



# ÇOCUKLARDA UYUM VE DAVRANIŞ PROBLEMLERİ



## OKUL KORKUSU

Çocuklar anaokuluna, ilkokula başladığında ya da okulun herhangi bir döneminde okul korkusu ortaya çıkabilir. Ağlama, hırçınlaşma gibi davranışlar, mide bulantısı, baş ağrısı, karın ağrısı gibi bedensel şikayetler görülür.

### Nedenleri:

1. Başarısızlık korkusu, sınıfta takdir görememe korkusu ,
  2. Aşırı korunmadan dolayı, anne veya babaya aşırı bağımlılık ,
  3. Ayrılık kaygısı (bu durum uzman tedavisi gerektirir) ,
  4. Taşınma, anne-baba kaybı dolayısıyla ortaya çıkan radikal değişiklikler Okul korkusu çocuğun öğrenme ortamından, sosyal yaşantıdan uzak kalmasına neden olduğundan sosyal ve akademik gelişimi olumsuz etkiler.
- Ayrıca, kronikleşirse başka

problemlere de yol açabilir. Bu nedenle, çocuğun okul korkusunun nedeni en kısa sürede anlaşılacak gerekli müdahalelerin yapılması gereklidir. Bu konuda okul rehberliğinden, sorun daha da büyükse ruh sağlığı uzmanından yardım alınabilir.

### Öneriler:

1. Çocuğun korkuları yok sayılmamalı, önemsenmeli ve alay edilmemelidir.
2. Korkunun nedenleri araştırılarak, gerekli önlemler alınmalıdır.
3. Çocuğa korkularını yenmesi için zaman tanımalı ve sabırlı davranılmalıdır.
4. Çocuk ile uygun zamanda korkuları hakkında konuşulmalıdır.
5. Çocuklara korku içerikli filmler izletilmemelidir.
6. Çocuk alışım diye birden korktuğu nesneye ya da olaya

maruz bırakılmamalı, yavaş yavaş alıştırılmalıdır.



### İçerik:

|                 |   |
|-----------------|---|
| Okul Korkusu    | 1 |
| Parmak Emme     | 1 |
| Tırnak Yeme     | 2 |
| Yalan Söyleme   | 2 |
| Çalma-Hırsızlık | 2 |

## PARMAK EMME

Bebeklerin çoğu parmaklarını emerler. Bu davranışın 3-4 yaşlarına kadar sürmesi normal kabul edilir.

En geç 5-6 yaşlarında ortadan kalkmayan parmak emme davranışının altında psikolojik bir gerginlik olduğu düşünülmelidir.

Örneğin; yeni bir kardeşin doğumu çocukta bu tür bir alışkanlığın başlamasına neden olabilir.

Emekleyen, parmak emip tırnak yemeye başlayan çocuk, bu tür bebekleşme hareketleriyle kaybettiği ilgiyi kazanma savaşına girer.

### Ebeveynlerin Yapması Gerekenler

-Olayı telaşa kapılmadan sabırla karşılayın

-Bu davranışla sürekli ilgilenmekten kaçınmın.





-Parmağını emdiği için, aile içinde, dikkatleri çocuğun üzerinde toplamayın. Bu onu telaşa ve gerginliğe sokar.

-Parmağını emen çocuğu sürekli eleştirmeyin.

-Tenkit, azarlama, dayak ve parmağa acı sürmekten kaçının.

## TIRNAK YEME

Çocuklarda tırnak yeme alışkanlığı 3-4 yaşlarından önce başlamaz. Ergenlik dönemine doğru çocukların çoğunda görülür. Tırnağını yiyen çocukların çoğunun ailesinde de tırnak yiyen yetişkinler bulunmaktadır. Bu nedenle, tırnak yemenin taklit yoluyla öğrenilen bir alışkanlık olduğu söylenebilir. Tırnak yeme alışkanlığının nedenleri; üzüntü, gerilim, sıkıntı, kaygı, öfke, korku değersizlik, aile içi iletişim sorunları bulunur. Tırnak yeme bir güvensizlik belirtisi olarak da kabul edilir. Aile içinde aşırı baskıcı ve otoriter bir eğitimin uygulanması ve çocuğun sürekli azarlanarak eleştirilmesi, kıskançlık, yeterli ilgiyi ve sevgiyi görememe tırnak yeme davranışına sebep olabilir. Anne baba geçimsizlikleri, anne babanın aşırı kaygılı olması, çocuklar arasında ayrım yapılması da tırnak yeme davranışına sebep olabilir. Anne babalar bu davranışın kendiliğinden ortadan kalkmasını beklerler. Ancak bu gerçekleşmez, davranışın altında yatan sebep ortadan kaldırılmalıdır.

### Cözüm Önerileri:

-Çocuğunuzu korku, kaygı yaratacak durumlardan mümkün olduğunda uzak tutun.

-Çocuğun ilgisini ellerinden başka bir yöne çekin, ellerini meşgul edecek işler verin.

-Çocuğunuzu destekleyin, özgüven duygusunu kazanmasına yardımcı olun.

-Tırnak yemenin kendisini ne kadar çirkin gösterdiğini, gururunu okşayarak ona anlatın.



## YALAN SÖYLEME

Çocuklar okul öncesi (3-5 yaş arası) dönemde gerçek dışı simgelerle gerçek simgeleri birbirinden ayıracak zihinsel olgunluğa ulaşmamışlardır. Bu nedenle anlatıkları gerçek dışı şeyler yalan olarak değerlendirilmemelidir. Bazen rüyalarını ya da hayallerini gerçekmiş gibi anlatabilirler. Dikkat çekmek için uydurdukları hikayeler de yalandan uzaktır. Arkadaşlarının ya da aile bireylerinden birinin yalan söylediğini ve bunun sonucunda avantaj elde ettiğini gören çocuk yalana başvurabilir.

### Tüm bunların yanı sıra çocuklar şu nedenlerle de yalana başvurabilirler:

-Cezadan kaçmak için,

-Kardeşiyle veya başka çocuklarla kıyaslanıyorsa,

- Kaygılandıkları durumdan kaçmak için,

- Sık sık eleştiriliyorsa,

- Mükemmelliğe zorlanıyorsa,

### Alınabilecek Önlemler:

-Çocuğunuza doğruyu söyleme konusunda örnek olun.

-Yalan söylediğinde aşırı tepki göstermeyin. Aksi takdirde öfkenizden korktuğu için yalan söylemeye devam edebilir.

- Çocuğunuz konusunda gerçekçi beklentileriniz olsun.

-Yalan söylediğinde sen dili yerine ben dilini kullanarak iletişim kurun, yaptığı davranışın yanlışlığını vurgulayın.

-Doğru söyleyip söylemediğini ona fark ettirmeden kontrol edin. Örneğin: "Ödevin bitti mi?" değil de "Ödevini güzel yaptın mı? Kontrol edelim birlikte!" diye söylenebilir, böylece kontrol edileceği için ödevini düzgün yapacaktır.



## ÇALMA-HIRSIZLIK

Çocuklarda görülen çalma davranışının en büyük nedeni, ailenin çocuğun mülkiyet haklarıyla ilgili gerekli eğitimi verememiş olmasıdır. Çocuktan doğuştan mülkiyet bilinci yoktur. Hoşuna giden her şeyi almak isteyebilir. Bu durum beş yaşına kadar sorun oluşturmayabilir.

### Cocuklar neden çalma davranışları sergilerler?

-Çocuğa yeteri kadar harçlık verilmemesi, ihtiyaçlarının karşılanamaması,

-Sevilmeyen çocuğun ilgi çekmek istemesi,

-Yetişkinlerin koyduğu kurallara karşı koyma isteği,

-Anne-babayı cezalandırma isteği,

### Nasıl Önlenebilir?

-Çocuğa mülkiyet ve dürüstlük kavramları öğretilmelidir.

-Aile bireyleri arasında da bu hak korunmalıdır.

-Çocuğa ihtiyaçlarını karşılayacak harçlık verilmelidir.

- Çocuğun kendisine ait birkaç eşyası olmalı, anne baba da onları alırken izin istemelidir.

