

## SEÅ Anaokulu Rehberlik Servisi



### ÇOCUKLARDA OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

Çocuğunuzun nasıl bir yetişkin olmasını istersiniz? Onu bireysel olarak mutlu; özgüvenli, başarılı, sorumluluk sahibi ve sosyal ortamlarda kabul edilebilir bir birey olmasını istiyorsanız, bazı isteklerine hayır diyebilmeli ve uyması gereken kuralları öğretmelisiniz. Çocuğa sıcak, güvenli bir yuva ortamı sunmak; paylaşmak, başkalarına saygı göstermek gibi yaşamın çeşitli kurallarını öğretmek ve sağlıklı bir özgüven geliştirmesi için yardımcı olmak anne-babaların en önemli sorumlulukları arasında yer alır. Çocuğa çeşitli kuralların öğretilmesinde ise, doğru şeyleri yapmaya teşvik etmek kadar, bazı şeyleri yapmasına engel olmak da önem taşır.



Okul öncesi dönemde, çocuğun model aldığı kişiler öncelikle ailesidir. Çocuklar, aile bireylerinin gösterdiği davranışları taklit etmeye çalışırlar. Bu nedenle aile bireylerinin sergileyici davranışları oldukça önemlidir. Olumlu davranışlarla karşılaşan çocuk doğal olarak bu davranışları taklit edecek ve böylece olumlu davranış örüntüleri oluşturacaktır. Olumsuz davranışlara maruz kalan çocuklar da zamanla bunları içselleştirmeye başlayacak ve bu yönde davranışlar sergileyecektir. Bu nedenden dolayı aileler, özellikle okul öncesi dönemde davranışlarına son derece dikkat etmelidirler.



## SEÅŞ Anaokulu Rehberlik Servisi



### Peki, Olumlu Davranışlar Nasıl Kazandırılır?

#### Çocukla Pozitif İletişim Halini Sürekli Kılın

Olumlu ebeveynliğin gücünü ne kadar erken yaşama geçirirseniz (bu beceriler her yaşta çocuk için geçerlidir) çocuklar da o kadar çabuk karşılık verirler. Bu yöntemleri ilk uygulamaya başladığınızda hayır cevapları ile sıklıkla karşılaşabilirsiniz. Çocuklar ya işbirliğine girmekten mutlu olacaklar ya da direnmek onları mutlu edecektir. Bu yöntemleri kullanmak pratik gerektirir ama zaman içinde doğal olarak kullanmaya başlarsınız. Çocuklar da olumlu ebeveynlik yaklaşımına alıştıkça bu yöntemler daha etkili olacaktır.



#### Net Olun

Değiştirilmeye çalışılan davranışın ya da kazandırılmak istenen olumlu davranışın oluşma sürecinde çocuk karşısında net durabilmek gerekmektedir. Ne olursa olsun, ne kadar zorlarsa zorlarsın öncelikle büyük sabır göstermelisiniz ve duruşunuzu asla bozmamalısınız.



#### Olumlu Dil Kullanın

Olumsuz çocuğu suçlayıcı ifadelerden kaçınmak ve olumlu aynı hedefe ulaşan cümleler kullanmak çocuğunuzu kazandırılmaya çalışılan davranışa karşı güdüleyecektir. 'Örneğin, ödevlerini yine yapmadın öğretmenin kızacak yerine, ödevlerini yaparsan öğretmenin mutlu olup sana aferin diyebilir.' şeklinde yapabilirsiniz. Olumlu dil kullanarak çocuğunuzun suçluluk durumuna geçmesini engelleyip, kendini iyi hissederek davranışın yapılmasına katkı sağlayabilirsiniz.

## SEAS Anaokulu Rehberlik Servisi



### İsteyin ama Emretmeyin

Çocukların yaşamı emirlerle doludur; 'Düğümlerini ilikle, dişlerini fırçala, yemeğe gel' gibi. Ebeveynler çocuklarına sürekli olarak aynı şeyi söylemekten nasıl sıkılırlarsa çocuklar da aynı şeyleri duymaktan sıkılırlar. Tekrarlanan emirler iletişimi zayıflattığı gibi etkisini de yitirir. Talep etmenin ve sürekli bir isteği yinelemenin alternatifi sormak ya da rica etmektir. Örneğin; "Git ve oyuncaklarını topla" demek yerine "Gidip oyuncaklarını toplar mısın" denmelidir. "Yapar mısın" sözcükleri çocukların direnişlerini kırar ve onları olaya katılmaya davet eder.



### Uzun Açıklamalardan Kaçının

Ebeveynler olarak isteğinizi haklı çıkarmak için konumunuzu açıkladığınızda gücünüzü yitirirsiniz, çocuğun da kafası karışır. Hâlbuki çocuklara direnmenin bir sakıncası yoktur ve anne ve baba her zaman patronudur. "Artık yatman gerekiyor, yarın zorlu bir gün olacak. Dişlerini fırçala" demek yerine sadece "Dişlerini fırçalayıp yatar mısın?" demek yeterlidir. Erken yatmanın daha iyi olduğunu vurgulamak istiyorsanız daha sonra, çocuğa sizinle işbirliği yaptığı için memnun olduğunuzu söyleyin. Çocuk yatağa girdikten sonra "Dişlerini ne güzel fırçalamışsın, yarına hazırlıklı olmak için şimdi bir güzel uyuyacaksın" diyebilirsiniz. Çocuklar iyi bir şey yaptıklarında küçük konuşmalara daha açık olurlar.



### Tutarlı Olun

Çocuğa karşı tutarlı olmak ve davranış kazandırma sürecinde ona destekçi ilerlemek önemlidir. Çünkü çocuk daha önce yapmadığı ve aslında kendisi için zor olan bir şeyi kendine benimsetmeye uğraşırken hem beden dilimizle hem konuşmalarımızla hem de kendi davranışlarımızla onu pozitif yönde etkilemeliyiz.



## SEAS Anaokulu Rehberlik Servisi



### Devamlı Öğüt Vermekten Kaçının

Birçok ebeveyn çocuklarının kendileri ile konuşmadıklarından yakınır. Bunun en önemli nedenlerinden biri, ebeveynlerin çok fazla öğüt ve ders vermeleridir. Davranışı güçlendirmek için iyilikler ya da kötülükler hakkında uzun söylevler verildiğinde çocuklar işbirliğinden uzaklaşırlar. Dokuz yaşından küçükler buna hazır değildir, dokuz yaşından büyükler ise bu vaazları dinlemezler. Çocuklara ya da gençlere kaç yaşlarında olurlarsa olsunlar, söylev vermenin tek zamanı, onlar böyle bir şeyi istedikleri zamandır. Çocuk sizden bilgi istemedikçe, söylev ya da ders vermek daha fazla direnç yaratır.



### Çocuğunuzun Problem Çözme Becerilerini Geliştirin

Israrcı davranışlar var ise o davranışın sebebi sorulduktan sonra 'Başka ne yapsaydın daha iyi olurdu?' ya da 'daha iyi hissederdin?' şeklinde sorularla çocuğu kendi cevabıyla aslında olumlu davranışı söyletmeye çalışmak yine sürecin bir parçasıdır. "Arkadaşına sinirlendin ve onun kalemini çöpe attın peki çöpe atmaktan başka o anda ne yapabiliirdin?" şeklinde sorularla farklı yanıtlar almak çocuk için çözüm sürecinde daha yardımcı olacak bir tekniktir. Ayrıca burada önemli olanın davranış olduğunu ortamda bulunan kişilerle hiç bir ilgisi olmadığını anlatmaktır. Çocuk kişileri değil yaptığı davranışı göz önünde tutmalı ve tarafsız şekilde davranışının değiştirilmesi için çabalaması istenmektedir. Sözel olarak ödülleri en küçük bir adımında bile çocuğa sunmalıyız. Bu durum çocuğu bir sonraki adıma geçmesini kolaylaştırır. Bütün bunları göz önünde bulundurduğumuzda çocuklarınıza olumlu davranışlar öğretmede ve topluma yararlı bireyler olarak gelişmelerini desteklemede ebeveyn olarak rolünüzün oldukça büyük olduğunu görmekteyiz.

Çocuklarınızı, çok daha iyi anlayarak; onlara bunu hissettirerek ve sonsuz sevginizi göstererek büyütmeniz dileğiyle...

"Çocuklar büyüklüğün sözünü dinlemekte hiçbir zaman başarılı olmadılar, öte yandan; büyükləri taklit etmekte hiç başarısız olmadılar."

James Baldwin