

BATMAN
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA
MERKEZİ



ÇOCUKLARDA
DAVRANIŞ YÖNETİMİ



HAZIRLAYAN: ENES ERDOĞDU
DÜZENLEYEN: ŞÜKRÜ YILDIRIM



ÇOCUKLARDA DAVRANIŞ YÖNETİMİ

Değerli veliler ve öğretmenler. Eğitimlerinde ve yaşamlarında ön planda olduğumuz çocuklarımıza yaşamsal becerileri ve uygun davranışları kazandırmaya çalışırken zaman zaman zorluklarla karşılaşabiliyoruz. Onlara iyiyi, güzeli, doğruyu öğretirken bir yandan da davranışlarını bu istediğimiz ilkeler doğrultusunda değiştirmeleri ve işlevsel birer birey olmaları için uygun davranışlar öğretmeye çalışıyoruz. Özellikle içinde bulunduğumuz bu olağanüstü günlerde çocuklarımızla daha çok başbaşa kaldık ve davranışlarının birincil odağı haline geldik. Bu yüzden bu yazımızda davranış yönetimi konusuna değinmek istedik.

Çocuklarımız büyürken ve gelişimlerini tamamlarken olumlu davranışlar kazandıkları gibi yeni davranışları denerken olumsuz davranışları da deneyebiliyorlar. Olumsuz davranış olarak ifade ettiğimiz davranışlar neler olabilir? Erken çocukluk döneminde problem davranışlar uyku, temizlik-tuvalet ve yemek alışkanlıklarında gözlenebilmektedir. Bunun yanında şımarıklık, söz dinlememe, savurganlık, küfretme, yalan söyleme, inatçılık, kıskançlık, saldırganlık, utangaçlık gibi davranışlar da problem olarak görülebilmektedir. Davranış sorunlarıyla başa çıkmada; görmezden gelme, ödülü geri çekme, alternatif sunma, sözle uyarıda bulunma, tartışmaktan kaçınma yöntemlerinin uygun şekilde uygulanması etkili olabilir. Davranış sorunlarıyla baş etmek, yetiştikten çok çocuğun yararına olacaktır. Bu durum çocuğa daha çok arkadaş edinme, daha fazla beceri kazanma ve olumlu davranış sergilemekten hoşlanma fırsatı sağlayabilecektir.

İstendik davranış geliştirme sürecinde bazı anahtar ilkeler bulunmaktadır. Çocuğa açık ve net olunması, görmezden gelme, çocuğun anlayabileceği kolay bir dil kullanımı, yönergenin olumlu bir şekilde ifade edilmesi, çocuğun düzeyine uygun en çok bir veya iki basaklı görev içeren yönergeler verilmesi, bir yönergenin iki kereden fazla verilmemesi, gerçekten önemli olan yönergelerin verilmesi, çocuklar yönergeye uyduğunda olumlu dönütler verilmesi, çocuğa gerektiğinde yardım edilmesi, çocuğun yönergeyi uygulaması için kararlı olunması yönerge vermede önemli olan kritik durumlardan bazılarıdır.



Davranışların kazanımında çocuklarımız tetikleyen en önemli şey bu davranışları çevreden görerek modelliyor olmaları. Bir çocuk kendisine söylenen ve sözle ifade edilen yönergelerden çok gördüğü şeyleri taklit ederek bunları yapmaya eğilimlidir. Bu yüzden çocuklarımızın kazandığı davranışlarda ilk kaynak bizim davranışlarımız çocuklarımızın görebileceği ortamlarda sözü edilen olumsuz davranışlara benzer davranışlar gösteriyorsak bunları yapmaları neredeyse kaçınılmaz oluyor. Bu yüzden özellikle uygun olmayan sözcük kullanımı ve duyguların ifade edilme şekli büyük bir olasılıkla rol model aldığı bir kişi veya objeden kaynaklanıyordur. Bu yüzden öncelikle kendi davranışlarımızı gözden geçirmeliyiz.

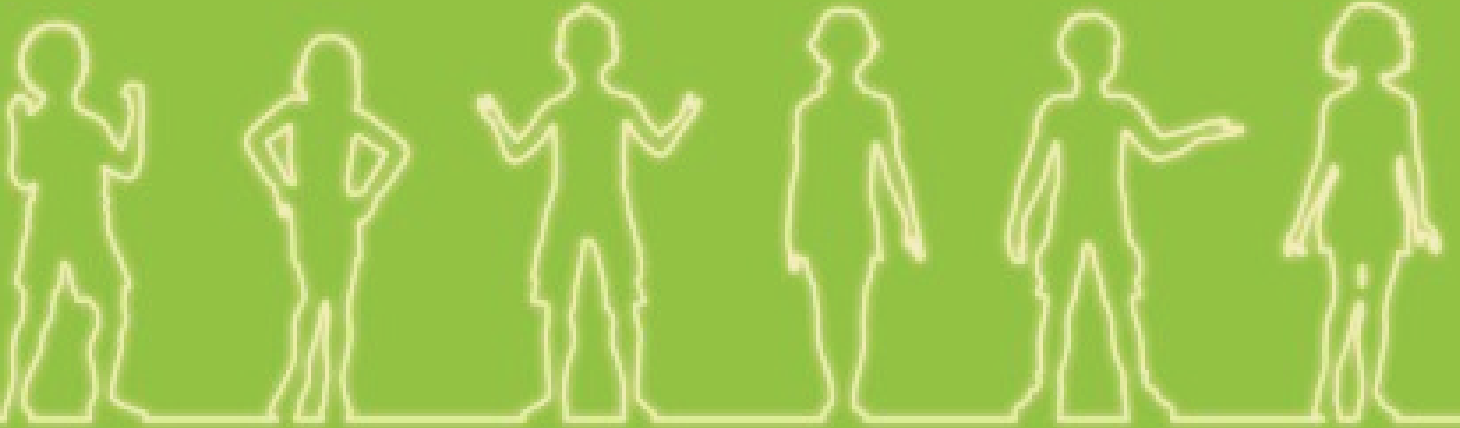
Çocuk için olumsuz davranışlara her zaman aynı tutarlılıkla karşılık vermek ve bu davranışlar karşısındaki tavrımızı sık sık değiştirmemek etkili olacaktır. Çünkü çocuklar davranışlarımızı sık değiştirdiğimizde bir iç tutarsızlığa düşerler. Olumsuz davranışlarını bazen cezalandırır bazen tepkisiz kalırsak bu davranışları aralıklı da olsa yapmaya devam edecektir. Tutarlılıkla ilgili dikkat edilmesi gereken bir diğer konu ise kurallar ve davranışlar konusunda hem anne-baba hem de öğretmen veya çocuğun çokça vakit geçirdiği büyükanne-büyükbaba gibi diğer bakımverenlerle de işbirlikli olmaları ve aynı kurallar bütününde tutarlı olmaları gerektiğidir. Bir ortamda konulan kurallar diğerinde bozuluyorsa çocuklar istenmedik davranışlarını ortamlara göre değiştirecektir.


Çocuklarda bir davranışın kazandırılmasını istiyorsak öncelikle çocuğumuza bu davranışı neden yapması ya da yapmaması gerektiğini ayrıntılı, açık ve anlaşılır biçimde açıklamalıyız. Çocuklar da yetişkin bireyler gibi saygıyı ve nedenleri hak ederler. Nedeni konusunda ikna olmadığı davranışları yapmayacak veya olumsuz bir davranışsa bundan vazgeçmeyecektir. Yaşamda var olan her şey gibi davranışlarımıza da mantıklı ve anlamsal bağlarla bağlarız. Çocuklardan beklenen davranışların konuşulması ile birlikte, çocuğun 'nasıl yapayım' düşüncesine de destek olunmalıdır. Çünkü küçük çocuklar için konuşmalar bazen yetersiz kalabilir. Bunun gibi durumlarda çocuktan istenen davranışın çocuğa taklit, oyun gibi durumlar ile yaptırılması öğretmen/aile tarafından yapılan konuşmaların çocuk için daha anlaşılır olmasını sağlar.



Olumsuz davranışların ortadan kaldırılması konusunda ceza yönteminin kullanılmasına gelirse ceza her zaman etkili bir yöntem olmayacaktır. Uygun bir şekilde rol model olduktan ve yapmasını istediğimiz davranışı veya yapmaması gereken olumsuz davranışı çocuğa ikna olabileceği bir şekilde açıkladıktan sonra hala bu davranışa devam ediyorsa oyunlarından, oyuncaklarından veya sevdiği şeylerden mahrum bırakarak kısa süreli mola tekniği dediğimiz odasına gönderme, sevdiği ortam veya etkinlikten ayırma gibi ikinci tip cezalar kullanılabilir. Ancak bu cezaların kullanımında tutarlılık ve sözünden dönmek ilk koşuldur. Çünkü çocuk davranışlarında inatçı olacaktır. Bizim de aynı yılmazlıkla karşılık vermemiz gerekir.

Olumlu davranışları kazandırma sürecinde çocuklara kurallar ve davranışlar konusunda konuşmalar yaparken neyi yapmamaları gerektiğinden çok neyi doğru yapmaları gerektiğini belirtmek yani olumluluk içeren cümleyi seçerek konuşmak gerekir. Böyle yasak koymamış doğru yolu göstermiş oluruz. Ayrıca çocuğumuzun ilk kez duruma yönelik olarak ortaya çıkan olumsuz davranışlarında yapmamız gerek ilk şey bu davranışı görmezden gelmektir. Sıklıkla kullanılan bir davranış değiştirme tekniği olan görmezden gelme sandığımızdan çok daha etkilidir. Ancak öfke gibi yıkıcı davranışlarda çocuğumuz dinlenilmek istediğinde görmezden gelmeyi kullanamayız. Bunun yerine sakince dinleyerek tepki vermeliyiz. Ani ortaya çıkan olumsuz davranışta ilk etapta görmezden geldiğimizde bu davranışın bir daha ortaya çıkma olasılığını azaltmış olur ve saldırganca olmayan bir tutum sergilemiş oluruz. Çocuklar olumlu davranışlarda bizden takdir bekledikleri gibi olumsuz davranış yaparak da ilgiyi üzerlerinde tutmak isteyebilirler. Bu yüzden olumsuz davranışın sebebi olan çocuğun neye yönelik ilgi beklediğini dikkate almalıyız.





Çocuğumuza yeni bir olumlu davranış kazandırırken sık sık küçük ödüller ve takdirlerle olumlu geri bildirim vermeliyiz. Sevilme ve kabullenme ihtiyaçlarını giderirken istediğimiz davranışı daha çabuk kazanacaktır. Alışkanlık haline getirmesini istediğimiz davranışlarda çizelgeler kullanarak ve sembolik ödüllerle (yıldız verme, kalp koyma vb.) davranışı sürekli hale getirebiliriz. Örneğin diş fırçalama veya tuvalet alışkanlığı kazandırma gibi konularda haftalık bir yıldız çizelgesi çok işimize yarayabilir. Ayrıca çocuklarımız için bu yeni davranışlar sandığımızdan daha zor karmaşık olabiliyor. Bu durumda ufak yardımlarda bulunmak ve destek olmak beceri gelişiminde onlara özgüven verecektir. Her durumda olduğu gibi sevmek, takdir görmek, davranışının olumlu karşılığını almak ve yardım bulmak davranış yönetiminin anahtarlarıdır.