaçlarını ertelemeyi henüz öğrenmemişlerdir, istekleri karşılanmadığında doğal olarak hayal kırıklığı yaşarlar ve üzüntülerini göstermek için ellerinde kullanabildikleri tek bir yöntem vardır, o da inatlaşmak ve gerçekleşmediğinde ağlamak ve öfke nöbetine tutulmak.

İnatlaşmak, çocukların ebeveynlerin sınırlarını test etmeleri ve nerede duracaklarını öğrenmeleri için gerekli olan bir süreçtir. Çocuklar inatlaşarak ebeveynin sabrını denerken, aslında test ettikleri sınırların nerede olduğudur. Markette yüksek sesle ağlayıp şeker istersen bunun sonucunda ne olur? Annem bu davranışıma nasıl tepki verir? Çocuklar sürekli olarak deneyimlerinden çıkardıkları sonuçlar ile davranışlarını şekillendirirler. Çocuğun kabul edilebilir ve kabul edilemez davranışları öğrenebilmesi için anne-babanın verdiği tepkiler çok önemlidir. Bu tepkilere göre bir sonraki davranışını ve sonunda alışkanlıklarını şekillendirirler.

Çocuğun inadıyla başa çıkmak

Her ne kadar inatçılığın bir yaş ve gelişim dönemi özelliği olduğu belirtilse de anne-baba olarak bu davranışla başa çıkmak oldukça zorlu bir deneyimdir. Öncelikle ilk zorlu soru: İnatlaşan bir çocuğun istediğini yapmak ya da yapmamak? Hangisi daha doğru? İkinci zorluk ise inatlaşan, bağırıp itiraz eden bir çocuk karşısında nasıl tepki vermeli? Kızmak ya da sakin kalmak.

İnatçı bir çocuk karşısında en sakin ebeveyn bile duygularını ve tepkilerini kontrol etmekte zorlanabilir. Sabrın sınırlarını zorlayan küçük bir çocukla nasıl baş edebileceğine dair farklı uygulamalar önerilebilir. Özellikle 2-3 yaş grubundaki inatçılık krizlerinde bir defasında işe yarayan bir uygulama bir sonraki krizde etkili olmayabilir. Genellikle yardımcı olmayan tutum ise çocukları azarlamak ve tehdit etmektir. "Ağlamayı hemen kesmezsen..." gibi cümlelerin çocuğu sakinleştirmek ya da inadından vazgeçirmekte etkili olmadığı aksine sürekli azarlanan çocuğun bir süre sonra anne-babayı hiçbir durumda dinlememeye başladığı bilinmektedir.

İnatçılığı bir dönem özelliği olarak kabul etsek bile bu dönem içinde anne-babanın her zaman sakin, anlayışlı ve sabırlı olması mümkün değildir. Ancak yorgun, stresli bir ebeveyn daha kolay sinirlenip sabrını sürdürmekte zorlanabilir. Ebeveynlerden biri ya da ikisi gergin bir dönem geçiriyorsa çocuğun gerçek ihtiyaç ve duygularını anlamakta zorlanabilir. Bu nedenle olması gerekenden daha katı, daha sabırsız davranabilirler ki bu var olan durumun giderek zorlaşmasına, krizlerin sıklığının ve şiddetinin artmasına neden olabilir.

İnatçılık karşısında ebeveynler çaresizlik (Bu çocukla nasıl baş edeceğim?), endişe (Daha bu yaşta bu kadar öfkeli ve inatçı ise ilerde ne olacak?), yorgunluk (Her gün aynı şeyleri yaşamaktan bıktım.), kızgınlık (Sen artık sabrımı taşırdın, iyi bir cezayı hak ettin.) ve suçluluk (Nerede yanlışlık yapıyorum, yeterince iyi bir anne-baba olamadım.) duygularını hissedebilirler. Tüm bu duygular ise inatçılıkla baş etmeyi olduğundan daha zor bir hale getirir.

Çocuklar anne-babalarını oldukça iyi gözlemlerler. Bu nedenle en iyi yöntem genellikle çocukla iletişimde samimi ve dürüst olmaktır. Kızdığınız halde sakin kalmaya çalışmak, dişlerinizi sinirden sıkarken hiçbir şey olmamış gibi davranmak ya da nasıl davranacağınız hakkında kendinizle veya eşinizle çelişkiye düşmek, inat krizleri ile baş etmeniz size yardımcı olmaz. Çocuklar için ideal ebeveyn hiç sinirlenmeyen, hata yapmayan ebeveyn demek değildir. Tam tersine duygularını uygun şekilde ifade edebilen ebeveynlerin çocuklarının sosyal ve duygusal gelişimleri olumlu yönde olmaktadır.

Anne-babanın öncelikle kendi duygularını anlamaya çalışması çocuğun davranışlarına nasıl tepki vereceğini belirlemede yardımcı olacaktır. İnatlaşan bir çocuğu azarlamak, fiziksel olarak cezalandırmak, güç savaşına girmek hem sorunun çözülmesinde hem de anne-baba- çocuk arasındaki iletişimde olumsuz etkilere neden olacaktır. Her ne kadar çocuğun inadını kırmak, hırçınlığı ile baş etmek kolay olmasa da soğukkanlı kalmayı başarıp o anki duruma uygun çözümler bulmaya çalışmak daha etkili olacaktır. İnatlaşan bir çocukla güç savaşına girmek, inatlaşmayı devam ettirmek, ya da o anda uzun mantıklı açıklamalar ile onu vazgeçirmeye çalışmak genellikle işe yaramayacaktır. Çocuklar kriz anında açıklamaları duymazlar, en etkili çözümler ya sorun ortaya çıkmadan ya da ortalık sakinleştikten bulunurlardır.

Bazı durumlarda anne-baba inatlaşmaya neden olabilecek olayları önceden tahmin edebilirler, böyle zamanlarda öngörülü davranmak, sorun ortaya çıkmadan müdahale etmek daha kolay olabilir. Örneğin, alışveriş sırasında çocuğunuzun mutlaka bir süre sonra "Eve gidelim." diye tutturacağını biliyorsanız, zamanlamayı ona göre planlayabilirsiniz. Böylece başka insanların yanında zor bir durumda kalmaktan kurtulabilirsiniz.

Anne-babalara öneriler

- Çocuğunuzu ciddiye alın. Küçük çocukların inatçı davranışları ya da öfkeleri bazen yetişkinlere eğlenceli gelebilir. Ama onun için o an yaşanan duyguların çok yoğun ve önemli olduğunu unutmayın.
- İnatlaşmaları ile sizi ne kadar bıktırırsa bıktırsın sevginizi geri çekerek onu cezalandırmayın "Böyle davranırsan artık seni sevmeyeceğim."
- İnatçılık bir kişilik özelliği de olabilir, kendinizin nasıl bir model olduğunuza dikkat edin. Eğer siz her zaman benim dediğim olacak, diyen bir ebeveynseniz çocuğunuz bu özelliğini sizden almış olabilir.
- Esneklik sağlayabileceğiniz durumlarda krizler ortaya çıkmadan alternatifleri değerlendirin. Böylece çocuğunuz sadece inat ettiği için bir hak elde ettiğini düşünmeyecektir.
- Küçük yaş döneminde inat ile baş etmenin en etkin yolu genellikle ilgiyi başka yöne çekmektir. Bu anne-babanın yaratıcı çözümler bulması anlamına gelebilir.
- Esnek olmak ya da sakin olmak gerekli olduğu kadar sınırlar ve kurallar belirlemek de gereklidir. Çocuklar sürekli özgür olmak isterler ancak bu onlar için her zaman en iyi olan değildir. Tam aksine çocuklar belli kural ve sınırlara ihtiyaç duyarlar, böylece kendilerini güvende hissederler. Kişiliğinin ve güven duygusunun gelişmesi için çocuğun sınırlara ihtiyacı vardır. Her istediğini yapabileceğini düşünmek ileriki yıllarda büyük hayal kırıklığı ve yetersizlik duygusu yaşamasına neden olacaktır.
- Kurallar ve sınırlar kısa, net bir şekilde açıklanmalı ve tutarlı bir şekilde uygulanmalıdır.
- Değişimleri ya da yeni durumları önceden haber verin. Böylece ona uyum sağlaması için zaman tanımanız olursunuz.
- İnatlaşmaların güç savaşına dönmesine izin vermeyin. Kazanan ve kaybeden durumu yaratmak krizlerin artmasına neden olabilir. Eğer çocuk inatçılığı karşısında anne-babayı pes ettirebildiğini gözlemlerse bu davranışın tekrarlama olasılığı artar. Böylece çocuk sürekli olarak anne-babanın koyduğu sınırları test etmeye, zorlamaya ve yıkmaya çalışmaya başlar. Aksi bir durumda eğer anne-baba genellikle uyguladıkları baskı ile çocuğun

isteklerinden vazgeçtirir ise o zaman da çocuğun bağımsız bir birey olması zorlaşabilir.

- Bazı durumlarda müdahale etmek yerine görmezden gelmek daha yararlı olabilir. Genellikle çocuklar olumsuz da olsa anne-babanın ilgisini çekmek isterler, eğer inatlaşma giderek uzuyor ve uzlaşma sağlanamıyorsa ilginizi başka bir yere vermek sizi rahatlatılabilir. Ancak çocuğunuzun size ihtiyaç duyduğu anda teselli etmek için yanında olacağınızı bilmesi önemli.





ÇOCUKLARDA PAYLAŞIM DUYGUSUNUN GELİŞİMİ

KAYNAK

- Dr. Linda S. Weillburger, "Çocuk ve Disiplin
- Çocuğunuza Davranış Yöntemleri"
Ekinoks Yayınları, İstanbul

Bebeklikten çocukluğa geçen bir çocuk için duygusal gelişim anlamında aşılması gereken bir çok konu vardır. Bebek hareketlilik kazanıp annenin kucağından indiğinde, anneden ayrı bir benlik kurmaya başlar. Yani anneden ayrı bir birey olduğunu kavrar. Artık her konuda anneye bağımlı değildir. Emeklemeye ve yürümeye başlamakla birlikte kendini ve çevreyi daha iyi keşfetme fırsatını yakalar. Kendini keşfederken, kendini ve kendine ait olanları tanımlama ihtiyacı içindedir. "Ben" ve "benim" kelimeleri yavaş yavaş en sık kullandığı kelimeler olmaya başlar. Bu nedenle 2-3 yaş civarındaki çocuklarda ben, benim, bana sözcükleri çok sıklıkla duyulur. Çocuk bunları tam olarak dile getirmese de, bu şekilde davranır. Böyle davranması da son derece sağlıklıdır. Bu dönem çocuklarının en temel bilişsel gelişim özelliği ben-merkezcil düşünmedir. Dünya hakkındaki kısıtlı bilgileri, yeni tanımlamaya başladıkları "ben" çevresinde gelişmektedir. Çocuğun eşyalarını paylaşmayı öğrenmeden önce onlara sahip olmayı öğrenmesi gerekir. Sahip olma duygusu gelişmeden paylaşma duygusu gelişmez.



“Hayır” olacaktır. Bu nedenle anne-babalarının en yaygın şikayetleri çocuklarının paylaşmayı bilmemesidir. Çocuğun paylaşmaya verdiği bu kaygılı ve öfkeli tepki bir yetişkine anlamsız görünebilir, ancak bu tepkinin, çocuğun doğal gelişimsel dönemine ait doğal bir tepki olduğunu hatırlamakta fayda vardır.

Paylaşma empati yeteneği ile çok bağlantılıdır. Bir çocuk için arkadaşının isteklerini yerine getirmekten memnun olma duygusu, onun isteklerini kavrayabilme ancak 5-6 yaşından sonra oluşur. Paylaşma duygusu çocuğun doğuştan getirdiği bir özellik olmadığına göre, çocuk bunu sonradan kazanacaktır. Bunun için de, gerekli gelişimsel olgunluk seviyesine erişmesi önemlidir. Çocuğun paylaşmayı öğrenmesinin yolu, gözlem ve rehberlik olacaktır. Paylaşmayı öğretmek için çocuğu zorlamak, baştan kaybetmektir. Oyuncağı zorla almak, tehdit etmek, ceza vermek gibi yöntemler, çocuğun paylaşmaya olan öfkesini artırır. Bu nedenle, çocuğa paylaşmayı öğretirken ilk adım, kontrolün onda olduğunu çocuğa hissettirmektir: “Şimdi birlikte resim yapacağız. Kalemlerinden hangisini arkadaşına vermek istersin? Mavi olanı mı, kırmızı olanı mı?” Bu ifadeyle çocuk, sahip olduğu nesnelere üzerinde hala kontrolü olduğunu hisseder. Seçim yapma ve karar verme hakkına sahip olmak, paylaşma kavramının olumlu yüzünü gösterir çocuğa.

Çocuklar 4 yaşından itibaren seçici olarak paylaşmaya başlarlar; kendilerine sakladıkları oyuncaklar da vardır, çok güvendikleri arkadaşlarına verecekleri oyuncaklar da. Çoğu anne - baba çocuklarını kardeşleri ya da arkadaşlarıyla eşyalarını paylaşmaları konusunda zorlarlar. Oysa çocuklar kendilerine ait nesnelere ancak 4-6 yaş arasında paylaşabilirler. Bu yaşlardan önce çocuklardan bu olgunluğu beklemek gerçekçi olmaz.

Çocukların bir şeyin sahibi oldukları hissini yaşamaları çok önemlidir. Çocuklar önce sahiplenme hissini daha sonra paylaşma hissini yaşamalıdır. Küçük yaşlarda, çocuk eşyasını verdiğinde geri alabileceğini bilemez ve eşyasının tümüyle gittiğini düşünür. Ayrıca sahip olma duygusu çocuğun benlik değerini arttıran bir duygudur. Eşyalarını vermeye zorlanan çocuk kendi ihtiyaç ve isteklerinin önemsiz olduğunu düşünür ve kendine verdiği değer giderek azalır.

Bu nedenlerle, 2-3 yaş arasındaki çocuklar tümüyle benmerkezci düşünürler. Bu dönemde dünya onların etrafında dönüyordu ve sadece kendi istek ihtiyaçları önemlidir. Kendi isteklerini bilirler, ancak karşısındaki kişinin de ihtiyaçları olabileceğini düşünenecek zihinsel olgunlukta değillerdir. Kendisi bir oyuncak istediğinde, bu onlar için dünyanın en anlaşılabilir şeyidir, ancak yaşlılarının istekleri çok anlaşılmazdır. Oyuncak bebeğini oyun arkadaşıyla paylaşması söylendiğinde çocuk, bebeğini verdiğinde geri alınamayacağını bile bilmemektedir. Bebeğini geri alamama endişesi yani sahiplik duygusunu yitirme tehlikesiyle karşı karşıyadır. Doğal olarak tepkisi

Çocuğun işi oyundur. Kendisini oyuna kaptırmış bir çocuğun sürekli bölünmesi onda öfke duygusu yaratır. Sürekli bölünen çocuk, hiç bir işe uzun süre dikkatini vermeyi öğrenemez. Yaşından önce eşyalarını paylaşmaya zorlanan çocuklar da dikkat süresi de kısaltmaya başlar, dikkat sorunları yaşayabilir, çünkü her an yaptığı işin bölünmesini beklemeye başlar.

Çocukları 5-6 yaşından önce kesinlikle paylaşma konusunda zorlamamak gerekir.

Çevredeki yetişkinleri paylaşım örnekleri sergilerken görmek de çocuk için önemlidir. Böylece çocuk, sahip olunan bir şey başkasına verildiğinde geri alınabildiğini, istediği zaman geri almaya hakkı olduğunu ve paylaşım sayesinde karşılıklı bir güven ve işbirliği kurulabildiğini görecektir. Çocukla oynanacak alma-verme temalı bir oyun, yetişkin-çocuk arasında güvenilir bir ortamda paylaşmayı öğretmek için idealdir. İstenen oyuncuğa verdiği zaman takdir, gülümseme, tebrik gibi olumlu pekiştireçlerle karşılaşan çocuk, hem davranışı ile ilgili geri bildirim almış olacak, hem de kendisine ait olan oyuncuğun paylaşma sonrasında geri döndüğünü, onu kaybetmemiş olduğunu görecektir ve paylaşma kavramının anlamını uygulamalı olarak görmüş olacaktır.

Paylaşma kavramı çocuğa öğretilirken, nasıl ve ne zaman paylaşması gerektiğini öğretmek de önemlidir. Kendisi için çok özel bir oyuncuğu paylaşmak zorunda değildir. Yetişkin olarak hepimizin, başkalarıyla paylaşmak istemediğimiz, bizim için özel olan eşyalarımız vardır. Çocuklar için de durum aynıdır. Bu yüzden bu durum



çocuğa anlatılabilir ve paylaşmayı kabul ettiği oyuncaklarla, paylaşmak istemediği oyuncaklar ayrı kutulara yerleştirilebilir. Eve misafir geldiğinde veya oyun parkına giderken, diğer çocuklarla yaşanacak sorunu baştan önlemek için çocuk, paylaşmayı kabul ettiği kutudan oyuncaklar seçebilir.

Paylaşım konusu bazen kardeşler arasındaki çatışmaların zeminini oluşturabilir. Küçük kardeşi ağlıyor diye elindeki oyuncuğu vermek zorunda kalan çocuk, kendi haklarına kimsenin saygı duymadığı görecektir. Bu da kardeşe ve anne-babaya karşı öfkeye neden olabilir. Oyun, çocuklar için eğlenceden öte anlamlar taşır. Bu nedenle, oynarken sürekli bölünen, oyuncuğunu kardeşine vermek zorunda kalan çocuk, devamlı hayal kırıklığı ve öfke yaşayacak, yaptığı şeyin kimse tarafından önemsenmediğini, başkalarının duygularının hep, kendisininkinden daha önemli olduğunu hissedecektir. Ayrıca, sürekli bölünme beklentisi içine girip, bir işle derinlemesine meşgul olmanın, yoğun dikkat göstermenin gereksiz olduğunu da hissedip, kısa süreli ve sonuçsuz faaliyetlere yönelebilir. Tüm bunlardan sonra, başarı ve haz duygusunu alamadığı için çocuğun özgüveni ve benlik duygusu sürekli zedelenecektir.

Paylaşmanın farklı türleri vardır: oyuncuğunu oynaması için başka bir çocuğa vermek, kurabiyelerinden bir kısmını arkadaşlarına vermek veya bir çocuğu oyuna davet etmek gibi. Eğer çocuk henüz oyuncuğunu vermek konusunda hazır değilse, diğer paylaşım yollarını öğretmekle işe başlanabilir. Paylaşmayı öğrenmede çocuğa en çok yardımcı olanlar yine çocuklar olacaktır. Çocuk sosyalleşmeye başladıkça paylaşmanın, işbirliği kurmakta ve arkadaş edinmekteki önemini öğrenmeye başlar. Paylaşan çocuklar yaşlıları arasında tercih edilirken, paylaşmayanlar genellikle dışlanır ve yalnız kalır. Sosyalleşmeyle birlikte çocuklar, bu tür gözlemleri ve geri bildirimleri, kendi davranışlarını düzenlemede kullanabilir hale gelirler. Böylece normal gelişimsel bir dönem kriz haline gelmeden yaşanmış olunur. Çocuklar genellikle 5-6 yaşlarında paylaşmayı ve grup içinde işbirliği kurarak oynamayı öğrenmiş olurlar. İlkokul çağında hala paylaşmayı bilmeyen çocuk için, bir uzmana danışmakta fayda vardır.

ÇOCUKLARDA ÖFKE VE SALDIRGANLIK

KAYNAK

- Aydın, B. (2013). Çocuk ve Ergen Psikolojisi. Ankara: NOBEL Akademik Yayıncılık.
- Gültekin, F. (2008), Saldırganlık ve Öfkeyi Azaltma Programının İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Doktora Tezi (Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Çocuklarda saldırganlık gelişim psikologlarının üzerinde durdukları önemli bir konudur. Geleceğin yetişkinleri olacak çocukların kendi duygusalıklarını ve öfkelerini dengeleyebilmeleri toplumun sağlığı açısından kritik önem taşımaktadır. Saldırganlığa ilişkin birçok tanımlama mevcuttur. Kimileri saldırganlığı itme, vurma gibi fiziksel özellikler ile açıklarken, kimileri tehditkâr konuşma, sözlü aşağılama gibi özellikleri de ekleyerek açıklamaktadır. Bazıları kendi türüne zarar vermeyi saldırganlık olarak tanımlarken, bazıları canlı ya da cansız varlıklara zarar verme niyetiyle yapılan davranışları bu kapsamda değerlendirmektedir. Saldırganlık sözel ya da fiziksel olarak bir kişiye zarar verme, incitme ve yaralama olarak da tanımlanabilir. Saldırganlık kasıtlı yapılan bir davranıştır. Örneğin bir çocuğun kardeşiyle anlaşamayıp öfkesine yenilerek ona vurması saldırganlık olarak nitelendirilebilirken oyun oynarken ani bir hareket sonucu kardeşini ya da arkadaşını düşürmesi saldırganlık değildir.



Çocuklarda görülen saldırganlık duygusal ve fiziksel bir engellenme durumunda kontrol edilmesi ve bastırılması mümkün olmayan bir davranıştır. Oyuncaklarıyla oynayan çocuklar incelendiğinde oyuncağın elinden alınmış olması çocukta ani bir öfke, ağlama gibi saldırganlık tepkilerine sebep olmaktadır. Çocuk büyüdükçe öfkesini sözlü ifadelerle yansıtır. Oyun ortamında yapılan gözlemler ve incelemeler çocukta görülen fiziki saldırganlık tepkilerinin giderek azaldığını, 2 ile 5 yaşları arasında sözel saldırganlığında bir artmanın söz konusu olduğunu bildirmektedir. Çocuk üzerinde gerçekleştirilen izleme çalışmalarında saldırganlığın 2 yaş civarında en üst noktada olduğu, 5 yaşına kadar bu davranışın giderek azaldığı tespit edilmiştir.

Yaşın ilerlemesi ile saldırganlığın ifade ediliş biçimi de değişmektedir. Daha büyük çocuklarda birini incitme veya bir nesneye zarar verme, tahrip etme şeklinde gözlenebilmektedir. Yapılan inceleme ve araştırmalar erkek çocuklarının öfkeyi doğrudan ifade ettiğini, kızlarınsa dolaylı yoldan ifade ettiklerini göstermiştir. Bu duruma kültürel yapının ve toplumsal cinsiyet rollerinin sebebiyet verdiği düşünülmektedir.

Düşmanlık, rahatsızlık ve öfke, saldırganlığın yaygın ifade ediliş biçimleridir. Tıpkı öfkede olduğu gibi, saldırganlığın temelinde de birçok duygu yer almaktadır. Acı, can sıkıntısı, endişe, kaygı, baskı, korku, öfke, köpürme, düşmanlık, kin, nefret vb. duygular da saldırganlığın ortaya çıkmasında tetikleyici olabilmektedir.

Çocukluk ve ilk ergenlik çocuğun öfke ve saldırganlık davranışının olduğu kritik dönemlerdir. Bu süreçte çocuğa istendik davranışlar kazandırmak oldukça önemlidir. Çocukların bilişsel yapıları, saldırgan davranışın gelişiminde ve bu davranışın süreklilik kazanmasında önemli rol oynamaktadır. Erken yaşlarda başlayan ve devam eden saldırgan davranışlar, sonrasında daha ciddi sorunlara neden olabilmektedir. Bor'a (2004) göre ergenlerde öfkenin kontrol edilmesi, gelecekte antisosyal davranışların gelişmesini engellemek açısından büyük önem taşımaktadır çünkü öfke ve saldırgan davranışlar, sonrasında suç olarak nitelendirilen davranışlara da dönüşebilmektedir.

Saldırganlık davranışına neden olan pek çok etmen vardır. Engellenmeye karşı düşük tolerans, kişilik özellikleri, biyolojik faktörler (perinatal problemler, baş yaralan-

maları, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu gibi çocukluk bozuklukları), öğrenme bozuklukları, anne baba tutumları, aşağılanma, şiddete maruz kalma, saldırganlığı gözlemlenme, düşük öz saygı, bireysel farklılıklar, duygusal boşalım, kıskırtma ve fiziksel çevre bu etmenler arasında sayılabilmektedir.

Saldırganlık, aynı zamanda bebeklikten, bebeklik dönemindeki akran ve ebeveyn ilişkilerinden, duygusalı gibi kişisel özelliklerden de kaynaklanabilmektedir. Ebeveyn çocuk yetiştirme biçimi saldırganlığın gelişmesinde önemli bir etkiye sahiptir. Çocuğa karşı güç ve fiziksel ceza kullanmanın saldırganlıkla yakından ilişkili olduğu bildirilmektedir. Fiziksel şiddet saldırganlığı tahrik edici bir eğitim tarzıdır. Çocuğu engeller ve ebeveyn bizzat kendisi saldırgan modeli olur. Çocukların saldırgan modelleri izlemeleri ve bu modellerin çocuğun davranışlarına yansımaları çeşitli deneysel araştırmalarla desteklenmiştir.

Anne şefkatinden yoksun büyüyen çocukların da saldırganlığa yatkın olduğu değerlendirilmiştir. Soğuk itici tutumlarla çocuk yetiştirme saldırganlığı geliştirmektedir. Çocuktaki saldırganlık da ebeveynde itici tepkilerin oluşmasına sebep olabileceği, bu durumun da saldırganlığı daha çok besleyeceğini bildirmiştir.

Saldırganlığı tetikleyen bir diğer faktör de kitle iletişim araçlarıdır. Bilim insanları çocukların medyadaki şiddet içeren bazı karakterler ile özdeşleşim kurduklarını, şiddeti, saldırganlığı meşru bir sorun çözme yolu olarak gördüklerini ileri sürmüşlerdir.

Çocukların olumlu davranış özelliklerini kazandığı ve geliştirdiği bir ortam olarak değerlendirilen aile ortamı, zaman zaman olumsuz bazı yaşantıların ortaya çıktığı bir yere dönüşebilmektedir. Aile içinde ortaya çıkan öfke ve saldırganlığın etkileri, tüm aile bireyleri üzerinde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır; özellikle çocuklar bu etkiye daha açıktır. Aile içinde şiddete tanık olan çocuğun şiddet davranışını sergileme olasılığı şiddete maruz kalan çocuktan çok daha fazladır.

Pek çok farklı kaynağı olan saldırganlık davranışı çocuğun eğitim öğretim hayatını da etkilemektedir. Saldırgan davranışlar çocukta akademik ve sosyal başarısızlığa neden olabilmektedir. Kontrol edilemeyen saldırgan davranışlar, çocuğun dikkatini yoğunlaştıramamasına, görevlerini yerine getirememesine, ödevlerini tamamlayamamasına sebebiyet vermektedir.

Okuldaki saldırgan davranışlar çoğunlukla ciddi anti-sosyal davranışların habercisi olabilmektedir.

Düşük akademik başarı, öğrencinin olumsuz benlik algısını, dolayısıyla olumsuz davranışlarını desteklemekte, bu da yine düşük akademik başarıya neden olmaktadır.

Çocuklar öfke ve saldırganlığa her an her yerde şahit olabilmektedirler. Çocuklar bazı zamanlar da kendi öfkelerini yaşayıp saldırgan tepkiler verirken, bazı zamanlarda başka kişilerin öfke ve saldırganlıklarına seyirci olmaktadır. Saldırganlık çocuk tarafından her ne kadar koruyucu bir zırh olarak algılsa da buna maruz kalan kişi için olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir. Öfkesini kontrol edemeyen çocukların birbirleriyle etkili iletişim kuramadıkları, birbirlerini anlamadıkları, kendi isteklerini yaptırabilmek veya engellenme durumuyla mücadele edebilmek amacıyla saldırgan tutumlar sergilediklerini saptanmıştır.

Öfkenin uygun bir şekilde ifade edilememesi, kontrol edilememesi veya bastırılması sağlıklı bir baş etme yolu değildir. Bastırılan öfke ciddi işlevsel bozukluklara neden olabilmektedir. Özellikle ergenlik dönemindeki çocuklar için büyük yıkımlara sebep olmakta kişilik gelişimini olumsuz etkilemektedir.

Özetle, saldırganlık bir başkasına zarar vermeye yönelik yıkıcı bir davranış biçimidir. Genellikle saldırganlığa öfke, kin, nefret gibi duygular eşlik etmekle birlikte, saldırganlık bu duygular olmaksızın da ortaya çıkabilen bir davranıştır. Çocuklardaki saldırganlık sorunu, çok yönlü araştırılması gereken bir konudur. Çocukları saldırgan yapan nedenler çocuğun mizacı, yanlış öğrenmesi olabileceği gibi aile içerisindeki psikolojik dinamikler ve annenin, babanın çocuğa karşı farkında olmadan geliştirdiği değerler ve yargılarla da ilişkili bir konudur.

Aileye Öneriler

- Saldırgan davranışın altında yatan duygunun öfke olduğunu hatırlayın ve bunun diğer duygularımız kadar doğal ve evrensel olduğunun bilincinde olun. Öfke duygusuna neden olan konu ile ilgili onunla konuşun. Kendisini ifade etmesine izin verin. Onu anladığınızı hissettirin.
- Çocuğunuzun yaşadığı öfkeyi doğru ifade edebilmesi konusunda ona yardımcı olun. Kendine ve etrafına zarar vermemesi için ben dili kullanın ve onu anlamak,

dinlemek istediğinizi söyleyin. Sakin olmaya çalışın ve suçlayıcı bir yaklaşım sergilemeyin.

- Sakinleşmesi için ona zaman tanıyın, onun üzerine gitmeyin.
- Çocuğunuza doğru model olmaya çalışın. Çocuğunuzun yanında saldırgan tutumlar içine girmekten kaçının.
- Öfkenin ifade edilmesine izin verin. Ağlama davranışı varken onu susturmaya çalışmayın duygusal boşalımı sağlmasına izin verin.
- Öfkenin kötü bir duygu olmadığını belirtin. Öfkeyi ifade ederken başkalarına ve etrafına zarar vermemesi gerektiğini ona hatırlatın.
- Tutarlı olmaya özen gösterin.
- Yaşadığı öfkenin nedenini anlaması için ona zaman tanıyın, istediği şeyin ne olduğunu bulması konusunda ona yardımcı olun.
- Öfkelenmenin tek başına istenilen şeye ulaşmada etkili olmayacağını, alternatif yollar üretmesi gerektiğini ona hatırlatın.
- Saldırgan davranışlara çok fazla tolerans göstermeyin. Çocuğun istekleri bu tip davranışlar yapınca yerine getiriliyorsa, çocuk isteklerini yaptırmada bunu araç olarak görmeye başlar. Bu yolla isteklerini yerine getirmesine izin vermeyin. Saldırgan davranışları ödüllendirmeyin ve bunun istenmedik bir davranış olduğunu ona hatırlatın.
- Çocuğunuza sosyal olgunluğuna uygun çeşitli sorumluluklar verin, başarabileceği kadarıyla birçok şeyi başlatıp, bitirmesini sağlayın. Çocuğunuza başarıya duygusunu yaşatın.
- Çocuğunuza bu davranışın dezavantajlarını gösterin. Saldırgan davranışlar ile isteklerini elde edemeyeceğini, istediği şeyleri kaybettiğini ona gösterin.
- Olumlu davranışı pekiştirin. Anne baba ve diğer yetişkinler olarak çocuğun olumlu davranışını görüp, olumsuz davranış görmemezlikten gelin. Çocuğunuz bu davranış yapmadığında onu sözel olarak ödüllendirin.
- Çocuğunuzun dışarıda oynamasına izin verin, bu çocuğun gerilimini azaltacaktır ve enerjisini boşaltma imkânı sağlayacaktır.
- Her yaş ve dönemde çocuğun temel ihtiyaçları zamanında, yerinde karşılayın.

AREL OYUN GRUBU



AREL Anaokulu Oyun Gruplarına katılın. Çocuğunuzdaki Gelişimin Farkına Varın!

Anne ve babaların çocuklarıyla beraber katılabilecekleri **AREL Oyun Grupları** çocuklara eğlenceli, güvenli ve eğitici bir ortam sunar. Anaokulumuzda çocuklar aylık gelişimlerine uygun olarak 2 ayrı seviyede gruplandırılır. Çocuklar, oyun gruplarında bir yandan sosyalleşmeyi ve

paylaşmayı öğrenirken; bir yandan da fiziksel, duygusal ve zihinsel gelişimlerini destekleyici aktivitelerin yer aldığı sağlıklı ve güvenli bir oyun ortamında bulunurlar. Çocuklar cesaretle, deneyerek keşfederken ve öğrenirken **AREL** ailesi olarak sizi de aramızda görmekten mutluluk duyacağız.

22-36 ay arası çocuklar için OYUN GRUPLARIMIZ açılmıştır.

Sizi ve çocuğünüzü **ücretsiz deneme dersine** davet ediyoruz.

www.arel.k12.tr

Merkez Mahallesi, Selahattin Pınar Sokak, No:3, 34197 Yenibosna - Bahçelievler / İstanbul

Tel: (0212) 550 49 30 (pbx) - 630 35 05 (4 hat) **Faks:** (0212) 550 77 82 **E-posta:** arel@arel.k12.tr

