

ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN DAVRANI VE UYUM BOZUKLUKLARI

Çocuklar, gelişim dönemlerindeki sorunların çözümünde engellerle karşılaşılırsa, olağan olarak nitelendirilen bu sorunların çözümü sonraki gelişim dönemlerine ve ileriki yaşlarına ertelenir. Bu durumlarda ortaya çıkan sorunlara uyum ve davranış bozuklukları denir.

Çocuklarda sık görülen davranış bozuklukları:

- Saldırganlık
- Çalma
- Yalan
- Küfür
- Tikler
- Okul korkusu
- Dikkat kaçırma
- Altını ıslatma
- Tırnak yeme
- Kekemelik
- Parmak emme
- Tatçılık
- Dikkat eksikliği, Hiperaktivite

SALDIRGANLIK

Saldırganlık, çocuğun genellikle kendi akranlarına ve baskınlarına vurması, ısırması, tekmelemesi, eylemleri fırlatması ve tükürmesi gibi zarar vermeyi hedefleyen davranışlardır. Saldırganlık çocuklarda belli dönemlerde normal bir tepki biçimi olarak kabul edilebilir.

Saldırganlığın Nedenleri

1. Saldırgan davranışların yeti kinler tarafından ödüllendirilmesi ve pekiştirilmesi. Bu durum genellikle geleneksel kültürde çok görülür. Geleneksel kültürde erkek çocuğunun saldırganlığı onaylanır. (Örneğin; Kavga eden çocuğa ailesi tarafından “afetin” veya “seni döven seni de döveceksin” denmesi)
2. Çocuğun yeti kinlerden gerekli anlayışı, sevgiyi ve kabulü görmemesi.
3. Televizyon ve bilgisayar oyunları, kitle iletişim araçlarının olumsuz etkisi.
4. Ana-babanın otoriter ve baskıcı tutumları, buna baskın olarak yaanan iletişim problemleri.
5. Çocuğun ana-babasından dayak yemesi.
6. Biyolojik olarak çocuğun beyin zarı iltihabı, beyin zedelenmesi gibi fizyolojik sorunların yaşaması.

Saldırgan Davranışlar Konusunda Aileye Öneriler

- Öncelikle ana-baba olarak çocuğa saldırganlık modeli olmayın.

- Saldırgan davranı lara tolerans göstermeyin.
- Saldırgan davranı ları kesinlikle dayakla cezalandırmayın! Dayak atılan çocukta dü manlık duyguları geli ir ve peki ir.
- Çocuk sinirliyken onunla tartı mayın, sakinle mesini bekleyin ve daha sonra yaptı ı davranı ile ilgili konu un.
- Çocu a sosyal geli imine uygun çe itli sorumluluklar verin. Böylece çocu a ba arma duygusunu ya atmı olursunuz.
- Çocu a yaptı ı bu davranı ların dezavantajlarını gösterin. Saldırgan davranı göstererek isteklerini elde edemeyece ini ona anlatın.
- Çocu un olumlu davranı nı gördü ünüzde peki tirin. Örne in; arkada ıyla oynarken, kavga etmedi inde ve ba ırmadı nda bunu sözel olarak ödüllendirin. Olumsuz davranı larını görmezden gelin.
- Çocu un sportif faaliyetlerde bulunmasına ve belirli bir süre dı arıda oynamasına izin verin. Bu enerjisini bo altmasını sa layacaktır.
- Çocu un sergiledi i saldırgan davranı ba kalarının güvenli ini ciddi bir ekilde tehdit etmedikçe bu davranı n üstünde durup çocu a baskı yapmayın.
- Kızgınlıktan kurtulması için alternatifler bulun.
- Çocu unuzun geli im dönemlerini ve bu dönemdeki ihtiyaçlarını iyi bilerek yerine getirin.
- Ana-baba olarak saldırgan davranı lar kar ısında sakin davranın; sert, duygusal tepkiler yerine ben dilini kullanın (“Böyle davrandı n için üzüldüm”.)
- Çocu a iddet içeren televizyon programları seyrettirmeyin.
- Çocu unuzla mümkün oldu unca daha çok ve kaliteli zaman geçirin.

ÇALMA

Çalma, çocu un kendine ait olmayan bir e yayı, bir nesneyi izinsiz olarak alıp ona sahip olmasıdır.

3–4 ya ndaki bir çocu un ba kasına ait bir oyunca ı almasının çalma olup olmadı ına karar vermek için çocu un bulundu u dönem özelliklerini iyi bilmek gerekmektedir. Çalma davranı ı okul ça larında sıkça görülür. Önemle üzerinde durulması gereken bir konudur. Bir çocukta 10 ya ndan sonra da çalma davranı ı devam ederse bu önemli bir problemin göstergesidir ve mutlaka bir uzmana ba vurulmalıdır.

Nedenleri

1. Çocu un temel ihtiyaçların önemsenmemesi ve kar ılanmaması.
2. Çocu un sevgi, ilgi ve anlayı tan mahrum olması. Örne in; Çocuk, anne-babasının ilgisini çekmek için çalabilir. Yapılan ara tırmalarda çalma davranı nda bulunan çocukların ailelerinin genellikle alkolik ya da suçlu ana-babalar oldu u belirlenmi tir.
3. Çocukta sahip olma dü üncesinin geli memi olması.
4. Çocu un ba kasına duydu u kızgınlı ı ifade etmek veya intikam almak istemesi. Örne in; Anne-babasına kızgın bir çocu un, onlardan intikam almak için bir ey çalarak ailesini zor duruma dü ürmek ve üzme istemesi.
5. Anne-babanın çocu un yaptı ı bu davranı kar ısında tepkisiz kalması veya bu durumdan zevk alması. Bu durum çocu u cesaretlendirir ve çocuk çalmaya devam eder.
6. Çocu un özde le mek için kendine kötü bir örnek seçmi olması.
7. Çocu un çalma davranı nı anne-baba ile hesapla masının bir yolu olarak görmesi.
8. Yeni do an karde e duyulan kıskançlık veya öfke.
9. Özellikle pasif veya ba arısız bir çocu un kendisini akran grubuna kabul ettirme iste i. Örne in; Babasının cüzdanından para alarak arkada larına hediye alması gibi.

Çalma Konusunda Aileye Öneriler

- Çocu unuza ba kalarının e yalarına önem vermeyi, dürüstlü ü ö retin ve bunu ya antınıza geçirin.
- Anne-baba olarak çocu unuza iyi örnek olun. Siz ba kasına ait bir e yayı izinsiz alırsanız çocu unuzun da alabilece ini unutmayın.
- Çocu unuzla ileti iminizi güçlendirin. İginizi ve sevginizi esirgemeyin.
- Çocu unuzun temel ihtiyaçlarını kar ılayın. Ya ına ve ihtiyaçlarına uygun miktarda harçlık verin.
- Çocu un kendisine ait e yalarının olmasını sa layın. Bu onun mülkiyet bilincini geli tirecektir
- Çocu unuza a ırı tepki vermeyin ve iddet uygulamayın.
- Çocu un almı oldu u e yayı sahibine özür dileyerek geri vermesini sa layın. Aldı ı e ya zarar görmü se yenisini alın ve parasını da çocu un harçlıklarından ödetin. Yalnız çocu un harçlı ını tamamen kesmeyin.
- Fiziksel ceza kesinlikle uygulamayın.
- Çocu unuza genel olarak “kötü çocuk” damgasını vurmeyin. Çalmı olabilir ama bu onun her yönüyle kötü bir çocuk oldu unu göstermez.
- Çocukla davranı ının nedenini mutlaka konu un.
- Çocu unuza ihtiyacı oldu unda ödünç e ya almanın yollarını ö retin.
- Çocu unuzun e yalarını kullanmak veya almak istedi inizde mutlaka ondan izin isteyin.

YALAN

Ya antımızda yalanı hiç sevmedi imizden ve yalanın ne kadar kötü oldu undan bahsederiz. Ancak bazen kar ımızdaki insanları kırmamak, bazen ba kalarının hayranlı ını kazanmak bazen de kendimizi savunmak için bir ekilde yalan söyleyebiliriz..

Genel olarak yalan, ba kalarını kandırmak ya da yanıltmak amacıyla söylenen sözlerdir. Çocuklarda 7 ya ından önce söylenenler yalan olarak kabul edilmez. Çünkü bu ya dönemindeki çocukların inanılmaz bir hayal dünyaları vardır ve gerçekle gerçek olmayanı ayırt edemezler. Anlattıkları eyler bazı ebeveynler tarafından yalan kabul edilir. Hâlbuki çocukların söyledikleri ve anlattıkları kandırma ve yanıltma amacı ta ımaz.

Nedenleri:

1. Baskıcı ve otoriter anne-baba tutumları.
2. Anne-babanın olumsuz model olması.
3. Ailenin, çocu a üstesinden gelemeyece i sorumluluklar yüklemesi.
4. Aile kurallarının çok katı olması.
5. Çocu a iddet uygulanması.
6. Ailenin çocukla olan ileti iminin bozuk olması.
7. Çocu un sık sık ele tirilmesi ve ba kalarıyla kıyaslanması.
8. Çocu un mükemmelli e zorlanması.
9. Çocu un ba kalarının hayranlı ını kazanmak istemesi. Örne in; Arabaları olmadı ı halde arkada larına arabalarının oldu unu söylemesi gibi.
10. Bazen de çocu un özlemlerini dile getirmek istemesi. Örne in; Babası ölen bir çocu un babasının seyahate çıktı ını söylemesi.
11. Çocu a a ırı karı ıldı ı ve baskı yapıldı ı zaman çocuk yalan söyleyebilir

12. Toplum içinde çok heyecanlanan bir çocuk, bildi i bir iire bilmiyorum diyerek yalana ba vurabilir.

Yalan Konusunda Aileye Öneriler

- E er anne-baba olarak yalan söylerseniz, çocu unuzda yalan söyleyecektir.
- Çocu unuza a ır ı tepki göstermeyin ve a ır cezalar vermeyin. Aksi takdirde çocu unuz cezadan kurtulmak için yalan söylemeye devam edecektir.
- Çocu unuza üstesinden gelemeyece i sorumluluklar vermeyin.
- Yumu ak ve ho görülü olun.
- Kurallarınızı çocu unuzun ya amını fazla sınırlandırıcı ve baskıcı olabilecek ekilde koymayın.
- Çocu unuzu ba kalarına kar ı kullanmayın. Örne in; Bir babanın telefon çaldı ında kendisi için “yok” dedirtmesi.
- Asla çocu unuzu ba kalarıyla kıyaslamayın.
- Çocu unuzla ileti iminiz olumlu olsun. Böylece çocu unuz yalana ba vurmak zorunda kalmaz. steklerini, beklentilerini, sıkıntı ve kaygılarını sizinle rahatça payla abilir.
- Çocu unuza kesinlikle “yalancı” etiketi yapı tırmayın. Aksi takdirde çocuk bu etiketin gerektirdiklerini yerine getirerek yalana devam eder.
- Çocu unuza do ruyu söyletmek için; "Do ru söylersen ceza vermeyece im" dedikten sonra, çocuk do ruyu söyleyince a ır ı tepki vermek ya da iddet uygulamak çocukta yalanı peki tirir. Bu nedenle verdi iniz sözleri yerine getirin ve çocu unuzu cezalandırmayın.

KÜFÜR

nsanların genellikle kızgınlık, öfke veya engellenmelerle kar ıla tıklarında kullandıkları kötü kelimelere denir. Küfür, bazen insanlara beddua kelimeleri, bazen cinsel içerikli kelimeler, bazen ki inin zekâsıyla ya da hayvan isimlerini içeren kelimeler kullanılarak yapılır.

Nedenleri

1. Anne-baba veya etrafındaki yeti kinleri model alması.
2. Yeti kinlerin ilgisini çekme iste i.
3. Büyüdü ünü ispat etme çabası.
4. Kızgınlık ve öfke durumlarında.
5. Küfür eden akranları arasında kabul görme iste i.

Aileye Öneriler

- Çocu unuza iyi model olun. E er siz küfür ederseniz çocu unuzda eder.
- Çocu unuz küfretti inde kesinlikle iddet ve tehdit kullanmayın.
- Çocu unuzun küfür etmesine tanık oldu unuzda birden a ır ı tepki vermeyin. Bir süre duymazlıktan gelin.
- Çocu unuza kızgınlı ını daha olumlu nasıl ifade edebilece ini ö retin. Yani küfürlü kelimelerin yerine uygun ve kabul edilebilir kelimeleri kullanmasını sa layın. Kullandı ında bunu peki tirin.
- Çocu unuzun size kar ı kızgınlı ını ifade etmesine izin verin. Böylece gittikçe daha az küfürlü kelimeleri kullanacaktır.
- Küfür içeren televizyon programlarından uzak tutun.
- Çocu unuzu resim, müzik, iir, spor gibi u ra lara yönlendirin.

ÇOCUKTA TIKLER

Tikler, vücuttaki herhangi bir kas grubunda yinelenen, istem dışı yapılan hareketlere denir. Genellikle iç gerginliğin dışa vurumudur.

Tik Çeşitleri:

- Göz kırpmak
- Kaş oynatmak
- Tuhaf sesler çıkartmak
- Geniz ve gırtlak temizleme hareketleri
- Ağız ve dudak hareketleri
- Boyun ve omuz hareketleri
- Burun çekmek ve burun kanatlarını oynatmak
- Hızlı hızlı nefes almak veya nefes tutmak
- Parmak çıtlatmak
- Baş oynatmak, baş sallamak gibi daha birçok tik vardır.

Bazı çocuklarda bunlardan bir tanesi varken başka bir çocukta birden fazla tik görülebilmektedir.

Nedenleri :

1. Çocuğun yeterli ilgi ve sevgi görmemesi.
2. Çocuktan bulunduğu gelişim döneminin üzerinde davranışların beklenmesi.
3. Çocuğun anne-baba tarafından sürekli horlanması ve aşağılanması.
4. Aile içi iletişim bozuk olması.
5. Çocuğun başkasını taklit etmesi.
6. Çocuğun küçük yaşlardan itibaren yoğun korku, kaygı, tedirginlik ya da anksiyete olması.

Tik Konusunda Ailelere Öneriler:

- Çocuğa karşı kesinlikle olumsuz ve sert tepkide bulunmayın.
- Çocukta tik görüldüğünde sürekli ikaz etmeyin. Aksi takdirde çocukta gerginlik artar ve tikler çoğalabilir.
- Çocuğunuzu tikiyle alay etmeyin ve eleştirmeyin.
- Çocuğunuzda tik görüldüğünde bir uzmana götürün.
- Çocuğunuzla iletişiminizi güçlendirin.
- Çocuğunuzla yeterli ilgi ve sevgi gösterin.

OKUL KORKUSU

Okul korkusu hemen hemen her dönemde ortaya çıkabilir. Krete, ilköğretimde hatta lise de bile. Çocuğun ısrarla okula gitmek istememesi olarak tanımlanabilir.

Belirtileri:

- Sık sık karın ağrısı, baş ağrısı, mide bulantısı, iştahsızlık hatta kusma gibi şikâyetler görülür.
- Anne-babasının kendisiyle okula gitmesini ister ve gittiklerinde bırakmak istemez. Akrabaları, hırçınlar.
- Okula gitmediği zamanlarda son derece rahat ve mutludur.
- Ödevlerine gereken ilgiyi göstermez. Bazen okula giderken geri döner ve birçok bahane uydurur.
- Daha akıllı vakalarda çocuk ev ortamında bile rahat değildir.

Nedenleri:

1. Anne-babanın çocuğa akıllı baskınlı bir tutum sergilemesi.
2. Çocuğun anneden ayrılma korkusu yaşamaması.
3. Ailede boş anma, ekonomik problemlerin yaşanması veya ebeveynlerden birinin baskısıyla evlenmesi gibi stresli bir ev ortamının olması.
4. Çocuğun okulda arkadaşları tarafından kabul görmemesi, hırpalanması.
5. Akıllı baskınlı, kaygılı ve utangaç kişiliğe sahip olması.
6. Çocuğun bulunduğu ortamı ve okulu değerirmemesi ya da diğer çocukların, okulla ilgili gerçek olmayan olumsuzluklardan bahsetmesi. Örneğin; “Okulda gürültü yaparsan öğretmen seni bodruma kapatır” gibi söylemler.

Okul Korkusu Konusunda Ailelere Öneriler:

- Çocuğunuzu akıllı tutumunuzu gözden geçirin. Ne siz ona ne de o size baskınlı olsun.
- Çocuğunuzu akıllı tepkili ve baskıncı davranmayın. Ve okula gitmediği için suçlamayın. İddet uygulamayın.
- Bu durumun birçok çocukta görüldüğünü unutmayın ve bunu çocuğunuza da söyleyin. Üstesinden gelinemeyecek bir sorun olmadığını belirtin.
- Okula gitmesi konusunda tutarlı olun.
- Çocuğunuzu okula gitmediğinde derslerinden de geri kalacağını, bu nedenle sorunun daha da büyümemesi için okula gitmesi gerektiğini anlatın. Ona okulda yapabileceği güzel şeylerden bahsedin.
- Çocuğunuzun okuluyla birlikte içerisinde olun. Çocuğunuzun öğretmenini bilgilendirin.
- Çocuğunuzla iletişiminiz güçlü olsun ki yaşıadığı kaygı, sıkıntı ve endişeleri sizinle paylaşabilsin.
- Bir uzmana başvurmaktan ve yardım almaktan çekinmeyin.

ENKOPRESİZ:

Çocuklarda görülen dışkı bozukluklarıdır. Çocuğun büyük dışkı kısmını altına kaçırmasıdır. Enkoprezis erkeklerde daha sık görülür.

Nedenleri:

1. Çocuktaki fizyolojik bozukluklar (Bağırsak ilevlerinde).
2. Çocuğun doğru tuvalet eğitimi almamış olması.
3. Anne-babanın özellikle annenin akıllı titiz davranması. Buna baskınlı olarak çocuğa baskı uygulaması.
4. Psikolojik faktörler. Örneğin; Yeni bir kardeşin doğması gibi.

Enkopresiz için Aileye Öneriler

- Çocu unuza bu rahatsızlı ından dolayı baskıcı, tepkili ve ele tirel yakla mayın. Kesinlikle iddet uygulamayın ve ba kalarına söylemekle tehdit etmeyin.
- Tuvalet e itimi konusunda baskıcı ve cezalandırıcı davranmayın.
- Mutlaka bir uzmandan yardım alın. Böylece sorunun fizyolojik mi psikolojik mi oldu u ortaya çıkar. Tedavide psikoterapi, davranı terapisi veya ilaç tedavisi uygulanabilir.
- Çocu unuz altına yapmadı ı zamanlarda mutlaka bunu ödüllendirerek peki tirin.

ENÜREZ S

Çocuklarda görülen altını ıslatma bozuklu udur. Erkek çocuklarda daha sık görülür. Birincil ve kincil enüresiz olarak ikiye ayrılır. Birincil enüresizde çocuk do du u andan itibaren hiç kuru kalmamı tır. kincil enüresizde ise çocuk en az bir yıl kuru kaldıktan sonra tekrar yapmaya ba lamı tır.5 ya ına kadar sorun olarak kabul edilmez.

Enürezis; yalnız gece altını ıslatanlar, yalnız gündüz altını ıslatanlar, hem gece hem gündüz altını ıslatanlar, ara sıra altını ıslatanlar olmak üzere dört ekilde görülebilir.

Nedenleri:

1. Kalıtsal olması. Genellikle %75 kalıtsal oldu u bilinmektedir.
2. Organik bozukluklar: Mesane kapasitesinin yeterli olmaması, a ır uyku, böbrek ve ba ırsak bozuklukları gibi.
3. Psikolojik faktörler, Kaygının bilinçdı ı ifade edilmesi.
4. Travmatik ya antılar.
5. Çocu un sık sık ü ütmesi.
6. Yanlı ve baskıcı tuvalet e itimi verilmesi. Örne in; Anne-babanın çocu u zamanında tuvalete götürmemesi ve çocuk altına yaptı ında dövülmesi, korkutulması gibi.

Enüresiz Konusunda Aileye Öneriler:

- Öncelikle çocu unuzu mutlaka bu konuda uzman bir doktora götürün.
- Çocu unuzun tıbbı tahlillerini mutlaka yaptırın ki sorunun biyolojik mi psikolojik mi oldu u anla ılsın.
- Çocu unuza kar ı kesinlikle baskıcı ve cezalandırıcı yakla mayın.
- Onunla alay edip ba kalarına söylemekle tehdit etmeyin.
- Çocu unuza bunun bir sorun oldu unu ama üstesinden gelinebilecek bir sorun oldu unu anlatın. Onu cesaretlendirin.
- leti iminizi güçlendirerek ya adı ı duyguları sizinle payla masını sa layın.
- Çocu unuzu ba kalarıyla kıyaslamayın.
- Önlem amacıyla da olsa kesinlikle bez ba lamayın.
- Çocu unuzun bu sorununu tüm ya amına ve ki ili ine mal etmeyin. Kendine güvenini arttırmaya çalı ın.

Psikolojik Kökenli Olan Enüresizlerde Kullanılan Tedavi Yöntemleri

Enüresisin tedavisinde uygulanan yöntemler:

- Aileye danışmanlık veya aile terapisi: Ailenin sorunlarına bakımlarını ve çocuğa karşı davranışlarının hedef alını ve aile bu konuda bilgilendirilir. Tutumlarının belirlemelerine yardımcı olunur.
- Davranış terapisi: Bu tedavide öncelikle çocuğun ağız uykusunda uyanıp tuvalete gitmesini yani artıranmasının sağlaması amacıyla bir alarmdan yararlanır. Üçüncüde hassas metal çubukların olduğu bölüm çocuğun çamaşırının üst bölümüne dikilen küçük bir kesenin içine takılır. Çocuğun uyanmasını sağlayan alarm kutusu ise omzuna takılır. Çocuğun bir iki damla idrar kaçırmaması durumunda alarm çalarak çocuğun uyanmasını sağlar. Bir süre sonra çocuk idrarı geldiğinde alarmın çalmasına gerek kalmadan uyanır ve tuvalete gider.
- Çocuğa kaslarını güçlendirmesi için idrarını tutup bırakarak (en az 5-7 kez) yapması istenir. Bunun yanı sıra bir takvim tutularak çocuktan kuru kaldığı her gün için ödül koyması istenir ve bu günlerde çocuğa küçük bir ödül verilir.
- İlaç Tedavisi: Davranış terapisiyle beraber ilaç tedavisi de kullanılır. Bu ilaçlar uyku hafifletici, kas güçlendirici ve idrar torbasını büzücü ilaçlardır. Doktor kontrolünde uygulanır ve sonlandırılır.

TIRNAK YEME

Tırnak yeme alıkanlı bir psikolojik kökenlidir. Kendini gergin, sıkıntılı ve öfkeli hisseden çocuğun bunları dışarı vurumu olarak kabul edilir. Kişilik olarak hassas ve sinirli çocuklarda daha sık görülür. Ergenlik döneminde artabilir. Bunun nedeni ergenlik döneminden kaynaklanan gerginlik ve bu dönemde ergen için önemli olan çevre tarafından kabul ve onay görme çabasıdır.

Nedenleri:

1. Çocuğun kendisini güvende hissetmemesi.
2. Baskıcı, cezalandırıcı anne-baba tutumları.
3. Ailede baskılı tırnak yiyenin olması.
4. Ev veya okul ortamındaki gerilim.
5. Çocuğun ihtiyacı olan güven ve sevgiyi alamaması.
6. Çocuğun korku, stres, öfke ve heyecan durumlarına maruz kalması.

Tırnak Yeme Konusunda Aileye Öneriler:

- Çocuğuna karşı baskıcı ve eleştirel yaklaşmayın. 3-4 yaşına kadar görmezlikten gelin.
- Çocuğuna tırnak yediği için iddet uygulamayın.
- Çocuğuna ellerini meşgul edecek uğraşlar verin.
- Bu davranışı söndürmek için alternatifler üretin.
- Çocuğuna bu alıkanlılığın üstesinden gelebileceğine inandırın.

- Çocu unuzun hangi durumlarda tırnak yedi ini belirlemeye çalışın. Ör: Gergin oldu unda veya korktu unda tırnaklarını yiyorsa sakinle tirme yoluna giderek tırnak yemesini engelleyebilirsiniz.
- Çocu unuzun kendisine olan güvenini peki tirin. Ba arılı oldu u alanlara dikkatini çekin.
- Çocu unuzun tırnaklarını derin kesin.
- Çocu unuzu korku, kaygı yaratacak durumlardan uzak tutun.
- Çocu unuza azarlamak, korkutmak, ceza vermek gibi zorlayıcı yöntemler uygulamayın.

KEKEMELİK

Kekemelik, ya ına ve lehçesine uygun geli imsel olarak çıkartması beklenen konu ma seslerini çıkartamaması, konu manın ola an akıcılı ında ve zamanlama örüntüsünde bozukluk olması durumudur (D.S.M. IV, 1994, S.48-49)

4-5 ya larına kadar normal olarak kabul edilir. Erkek çocuklarında daha yaygındır. Organik veya psikolojik kökenli olabilir.

Genellikle cümlelerin ilk kelimesinde, uzun ve sessiz harfle ba layan kelimelerin söylenmesinde, sessiz harfle ba layan kelimelerden sesli harfle ba layan kelimelere geçi te zorluk ya arlar. iir okurken veya arkı söylerken kekelemezler.

Kekemeli in Ortaya Çıktı ı Durumlar:

- Kaygı, korku ve stres yaratan durumlarda.
- Ailede kekemelik olan durumlarda.
- A ırkı baskı gördü ünde ve ele tirildi inde, a a ılandı ında.
- Travmatik ya antılarda. Örne in; Deprem, bo anma, ölüm, kaza, iddet vb.
- Düzgün konu ması konusunda baskı yapıldı ında.
- Geli im döneminin üzerinde sorumluluk ve olgunluk beklendi inde.

kekemelik ortaya çıkabilir.

Kekemelik Konusunda Ailelere Öneriler

- Kekemelik konusunda ya adı ınız gerginli i ve endi eyi bir kenara iterek çocu unuza nasıl yardım edebilece inizi dü ünün.
- Çocu unuzun konu malarını düzeltmesi konusunda baskıcı olmayın.

- Çocu unuz konu urken sabırla cümlesinin bitmesini bekleyin. Siz ne anlatmak istedi ini onun yerine söylemeyin.
- Çocu unuza kısa cevaplı sorular sorarak konu maya te vik edin.
- Çocu unuza sizin için ne kadar de erli oldu unu hissettirin.
- Çocu unuzla mümkün oldu u kadar çok vakit geçirin.
- Çocu unuzun kekemeli ini alay ve taklit etmeyin. Bu davranı çocu unuzun kendisini reddedilmi , sevilmeyen, istenmeyen ve yetersiz hissetmesine neden olur.
- Konu manızla ve okumanızla çocu unuza iyi bir model olun. Yava , anla ılır ve yumu ak bir tonda okuyup konu un.
- leti iminizi güçlü kılarak hissettiklerini sizinle payla masını sa layın. Asla acıma duygusuyla yakla mayın.
- Doktorunuzla ve okulla i birli i içerisinde bulunun ve ortak hareket edin.
- Ba kalarıyla kesinlikle kıyaslamayın.
- Çocu un kendine olan güvenini peki tirmek için küçük sorumluluklar verin ve ba arılı oldu u alanlara yönlendirin.

PARMAK EMME

Çocuklar parmak emmeyi daha ana rahmindeyken ö renirler. Yeni do an bebeklerin tümünde de görmek mümkündür. Zararsız bir davranı tır. Kızlarda daha sık görülen bu davranı 3-4 ya larına kadar normaldir.

Nedenleri:

1. Yeni do an bebek ya amını sürdürürebilmek için.
2. Bebeklikte kendini ve çevresini tanıma ihtiyacından dolayı.
3. Sıkılgan ve utangaç çocuklar zor durumlarla kar ıla tıklarında.
4. Çocuklar di çıkarma döneminde.
5. Bazı çocuklar ise uykuya dalarken parmak emerler.

Parmak Emme Konusunda Ailelere Öneriler:

- Çocu unuza kar ı sakın, sabırlı ve anlayı lı yakla ın. Asla iddet uygulamayın.
- Yaptı ı davranı ın bulundu u ya grubuna ait olmadı ını ve bebekçe bir davranı oldu unu anlatın.
- Küçük ya lardaki çocuklar için zararsız bir faaliyet oldu unu unutmayın.
- Çocu unuza, ellerini me gul edecek u ra lar verin.

- Çocu unuzun bu davranı ı üzerinde durup, sık sık çocu unuzu uyarmayın. Aksi takdirde çocu unuzun gerginlik ya amasına neden olursunuz.

NATÇILIK

Anne-babaların en çok dile getirdikleri problemlerden biridir inatçılık. Çünkü her ya döneminde görülür. 2-3 ya ları ilk görülmeye ba landı ı dönemdir. Ergenlikte de ortaya çıkar. Kendilerini tanımaya ve kabul ettirmeye ba lamaları ve bunun yanı sıra ke fetme merakları bu inatla maları tetikler. Çocuklar sadece anne-babalarıyla de il çevresindeki di er insanlarla da inatla maya girebilir.

Nedenleri:

1. Anne ve babanın çocu a kar ı tutarsız davranması. Örne in; Annenin “evet” dedi i bir konuda babanın “hayır” demesi.
2. Çocu un ilgi ve ihtiyaçlarının zamanında kar ılanmaması.
3. Çocu a ihtiyacı olan ba ımsızlık duygusunun verilmemesi.
4. Çocu a kar ı iddet ve a ırı ceza kullanılması.
5. Çocu un istekleriyle anne-babanın isteklerinin çeli mesi. Ör:Ergenlik dönemindeki bir gencin hafta sonu okul gezisine gitmek istemesi.Ailesinin ise oturup derslerine çalı masını istemesi gibi.

inatçılık Konusunda Ailelere Öneriler

- Anne-baba olarak ortak tutumlar geli tirin. Ve çocu unuza olumlu örnek olun.
- Çocu unuza kar ı öfkeli ve tepkili yakla mayın.
- Çocu unuzun istediklerini inatla madı ı zamanlarda yerine getirin.
- Çocu unuza istedi i eyi neden yapamayaca ımızı açık ve anla ılır bir dille anlatın.
- Kurallarınızı uygularken tutarlı ve kararlı olun.
- Çocu unuzun inadı devam etti i durumlarda dikkatini ba ka yöne çekmeye çalı ın.
- Asla çocu unuzla bir güç ve inat sava ına girmeyin. Amacınız sadece ona her eyin yeri ve zamanı oldu nu anlatmak ve yersiz isteklerinden vazgeçirmek olsun.
- Çocu unuza seçenekler sunarak seçme ansı verin. Böylece, ona de er verdi inizi ve saygı duydu unuzu dü ünerek inatla madan vazgeçecektir.
- Çocu unuzun ilgi ve ihtiyaçlarını zamanında kar ılayın.

DİKKAT EKSİKLİK VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU (DEHB)

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite beraberinde öğrenme güçlüğünde gösterebilen bir davranış sorunudur. Bir kişide DEHB olduğunu söyleyebilmek için Dikkat Eksikliği, Aşırı hareketlilik ve dürtüsellik belirtilerinin 7 yaşından önce ve birden fazla ortamda (okul-ev) görülmesi, sürekli olması ve kişinin yaşamını etkilemesi gerekir. Tüm çocukların %3'ünde görülür. Erkeklerde daha sık rastlanır. Ergenlik döneminde belirtilerde azalma olur fakat tamamen yok olmaz.

Nedenleri:

Hiperaktivite nedenleri tam olarak tespit edilemese de;

1. Aileden birinde hiperaktivite olması.
2. Çocu un beynindeki (mesaj alı veri ini gerçekle tiren) kimyasallarında sorunlar bulunması.
3. Doğum veya doğum sonrası beyin dokusunda zedelenmeler olması.
4. Çocuklarda görülen çocukluk ça ı rahatsızlıkları ve gelişimsel problemler gibi nedenler, hiperaktiviteye sebep olabilir.

Tanısı:

Çocu a hiperaktivite tanısı koyacak özel bir test yoktur. Tanıyı koymak zaman alıcı ve zordur. Genellikle çocu un okula başladığı dönemde tanı konulur. Bunun nedeni okul ortamının bu tür çocuklar için rahatsızlık verici olması, sınıf içi uygulamalara ve kurallara uymada zorlanmalarıdır.

Tanı a masında doktor, aileden çocu un salk öyküsünü, okul ve evdeki davranı larına yönelik bilgileri alır, tıbbi muayeneden geçirir.

Bu bozuklu un tanısının do ru konması son derece önemlidir.

Amerikan Psikiyatri Birli i'nce Tanımlanan Hiperaktivite Ölçütleri

- Eli, aya ı kıpır kıpırdır.
- Oturdu u yerde duramaz.
- Gereksiz yere sa a sola ko turur, e yalara tırmanır.
- Sakince oynamakta zorlanır.
- Sürekli hareket eder.
- Çok konu ur.

Amerikan Psikiyatri Birli i'nce Tanımlanan Dikkat Eksikli i Ölçütleri

Bunlardan asgari 6'sının birden fazla ortamda en az 6 aydır görülüyor olması durumunda dikkat eksikli i olabilece i dü ünülür.

- Belirli bir i e ya da oyuna uzun süre dikkatini vermekte zorlanır.
- Dikkati kolayca da ılır.
- Basit hatalar yapar.
- Ba ladı ı i bitiremez.
- Kendisiyle konu ulurken dinliyormu gibi görünür.
- Görev ve etkinlikleri düzenlemekte zorlanır.
- Yo un zihinsel çaba gerektiren i leri yapmaktan kaçınır (Ev ödevi, okul aktiviteleri gibi).
- Etkinlikler için gereken e yaları kaybeder.

- Günlük etkinliklerde unuttundur.

Tedavi

DEHB'ı iyile tirecek ve ortadan kaldıracak kesin bir tedavi yoktur. Fakat ocu a; ailesi, doktoru ve üretmenleri i birli i yaparak bu problemle normal bir ya am sürdürmesini sa layabilirler. Bunun yanı sıra çocu un dikkat süresini uzatan ve hiperaktiviteyi azaltan ilaçlar kullanılır. Aileler bu ilaçları kendi isteklerine göre de il doktorun önerisine göre kullanmalı ve sonlandırmalıdır. la kullanmak tek ba ına sorunu mez. Bunun yanında mutlaka psikolojik yardım alması ve davranı terapisti de görmesi gerekmektedir. Bu sayede ocuk kendisini kontrol etmeyi ve ifade etmeyi  renir.

Dehb Konusunda Ailelere neriler:

- Sorunu çözebilmek için öncelikle sorunun varlı ını kabullenin.
- Çocu unuza kar ı a ırı otoriter veya a ırı ho görülü davranmayın.
- Çocu unuzun günlük ya antısındaki aktiviteleri(kahvaltı, oyun, yemek, uyku saatleri gibi) mutlaka planlayın.
- A ırı kalabalık ortamlardan mümkün oldu unca uzak tutun.
- Asla iddet uygulamayın.
- Çocu unuzla sık sık göz teması kurun.
- Talimatlarınızı ve isteklerinizi kısa cümlelerle ifade edin. Aynı anda birden fazla ey istemeyin. Örne in; Kıyafetini de i tir, daha sonra elini yüzün yıka ve dersini yap gibi.
- Olumlu davranı larını mutlaka peki tirin. Bunun için puan kartları(her olumlu davranı için 5 puan gibi) veya tablo i aretlemelelerini(her olumlu davranı içi bir tane bir yıldız atma gibi) kullanabilirsiniz.
- Çocu unuzun doktoru ve  retmeni ile mutlaka i birli i içerisinde olun.
- Çocu unuzu sportif faaliyetlere yönlendirin.

KAYNAKÇA:

- 1- Aydo mu ,K., Balta ,A., Balta ,Z., Davasgil,Ü., Güngörmü ,O., Konuk,E., Korkmazlar,Ü., Köknel,Ö., Navaro,L.,Oktay,A., Razon,N., Yavuzer,H., Ana-Baba Okulu,1993
- 2- Türk Psikologlar Derne i,13 Ekim 1999
- 3- Amerikan Psikiyatri Birli i (1994) Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Dördüncü Baskı (DSM-IV) (Çev. Ed: E Köro lu) Ankara, Hekimler Yayın Birli i, 1995.
- 4- Saygılı ,S.,Çocuklarda Davranı Bozuklukları,2004
- 5- Yörüko lu,A.,Çocuk Ruh Sa lı ı,Özgür Yayın Da ıtım, stanbul, Ekim 1992
- 6- Kaya,C.,Çocuk E itiminde Anne Babaya Öneriler,Zambak Yayınları, stanbul,2003
- 7- Salk,L.,Bebeklikten Yeti kinli e Çocu un Duygusal Sorunları,Remzi Kitabevi, stanbul,1993
- 8- Yavuzer,H.,Ana-Baba Ve Çocuk,Remzi Kitabevi, stanbul,1993
- 9- Gürün,O.A.,Çocu umuzu Tanıyalım, nkılap Yayınevi, stanbul,1984

EK 1

ANNE BABALARA ÖNER LER

E ER ÇOCU UNUZUN DAVRANI VE UYUM PROBLEM YA AMASINI STEM YORSANIZ LÜTFEN D KKATLE OKUYUN VE UYGULAYIN!!!

1. Çocu unuzun **geli im dönemlerinin özelliklerini çok iyi bilin.**
2. **0-6 ya m çocu unuzun en önemli dönemi** oldu unu asla unutmayın. Tüm davranı bozukluklarının temeli bu dönemde atılır. Bu nedenle bu dönemdeki tutumlarınıza dikkat edin.
3. Çocu unuzdan geli im **düzeyine davranı ve tutumları** bekleyin. Örne in; 6-7 ya ndaki bir çocu a bebek gibi davranmak veya 3-4 ya ndaki bir çocuktan, ilkokul çocu uymu gibi her eyi yapmasını, anlamasını beklemek yanlı tır. Beklentileriniz abartılı olmasın.
4. Kaldırabilece inden **fazla sorumluluk yüklemeyin.** Ama dönemine uygun sorumluluk vermeyi de ihmal etmeyin. Kendisine güvenildi ini, önem verildi ini ve i e yaradı nı hissettirmelisiniz.
5. Çocu unuza sadece ders çalı mak için de il, **e lence ve sohbet içinde zaman** ayırın.
6. Çocuklarınız sizin dedi inizi de il **yaptı nızı yapar.** Bu nedenle çocu unuza iyi model olun.
7. Çocu un önünde asla **yıkıcı tartı malar yapmayın.** Taraf tutmasını istemeyin ve beklemeyin. Sorun anne-baba arasındaysa bunu çocu unuza mal etmeyin. Olumsuz duygularınızı çocu unuza yöneltmeyin.
8. Çocu unuza kar ı **demokratik** bir tutum sergileyin.
9. Çocu unuzun olur olmaz bütün isteklerini yerine getirmek çocukta telafisi zor uyumsuzluklara ve bozukluklara yol açabilir. Bu nedenle **kurallı, kararlı ve tutarlı** olun.
10. Çocu unuzda dikkatinizi çeken ve geli im dönemine uygun olmayan davranı lar varsa mutlaka bir uzmana ba vurun. Davranı bozukluklarında erken te his önemlidir. Bu nedenle dikkatli olun.
11. Uyum ve davranı bozukluklarının çözümünde **uzmanların** amacıyla sizin amacınız paralellik göstermelidir. Amaç, davranı bozuklu u nedenlerini tespit etmek ve ortadan kaldırmak olmalıdır.

12. Bazı aileler, sorunu kendi haline bırakıp geçmesini beklerler. Oysa uyum ve davranış bozuklukları kendiliğinden geçmez. Bu nedenle **sorunu önemseyin.**

13. Sorunu gidermek için, çocuğunuzu asla küçük düşürücü, aşağılayıcı ve suçlayıcı tavırlar sergilemeyin. Bazı aileler sorunu gidermek için çeşitli ceza yöntemlerine, hatta iddeta bile başvururlar. Örneğin; Küfreden çocuğun ailesine biber sürmek, altını ıslatan çocuğu bunu babalarına söylemekle tehdit etmek gibi. Oysa bu tip tutumlar sadece sorunu artırır.

14. Çocuğunuzu babalarının yanında kesinlikle **eleştirilmeyin ve kıyaslamayın!**

15. Çocuğunuzu **sportif faaliyetlere** yönlendirin.

16. Çocuğunuzun **olumlu özellikleri** olduğunu ona anlatın ve bunları görmesine yardımcı olun.

17. Örneklere ile sık sık görüşün ve çocuğunuz için yapabileceğiniz konusunda **yardım isteyin.** Bir ekip çalışması gerçekleştirin.

18. Çocuğnuzun **inanın ve güvenin.** Ondan iyiler beklerseniz, iyiler görürsünüz.

19. Çocuğnuzun hata yaptığında fazla büyütmeyin, hatalarını birlikte tartışın ve doğruyu bulması için ona yardımcı olun.

20. Çocuğnuzun sizden farklı bir kişiliğe sahip olabileceğini unutmayın ve **onun fikirlerine önem verin.**

21. Onun size bir **hediyeye** olarak verildiğini asla ama asla unutmayın. Onu **sevin ve bunu ona her zaman gösterin.**