

UYUM VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI



ÜMRANIYE REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Uyum, bir canlı türünün çevreye uygun davranmasıdır. Bir başka tanıma göre uyum, çocuğun sahip olduğu özellikleri ile kendi benliği ve içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve sürdürebilmesidir.

Bu özelliklere sahip kendisiyle ve çevresiyle ahenkli ilişkiler kurabilen çocuklar için "uyumlu çocuklar" denilmektedir.

DAVRANIŞ BOZUKLUĞU

Çocuklar kendilerine yabancı olan bir dünyaya yaşamlarını sürdürebilecekleri bilgi ve beceriden yoksun olarak gelmektedirler. Aile çocukların bu yöndeki bilgi ve becerileri edinme ve ilk günden itibaren çocuğun yaşamını şekillendirme gücüne sahip olma açısından en önemli ve etkili bir kurumdur.



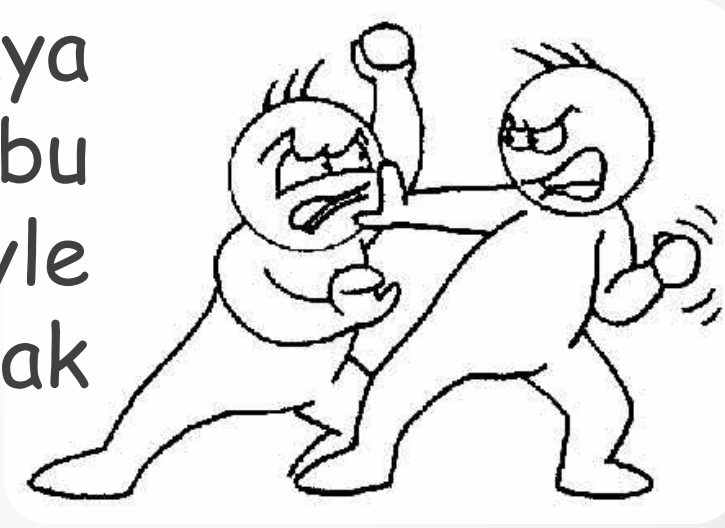
DAVRANIŞ BOZUKLUĞU



Söz konusu süreçte ebeveynin çocuk gelişimi ve eğitimine ilişkin bilgi eksikliği ya da bilgiyi çeşitli nedenlerle uygulamaya aktaramaması çocukta olumsuz davranışların yerleşmesine zemin hazırlayabilmektedir

DAVRANIŞ BOZUKLUĞU

Çocuğun çeşitli ruhsal, bedensel ve diş etkenlere bağlı olarak, iş çatışmalarını davranışına aktarması sonucu ortaya çıkar. Başka bir deyişle bu çocukların çevreleriyle ilişkileri sũrekli olarak gergin ve sũrtũşmelidir.



DAVRANIŞ BOZUKLUKLARINA ÖRNEKLER

- ▶ Kekemelik
- ▶ Altını ıslatma
- ▶ Altını kirletme
- ▶ Parmak emme
- ▶ Tırnak yeme
- ▶ Yalan söyleme
- ▶ Saldırganlık
- ▶ Uyku problemi
- ▶ Hırsızlık/Çalma
- ▶ Saç çekme / Kıl yolma
- ▶ Ayrılma kaygısı

Çocukta ortaya çıkan sorunları, davranış bozukluğu olarak ele almadan önce , bunların nicelik ve niteliğinin iyici tanınması gerekir. Bunların başında çocuğun gelişim dönemi özelliklerini bilme gelir.

Herhangi bir yaş ve dönem için normal olan bir davranış, başka bir yaş ve dönemde ortaya çıktığında sorun olabilir. Örneğin 1-2 yaşında düzgün yürüyememek normal kabul edilirken; daha büyük yaşlarda normal kabul edilmez.

Çocuğa uyumsuz diyebilmek için tek bir beklentiden yola çıkılamaz. Őu ölçütleri göz önünde tutmak gerekmektedir:

a) Belirti bir gelişim döneminde sıklıkla görülen geçici bir durum olabilir. Örneğin 4-5 yaşlarına kadar çocukların gece alt ıslatmaları olağandır.

b) Belirtinin sıklığı ve gücü başka bir ölçüt olarak kullanılabilir. Okul çağında her gece yatağını ıslatma bir sorun olarak ele alınabilir.

c) Belirtinin sürekliliği de önemli bir ölçüttür. Örneğin; yeni bir kardeşin doğumundan sonra görülen hırçınlıklar, huysuzluklar alt ıslatma, kaka kaçırmaya olağandır. Ancak çeşitli nedenlerle bu belirtilerin sürüp gitmesi uyumsuzluk olarak saptanabilir.

d) Bir belirtinin ağırlığı ve sıklığı yanında, başka hangi belirtilerin eşlik ettiğini bilmek önemlidir. Her gece yatağını ıslatan çocuk yalnız bu beklentiler nedeniyle uyumsuz olarak belirlenemez. Bunun yanında korkular, kekemelik, davranış bozuklukları görülmesi uyumsuzluk tavrını destekler.

e) Çocuklar bütün sorunlarını dışa vurmazlar. Bu nedenle dıştan belirti göstermeyen bir çocuğun her zaman uyumlu ve dengeli sayılması gerekmez.

f) Son olarak, çocuğun geçmişteki uyumunun ve olumlu niteliklerinin de incelenmesi yararlı olur. Çocuğun zekası, becerileri özel yetenekleri, toplumsal ilişkileri uyum yeteneğinin göstergesi olabilir



Uyum ve davranış bozukluklarını oluşturan pek çok neden vardır. Bu nedenlerin belli başlıları şöyle sıralanabilir:

Aile içi ilişkilerin ve etkileşimin bozuk oluşu

- Anne babanın ilgisizliği ya da aşırı ilgisi

Anne babanın boşanmış olması ya da ailenin parçalanmışlığı

- Anne babanın alkol, uyuşturucu maddeler kullanması

Çocuğa baskıcı tutarsız, kararsız, disiplin uygulanması

Çocuğun yersiz, yanlış, aşırı cezalandırılması

Çocukla ilişkilerde kararsız, inisiyatifsiz davranılması

Anne babanın, işsiz, ekonomik sıkıntı içinde olması

Çocuğun okul başarısızlığının düşüklüğü

Kötü arkadaşlarla birliktelik

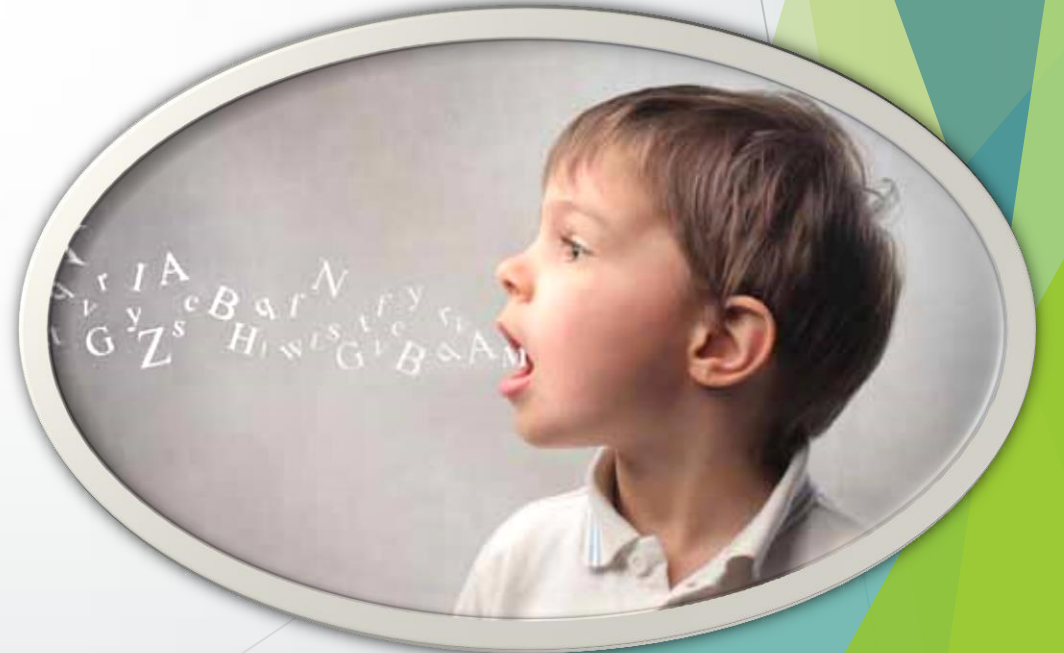
Çocukta beklenti zayıflığı ya da yokluğu

UMRANIYE RAM

Aşırı toplumsal baskı, özgürlüklerin kısıtlanması.

1-KEKEMELİK

- Kekemelik terimi sözel iletişimi sıklıkla ve önemli ölçüde bozan konuşma kusurları anlamında kullanılmaktadır.
- Kekemeliğin en açık görülen özelliklerinden biri kelimelerin, cümlelerin ve özellikle hecelerin tekrarıdır.



NE ZAMAN BAŞAR? NASIL ANLAŞILIR?

Tekrarlamalar özellikle çocuklarda normalde **4-5** yaşına kadar görülebilmektedir. Bu masum tekrarlarla kekemeliğin birbirinden ayırt edilmesi gerekmektedir. Hastalık genellikle **12** yaşından önce çoğunlukla **2-7** yaşları arasında başlar.

HANGİ DURUMLARDA YOĐUNLAŐIR?



Bozukluğun Őiddeti, ocuğun içinde olduğu duruma göre değişir. Kekemelik stresin yoğun olduğu durumlarda artar.

Nasıl Oluşur?

Kekemeliğin oluş nedenleri kesin olarak bilinmemektedir. Ancak, psikolojik, bir hastalığa bağlı olarak ya da çevresel etkenlerle ortaya çıkabileceği bildirilmiştir.

OLUŞ SEBEBLERİ?

- *Çocuğun zekasının yeterli olmayışı ve daha zor ve yetersiz öğrenmesi,
- *Çocuğun başarılı olması için çevresinden ve özellikle ana-babasından gördüğü zorlanma, buna karşı, çocukta sıkıntının geliştirilmesi,
- *Sol elini kullanan bir çocuğun ısrarla sağ elini kullanmaya zorlanması,
- *Ana-babanın aşırı mükemmeliyetçi bir karakterde olması, hoşgörü eksikliği, gereğinden fazla disiplin uygulanması,

AİLENİN TUTUMU



Kekeme çocukların ailelerinde, ana-babalarının aşırı titiz ve kuralcı olduğu gözlenmiştir. Bu anne ve babaların çocuklarının konuşmasına aşırı önem verdikleri gözlenmiştir.

TEDAVİ YOLU

Kekemeliğin tedavisinde ilk önce çocukla görüşülerek onun psikolojik durumu hakkında bilgi edinilir. Kekemeliğin altında yatan psikolojik faktörler ortaya çıkarılarak buna yönelik tedaviler uygulanır.



2-ALTINI ISLATMA

Normal gelişmekte olan bir çocuğun,
4-5 yaşlarından
sonra altını ıslatması durumudur.



OLUŞ ŐEKLİ

Tuvalet eğitimine erken baŐlanması ve sert tutum sergilenmesi çocukta ileride idrar kaçırma ve "karŐıt olma karşı gelme bozukluğunun görülmesine neden olur. Ailede lm, ayrılık, geçimsizlik, okul baŐarısızlıđı, kardeŐ doğumu gibi durumlar da çocukta sıkıntıya neden olarak ikincil altını ıslatmaya neden olabilir.

YANLIŞ İNANIŞLAR

Bu çocukların anne-babalarında daha çok sorunu gizleme ya da nasıl olsa bizde de daha önce olmuştu, büyüyünce geçer düşüncesiyle tedaviye başvurmama gibi bir sorunla karşı karşıya kalınmaktadır.



YANLIŞ İNANIŞLAR

Bu tür rahatsızlığı olan çocukların ailelerinde kolay öfkelenme, şiddet uygulama, çocuğu başkalarının yanında utandırma gibi yanlış tutum ve davranışlar da görülebilmektedir. Bazı aileler ise aksine bu durumu sevecenlikle karşılama, bezleme yoluna gitmektedirler.

TEDAVİ OLUNMADIĞINDA DOĞABİLECEK SORUNLAR



Tedavi edilmeyen çocuklarda pasif saldırganlık, içe dönüklük, utangaçlık gibi sorunların gelişebilmesi, ileri yaşlarda ise davranım bozukluklarının görülebilmesidir.

TEDAVİ ŐEKLİ

Tedavide klasik olarak; çocuğun asla bezlenmemesi, akşam sıvı alımının kısıtlanması, ıslatmadığı geceler için ödüllendirilmesi, idrar tutulmasını kolaylaştırıcı ilaçların kullanımı gibi yöntemler denenmekte ve başarılı olunmaktadır.



3-DIŞKI KAÇIRMA

Çocuğun kakasını tutma ve bırakma işlevini kontrol edebileceği yaşı gelmiş olmasına karşın, istemli ya da istem dışı olarak kakasını uygun olmayan yerlere bırakma ile belirlenen bir bozukluktur.



OLUŞ SEBEBİ

Bu tanının konulabilmesi çocuğun en az 4 yaşında olması gerekir. Tuvalet eğitimine erken baőlanılan çocuklarda altını kirletme görülebilmektedir. Çünkü, yeterli kas gelişimi olmadığı için bu durumu ocuk engelleyemez.



OLUŞ SEBEBİ

Ayrıca aşırı titiz ve katı disiplin uygulayan anneye karşı, bir tepki şeklinde de ortaya çıkabilmektedir. Yeni bir kardeşin doğumu, anneden ayrılık, korkutucu olaylar hastaneye yatış, anaokuluna gidiş gibi tedirgin edici durumlar, çocukta bir gerilemeye yol açar.



TEDAVİNİN ÖNEMİ

Altını kirletme çocuğun annesiyle arasındaki bozuk ilişkiyi gösteren bir durum olarak da değerlendirilebilir. Altını kirletme, çocuğu utandıran, kendine saygısını zedeleyen, sosyal yaşamını, arkadaş, aile ilişkilerini bozan bir belirti olduğundan tedavi büyük önem taşır.



TEDAVİNİN SÜRECİ

- Altını kirletmeyi sürdüren çocuklar için izlenebilecek bazı öneriler şunlardır:
- ✓ Okul durumuna göre, sabahçı ise öğleden sonra, öğlenci ise sabahleyin kakası gelsin veya gelmesin tuvalete oturması ve kakasını yapıncaya kadar beklemesi, gerekirse bunu günde birkaç kez tekrarlaması, ancak kakasını yapmamışsa, başka bir şey (oyun, ders, yemek gibi) yapmaması istenir.

TEDAVİNİN SÜRECİ

7-10 günlük takvim tutup, her günkü durumu not etmesi ve tekrar etmesi istenir. Dışkısını tutabildiği günlerin sayısı artmışsa, kendisi ile oyun oynanır. Uygun biçimlerde ödüllendirilir.

Çok lifli diyet veya yumuşatıcı ilaçlar kullanılarak çocuğun bağırsaklarını mümkün olduğu kadar boşalttığından emin olunur. Kabızlık çeken veya bağırsakları çok dolu olan bir çocuğun bu sorunu aşması zordur.



DIŞKI KAÇIRMA

Altını pisleten çocuklar, kirli iç çamaşırını temizlemelidir. Bu bir, ceza olmayıp, sorunun daha çok farkına varmalarına ve bundan kurtulmak için daha istekli olmalarına yardımcı olmanın bir aracıdır. Altını pisleten çocuklar, temizleme işini sıkıcı buldukları için konuya duyarlı olmayı öğrenirler.

DIŞKI KAÇIRMA

Başarının fazlasıyla ödüllendirilmesi, altını pisleten çocuklarda kolayca gelişen, güvensizlik ve başarısızlık duygularını engellemede yardımcı olacaktır.

DIŞKI KAÇIRMA

- ✓ Tıbbi müdahale, uygun bir rejim ile birlikte dışkının kontrolü için lavman, müshil ilacı ve fitil kullanarak, dışkı ile doğrudan fiziksel kontrolü sağlamaya çalışılır.

ÖNEMLİ: Altını kirletme 4 yaşından sonra her çocuk için çok ürkütücü bir sorundur ve ciddi olabilecek duygusal sonuçlarının önlenmesi için etkin bir tedavi gerektirir. Tedavi sağlanmazsa, kolaylıkla psikolojik sarsıntıya yol açabilir. Bu nedenle bir uzmanın yardımına başvurmakta gecikmemelidir.

5-PARMAK EMME



Bu faaliyet erken çocuklukta emme, çocuklukta sakız çiğnemek, tırnak ısırma, gençlikte sigara içme, öpme ve hafif ısırma şeklini alır.

PARMAK EMME

➤ Bu sürecin başlaması ve devam etmesi

Başparmağın, emme objesi olarak seçilmesi muhtemelen rastlantıdır. Başparmak genç çocuğun rastgele yaptığı el hareketleriyle ağız ile temasa gelmesiyle başlamaktadır. Bu sırada faaliyet zevk verici bulunmakta ve bundan sonra da zevk kaynağı olarak devam etmektedir.

PARMAK EMME

➤ Hangi durumlarda sık görülür?

3-4 yaşlarına kadar herhangi bir rahatsızlığa bağlı olmaksızın da görülebilir. Ayrıca çocuklarda korkuda, açlıkta, anneden ayrılmada veya uykuya dalarken görülebilir. Parmak emmenin uykuyla sıkı bir ilgisi vardır. Bir çok çocuk parmaklarını uykulu oldukları ve uykuya daldıkları zaman emerler.

PARMAK EMME

2 yaşındaki çocukların bir kısmı uykuya dalarken parmaklarını ağızlarına almak için direnirler. 3 yaşında bu alışkanlık uyku sırasında kendiliğinden kaybolabilir. Anne-babaya parmak emmenin zararsız bir faaliyet olduğu açıkça anlatılmalıdır.

PARMAK EMME



- Sürekli parmak emme, psikolojik sorun ve gerginliklerin bir sonucu olarak gelişebilir

Temelinde anne çocuk ilişkisindeki yetersizlik ve çocukta güven hissinin yeterince gelişmemiş olduğuna işaret eder. Anne çocuğuyla ilişkisini tekrar gözden geçirmeli, onun sosyal ortamlarda daha rahat olması için, cesaretlendirmeli, çocuğun hareketlerini kontrol etme ve düzenleme noktasında onu daha özgür bırakmaya özen göstermelidir.

PARMAK EMME

➤ ÖNERİLER

Parmak emme alışkanlığı karşısında anne-babanın yapacağı en sağlıklı yaklaşım, olayı telaşa kapılmadan sabırla karşılamak ve ilgilenmekten kaçınarak çocuğa bu alışkanlığın, bebekçe bir davranış olduğunu, başkalarının gözünde hiç iyi görünmeyeceğini, basit bir dille anlatmaktır.

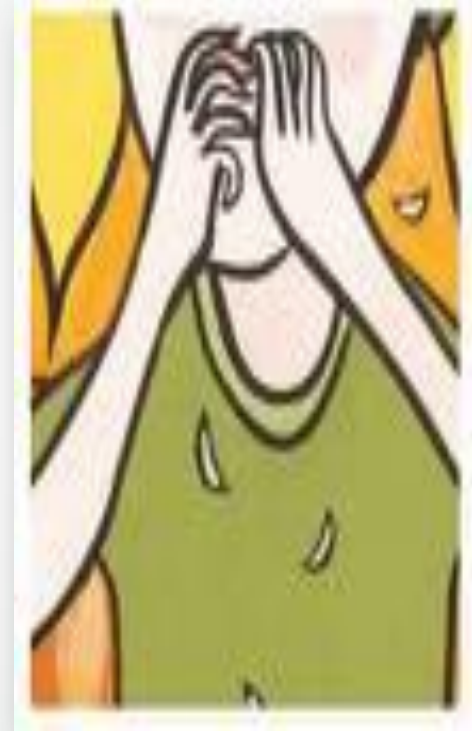
PARMAK EMME

ÖNERİLER

Çocuğa alıştığı parmak emmeden aldığı hazdan daha kuvvetli ve eğlendirici bilhassa ellerini kullanmak suretiyle yapılacak bazı uğraşlar bulmak yararlı olmaktadır.

6-TIRNAK YEME

Çocuktaki iç huzursuzluğunun ruhsal belirtisidir. Huzursuz çocuklarda sıklıkla rastlanır. Tırnak yeme, daha çok sinirli çocuklarda ve dişlerin çıkmaya başladığı dönemlerde görülmektedir. 7-8 ve daha ileri yaşlarda da görülebilen tırnak yeme, özellikle çocukların ellerinde herhangi bir iş ya da oyunla uğraşmadığı zamanlarda görülmektedir.



TIRNAK YEME

- Tırnak yeme psikolojik çevredeki hoşnutsuzluklardan kaynaklanmaktadır

Tırnak yeme, bir güvensizlik belirtisi olarak kabul edilebilir. Aile içinde aşırı baskıcı ve otoriter bir öğretimin uygulanması, çocuğun sürekli olarak azarlanması, eleştirilmesi, kıskançlık, yetersiz ilgi ve sevgiyle sıkıntı ve gerginlik tırnak yemeye neden olan başlıca etkenler arasında sayılabilir. Çocukların hemen yarısında görülen bu modelin çocuk tarafından taklit edilmesi de bir etken olabilir.

TIRNAK YEME



➤ Öneriler

En etkili yöntem 3-4 yaşlarına kadar bu alışkanlığın anne-baba tarafından görmezlikten gelinmesidir. Daha sonra bu alışkanlık devam ederse çocuğun gerginlik ve uyumsuzluk nedenleri iyice araştırılmalı ve bunlar saptanarak çözüm getirilmelidir.

TIRNAK YEME

Öneriler

Çocukları korku kaygı yaratacak durumlardan uzak tutmak gerekir. Küçük çocukların kaygı, korku verici televizyon filmlerini izlemeleri, kavgalı olaylarda bulunmaları çocuğu heyecanlandıracağı için sakıncalıdır. Tırnak yiyen çocuklara geceleri yatarken eski hafif eldivenleri giydirmek.

TIRNAK YEME

➤ Öneriler

Çocukların ilgisi başka yöne çekilebilir. Sinema, televizyon izlerken veya radyo dinlerken onun ağzını çiğneyecek bir şeyle meşgul etmek tırnak yemenin ve ısırmanın yerine gelecek bir etkinlik olabilir. Çocukları ara sıra başarılarından dolayı ödüllendirme bazı durumlarda yarar sağlayabilir.

TIRNAK YEME

Ancak bunun kısıtlı ve uygun şekilde kullanılması gerekir. Aksi takdirde çocuk yeni ödülleri almak için bunu kullanabilir.



Çocuğun kendi tırnak bakımıyla uğraşması da yararlı olabilir. Bunun içinde çocuğa manikür ve pedikür malzemeleri alınabilir.

TIRNAK YEME

*Çocuk bu alışkanlıktan vazgeçmesi için zorlanmamalıdır. Zorlama, alışkanlığı tekrarlatır.

*Son söz ve bir önlem olarak tırnak yemenin ve ısırmanın çok kötü bir alışkanlık olmadığı ve bunu isteyenlerin kolaylıkla terk edebilecekleri çocuklara anlatılmalıdır. Çocuk buna inandırıldığı zaman bu alışkanlıktan vazgeçmek için çaba gösterecektir.

TIRNAK YEME

Çünkü dış etkenler çocuğun bu alışkanlıktan vazgeçmesine fazla etkili olmamakta, bazı hallerde alışkanlığın kökleşmesine ve başkalarını kızdırmak ve huzursuz etmek için bir araç olarak kullanılmasına neden olmaktadır.

7-YALAN SÖYLEME

Bir hatayı gizlemek amacıyla gerçeğe uygun bir girişimde bulunmaktır. Bu girişim, sözle olabildiği gibi jest, yazı ve susmayla da olabilir. Sosyal bir davranış olan yalanın amacı başkalarını yanıltmaktır.



YALAN SÖYLEME

Yaşamın ilk 4 yılında çocuğun yalan söylemesi konusunda endişe etmeye gerek yoktur. Ana babaların birçoğu, çocuğun gerçeğe sadık kalmasını çok erken bir dönemde isterler. Oysa 3 yaş çocuğunun "inanılmayacak öyküler" uydurması ve taklit oyunlarından hoşlanması doğaldır.

YALAN SÖYLEME

Yalan çocuğun eğlenmeyi sevmesinin birine takılmaktan hoşlanmasının doğal övünme arzusunun, arkadaşlarından geri kalmama isteğinin ya da cezalandırma korkusunun bir sonucudur.

YALAN SÖYLEME

➤ **Ancak, çocuk 5 yaşına geldiği zaman;**

Yalan salt övünmekten öte bir amaçla söylenmişse, düş gücü ürünü ya da bir şaka değilse, o zaman annenin çocuğa, eğer doğruyu söylemezse ona ne zaman inanabileceğini ifade etmesi yeterlidir. Sert cezalar suçlanmadan kaçmak için çocuğun yalan söylemesine yol açar.

YALAN SÖYLEME

➤ Sözde yalan

3-4 yaş çocuklarının sıklıkla söyledikleri yalanlar aslında gerçek anlamda yalan değildir. Sahte ya da görünürde başka bir deyişle, "sözde" yalanlardır. Eğitimsel yanlışlıklar, sosyal ve moral anlam verme, kınama, üzüntüyle karşılama, bu tür yalanları doğurur. "Sözde" yalanlar, çocuk düşüncesini kendiliğinden ve özgün ürünleridir. Çocuk psikolojik gereksinimleri nedeniyle gerçek dışı fikir, bilgi ya da hayallere sığınabilir.

YALAN SÖYLEME

* Alışkanlık haline gelen yalan

Çocuğun gerçekte gerçek olmayanı ayırt etmesinden sonra, yalanın hala süregelmesi halinde, yalanın temelinde çevreyle olan olumsuz ilişkiler yatıyor demektir. Burada uydurma sözler anlatma, öyküler icat etme ya da kendi yararına bazı şeyleri reddetme gibi hayali yalandan daha önemli yalanlar söz konusudur.

* Yalancılığın "Kendini kontrol edememek ve aşırı bencillik" ile yakından bir ilgisi vardır.

Çocuk başkalarının hak ve çıkarlarına hiç olmazsa kendininki kadar değer vermesini öğrenememiştir.

YALAN SÖYLEME

Olması gereken eğitimsel koşullarda yetişmiş normal çocuk yalan söylemez. Eğitimci ve yetişkinlerin kendileri ve çevreleriyle barış içinde olan çocukların yalana en az başvuranlar olduklarını unutmamaları gerekir. Yalancılık, hırsızlık ve okuldan kaçma gibi davranış bozukluklarıyla yakından ilgilidir. Çocuk, ergenlik dönemine girdiğinde yalanın türü ve içeriği değişir.

YALAN SÖYLEME

- Yalan söylemenin çocuğun ailesi çevresi ve ailede aldığı eğitimle ilişkisi

Bilhassa aile çevresinde çocuğun aşırı bir baskı altında tutulması isteklerinin gizli kapalı yollardan ve büyüklere sezdirmeden doyurmak zorunda kalması, yalancılığı kolayca geliştirir. Bazen de çocuk kendisine fazla karışılması nedeniyle, yalan söyler.

YALAN SÖYLEME

► Yetişkinler çocuğa iyi birer örnek olmalı

Büyükler hareketleriyle çocuğu yalana teşvik eder ve alıştıırırlar. Birçok ana-babalar, çocuklarının yapışkanlığından kurtulup, hareket serbestîlerini elde etmek için yalan söylemekten çekinmezler. Sinemaya ya da ziyarete giderken; dişçiye, doktora gidiyoruz derler. Birkaç saat sonra da gerçeği ağzından kaçıırırırler. Böylece, çocuk ona karşı güvenini kaybeder,

8-SALDIRGANLIK

Genellikle doğuştan var olduğu kabul edilen bir dürtüdür. Bunun dışında çevrenin olumsuz tutumları veya gereksiz engellenmeler, çocuğa yöneltilen saldırganlıklar, çocukta saldırganlığın oluşmasına veya saldırganlık dürtüsünün beslenerek güçlenmesine neden olabilir.

SALDIRGANLIK

Saldırgan çocuk, ruhsal sorunları nedeniyle, yaşıtları ve genel olarak çevresiyle uyumlu ilişkiler kuramayan çocuktur. Aşırı geçimsizdir, ilişkileri gergin ve sürtüşmelidir. Olağan anlaşmazlıkları bile gücüyle çözmeye çalışır. Öfkesini yenemez, hep kendini haklı çıkarma eğilimindedir.

SALDIRGANLIK

- Saldırganlık dürtüsünün toplumsal kurallarla bağdaşır hale getirilmesi

Esas olan çocuk büyüdükçe ve geliştikçe saldırganlığı oluşturan gücün, toplumsallaşmanın kurallarıyla bağdaşır şekilde yararlı uğraş alanlarına dönüştürülmesi ve çocuğun uyumlu davranışlara yönelmesini sağlamaktır.

SALDIRGANLIK

Spora ve yarışmalara yönelen çocuk ve gençlerde saldırganlık dürtülerinin büyük ölçüde pozitif enerji şeklinde kullanılarak rahatlama sağlandığı ve bu durumun saldırganlık eğilimlerinden uzaklaştırıcı olduğu düşünülmektedir.

9-UYKU PROBLEMLERİ

En sık görülen uyku problemleri şunlardır :

➤ Uyumakta zorluk

Bazı çocuklar dıştan gelen uyarılara duyarlıdır, kolayca uykusu bozular. Ancak çoğunluğunun sorunu yatma alışkanlığının kazandırılmamış olması ve geç saatlere kadar büyüklerle kalmasına izin verilmesidir.

UYKU PROBLEMLERİ

Bunun önlenmesi için çocuğun düzenli olarak kesin ve kararlı bir tavırla belli saatte yatırılması gerekir. Alıştığı oyuncacı almasına izin verilmesi, sakin bir sesle masal veya hikaye okunması çocuğun uykuya geçişini kolaylaştırır.

UYKU PROBLEMLERİ

- **Sık uyanma**
- Çocuklar endişe ve korku nedeniyle veya anne ve baba ile birlikte onların yatağında uyumak için sık sık uyanırlar. Bu durumda çocuğa sakin bir tavırla kendi yatağında uyuması gerektiği, güven içinde olduğu ve ihtiyaç duyduğunda her zaman yanında olacakları mesajı verilmeli, kendi yatağında uyuması konusunda desteklenmeli ve özendirilmeli, ödüllendirilmelidir.

UYKU PROBLEMLERİ

➤ Kabus

Çocuk uykudan uyanır, korkulu rüyayı o sırada veya ertesi sabah hatırlar, anlatır. Normalde sıkıntılı bir dönem sonrasında, korkulu bir gün sonunda görülebildiği gibi, ateşli hastalıklar sonrasında ve deprem, sel gibi önemli felaketler sonrası da izlenebilir. Bazen de ruhsal rahatsızlıkların önemli bir işareti olabilmektedir

UYKU PROBLEMLERİ

➤ Uykuda korku

Çocuk uykudan aniden korku ile uyanır. Çığlık atarak oturur ya da kalkar. Amaçsız hareketler yapar. Fakat tam olarak ayılmaz. Anneyi babayı tanıyamaz. Söylenenleri anlamaz. Hızlı soluk alıp verir, kalbi hızlı çarpar, terler. Kendi yaralayıcı bir davranış göstermesi engellenmelidir.

UYKU PROBLEMLERİ

➤ Uyur gezerlik

Çocuk uyku esnasında birden doğrulup, kalkar, oda değiştirir, tam olarak amaca yönelik olmayan otomatik hareketlerde (mutfağa gidip yemekleri dökme, bazen yeme gibi) bulunur. Gözlerini bir noktaya diker. Yüzü donuktur.

UYKU PROBLEMLERİ

Bu durumun devam etmesi halinde aileler mutlaka bilgilendirilmeli, ayrıca sara (epilepsi) hastalığından ayırt etmek amacıyla mutlaka EEG tetkiki yapılmalıdır. Ailelerin sakin olmaları, çocuğa temel uyku alışkanlıklarınının tekrar kazandırılması önemlidir.

10-HIRSIZLIK-ÇALMA

Her çocuk nesnelere sahip olmanın anlamını ve başkalarına ait olan şeyleri olamayacağını öğrenmelidir. Bunu öğretmenin en iyi yolu, çocuğun kendisine ait eşyaları almasını sağlamak ve yeterince büyüyünce kendisine harçlık vermektir. Hırsızlığa karşı eğilim her vakit kusurlu bir eğitim sonucu çocuklara aşılacaktır.

HIRSIZLIK-ÇALMA

Yinelenen çalmaların en önemli nedenleri nelerdir?

✓ **Doyumsuzluk Duygusu:**

Çok çeşitli durumlarda ortaya çıkabilir. Kısa süreli ya da uzun süreli olabilir. Yeni bir kardeşin doğumuyla pabucunun dama atıldığını sanan çocuk, kısa süre için annenin çantasından para çalabilir. Bu davranış, kendisini yüzüstü bırakan anneye karşı bir öç almadır.

HIRSIZLIK-ÇALMA

- ✓ Yeni bir heyecan verici tecrübeler yaşama ya da çevresini atlatarak bir üstünlük ya da hakimiyet duygusu elde etmektir.

Bu istekler, organize edilmiş faydalı bir takım eğitsel faaliyetlerle, beğenilir, kanallara akıtılmadığı taktirde çocuk bunu değişik çalma alışkanlıkları ile tatmin eder.

HIRSIZLIK-ÇALMA

Bu tür hırsızlıklar genel olarak grup halinde işlenir ve çokluk, çalışan eşya ile herhangi bir ihtiyacı kapatmak bahis konusu değildir. Çocuk ve gençlerin hırsızlıklarınının bir kısmını da ana-baba baskısına karşı sembolik bir isyan hareketi diye anlamlandırmak mümkündür.

HIRSIZLIK-ÇALMA

➤ Öneriler

Çocuklara bazı isteklerini kontrol etmeyi öğretmek, bu konuda onlara ciddi bir biçimde yardım etmek, toplumsal değerler olarak mülkiyet kavramını ve başkalarının ve başkalarının mülkiyet haklarında saygı oluşturmak, onlara verilmesi gereken eğitsel bilgilerin başında gelmelidir.

HIRSIZLIK-ÇALMA

Bundan başka, çocuklara 7-8 yaşlarından itibaren, düzenli olarak harçlık verilmesi, eğitimsel planda önem taşır. Harçlık yaşa, ekonomik olanaklara ve koşullara göre değişir.

Bunun yanı sıra, ana-babalar, başkalarının haklarına saygılı bireyler olarak, çocuklarına iyi örnekler sunmalıdırlar. Ana-babalar sağlıklı örnekler olmadıkları sürece bu doğrultuda alınacak önlemlerin yararı yoktur.

HIRSIZLIK-ÇALMA

Anne ve babanın davranışları, dengeli ve tutarlı olmalı, aşırı sevgi ya da katı bir otorite üzerine kurulmamalıdır. Ana-babalar, çocuklarını sağlıklı özerk davranışlara yönlendirmelidir.

Çocuğun kendine saygısını artırıcı tutumlar, olumlu davranışlarını ödüllendirme ve pekiştirme tedavide uygulanması gereken ana ilkedir.

11-SAÇ ÇEKME-KIL YOLMA

Bazı çocuklar 1-2 yaşlarından itibaren kendi saçlarını çekip, yolabilir, vücut kıllarını koparabilirler.

Bu davranış uyumsuz ve huzursuz çocukların önemli belirtilerinden biridir.

Sık görülmemekle beraber, kız çocuklarda biraz daha fazladır.

SAÇ ÇEKME-KIL YOLMA

Konuşmayan veya isteklerini anlatamayan zihinsel engelli çocuklarda görülme sıklığı normal akranlarına göre daha fazladır.

Büyük çocuklarda ve gençlerde daha ciddi ruhsal hastalıkların önemli bir belirtisi olabilir.

SAÇ ÇEKME-KIL YOLMA

Stresli durumlarda saç, kaş ve kirpik yolmalar artmaktadır. Ailelerin birinci çocuklarında daha sık görülmesi, kıskançlığın hastalığın başlamasında etkili olduğunu düşündürmektedir. Yine ailesel bazı özelliklerden söz edilebilir. Aşırı mükemmeliyetçi, eleştirici annelere karşın, edilgen, duygularını belli etmeyen babalar bu hastaların ailelerindeki sık rastlanan bulgulardır.

SAÇ ÇEKME-KIL YOLMA

➤ Oluş Sebepleri

Anne-çocuk ilişkisindeki duygusal yetersizlikler veya duygusal gelişmenin engellenmesi başlıca nedendir. Böyle çocuklarda duygusal alandaki gerilimin ifade edilememesi, boşaltılamaması saldırganlık dürtüsünü artırmakta ve çocuk bu dürtüyü kendisine yöneltmektedir.

SAÇ ÇEKME-KIL YOLMA

➤ Öneriler

Çocuğunuzda benzer durum fark ettiğinizde hemen bir psikiyatri uzmanına başvurmak ve nedenini öğrenmek gerekir. Tedavisinde altta yatan nedenin ve eşlik eden durumların tanınması ve giderilmesi ilk iştir.

12-AYRILIK KORKUSU

Bu bozukluğun temel özelliği çocuğun bağlandığı kişilerden veya evden ayrılık durumu olduğunda aşırı kaygı ve endişe duymasıdır.



AYRILIK KORKUSU

Anne babalarından ayrılmak istemedikleri gibi yalnız başlarına da kalamazlar. Okula gittiklerinde veya başka ayrı ortamlarda sıkıntıları artar. Annelerini gölge gibi takip etmek isterler.

AYRILIK KORKUSU

Uyku zamanı geldiğinde problem çıkarırlar, anne babalarından ayrı uyumak istemezler, gece onların başına gelebilecek kötü şeylerle alakalı kabus görebilirler.

Herhangi bir şekilde ayrılacakları zaman karın ağrısı, baş ağrısı gibi belirtiler görülebilir. Özellikle çocuğun okula başladığı dönemlerde bu durum belirgin olarak ortaya çıkar.

AYRILIK KORKUSU

► Neler yapılabilir?

- Psikoterapi ve ilaç tedavisi ile tedavi edilmeye çalışılır. Çocuğun yaşına uygun psikolojik gelişimi açısından bu türlü problemlerin halledilmesi çok önemlidir. Annelerin çocuklarının bu türlü durumunu daha önceden farkına vardıklarında gerekli önlemleri (onu sosyal ortamlara alıştırmaya çalışmak, bazen yalnız bırakmak, ufak ayrılıklara alıştırmaya çalışmak vb.) almaları uygun olur. Eşlik eden başka problemlerin olup olmadığı araştırılmalı ve gerekli tedbirler alınmadan çocuk yalnız bırakılmamalıdır.

TEŐEKKÜRLER...