

UYUM VE DAVRANIŞ PROBLEMLERİ

Sevgili Anne ve Baba:

Çocukların her yeni gelişim dönemine geçtiklerinde bazı *sorunlar yaşaması normaldir*. Ancak çocuk bu dönemlerde yanlış tutum ve davranışlar görürse veya sorunlarını çözerken engellemelerle karşılaşarsa, dönemsel (olağan) diye nitelenen bu sorunlar çözülemez. Bu çözüm yeni gelişim dönemlerine ve çocuğun ileriki yaşlarına ertelenir. Bu durumlarda ortaya çıkan sorunlar uyum ve davranış problemleri olarak adlandırabiliriz.

- Çocuğumuz, yaşitlarıyla oyun oynaması gereken bir yaşta, sürekli onu yalnız bıraktıysak, ileride içine kapanık bir çocuk olabilir.
- Çocuğumuz üstünü giyebilecek yaşa geldiği halde, biz hala onu giydirmeye devam ediyorsak, çocuğumuzun bunu öğrenmesi gecikecek ve kendi başına giyinmesi güçleşecektir.

Uyum ve Davranış Problemlerine Nelerin Yol Açtığını Bilmeliyiz:

- Baskıcı, aşırı disiplinli, aşırı koruyucu, alaycı, aşağılayıcı veya ihmalkar aile tutumlarımız,
- Evimizdeki kavga ve huzursuzluklarımız,
- Aile içi şiddet gibi aile içi sorunlarımız,
- Ölüm, boşanma, anne-babadan uzak kalma gibi kayıp ve ayrılıkları,
- Okul, öğretmen değişikliği veya yangın, deprem vb. gibi yaşanan olaylar da uyum ve davranış problemlerine yol açabilir.

Çocuklarımızda uyum ve davranış problemleri olarak görebileceğimiz davranışların neler olduğunu bilmeliyiz:

- | | | | |
|----------------------|-----------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| -Altını ıslatma, | -Dışkı kaçırma, | -Psikolojik kökenli kekemelik, | -Parmak emme, |
| -Tırnak yeme, | -Fobiler ve korkular, | -Yeme problemleri ve iştahsızlık, | -Uyku problemleri |
| -Mastürbasyon | -İçe kapanıklık, | -Çalma, | -Yalan söyleme, |
| -Aşırı hareketlilik, | -Saldırganlık, | -Saç yolma,-Uyurgezerlik, | -Bağımlılık,-Aşırı inatçılık, |

Problemi çocuğumuzda görürsek ne yapmalıyız:

1. İlk başta sakin olalım.
2. Her problemin bir çözümü olduğunu bilelim.
3. Bu Davranışın geçici olup olmadığına, gelişim dönemine özgü olup olmadığına, hangi zamanlarda görüldüğüne, gördüğünüz olumsuz davranışa eşlik eden başkibir davranış olup olmadığına bakalım.
4. Bu Davranışın ne kadar yoğun olduğunu görelim.
5. Bu Davranışın hangi durumlarda, nerden kaynaklandığını anlamaya çalışalım.
6. Bu Davranışın karşısında alacağımız uygun tavrı belirleyelim.
7. Bu Davranış için çocuğumuzu başka çocuklarla kıyaslamayalım.
8. Dönemsel görülen davranışların normal olduğunu unutmayalım.

Yaptığımız tüm gözlemlerden sonra, özellikle yoğunluğu yüksek ve zor davranış problemlerinde bir uzmana başvurmak gereklidir. Böyle durumlarla karşılaştığınızda okul psikolojik danışmanı olarak size gereken yardımı sunmaya hazırız. Telefon numaramız üzerinden veya whatsapp üzerinden bir mesaj bırakarak bize ulaşabilirsiniz.

UNUTMAYINIZ Kİ!

Davranış problemlerine yol açan nedenleri öğrenip ortadan kaldırdığımız da olumsuz davranışlar kendiliğinden düzelecektir.

Okul Psikolojik Danışmanı
Sebiha SÖNMEZ