

PEKİ OLUMSUZ DAVRANIŞI NASIL ORTADAN KALDIRACAĞIZ?

1)GÖRMEZDEN GELME (Aldırmama)

Olumsuz davranış çocuğun kendine veya başkasına zarar verici nitelikte değilse; olumsuz davranışı sergilerken çocuğunuzla ilgilenmeyin, göz kontağı kurmayın,kendinize ilgilenecek başka bir şey bulun. Kısa bir süre için çocuğa herhangi bir biçimde ilgi göstermeyi bırakın. Onunla tartışmaya girmeyin veya onu azarlamayın. Tutum ve davranışlarınızda ve de yüz ifadelerinde kızgınlık belirtisi göster-meyin. Çocuğun kötü davranışı karşılığında bir ödül elde etmemesine dikkat edin. Kötü davranış son bulunca çocuğa bol bol ilgi gösterin.

2. MOLA

Çocuk açısından her türlü etkinliğin kısa bir süre durdurulmasıdır. Çocuğu bulunduğu ortamdan çabucak uzaklaştırıp, hoşlanılacak bir yanı bulun-mayan, sakin - sıkıcı bir yere koymaktır. Oyuncakların, televizyonun bulunmadığı, ama ısı, ışık açısından yeterli ortamlar, odanın bir köşesindeki duvara doğru çevrilmiş sandalye uygun mola ortamı oluşturabilir.

3-)CEZA

Bir davranışta bulunan çocuğun,davranışta bulunduktan sonra karşılaşıacağı,hoşa gitmeyen bir sonuçtur.

Cezanın etkili olabilmesi için;

-Bir kez cezalandırılan davranışı her zaman cezalandırın.

-Cezayı istenmeyen davranışın hemen ardından verin.

-Cezalandırılan davranışı hiçbir zaman

ÖDÜLLENDİRMEYİN.

-Çok sık ve şiddetli cezalar vermeyin.

-Fiziksel cezaların(şiddet), öğrenilebileceğini ve şiddet olarak size geri gelebileceğini unutmayın.



4-)ÖDÜL

Anne ve babalar çocuklarının olumlu davranışlarını onların hoşuna gittiğini sandıkları şeyleri söyleyerek yada yaparak ödüllendirdiklerini düşünürler. Ancak söylenenlerin yada yapılanların gerçekten ödüllendirici olup olmadığına karar vermek için beklenen davranışların olumlu yönde artma sıklığına bakmak gerekir.Sizin söylediğiniz yada yaptığımız şeyler sonucunda çocuğunuz olumlu davranışlarını daha sık yapıyorsa, o zaman siz o davranışları gerçekten ödüllendirmişsiniz demektir.

NELER ÖDÜL OLARAK NİTELENDİRİLİR?

- Sözel övgü;** Aferin Çok güzel Harika Ne güzel yaptın! İyi gidiyorsun
- Fiziksel temas;** Sarılma, kucağa alma ,öpme
- Yiyecek ve içecek;** Pasta ,kraker,şeker, kek, çikolata, dondurma, meyve...
- Nesne ve Oyuncak;** renkli kalemler, oyuncaklar,oyun kartları,renkli kitaplar,babayla top oynama,kamyonlarla oynama,bebeklerle oynama ,arabalarla oynama,arkadaşları ile oynama,salıncağa binme vb.



**Şehit Uzman Çavuş
Davut Armağan Keskin
Özel Eğitim Anaokulu**

DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME VE OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME



DAVRANIŞ SORUNU NEDİR?

Çocukların her yeni gelişim dönemine geçtiklerinde bazı sorunlar yaşaması normaldir.

Çocuğun kendisi ya da başkaları için sorun yaratan şeyler yapması davranış sorunu olarak nitelendirilmektedir.

Bu davranışlar ne zaman davranış problemi değildir?

1-İşitme problemi olduğu için annesinin sözünü dinlemeyen / dinleyemeyen çocuğa davranış sorunu vardır diyemeyiz.

2-Çocuğun gelişim özelliklerinin çok üstünde bir davranışı gerçekleştirmesini istemek de yanlıştır.

Çok ağır olduğu için elindeki tabakları yere düşürüp kıran bir çocuğun davranış sorunu olduğunu söyleyemeyiz.

3-Bir davranışın Sorun mu ?, Yaramazlık mı ?, fizyolojik bir rahatsızlığın / eksikliğin sonucu mu olduğunu ya da duygusal bir sorundan mı kaynaklandığını ayırt etmemiz gerekir. Bunu ayırt edebilmek için de;ilk önce davranışın tanımını yapmamız gerekir ki bu da davranış değiştirme planı yapmanın ilk adımıdır.

Çocuklarımızda uyum ve davranış problemleri olarak görebileceğimiz davranışların Neler Olduğunu Bilmeliyiz:

- Altını ıslatma,dışkı kaçıрма,psikolojik kökenli kekemelik,parmak emme,tırnak yeme,fobiler ve korkular,yeme problemleri ve iştahsızlık,uyku problemleri mastürbasyon,içe kapanıklık ,çalma, yalan söyleme aşırı hareketlilik,saldırganlık ,saç yolma,uyurgezerlik,bağımlılık ,aşırı inatçılık...

UYUM VE DAVRANIŞ PROBLEMLERİNE NELERİN YOL AÇTIĞINI BİLMELİYİZ

- * Baskıcı, aşırı disiplinli, aşırı koruyucu ve alaycı, aşağılayıcı aile tutumlarımız,
- * Evimizdeki kavg 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.



UNUTMAYINIZ Kİ!
Davranış problemlerine yol açan nedenleri öğrenip ortadan kaldırdığımız da bazı olumsuz davranışlar kendiliğinden düzelebilecektir.

PROBLEMİ ÇOCUĞUMUZDA GÖRÜRSEK NE YAPMALIYIZ?

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,
 - Gördüğümüz olumsuz davranışa eşlik eden başka bir davranış olup olmadığına bakalım.
4. Bu Davranışın ne kadar yoğun olduğunu gö-relim.
5. Bu Davranışın hangi durumlarda, nerden kaynaklandığını anlamaya çalışalım.
6. Bu Davranışın karşısında alacağımız uygun tavrı belirleyelim.
7. Bu Davranış için çocuğumuzu başka çocuk-larla kıyaslamayalım.
8. Dönemsel görülen davranışların normal olduğunu unutmayalım

DAVRANIŞ DEĞİŞTİRME BASAMAKLARI

Sorun ne? Çocuğun "NE YAPTIĞI "nı ifade etmemiz gerekir.

Sorun olan davranışın ÖNCE' si ve SONRA' sını belirlememiz gerekir.

Neyi ortadan kaldırmak istiyoruz ? sorusuna cevap vermemiz gerekir.

İstenmeyen davranışın yerine yapılması istenen uygun davranış hedeflenmelidir. .

Televizyon kumandasını fırlatan bir çocuğun davranışı değiştirmek için öyle davranışlar bulacağız ki fırlatma davranışıyla aynı anda yapılamayacak olsun; yada fırlatma davranışını yapmaya fırsat vermesin. Bunun içinde amaçlarımızı saptarken; olumlu ve gerçekçi amaç saptayacağız.