

2020 OCAK E-DERGI

ERKEN ÇOCUKLUK DÖNEMİ DAVRANIŞ PROBLEMLERİ

DAVRANIŞ PROBLEMLERİNİN ÇÖZÜMÜNDE UZMAN
DESTEĞİ ÖNEMLİ!

Kardeş
kıskançlığı

Tırnak yeme

Erken çocukluk
dönemi gelişim
özellikleri
nelerdir?

Alt ıslatma
davranışı

Şiddete
eğilimli
davranışlar



İletişim için;

964695@meb.k12.tr

03326734126

ERKEN ÇOCUKLUK DÖNEMİNDE GELİŞİM

Çocukların, doğum öncesinde anne karnında başlayan yaşam serüveni, doğumla birlikte hızlı bir biçimde gelişimsel olarak devam etmektedir. Erken çocukluk dönemi bu yaşam serüveninde gelişim için kritik öneme sahip bir süreçtir. "Erken çocukluk" kavramı, her ülkede farklı yılları kapsar ancak Türkiye'de, 0-72 çocukların eğitimlerini kapsayan okul öncesi eğitim, erken çocukluk eğitimi olarak kabul görmektedir (Yaşar, 2009, 2). Erken çocukluk dönemi, bir çocuğun gelişim alanlarının en yoğun ve karmaşık şekilde yaşandığı dönem olması itibarıyla önemlidir. Çocukların bu dönemde yaşadığı problemlerin, çocukların ilerleyen yaşantılarını etkileyebildiği görülmektedir. Erken çocukluk döneminde gelişimin hızı ve bu dönemde yaşanan her bir sürecin niteliği göz önünde bulundurulduğunda, çocukların bu dönemde gelişimlerinin detaylı şekilde değerlendirilmesinin gerekliliği önem arz etmektedir. Bu dönemde çocukların gelişiminin eğitimle desteklenmesi ve problemleri davranışlarının azaltılması için sağlıklı anne-baba tutumu gösterilmesi önemlidir. Erken çocukluk döneminde gelişim alanlarına göre çocukların eğitim ve gelişiminin desteklenmesi ile ulaşması beklenen kazanımlar;

1. Sosyal ve duygusal gelişim alanında, çocukların hoşgörü ve empati becerileri gelişir, farklılıklara saygı göstermeyi ve toplumsal yaşamın iyileştirilmesinde ve korunmasında sorumluluk alabilmeyi öğrenirler.

2. Bilişsel alanda, çocukların matematiksel ve konumsal algıları artar, problem çözebilme ve dikkat becerileri gibi ileriki hayatlarında akademik ve mesleki yaşantılarını olumlu etkileyecek noktalar hızlı bir biçimde gelişir.

3. Dil alanında ise, çocuklar sesleri ayırt etmeyi, konuşurken sesini doğru kullanabilmeyi ve kendini sözel olarak ifade edebilmeyi öğrenir. Dili en doğru şekilde kullanarak kendini sözel olarak uygun bir şekilde ifade eder, dinlediklerini analiz ederek çeşitli yollarla ifade eder ve erken çocukluk eğitimi boyunca duyduğu değişik sözcüklerle sözcük dağarcığını geliştirir. alt başlık ekleyin

4. Psikomotor alanında, çocuklar hem çeşitli materyaller eşliğinde hem de eğitimcilerin rehberliğinde fiziksel gelişimin temelini oluşturan küçük ve büyük kaslarını doğru kullanabilmeyi öğrenirler. Bu sayede bedensel, el-göz koordinasyonu olduğu kadar denge de gerektiren belli hareketleri yapabilirler.



5. Çocukların bağımsız hareket edebilmelerinde ve özgüvenlerini kazanmalarında büyük rol oynayan özbakım becerileri erken çocukluk eğitimi aracılığı ile hızlıca gelişmektedir. Bu sayede, temizlik kurallarını uygulamayı, giysilerini tek başına giymeyi ve çıkarabilmeyi, doğru beslenmeyi ve kendini kazalardan ve tehlikelerden koruyabilmeyi öğrenir. (<http://www.izcocuk.com/erken-cocukluk-egitiminin-onemi/>)

KAYNAKLAR

Yaşar, Ş. (Ed.). (2009). Okulöncesi eğitime giriş. Anadolu Üniversitesi Yayınları: Eskişehir. <http://www.izcocuk.com/erken-cocukluk-egitiminin-onemi/> adresinden 20.12.2019 tarihinde erişilmiştir.



ÇOCUKLARDA ŞİDDET EĞİLİMLİ DAVRANIŞLAR

Şiddet eğilimi; sınır ve kural tanımaksızın, bir bireyin fiziksel ve psikolojik bütünlüğüne zarar verme olarak tanımlanabilir.

Erken çocukluk döneminde görülebilen problemleri davranışlardan olan şiddet eğiliminin nedenleri;

- Aile içinde veya okulda karşılaştığı engellenme
 - Güvenli bir aile ortamının olmaması
- Aile bireyleri arasında iletişimsizlik, çatışma ve kavga durumları
 - Yanlış anne-baba tutumları
- Şiddete maruz kalmak, ağır disiplin cezaları
- Teknolojik cihazlar aracılığı ile şiddet içeren görüntü ve seslere maruz kalmak
- Sosyal olarak aşırı içine kapanma, dalga geçilme ve tacize uğrama
- Öfke kontrolüne sahip olmamak, farklılıklara saygı göstermemek
 - Çeşitli ruhsal ve psikolojik rahatsızlıklar,
- Doğum öncesi, doğum sırasında ve doğum sonrasında yaşanan anormallikler
 - Temel ihtiyaçların karşılanmaması

Şiddet Eğilimli Davranışları Önlemek İçin ;

- Anne babalar çocuk eğitimi ve gelişimi konusunda bilgi sahibi olmalıdır.
- Şiddet içerikli hiçbir davranış normal kabul edilmemelidir.
- Çocuklarda öz denetim ve empati yeteneği geliştirilmelidir.
- Çocukların izlediği yayın ve videoların içerikleri bilinmeli, uygun olmayan içerikleri izlemesine engel olunmalıdır.
 - Çocuklar için iyi bir rol model olunmalıdır.
- Çocuklarda sorumluluk bilinci, çatışma çözme becerileri geliştirilmelidir.
- Çocukların ilgi ve yeteneklerine uygun sosyal, sanatsal, sportif faaliyetlere yönelimi sağlanmalıdır.
 - Oyun çocuğun dünyasıdır, çocuğun oyun oynaması ve enerjisini harcaması için ortam ve çevre düzenlemeleri yapılmalıdır.
- Çocuğun öfkesini farklı yollarla dışa vurması sağlanmalıdır. Örneğin resim, yazı gibi.
- Çocuk şiddetdavranışına maruz bırakılmamalı, şiddet bir problem çözüm yöntemi gibi gösterilmemelidir.
- Olumsuz davranışlar konusunda sözel uyarılar kişiliği hedef almamalıdır.



ÇOCUKLARDA ALT ISLATMA

Çocuklarda gece ya da gündüz yineleyen şekilde idrar kaçırmaya Enürezis noktürna (EN) olarak adlandırılır. Gece altını ıslatma olarak da tanımlanır. Çocukluk çağının en sık karşılaşılan üriner sistem (boşaltım sistemi) sorunlarından biridir. Normalde çocukların çoğu hem tuvalet eğitiminin etkisi hem de mesane kapasitesinin gelişmesi sonucu 2-4 yaş arasında idrarlarını hem gece hem de gündüz tutmayı becerirler. Gece altını ıslatma çoğu zaman mesane gelişimindeki gecikmenin bir sonucudur, bu nedenle de yaşla sıklığı azalır.



Üç yaşındaki çocukların %40'ı altını ıslattığı halde bu oran 5 yaşında %20'ye, 6 yaşında %10'a düşmektedir. Erkek çocuklar kızlara göre daha sık altını ıslatma sorunu yaşamaktadır. Aileler 5-6 yaş civarında bu sorunla ilgilenmeye ve genellikle de 7-8 yaşında hekimlerden yardım istemeye başlarlar. Ülkemizde 7-11 yaşındaki erkek çocukların %16'sında, kızların ise %11'inde altını ıslatma sorunu olduğu bildirilmektedir.

Alt ıslatmanın nedenleri fizyolojik veya duygusal olabilir. Gece altını ıslatan çocukların büyük bir grubu (%90-95'i) fizyolojik altını ıslatma grubunda toplanmaktadır. Bu çocukların gece uykuda mesane doluluğunu hissetmelerinin yetersiz, mesane kapasitelerinin küçük ve uyku derinliklerinin fazla olduğu bildirilmektedir. Altını ıslatan çocukların %2-3'ünden şeker hastalığı, böbrek hastalıkları, mesane hastalıkları gibi sorunlar saptanmaktadır. Genetik nedenler önemli bir faktördür. Anne ve babadan birisinde altını ıslatma öyküsü varsa çocukta % 45, ikisinde birden varsa %77 oranında altını ıslatma sorunu yaşanmaktadır.



Alt Islatmanın Nedenleri

Aşağıdaki Nedenlerden Biri ya da Daha Fazlası Bu Duruma Yol Açabilir

- Anne ya da babada idrar kaçıma sorunu olması
- Çocuğun mesane kaslarının henüz olgunlaşmaması
- Aşırı yorgunluk ya da yatmadan önce çok sıvı tüketme
- Böbrek ve idrar yolunda yapısal problemler
- Stres ve kaygı sorunları (Aile sorunları, ev ya da okul değiştirme, aileye yeni kardeş katılması ya da kardeş kıskançlığı gibi nedenlerle ilgi çekme isteği)
- Duygusal sorunlar (Ebeveynlerin ilgisizliği ya da aşırı ilgisi, kazalar ya da yaşanan şoklar)
- Tuvalet eğitimi sırasında baskı görme
- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB)
- Kabızlığın mesane üzerinde baskı yapması
- Diyabet (Şeker hastalığı)
- Küçük mesane
- Uykudayken mesanenin dolu olduğunu hissedememe
- İdrar yolu enfeksiyonlar



İdrar kaçımanın yarattığı stresli durum nedeniyle de anksiyete ve kendine güven gibi enürezis kaynaklı psikolojik sorunlar da ortaya çıkmaktadır. Gerektiğinde uzman desteği almak çocuğunuzun fizyolojik ve ruhsal sağlığını olumlu etkiler.

Alt ıslatmanın ilk tedavisi genellikle günlük alışkanlıkları değiştirmektir. Bunu yapmak için de çocuğa baskı kurmak, aşırı titizlik, suçlama ya da azarlama gibi davranışlardan kaçınmak, destekleyici olmak gerekir.

Alt Islatmayı Önlemek İçin;

- Günün belirli saatlerinde ve geceleri alınan sıvı miktarının azaltılması,
- Özellikle yatmadan 2 saat önce su verilmemesi,
- Kafeinli gıda ve içeceklerden uzak durma,
- Yatağa girmeden tuvalete gitme,
- Tuvalete ulaşımın kolaylaştırılması,
- Çocuğunuzu belirli bir programda gece idrar çıkması için uyandırma,
- Yağda kızarmış gıdalardan, gazlı içeceklerden, boyalı şekerlerden uzak durulması,
- Ortalama iki saatte bir mutlaka idrara çıkılması,
- Okula giden çocukların her iki teneffüste bir mutlaka çişini yapması,
- Her gün düzenli büyük abdest yaptırılması,
- Çocuğun tuvaletinin mutlaka oturaklı (alafranga) olması ve ayaklarının altına boyuna uygun bir basamak konması.
- Çocuğun kuru kalma sorumluluğu almasına teşvik edilmesi
- Çocuğun benlik saygısının desteklenmesi gibi davranış değişiklikleri de doktorunuz tarafından önerilebilir.



Çocuğunuza Nasıl Yardım Edebilirsiniz?

Çocuklar yatak ıslatma nedeniyle utanma ya da suçluluk duyabilir, kaygılı olabilir. Çocuğunuzun bilinçli olarak yatak ıslatmadığını ve yardımınız olmadan bunu önleyemeyeceğini unutmayın. Onu azarlamayın ya da suçlamayın. Arkadaşları ya da başka aile üyeleri tarafından bu nedenle kendini kötü hissetmediğinden emin olun. Enürezisin geçici bir sorun olduğunu unutmayın. Gündüz idrar kaçırmaları için dışarı çıkarken yanınızda ek giysi bulundurun.

Kaynaklar;

*<https://www.medicalpark.com.tr/alt-islalma-enurezis/hg-2001> adresinden ulaşılmıştır.

*Tekin, A. (2016). Altını ıslatan çocuğa yaklaşım. *Çocuk Cerrahisi Dergisi* 30, 554-558

ÇOCUKLARDA TIRNAK YEME

Ruhsal gerilim, sıkıntı veya saldırganlık duygularının açığa vurulmadığı durumlarda, çocuğun kendi kendine yönelik saldırganlık dürtüsünün bir belirtisi kabul edilir. Huzursuz çocuklarda sıklıkla rastlanır.

Aile içinde aşırı baskıcı ve otoriter bir eğitimin uygulanması, çocuğun sürekli olarak azarlanması, eleştirilmesi, kıskançlık, yetersiz ilgi ve sevgiyle sıkıntı ve gerginlik tırnak yemeye neden olan başlıca etkenler arasında sayılabilir.

Çocukların hemen hemen yarısında görülen bu davranışın model alınarak diğer çocuk tarafından taklit edilmesi de bir etken olabilir.

Eğer çocuk evde stresli bir ortamda yetişiyorsa, yeni bir şehre yerleşmiş veya yeni bir okula başladıysa, ailesinden birini kaybettiyse, ailesi tarafından cezalandırılıyorsa veya çocuğun anne ve babası boşanma sürecindeyse çocuk bu stresten kurtulma yolu olarak tırnak yeme davranışına başvurabilir.

Tırnak yeme büyük bir ihtimalle parmak emmede olduğu gibi, psikolojik çevredeki hoşnutsuzluklardan kaynaklanmaktadır.

Evdeki mevcut gerilimleri azaltmaya yöneliktir.



Tırnak Yeme Problemlili Davranışını Çözmek İçin;

- Çocuğun tırnağına acı biber, oje, uhu vb. maddeler sürme, çocuğu bu davranışından dolayı azarlamak, eleştirmek, korkutmak, cezalandırmak doğru bir çözüm yolu değildir. Bunlar çocukta bu davranışının pekişmesine yol açabilir.
- Küçük yaşlarda, eline nesne veya oyuncak vermek, dikkatini dağıtmak, ilgisini başka tarafa çekmek gibi yöntemler kullanabilirsiniz. Çocuk tırnak yediği zaman ilgisi başka tarafa çekilebilir. Oynamak istediği bir oyun, izlemek istediği bir çizgi film, yapmak istediği bir etkinlik işe yarayabilir.
- Siz de onunla birlikte bir alışkanlığınızı bırakmaya çalışın. Böylece ona sadece ne yapmasını veya ne yapmamasını söylemek yerine davranışlarınızla da destek olmuş olursunuz.
- Çocuğunuzu korku, kaygı yaratacak durumlardan uzak tutun. Küçük çocukların kaygı, korku verici televizyon filmlerini izlemeleri, kavgalı olaylarda bulunmaları çocuğu heyecanlandıracağı için sakıncalıdır.
- Çocuğunuza zaman vermeli ve fazla zorlamamalısınız. Önemli olan sizin ona sabırla yaklaşmanız ve vazgeçirme sürecini zamana yaymanızdır. Daima sabırlı, kararlı ve sevgi dolu olun.

KAYNAKLAR

<http://www.pdpsikodestek.com/TirnakYeme.html> adresinden 07.01.2020 tarihinde erişilmiştir.

<http://www.aktuelsikoloji.com/cocujkarda-tirnak-yemenin-nedenleri-ve-tedavisi-19291h.htm>

adresinden 06.01.2020 tarihinde erişilmiştir.

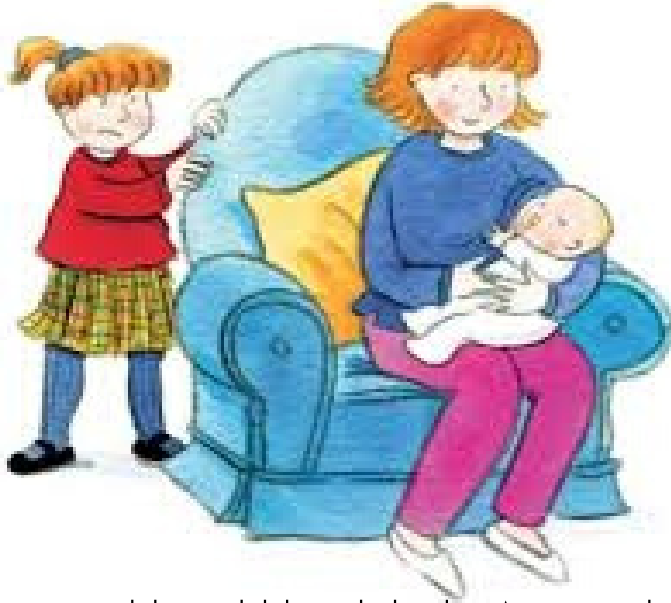
<https://www.adnancoban.com.tr/tirnak-yeme> adresinden 06.01.2020 tarihinde erişilmiştir.

<http://www.guncedanismanlik.net/index.php?>

[option=com_content&view=article&id=131:cocuklarda-tirnak-yeme-davranisi&catid=21&Itemid=113&lang=tr](http://www.guncedanismanlik.net/index.php?option=com_content&view=article&id=131:cocuklarda-tirnak-yeme-davranisi&catid=21&Itemid=113&lang=tr) adresinden

07.01.2020 tarihinde erişilmiştir.

ÇOCUKLARDA KARDEŞ KISKANÇLIĞI



Çocuk sahibi olmak ve çocuk büyütme, evli bir çiftin anne baba konumuna getiren bir basamaktır ve bu noktadan itibaren anne babalara bir hayli sorumluluk yüklenir. Tek çocuğu büyütme dahi bu kadar zorluk içerirken, çoğu aile; birden fazla çocuk sahibi olarak; tek çocuğa verebilecekleri emeği birden fazla çocuğa dağıtmaktadırlar.

İşte; önemli bir zorluk burada başlar. Anne veya baba; çocuklarına ayrı ayrı ilgi göstermek zorunda kalırken, çocukların her biri de anne veya babalarının ilgilerini, sevgilerini daha çok elde edebilmek adına bir rekabet içine girerler. Dolayısıyla; gündelik yaşam içinde, kardeşler arasında belirli bir düzeyde rekabet oluşur ve bu doğal karşılanır ancak aile içinde ilişkiler bozacak ve aile bireylerinin yaşam kalitelerini aksatacak derecede yaşanan rekabet "kardeş kıskançlığı" olarak adlandırılmakta ve önlem gerektirmektedir.

Kardeş kıskançlığı çeşitli şekillerde ortaya çıkar

Dile Getirme

Bazı çocuklar kardeşlerine duydukları kıskançlığı "Keşke hiç doğmasaydı, ondan nefret ediyorum." gibi sözlerle dile getirirler.

Zarar Verme

Kıskançlığı yoğun olarak yaşayan çocuklar kardeşlerine fiziksel olarak (vurmak, düşürmek, ısırma vb.) zarar verebilirler.

İçe Kapanma

Bazı çocuklar, sevilmediklerini düşünerek içine kapanabilir ve depresyona girebilirler.

Geri Çekilme

Bazı çocuklar, kardeşlerinin doğmasıyla birlikte bebeklik döneminde görülen özelliklerini yeniden göstermeye başlarlar: emzik emme, alt ıslatma vb.

Kardeşini Kıskanan Çocuklarımız İçin Ne Yapabiliriz?

- Çocuğunuza kardeşini kıskandığı için kızmayın. Çünkü çocuğunuz kardeşini kıskanıyorsa önemli olan sizin ona karşı tutumunuz ve onun bu duygusuyla nasıl başa çıktığıdır. Öncelikle kabul edilmesi gereken bunun normal bir duygu olduğudur. Çocuğunuzun anlaşılmaya ihtiyacı vardır. Dolayısıyla onun duygularını anlayıp bunları ona söylersek, bu durum hem onu anladığımızı göstermemize hem de onun kıskançlık duygusuyla başa çıkmasına yardımcı olur. Örneğin: "Kızgın olduğumu biliyorum; ama kardeşine zarar vermek bir işe yaramayacak," deyip sonra da "Seni de kardeşini de seviyorum," diye ekleyebilirsiniz.
- Kardeş olduktan sonra; anne-babanın, kendi aralarında işbölümü yapmaları ve babanın desteği çok önemlidir. Böylece anne babası tarafından artık eskisi kadar sevilmediğini düşünen çocuğunuzla ilgilenebilirsiniz.
- Çocuğunuza, "Kardeşin doğdu ama sana olan sevgimizde herhangi bir azalma yok." mesajını vermelisiniz. Bunu sadece söyleyerek değil, aynı zamanda ona özel zaman ayırarak, birlikte ortak faaliyetler yaparak ve ona sorumluluk vererek yapabilirsiniz.

Çocuklar yeni bir kardeşi olduğunda kendilerini terk edilmiş ve güvensiz hissederler.



- "Endişelenme, seni de kardeşin kadar seveceğiz." cümlesi ne kadar iyi niyetli olsa da çocuk için bir rekabet ortamı yaratır ve anne-babanın sevgisi için kardeşle yarışmasına yol açar.
- Küçük kardeş için söylenen "Ne kadar yaramaz, sürekli beni yoruyor. Ben seni daha çok seviyorum." gibi sözler büyük çocuk tarafından inandırıcı bulunmayacaktır. Bu durum çocuğunuzun size olan güvenini sarsacaktır.

- Bebeğe, sürekli "bebek" diye hitap etmek yerine, adıyla hitap etmek, "benim" değil "bizim" diyerek söz etmek daha iyi olur.
- Küçük kardeşe ilgili işlerde büyük çocuğunuzdan yardım isteyebilirsiniz.



- Çocuğunuzla kardeşi olmadan yaptığınız şeyleri yapmaya devam edebilirsiniz. Bu olay yaşanan kıskançlığı en aza indirecektir.
- Kardeşinin doğumuyla birlikte büyük çocuğunuzu hemen anaokuluna gönderilmemelisiniz. Bu durum çocuğun "Beni okula gönderiyorlar, onlar evde oynuyorlar," gibi düşüncelere kapılmasına yol açabilir. Fakat anaokuluna zaten giden bir çocuğun da kardeşi doğduğu için anaokulundan alınmaması gerekir. Arkadaşlarıyla vakit geçirip oynayacağı, bir ortamda bulunması çocuğun kıskançlık duygusuyla başa çıkmasında yardımcı olur.
- Her şeyin eşit değil, adil olması için çabalamalısınız. Eşit zaman ayırmak yerine, her çocuğa gereksinimine göre zaman ayırmak gerekir. Sevginizin eşit olduğunu göstermek yerine, her çocuğa sadece kendine özel bir sevgi duyulduğunun göstermek daha doğru olacaktır.

Sonuç olarak, çocuğunuzun kardeşini kıskanmasını ortadan kaldıramayacağınızı, unutmayın. Bunun yerine çocuğunuzun kıskançlık duygusunu kontrol altında tutabilmesini kazandırabileceğinizi, her iki çocuğa da zaman ayırmanın önemli olduğunu, kardeş kavgalarında fiziksel zarar verme olmadıkça araya girmemeniz, dolayısıyla taraf tutmamanız gerektiğini, "sen büyüksün..." ve "sen küçüksün..." kelimeleri ile başlayan ifadeler yerine tartışmalarda ikisine aynı yaklaşım ve önerileri sunmanız gerektiğini, ergenlik dönemi sonlarında ilişkilerinin daha paylaşımcı ve beklediğiniz kardeş ilişkisine daha yakın olacağını, bunun doğal gelişim sürecinde adım adım çözümleneceğini unutmayınız.

Çünkü, kardeş kıskançlığı doğal gelişimsel bir sorundur!

KAYNAKLAR