

Okulöncesi Dönem

En Sık Karşılaşılan Sorunlar
Öğretmenlere Öneriler
Velilere Öneriler



2022

Okul Öncesi Dönem Gelişim Özellikleri

Gelişim; dönemler halinde gerçekleşen, her dönemin bir önceki döneme göre farklılıklar gösterdiği, yaşam boyu devam eden bir süreçtir. İnsanların hiyerarşik bir gelişim sırası vardır her çocuk bu sırayı izler. Bir sonraki basamağa geçmek için içinde bulunduğu zamanın özelliklerini tamamlamış olması gerekir. Çocukların hepsi gelişimsel sırayı takip ederler ancak hızları zamanları ve dereceleri birbirlerinden farklıdır. Anne babaların çocuklarına karşı tutumlarını en iyi şekilde belirleyebilmeleri için, onların içinde buldukları gelişim dönemlerinin özelliklerini bilmeleri gerekmektedir.

Çocuklarımızın her bir gelişim özelliğini aynı sıra ve sürede gerçekleştirmesi beklenmemelidir.

Çocuğun Zihinsel Gelişimi

- Dikkat süreleri daha uzundur.
- Daha iyi odaklanırlar.
- Dramatik oyunları daha karmaşık ve zengindir.
- Nesnelere büyüklüklerine, uzunluklarına, renklerine göre ayırabilirler.
- Büyüklük kavramını anlarlar (en büyük, en küçük gibi).
- Nesnelere farklı şekillerde sıralayabilirler.
- Öğretilirse büyük ve küçük harfleri gösterebilirler.
- 4 rengin dışındaki belirli renkleri bilirler (turuncu, gri gibi).
- 20'ye kadar sıralı sayabilirler.
- "Aynı, daha fazla, daha az" kavramlarını anlarlar.
- "Dünden bir gün önce, yarından bir gün sonra" kavramlarını kullanabilirler.
- Saat ve zaman kavramını anlamaya başlarlar.
- "İçinde-dışında; altında-üstünde; önünde-arkasında" kavramlarını anlarlar.
- Karmaşık neden-sonuç ilişkileri kurabilirler.
- Bazı durumlar karşısında ne yapması gerektiğini değerlendirebilir: Yağmurda dışarı çıkmak isterse ne yapması gerektiğini bilir veya yanan evi gördüğünde ne yapması gerektiğini bilir.
- Bazı harfleri yazabilirler.
- Çoğu büyük harfleri okuyabilir, ancak küçük harflerin hepsini okuyamazlar.
- Bazı rakamları yazabilir ve okuyabilirler.
- 20'den yukarı sayabilirler.
- Nesnelere toplama yapabilirler.

Çocuğun Zihinsel Gelişimini Desteklemek İçin Neler Yapılabilir?

- Kitap okuma zamanlarına drama da eklenebilir. Kitapta yer alan farklı karakterlerde ses tonu değiştirilebilir.
- Hikâyeleri tamamlaması veya kendisinin bir hikâyeye düşünmesi istenebilir.
- Yazı/harf kavramını öğrenmeleri için oyuncaklarının ve malzemelerinin üzerine ne olduğunu yazan etiketler yapıştırılabilir.
- Günlük hayattaki gerçek nesnelere gruplama, birebir eşleme, sıralama yapması sağlanabilir.
- Yaşamsal ritüeller öğretilmelidir. Günaydın, iyi akşamlar, Vb.
- Basit toplama işlemi yaptırılabilir.
- Problem çözme becerisi konusunda çalışılmalıdır. (sorunu tanımlamak, çözüm yolları ile ilgili beyin fırtınası yapmak; 'ne yapabiliydin?' bu sorunu nasıl çözeriz'...Vb.)
- Tüm okul öncesi akademik faaliyetler konusunda desteklenmelidir. (Kesme, boyama, makas kullanma, ödev yapma bilincinin gelişmesi, Kalem kullanma... gibi)

Çocuğun Dil Gelişimi

- Kelimelerin anlamlarını sorarlar.
- Doğum gününü, telefon numarasını, anne babasının adını söyleyebilirler.
- "Ve, fakat, çünkü" kelimelerini kullanabilirler.
- Kelime dağarcığı önceki yaşlara oranla artmıştır. Çocuklar kullandıklarından daha fazla kelimeyi anlarlar.
- Hikâyelerin başı, sonu ve ortası olduğunu anlarlar.
- Kitapların soldan sağa, yukardan aşağı okunduğunu anlarlar.
- Hikâyeleri tekrar anlatabilirler.
- Aynı sesli harfle başlayan ve biten kelimeleri bulabilirler(a, e, i, ı, o, ö, u, ü gibi.).
- Uç eylemden oluşan komutları takip edebilirler.
- Aynı sessiz harflerle başlayan kelimeleri bulabilirler(ş, t, z gibi.).

0 cm 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

TOPPOINT
Schreibwaren
BU88

Çocuğun Dil Gelişimini Desteklemek İçin Neler Yapılabilir?

- Şarkılar, tekerlemeler, bilmeceler öğretilir. Hem oyun oynamış hem de gelişimine destek olursunuz.
- Yeni kelimelerin anlamlarını açıklayıp uygun ortamda kullanılabilir.
- Yaşantınızda ki her durumla ilgili az ama öz bilgiler paylaşip o anın farkındalığını öğretebilirsiniz. (mevsimler, gezdiğiniz yerler, o an yapılan işler)
- İyi bir dinleyici olmak ve çocukların anlattıklarını dikkatlice dinlemek, çocukların paylaşımlarını artıracığından dil gelişimini destekler.

Çocuğun Bedensel Gelişimi

- Yemeklerini çatal bıçak kullanarak yerler.
- Saçlarını tararlar, dişlerini fırçalarlar, ellerini yüzlerini yıkarlar.
- Yardımla banyo yapabilirler.
- Ayakkabılarını doğru giyebilirler.
- Ayakkabı bağcıklarını bağlayabilirler.
- Eli göğsünde tek ayak üzerinde durabilirler.
- Geri zıplayabilirler.
- Tek elle topu fırlatabilir, iki eliyle yakalayabilirler.
- İki eliyle topuklarına dokunabilirler.
- Bazı baş harfleri taklit ederek yazabilirler.
- 6-7 kısımdan oluşan insan resmi çizebilirler.
- Katlanmış bir kâğıdı zarfa koyabilirler.
- İsim ve soyadını yazabilirler.

0 cm 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

TOPPOINT
Schreibwaren
BU88

6 yaş çocuğunda küçük kas gelişimi henüz tamamlanmamıştır. Bu yaştaki bir çocuk;

- Nokta ile verilen bir resmin noktalarını birleştirir.
- Anahtarla Kapı Kilidi açabilir.
- Eksik çizilmiş bir insan resminin eksik kısımlarını tamamlayabilir.
- Şekillerin sınırını taşımadan boyayabilir.
- Basit labirent bulmacaları tamamlayabilir.
- Yardım almadan bir kâğıdı 20-30 cm kadar kesebilir.
- Bir kavanozun kapağını açip kapayabilir.
- Verilen sıralamaya göre (renk, büyüklük) ipe boncuk dizebilir.
- Su gibi akıcı maddeleri bir kaptan diğerine boşaltabilir.

Çocuğun Sosyal-Duygusal Gelişimi

- Cinsel kimliğinin kalıcı olduğunu farkındadırlar.
- Kolayca moralleri bozulabilir.
- Arkadaşlarını kendileri seçerler. Çok sevdikleri arkadaşları vardır.
- Arkadaşlarıyla işbirliği yaparlar.
- Morali bozuk olan arkadaşlarını rahatlatırlar.
- Arkadaşlarından yardım isterler.
- Arkadaşlarıyla bazen tartışırlar.
- Yetişkinlerle paylaşmadıkları sırlarını arkadaşlarıyla paylaşırlar.
- Başkalarının duygularını anlarlar ve empati gösterirler.
- Kendi duygularını ifade ederler.
- Grup kurallarına uyarlar.
- Sosyal olarak doğru ve doğru olmayan davranışlar arasındaki farkı anlarlar.
- Küçük çocukları ve hayvanları korurlar.
- Başkalarının duygularını isimlendirirler.

Çocuğun Sosyal-Duygusal Gelişimini Desteklemek İçin Neler Yapılabilir?

- Çocukların duygularını ifade etmelerine, diğerlerinin düşüncelerini dinlemelerine fırsat verilmelidir.
- Yaşanılan sorunu bulma, ifade etme, birlikte çözüm yolu üretme noktasında desteklenmeli yol gösterici olunmalıdır.
- Arkadaşlarıyla yaratıcı oyunlar oynaması sağlanmalıdır.
- Paylaşmasını öğrenmesi için önce aitlik kavramı üzerinde durulmalı. Benim, senin, bizim gibi kavramları bilerek; kendisine ait bir eşyayı ödünç alınıp verileceği öğretilmelidir.
- İyi davranışlar gösterdiğinde olumlu geribildirimler verin. Pohpohlamak veya sürekli övmek yerine gerçekçi, olumlu geribildirim vermek çok daha geliştiricidir.
- Anne babalar duygusal gelişimi sağlamak için çocuklarının her konuda duygularını ifade etmelerine olanak sağlamalıdır.
- Aşırı düşkünlük ve taşkın sevgi gösterileri de sakıncalıdır. Çocuğun sağlıklı bir duygusal gelişime sahip olabilmesi için, aile içi dengeli bir duygusal etkileşim ortamına gereksinim vardır.

Çocuk çekindiği için de yalan söyleyebilir. Bu tip yalanın oluşumunda heyecana kapılma önemli rol oynar. Güçlü bir hafızaya sahip çocuk bir gün anne ve babasının misafirleri önünde şiir okumasına isteğine "Unuttum" karşılığını verebilir. Şiiri çok iyi anımsamasına rağmen topluluk karşısında okumaya cesareti yoktur.

Çekingenlik, çocuğun hatasını itiraf etmesini engeller ve ceza kaygısından daha güçlüdür.

Genel olarak yalan söyleme nedenlerini şu şekilde sıralayabiliriz;

- Çocuğun sevgi ve ilgi ihtiyacının anne-baba tarafından yeterince karşılanamaması,
- Çevresindeki insanların kötü örnek olması,
- Çocuklar arasında kıyaslanma yapılması,
- Çocuğa gücünün üzerinde sorumluluk verilmesi,
- Çocuğun yaptığı hatalar sonucu sert cezalar verilmesi.

OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE YAYGIN OLARAK GÖRÜLEN PROBLEMLER

Yaşamın ilk altı yılını kaplayan okul öncesi dönem, çocuğun bedensel zihinsel, duygusal ve toplumsal gelişiminin süratli olduğu, karakter ve kişilik yapısının şekillenmeye başladığı, temel alışkanlıkların da çocuğa kazandırıldığı dönemdir. Bu dönemde, çocuğun her yönüyle en iyi şekilde yetişmesine özen göstermek, çocukta kötü alışkanlıkların oluşmamasına çalışmak, aileye olduğu kadar okul öncesi eğitim kurumuna düşen görevlerdir.

Okul öncesi çocukta en sık şikâyet konusu olan sorunlardan bazıları şöyle sıralanabilir: temel alışkanlıkların kazandırılmasında güçlükler, okul fobisi, aşırı hareketlilik veya çekingenlik, tikler... Bu sorunların her birini ele alıp, nedenlerini keşfetmek, nedenleri ve sorunları gidermek, aile ile okul öncesi eğitim kurumunun işbirliği halinde yapacağı görevlerdir.

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKTA UYUM SORUNLARI

Anaokuluna başlama hem aile için, hem de çocuk için çok önemli bir adımdır.

İlk üç yıl içinde çocuk model olarak gördüğü anne ve babasından alabileceğini alır ve kendisine tanınan fırsatlar ölçüsünde bir psiko-sosyal olgunluğa varır; ancak bu gelişim sınırlıdır. İşte bu dönemde okul öncesi eğitim devreye girerek çocuğun gelişim alanlarını destekleyici çalışmalar yapar. Anaokuluna başlama olayı çocuğun toplumsallaşma sürecinde çok önemli bir basamaktır.

Okul öncesi eğitim, bir anlamda çocuğun aile dışına attığı ilk adım olarak düşünülmelidir.

Çocuk, anaokuluna başladığı zaman tüm kurallarını bildiği aile ortamından henüz hiçbir kuralını bilmediği, tanımadığı kişilerin bulunduğu bir ortama girmektedir. Bu yeni durum, tabii ki çocuklarda uyum sorunu yaratabilir.

Anaokuluna yeni başlayan çocukta, başlangıçta belirsizlik ve terk edilme (ayrılma) kaygısı yaşanır. Çoğunlukla koruyucu ve aşırı hoşgörülü aile ortamından gelen çocuklarda bu kaygılar daha yoğun yaşanır. Ancak çocuk ortama alıştıktan ve öğretmenlerini tanıdıktan sonra kaygılar ortadan kalkar.



Bu süreç içinde aileler de bir çok kaygı yaşamaktadır. Bazen aileler çocuklarından ayrıldıkları için kendileriyle ilgili suçluluk ve kaygı duyguları yaşarlar ki bu sinyaller çocuğun okul korkusunu arttırıcı bir faktör olabilmektedir. Bu nedenle annenin kararlılığı ve iç rahatlığı çocuğun uyum süreci için çok önemlidir. Yani çocuğun anaokulu/kreşe başlama sürecinde annenin de duygusal olarak hazır olması gereklidir. Çocuğun ayrılırken duygusal olarak annenin üzüntü ve kaygısını hissetmesi uyum sürecini zorlaştırmaktadır.

Uyum sürecindeki tepkiler bireysel farklılıklar göstermektedir. Bazı çocuklar ilk üç gün ya da bir hafta ilgili ve istekli olur. Anaokulu onun için park gibidir. Ama zamanla annesi ile birlikte olmak ister, sürekli okula gelmenin anlamını yeni kavrar ve tepki gösterir. Diğer bazı çocuklar ise en baştan itibaren anneden ayrılmak istemez. Sınıfa gelmesini, yanında olmasını, annesinin yedirmesini ister ve doğal olarak ağlama gözlenir.

Anaokuluna uyum sağlama konusunda yaşanan sorun yalnızca anneden ayrılma zorluğu değildir. Evlerinde bakıcı bulunan birçok çocuk daha önceden anne ile ayrılığı yaşamıştır fakat ayrılığı güvenli, tanıdık bir ortamda kendi oyuncakları ile beraberken yani kendi evinde yaşamıştır.

Okula başladığında ise bu güvenli ve tanıdık ortamı bulamaz. Yeni çocukların bulunduğu farklı bir ortamdır artık. Örneğin; eşyaları başkalarıyla paylaşmayı kabul etmek onun için oldukça zordur (özellikle ben-merkezci olduğu bu dönemde).

Ailelere Öneriler:

- Ailenin göstereceği kararlılık, sabır, okul öncesi eğitime ve başladığı eğitim kurumuna gösterdiği inanç ve güven çocuğun uyumunu kolaylaştırır.
- Anaokulu hakkında çocuğa açıklama yapmak ve anaokulunu tanıtmak uyumu kolaylaştırır. Çocuğun okulu sevmesi ve istemesi için aile çocukla birlikte okula gitmeli, çocukla okulun her tarafını (grupları, oyun salonlarını, yatakhaneyi, yemekhaneyi, tuvalet ve lavaboları vb.) gezmeli, çocuğu öğretmen ve idarecilerle tanıştırmalı.
- Anaokulunun sadece çocukların bulunduğu bir yer olduğu söylenip anne ve babaların bulunmadığı, işe gittiği açıklanmalıdır.
- Aile çocukla okula geliş gidiş saatleri ile ilgili konuşmalı, sadece belli bir zaman dilimi içinde anaokulunda kalacağı söylemeli, onu alabileceği süreyi onun anlayacağı terimlerle anlatıp, o süreyi geçirmeden almaya dikkat etmelidir.
- Anaokulunun her gün gidilmesi gereken oyun, arkadaş ve eğitim yeri olduğu anlatılmalı ancak abartılmış ve yanlış bilgi verilmemelidir. Aksi durumda çocuk kendisine anlatılanlarla bulduklarını karşılaştığında aradığını bulamayacak ve okula güveni kalmayacaktır.



- Özellikle ilk günlerde çocuk kapıdan teslim edilip kapıdan teslim alınmalı, vedalaşma mümkün olduğunca kısa tutulmalı. Vedalaşmada çocuk ağlamaya başlasa bile ayrılma konusunda kararlı davranılmalı. (Onu öpüp "Ben şimdi gidiyorum" deyin ve geri geleceğinizi söyleyin. Bunun ne zaman olacağını onun anlayacağı terimler çerçevesinde ifade edin. Sonra elinizi sallayıp yolunuza devam edin. iyi olduğunu kontrol etmek için durup arkaya göz atmayın.)
- Çocuk anaokuluna birlikte geldiği ebeveyni yanında ağlıyor, onun gitmesine izin vermiyorsa okula bağımlı olmadığı bir kişi tarafından getirilmeli ve okula düzenli devam etmesi konusunda ısrarlı olunmalıdır. Yakınmaya devam etse bile sakin ve kararlı davranılmalıdır.(Okula düzenli devam etmesi ve karşı çıkması durumunda daha sonra verilmek üzere bir takım küçük ödüller de sunulabilir).
- İlk günlerde fazla soru sormak, kurumu fazla övmek, ne yediği ile ilgilenmek çocuğun uyumunu bozabilir. Sadece "Günün nasıl geçti?" diyerek kendisinin anlatması beklenilmeli (Çocuğunuzun durumuyla ilgili istediğiniz sıklıkta telefon ederek direkt kurumdan bilgi alınız.(Yedi- yemedi; Ağlıyor oynuyor vb.)



- Çocuğun anaokulunu reddetmesi durumunda, büyükanne/büyükbaba gibi aileden birinin çocuktan yana tutum göstermesi, ona güç verir ve tepkisini büyütür. Okula gidiş tüm aile bireyleri tarafından desteklenmeli ve aile bireyleri uyum içinde olmalıdır.
- Aile kurum ve personel hakkındaki olumsuz duygu ve düşüncelerini çocuğun yanında konuşmamalı, idare ile iletişime geçmelidir. Ayrıca aile çocuğa okulda mutlu olacağını, güvenlikte olacağını, orada onunla ilgilenecek bir öğretmeni olacağını, isteklerini öğretmeni ile paylaşabileceğini söyleyerek çocuğun öğretmenine karşı güven duymasını sağlamalıdır.
- Uyum sorunları hafta başından hafta sonuna doğru aşağı ivme gösterecektir. Ancak hafta sonundan sonra bu ivme tepe yapabilir. Bu normal bir süreçtir. SABIR-SAKİNLİK-KARARLILIK bu süreci kısaltıcı faktörlerdir.
- Çocuk kreşe bırakıldıktan sonra(hastalık ve özel durumlar hariç) veli/velisinin bilgisi dahilinde tanıdığı verilmesi; çocuğun kreşe getirildikten sonraki zamanın geçirilmesinde sıkıntı yarattığı için uygun değildir.

Öğretmenlere Öneriler:

- Öğrencilere okul ve kısımları, okul personeli tanıtılmalıdır.
- Öğrencileri sınıfta güler yüzlü bir şekilde, aralarında anlaştıkları şekilde karşılamalıdır.
- Gerekli hallerde veliye bilgi verilmelidir.
- Uyum sürecinde velilerde gözlemlenen olumsuz tutumlarla ilgili farkındalık sağlamak adına okul rehberlik servisi ile işbirliği içerisinde süreç yürütülmelidir.
- Öğrencilerin yeni girmiş oldukları sınıf ortamını tanımaları, uyum sağlamları için fırsat tanınmalıdır. Aksi takdirde çocuğun akli karıştırmak istediklerinde kalacak, dikkatini öğretmenine veremeyecektir.
- Ağlayan çocukların güven duygusu problemi olduğu için onlara karşı bir nebze daha sevecen yaklaşılmalıdır.
- Çocuğun okula başladığı ilk günlerde hemen kuralları belirleyip, net bir şekilde sınıfın kurallarına ve düzenine uyması beklenmemelidir. Çocuğun sınıf kurallarını öğrenmesi, alışması ve uygulamaya başlaması zaman alacaktır.
- Çocuğun kaygılarından söz etmek onun endişelerini artıracaktır. Bunların yerine çocuğun dikkatini oyun ve oyuncaklara çekmekte yarar vardır.



AŞIRI HAREKETLİLİK

Bazı çocuklar devamlı hareket halindedirler, yerlerinde duramazlar, sabırsız ve telaşlıdırlar, sıkıntılı ve huzursuzlar, sık sık ağlama ve öfke krizleri geçirirler. Bu çocuklarda bitmek tükenmek bilinmeyen bir enerji vardır, kolay kolay yorulmazlar, yorulmaları da yaşlılarından daha az uyku ve dinlenmeye ihtiyaç duyarlar. Bu çocuklar çevrelerini sürekli rahatsız ederler, fazla konuşurlar, ortalığı karıştırırlar, anne ve babalarını davranışları ile tedirgin ederler.



Aşırı hareketli olan bu çocuklarda, dikkat süresinin çok kısa olduğu bilinir. Bu çocukların dikkatlerini, belli bir süre, bir iş veya konu üzerinde yoğunlaştıramadıkları, gerek ders gerekse oyunda dikkatlerini uzun zaman toplayamadıkları, dikkatlerinin çabuk dağıldığı görülür.

Dürtüsellik, dürtülerini kontrol edememe, sabredememe, isteğini erteleyememe de bu çocukların belirgin özelliğidir. Bu çocuklarda davranış bozuklukları görülebildiği gibi, zaman zaman duygusal sorunlar da, sosyal uyum güçlüğü de görülebilir. Çabuk ağlama, ani parlamalar, arkadaş edinememe, sürekli kavga çıkarma, küfür ve yalanla ilgi çekmeye çalışma, devamlı tedirgin ve mutsuz olma, hareketli çocuklarda şikâyet nedeni olan problemlerdir. Ani ve beklenmedik hareketler, yerinde olmayan uygunsuz davranışlar, tehlikeyi kestirememeye şeklinde cesaret gösterileri, bu çocuklarda sık rastlanan sorunlardır.

Aşırı hareketli çocuklarda zaman zaman saldırganlık belirtileri de görülebilir. Bu saldırganlık belirtileri farklı şekillerde ortaya çıkabilir. Bazı çocuklar, tırnak yeme, saçını koparma, kendini yaralama gibi davranışlarla kendilerine zarar verirler. Bazıları da çevrelerindeki insan ve eşyalara zarar verirler, şöyle ki ellerine geçen her şeyi atarlar, bozarlar, kırarlar, kendilerinden küçük ve büyüklere vururlar, onları ısırır rahatsız ederler.



Aşırı hareketli olduğu düşünülen çocukların nörolojik ve psikolojik muayeneden geçirilmeleri şarttır. Bilimsel araştırma sonuçlarına göre, bazı hallerde tıbbi tedaviye gerek duyulmakta, bazılarında tıbbi tedavinin yanı sıra eğitimsel sağaltıma başvurulmakta, bazılarında sadece eğitimsel sağaltıma yer verilmektedir. Uzmanlara göre, aşırı hareketliliğin nörolojik bir bozukluktan kaynaklanmadığı vakalar da vardır. Bu vakalar genellikle katı disiplin kurallarının geçerli olduğu ailelerden gelen, azar ve ceza ile eğitilen, aşırı bir baskı altında ezilen, hareket fırsatı verilmeyen çocuklardır.

Bu çocuklara iyi niyet ve anlayışla yaklaşma, olumsuz eleştiri yerine olumlu yaklaşımı tercih etmek, kısıtlama ve cezalandırma yerine iyi davranışı ödüllendirmek; benimsenmesi gereken davranışlardır. Ayrıca bu çocukları başıboş bırakmamak, onlara kararlı ve dengeli bir disiplin uygulamak, bu çocuklara enerjilerini özelliklerine en uygun biçimde harcama fırsatı vermek, onları deşarj yapacakları ve başarılı olabilecekleri faaliyetlere yönlendirmek, ailelere önerilebilecek davranışlardır. Tutarlı bir disiplinin uygulanmadığı, sınırların belirgin olmadığı, çocuğun her istediğinin yapıldığı ailelerde de çocuğun hareketliliğinin kontrol edilemediği görülür.



Ailelere Öneriler:

- Kurallar koyduğunuz zaman bunların çok net olmasına dikkat edin ve onları yazıp asın.
- Ödüllerinizin çocuk için anlamlı ödüller olmasına dikkat edin.
- Sık sık geri bildirim verin, çocuğunuza onun ne yaptığının farkında olduğunuzu gösterin. Çocuğunuza beklentileri ve planları konusunda yardım edin.
- Çocuğunuzun iyi günleri olabileceği gibi kötü günleri de olabileceğini göz önünde bulundurun.
- Olumsuzluklar, yapamadığı şeyler ve cezalara odaklanmak yerine olumlular üzerinde odaklanın.
- Bir karakter sorunuyla değil biyolojik bir sorunla mücadele etmekte olduğunuzu unutmayın.
- Davranışlarınız daha öğretici olması için çok konuşup, öğüt vermeyin.
- Espri anlayışınızı kaybetmeyin ve sabırlı olun.
- Kendiniz ve çocuğunuza karşı hoşgörülü olun.
- Uzman yardımı almaktan çekinmeyin ve düzenli takipleri sürdürün.

Öğretmenlere Öneriler:

- Çocuğun krizlerine ilgi göstermemek, bunlara ilgisiz davranmak, onu ele alırken sakin olmak,
- Çocuk olumlu davranışlarda bulunduğunda, ona ilgi göstermek ve onu ödüllendirmek,
- Çocuğun krizlerinden ürkmemek ve ona aciz görünmemek,
- Çocuğun üstüne fazla düşmemek,
- Çocuğu sürekli " yapma" uyarısı ile kısıtlamamak, ancak belli kuralları koymak,
- Çocukla sabırlı ve kararlı davranmak, iyi bir diyalog kurmanın yollarını aramak,
- Çocuğun olumsuz davranışlarının altında yatan duyguları keşfetmek,
- Çocuğun drama ve taklit oyunları ile rahatlamasını sağlamak,
- Çocuğu zevk alıyorsa, su, resim ve boyama faaliyetlerine yönlendirmek, bu faaliyetlerle duygularını dışa vurmasını sağlamak, yaptığı eserleri inceleyerek onu tanımaya çalışmak,
- Çocuğu tanıyarak yönlendirmek,
- Çocuğa başarı alanları bulmak,
- Çocuğu bloklara yönlendirerek enerjisini harcamasına yardım etmek,
- Teke tek arkadaş ilişkileri geliştirmesine fırsat vermek olarak sıralanabilir.



TOPPOINT
Schreibwaren
GmbH

KONUŞMA BOZUKLUĞU - KEKEMELİK

2-4 yaşlarında çocuğu olan pek çok anne, belli bir devrede çocuğunun düzgün konuşmadığından, konuşurken teklediğinden veya kelime atladığından, kelimenin ilk hecesini uzatmasından, bazen de kekeleyerek konuştuğundan şikâyet eder.



Kekemelik türünden şikâyetler, 2-4 yaşları arasında çok sık görülür. Özellikle bu yaşlarda çocuğun konuşması gecikti endişesiyle çocuğu konuşmaya zorlamak, çocuğun sorduğu soruları cevapsız bırakmak, çocuğun kullandığı bebeksi dili benimsemek, çocuğun konuşurken yaptığı hataları, "Öyle değil, böyle" diyerek düzeltmek, çocuk ağır konuşurken sabırsızlanmak, çocuğun dil gelişimi açısından son derece sakıncalıdır.

Bebeklik döneminde çocuğun anlamadığını düşünerek onunla konuşmamak, onu saatlerce beşiğinde yalnız ve sesli uyarıcıdan yoksun bırakmak, ya da çok gürültülü bir ortamda yetiştirmek, ana dilini tam öğrenmeden onunla ikinci bir dil konuşmak, çocukta konuşma güçlüklerine neden olabilecek hatalardır.

Konuşmaya yeni başlayan çocuğu sürekli eleştirmek, o konuşurken hatalarını düzeltmek, çocukta kekemeliğe neden olabilir. Konuşmayı yeni öğrenen çocuk, kendini istediği kadar süratli ifade edemez, aklına birden fazla kelime gelir, hangisini seçeceğini bilemez, ya da kendini ifade edecek kelimeleri hatırlayamaz, heyecanlanır, tutulur, tekler, kekemelik belirtisi gösterir. Çocuğun düzgün konuşmadığını gören anne-baba, müdahale eder, sabırsızlanır veya endişelenirse, geçici olması muhtemel olan kekemelik çocukta yer eder.



Bazı hallerde de düzgün konuşan bir çocuk aniden kekelemeye başlar, kekemelik belirtileri gösterir: Çocuğun geçirdiği bir duygusal şok (bir kardeşin doğması, anne-babanın boşanması, ailede dramatik bir olayın yaşanması, çocuğun evde şiddetli bir kavgaya tanık olması), onu korkutan bir olay (aflatılan bir tehlike, kaza yangın, ameliyat gibi) kekemelige yol açabilir.

Kekemelik hallerinde çocuğun konuşmasını olduğu gibi kabullenmek, ailenin ve çocuğun dikkatini konuşma üzerinde yoğunlaştırmamak, çocuğu sürekli uyarmamak, ona konuşma fırsatı vermek, onu sabırla dinlemek, yapılması gereken davranışlardır. Çocuk belli bir yaşa gelip de kekemeliğinden şikâyet ediyor ve bundan kurtulmak istiyorsa, bir konuşma uzmanına başvurulmalıdır.



TOPPOINT
Schreibwaren
GmbH

Ailelere Öneriler:

- Çocuğunuzun anlayabileceği kelimeler seçin,
- Doğru model olun,
- Sürekli konuşmasını düzeltmeyin,
- Çocuğunuzun sorularına cevap vermeyi ihmal etmeyin,
- Çocuğunuzun konuşmasına müdahale etmeyin,
- Uzman desteği alın.



Öğretmenlere Öneriler:

Okul ortamı bazı hallerde çocuktaki kekemeliği gidermeye yeterlidir.

- Çocuğun yalnız kalmasını önlemek, arkadaş edinmesini sağlamak,
- Su oyunu önermek,
- Macun, kil ve oyun hamuru ile oynamasını sağlamak,
- Kukla oyununda konuşturmak,
- Resim yoluyla rahatlamasını sağlamak,
- Taklit oyunlarında veya piyeslerde rol vermek, istediği taktirde şarkı söyleme, şiir okuma görevleri vermek,
- isimlendirme oyunları, masal anlatma faaliyetleri yaptırmak,
- Çocuğa hikâye anlatmak ve anlattırmak,
- Bloklarla deşarj yapmasını sağlamak,
- Soru cevap yoluyla kendini ifade etmesine yardımcı olmaktır.

Bu öneriler kekeme çocuk için de, konuşması geciken çocuk için de geçerlidir.



ALT ISLATMA (ENÜRESİS)

Enüresis, tekrarlayıcı nitelik taşıyan istem dışı idrar kaçıırma olarak tanımlanabilir (Öztürk, 1994). Kısacası normal gelişmekte olan bir çocuğun 4-5 yaşlarından sonra altını ıslatmasına enüresis denir (Yavuzer, 1995, s.154). Genellikle çocuklar, mesane kontrolü gerçekleşinceye kadar yani ortalama olarak 2-3 yaşlarına kadar geceleri altını ıslatırlar. Gündüz kontrol, iki yaş dolaylarında, gece kontrol ise 3,5-4,5 yaşları arasında kazanılır.

0 cm 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

TOPPOINT
Schreibwaren
GMBH

Enüresisi genellikle 4 kısımda görmek mümkündür. Bunlar:

1.Nocturnal (yalnız gece altını ıslatanlar): Bunlar genellikle ya yatıktan biraz sonra ya da sabahleyin kalma zamanlarında altını ıslatırlar. Bunlar bireysellik gösterirler.

2.Diurnal (yalnız gündüz altını ıslatanlar): Bunlar genellikle, ya müsaade almaktan utanacak kadar çekingen, ya da kasıtlı altını ıslatmak isteyen çocuklarda görülür.

3.Cronic (kronik): Hem gece hem de gündüz altını ıslatanlar.

4.Ara sıra altını ıslatanlar: Bunlar genellikle hastalıklarda hastalık sonucu dikkat çekmek için yeni bir kardeş doğduğu zaman kıskançlık sonucu görülür.



TOPPOINT
Schreibwaren
GMBH



Enürezisin birincil ve ikincil olmak üzere iki alt tipi vardır:

Birincil enüresiste idrar tutma hiç bir zaman sağlanmamıştır.

İkinci enüreziste ise en az bir yıl süre ile idrarı tutma sağlanabilmişken, bu kontrol sonradan kaybedilmiştir.

5 yaşındaki erkeklerin %7, kızların ise %3'ünde enüresiz vardır (Güleç, 1998, s.1157).

Bir kişiye enüresis teşhisinin konabilmesi için takvim yaşının en az 5 olması, en az 3 ay süreyle haftada iki kez ortaya çıkan idrar kaçırma durumunun olması ve bu durumun toplumsal bozulmaya sebep olması gerekir (DSM-4, 1994, s.64).

Alt İslatma Nedenleri:

Altını ıslatma ya organsal ya da ruhsal bir nedene dayanır. Böbrek, bağırsak bozuklukları ve ağır uyku, organsal nedenlerdendir. Ruhsal nedenler ise oldukça karmaşık ve çeşitlidirler. Altını ıslatma, duyulan bir kaygının dolaylı anlatımı anneye babaya karşı duyulan öfkenin, kinin bilinç dışı yolla dışa vuruşu cinsel karmaşaların çözümü amacıyla başvurulan bilinçsiz bir savunma mekanizması ve heyecansal olgunluk yetersizliğinin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır.

Enüresisin doğası nedeniyle psikodinamik nedenlerle ilgili yorumlar da yapılmıştır. Bu varsayımlar, genellikle olgu sunularından ya da kuramsal bilgilerden çıkmaktadır. Kardeş doğumu ile başlayan ikincil enüresis, bir regresyon belirtisi olabilmekte, bazen enüresis, kardeşe duyulan saldırgan duyguların ifadesi, bazen de aşırı temiz, titiz, düzenli bir annenin baskılı tuvalet eğitimine karşı pasif agresif bir tepki niteliği taşıyabilmektedir. Ailede ölümler, ayrılıklar, geçimsizlik, hastalıklar ya da okulda başarısızlıklar gibi yaşam olaylarının yaratacağı anksiyete enüresis ile ifade edilebilir. Ailenin aşırı koruyucu ve hoşgörülü tutumu ile çocukta bebeksi kalma eğilimi, enüresis belirtisi ile kendini gösterebilir.



Enüresis, sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan aile içinde yeterli duygusal etkileşimden yoksun, nörotik ve uyumsuz çocuklarda daha çok rastlanır. Çeşitli ruhsal etkenler oluşunda başlıca neden olarak sayılabilir. Yaptığımız incelemeler, alt ıslatma sorunuyla çocuğun duygusal dünyası arasında yakın bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Yapılan araştırmalar, enüresiste ailesel bir yatkınlık olduğu görüşünde birleşmektedir. Enüretik çocukların %75'inin birinciden akrabalarında devam eden ya da geçmişte enüresis bulunduğu bildirilmiştir (Güleç, 1998, s.1158).

Ailelere Öneriler:

- Aile çocuğa yaklaşımda sağlıklı bir yol izlemelidir. Çok katı bir tutum içine girerek çocuğu cezalandırmak da çok yumuşak bir tutum içine girerek çocuğu bezleme yolu da yanlıştır. Her iki tutumun da zararlı olduğu, cezanın da sevecenlikle ödüllendirilmenin de doğru olmayacağı açıklanmalıdır.
- Bilinçli ya da bilinçsiz eğer bir çocuk altını ıslatıyorsa rahatsız olduğu bir durum var demektir. Alt ıslatma davranışının yaygın olması bunun önemsiz olduğu anlamına gelmez. Eğer çocuk 5 yaşını doldurmasına rağmen hala altını ıslatmaya devam ediyorsa aile profesyonel yardım almalıdır.
- Terapi desteği alınabilir. Hem aile hem çocuk terapi alabilir. Çocuğun alt ıslatma problemi ile duygusal dünyası arasında bir bağ vardır. Bu çocuklar içe kapanık, özgüveni düşük çocuklardır. Bu noktada hem ailenin hem de çocuğun desteğe ihtiyacı vardır.
- Tedaviye başlamadan önce çocuğun motive edilmesi gerekir. Bunun içinde anne babanın çocukla sıcak bir iletişim kurması, problemin çözüleceğine dair çocuğa güven vermelidir.
- Altını ıslattığı için çocuğa bağırarak, hakaret etmek, suçlamak, cezalandırmak ters tepki yaratabileceği gibi özgüven kaybına neden olur. Bu sorunu düzeltmek için su içirmemek ya da gece rastgele saatlerde çocuğu uyandırmak hastalığın tedavisi için kökten bir çözüm değildir.



- Kuru kalktığı zamanlarda çocuğu ödüllendirmek, "bunu başarabileceğini biliyordum" gibi ifadeler motive edici olacaktır. Başaramadığı zamanlarda ise çocuğa zaman tanınmalı, sabırlı ve sevecen bir tutum içerisinde "bunun üstesinden beraber gelebiliriz" şeklinde yaklaşılmalıdır.
- Altlarını, ıslatan küçük çocukların uykularının da dikkatle takip edilmesi ve iyice incelenmesi, tedbir almada faydalı olur. Bazı çocuklar, çok derin uyurlar. İhtiyaç anında uyanamadıkları için, altlarını ıslatırlar. Bazı çocuklar ise fena ve korkunç rüyalar gördükleri için sakin sakin uyuyamazlar; uykuları esnasında gördükleri rüyalar, dolayısıyla altlarını ve yataklarını ıslatırlar.
- Bu çocuklardan derin uykulu olanlara karşı alınacak tedbirler; onları gündüz uykusuna alıştırmak olmalıdır. Bu taktirde, bu çocukların gece uykuları biraz daha sığ ve hafif olur; ihtiyaç anında daha kolay uyanabilirler.
- Yataklarını ıslatan çocukların, geceler; iyice örtünmeleri, bellerini açıp, üşütmemeleri için iyice sarmaları ve gece kıyafetlerinin düzgün olması; ailenin devamlı suretle gözüteceği tedbirlerden biridir (Aytuna, 1976, s.223-224).



- Kafein, idrarı artırır. Enüretik çocuğa her ihtimale karşı kola türü içecekler ile çay ve kahve vermemek yerinde olur.
- Sık sık tekrarlanan her davranış, kolaylıkla alışkanlık olabilir. Enüresis için de aynı şey geçerlidir. Bu nedenle de öğrenilmiş davranış kalıplarını yıkan teknikler yardımcı olabilir. Yatma zamanı ve uyum alışkanlıklarının herhangi birini, (yatağın pozisyonu, yatak kıyafetleri vb) değiştirmek yararlı olabilir.
- Bedeninin nasıl çalıştığı ile ilgili olarak çocukla konuşulmalıdır. Sorununa neyin neden olduğu çocuğa anlatılmalıdır. Çocukla, kendisini iyi hissetmesine yardımcı olacak şeyler birlikte yapılmalıdır.



Öğretmenlere Öneriler:

- Çocuk ailesinin ve arkadaşlarının önünde 'yine mi altına yaptın, bıktım senden vb.' ifadelerle utandırılmamalıdır.
- Çocuğun gün içerisinde ortalama 5-7 kez tuvalete gitmesi sağlanmalıdır.
- Aile ile işbirliği içerisinde olunmalıdır ve gerekirse diye okulda yedek kıyafet bulundurulmalıdır.
- Tedavinin okul ayağı çocuğu destekleyerek devam ettirilmelidir.



KARDEŞ KISKANÇLIĞI

Çocuklar için 'yeni bir kardeş' kabul edilmesi güç bir durumdur. Özellikle uzun yıllardır anne ve babası ile baş başa bir hayat süren, her an ailesinin ilgisine alışmış çocuklar için; yeni bir kardeş adeta bir tehlike gibi görünür.

Oyuncaklarını, odasını, anne ve babasını paylaşacağı bir kardeş adeta onun yerini alacak, her şeyine ortak olacaktır.

Çocuklarda kardeş kıskançlığı oldukça sık rastlanan bir durumdur. Kıskançlık derecesi, çocuğun yaşına, ailenin çocukla olan ilişkisine ve çocuğun kişilik özelliklerine göre değişebilir.

Kardeşler arasında belli ölçülerde kıskançlık yaşanması doğal kabul edilir. Yaşanan bu

kıskançlıklarda önemli olan ise, kardeşlerin birbirlerine karşı olan davranış ve tutumlarıdır.

Yeni bir kardeşin doğumu ve var olan ilginin bölünmesi ile birlikte, çocuk artık daha az sevildiğini düşünmeye başlar. Yaş farkı iki buçuk-üç yaştan daha az ise bu duygu daha sık görülür.



Kardeş Kıskançlığında Çocuklarda Ne Gibi Davranışlar Görülür?

- Daha önceden neşe ile oynadığı oyunlara karşı ilgisizlik,
- İçer kapanklık,
- Parmak emme, alt ıslatma, bebeksi konuşma, sık sık ağlama gibi davranışlar,
- Okula karşı ilgisizlik, okula gitmek istememe,
- Arkadaşlarına ve çevreye zarar verme, saldırgan davranışlar,
- Aşırı öfke, sinirlilik,
- Baş ağrısı, mide bulantısı, karın ağrısı gibi şikayetler,
- Depresyon,
- Mutsuzluk,
- Mastürbasyon,
- Uyku bozuklukları,
- Yeme bozuklukları

0 cm 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16

TOPPOINT
Schreibwaren
GMBH

Kardeş kıskançlığında görülen bu belirtilerin yanı sıra, çocuklar yeni bir bebeğin eve gelmesi ile birlikte evden ayrılmak istememeye başlarlar. Örneğin: okula gitmek ya da bir yakınlarında kalmak istemez, direnç gösterirler. Yeni doğan kardeşe karşı aşırı bir ilgi ile yaklaşabilirler. Bu aşırı ilginin beraberinde koruyuculuk da vardır. Kıskançlık duygularını bastırarak, kardeşine karşı aşırı sevgi gösteren çocukların bu davranışlarının altında çoğu zaman anne ve baba sevgisini kaybetme korkusu vardır. Bu korku henüz anne hamile iken başlar. Bebeğin doğumu ile birlikte, çocuk anne ve babasına sık sık kendisini sevip sevmediklerini sorabilir. Sevgilerinden emin olma isteği taşıyabilir.

Ailelere Öneriler:

- Henüz kardeş doğmadan önce anne ve baba, çocuklarını yeni bir kardeş konusunda bilgilendirmelidir. Anlayabileceği bir dil ile artık ailelerine yeni bir bebeğin geleceği, eve ilk zamanlar sık sık misafirlerin gelip gidebileceği, bu süreçte annenin bebekle de ilgileneceği, bebeğin ihtiyaçları olabileceği anlatılmalıdır.
- Bebeğin doğumu ile birlikte, anne ve baba çocuklarına önceden nasıl davranıyorlarsa aynı şekilde davranmaya özen göstermeli, anne yeni doğan bebek ile ilgilenirken baba özellikle yaşça büyük çocuk/çocuklarla birlikte baş başa vakit geçirmelidir.
- Bebeğin doğumu ile birlikte, yaşça büyük çocuğun hayatında değişiklik yapılmamalıdır. Örneğin: bebeğin eve gelişi ile birlikte çocuk evden ayrılmak, odasından ayrılmak zorunda bırakılmamalı, bebek doğduktan sonra çocuk anaokuluna verilmemelidir. Bu durum bebeğe alışmak yerine, çocuğun hayatında daha büyük zorlukların yaşanmasına sebep olur. Eğer bir değişiklik yapılması gerekiyorsa, bu değişiklikler bebek doğmadan önce yapılmalıdır.
- Bebek doğmadan önce çocuğu yeni bir kardeşe hazırlamak, kabul etmesini sağlamak daha kolaydır. Bebek doğduktan sonra kardeş kıskançlığı artış göstereceği için, çocuğu hazırlama süreci bebeğin doğumundan sonraya bırakılmamalıdır. Eğer çocuğunuz anaokuluna başlayacaksa, bebeğin doğumu ile değil; bebek doğmadan 3-4 ay önce okula başlaması çok daha uygun olacaktır.



- Bebeğin gelişine çocuğu hazırlamak aynı zamanda sözlü ifade ile de yapılmalıdır. Yaşça küçük çocuklara bu durum hikayeleştirilerek anlatılacağı gibi, yaşça daha büyük olan çocuklara kardeşi doğduğunda neler olacağı, onun için neler yapabileceği somut bir şekilde anlatılabilir.
- Hazırlık sürecinde, çocuğun fikrinin alınması kardeşe bir şey alınırken ona da bir şeyler alınması çocuğu bebeğin gelişini kabullenmesine yardımcı olacaktır.
- Bebeğin doğduğu ilk aylar, anneye yardımcı kişiler olmalı ve bu kişiler çocukla ilgilenip, çocuğa yeni bir kardeşe alışma konusunda destek sağlamalıdır.
- Hamilelik sürecinde, anne çocuğu kucağına alamadığında, ya da oturmakta güçlük çektiğinde sebep olarak karnındaki bebeği göstermemelidir. Bu durum bebeğe karşı çocuğun kızgınlık duymasına neden olur.
- Yeni bir kardeşin gelmiş olmasını henüz kabullenemeyen çocuğa, kardeşi ile ilgili şakalar yapılmamalıdır. Anne kızdığına ise, çocukta var olan kıskançlığı arttıracak: "Kardeşin bak ne kadar uslu duruyor, beni hiç üzmüyor, ama sen beni çok üzüyorsun.", "Kardeşini senden daha çok seviyorum." gibi uyarılarda bulunmamalıdır.
- Kardeşinin doğumu ile birlikte çocuğun kendisini kötü hissedeceğinden dolayı endişe duyarak, çocuğa gösterilen ilgi abartılmamalı, çocuğun her istediği yapılmamalı, çocuk hediyelere boğulmamalıdır.



- Çocuğun yeni doğan kardeşini kabul etmesi için ona baskı yapılmamalı, aceleci davranılmamalıdır. Çocuğa zaman tanınmalıdır.
- "Sakin üzülme, seni de kardeşin kadar çok seveceğiz." gibi söylemlerde bulunulmamalıdır. Bu cümlele anne babanın sevgisi için kardeşle yarışmasına sebebiyet verebilir.
- Çocuğun yanında bebek için: "Ne kadar da huysuz, sürekli ağlıyor, senin kadar uslu değil." gibi cümleler söylenmemelidir. Bu cümleler çocuk tarafından inandırıcı bulunmamakla birlikte, çocuğa onu kandırmaya çalışıldığı hissini yaşatabilir.
- Çocuğu bebekten uzaklaştırmak yerine, ona yapabileceği küçük görevler vererek bebekle iyi ilişkiler geliştirmesi sağlanabilir.
- Kardeşler arasında kıyaslamalardan kaçınılmalıdır.
- "Sen artık abla oldun." gibi çocuğa sorumluluk yükleyen cümleler kurulmamalıdır. Onun da hala çocuk olduğu unutulmamalıdır.
- Bebeğin doğumu ile birlikte, çocuk anaokuluna gönderilmemelidir. Bu durum kardeş kiskançlığını pekiştireceği gibi, okul fobisine de yol açabilir. Eğer anaokuluna göndermek gibi bir plan varsa, bu bebeğin doğumundan 3-4 ay önce gerçekleştirilmelidir.
- Oyuncakları ondan habersiz kardeşine verilmemelidir. Vermek istemediği oyuncaklar konusunda çocuk zorlanmamalıdır.



Öğretmenlere Öneriler:

- Öğretmenler çocuğun okula yansıyan davranışlarını normal karşılamalıdır.
- Veli ile işbirliği içerisinde çocuğun sürece alışması sağlanmalıdır.
- Çocuğun süreçle ilgili yaşadığı problemleri çözebilmek adına okul rehberlik servisinden destek alınabilir.



ÇOCUKLARDA ÖZGÜVEN EKSİKLİĞİ VE ÇEKİNGENLİK

Özgüven eksikliği ve çekingenlik, çocuklarda sıkça rastlanan problemlerden bir tanesidir.

Çekingen çocuklar, kendilerini değersiz bulurlar, yeterince sevilmediklerini düşünürler ve herkesten uzak dururlar. Bu yüzden arkadaşlık kurmada zorlanırlar.

Dışarıdan bakıldıklarında uslu görünürler. Uyumludurlar ve sorun çıkarmazlar. Fakat bunun sebebi kendilerine güven duymayıp, buldukları ortamlarda ses çıkaramayışlarından dolayıdır.



Arkadaşları arasında yeterince kendini ifade edemeyen, sosyal ortamlarda çekingen tavırlar sergileyen, oyunlara katılmayan çocuklar belli bir süre sonra izole olmuş şekilde yaşamaya başlarlar. Sınıf ortamında aktif değildirler. Bir konuyu çok iyi bilseler de, kendilerine güven duymamaları sebebiyle bildiklerini tam olarak ifade edemezler. Bu da derslerinde yeterince başarılı olamamalarına yol açar.

Çocuklarda özgüveni etkileyen en temel sebeplerden bir tanesi sevgi eksikliğidir. Özellikle şiddet gören, yeterince sevildiğini hissetmeyen, huzurlu bir aile ortamında yetişmeyen çocuklarda özgüven eksikliği sıkça görülmektedir. Kardeşleri ve arkadaşlarıyla sürekli kıyaslanan, kendileri ile alay edilen çocuklarda da özgüven eksikliği oluşur. Annenin aşırı koruyucu tavrı, baskısı, aşırı titiz tutumları çocuğun kendine güven duymasını olumsuz yönde etkiler.



Ailelere Öneriler:

- Çocuğun duygu ve düşüncelerine önem verip nasıl olduğu sorulabilir. "Bugün seni mutlu eden ne vardı?" "Bugün canını sıkan bir şey oldu mu?"
- Ailenin çocuktan beklentisinin yaşına uygun olması çok önemlidir. Kendisinden hiçbir şey beklenilmeyen çocuk görev almaktan kaçınır ve kendini geliştirmek için desteklenmemiş olur. Öte yandan kendi kapasitesinden yüksek beklentiler ile yetiştirilen çocuk, yanlış yapmaktan kaygı duyabileceğinden kendini geliştirmekten uzak durabilir.
- Kendi becerilerinden emin olmadıklarında yetişkin desteğine ihtiyaç duyabilmektedirler. Yeni bir şey denemek için onu yüreklendirmek, yapabileceğini göstermek adım atmasını kolaylaştıracaktır. "Sen başla, yardıma ihtiyacın olursa ben buradayım" cümlesi adım atmasına fayda sağlayacaktır.
- Ufak sorumluluklar verip ona başarı duygusu tattırılmalıdır.
- Var olmalarının sizin için ne kadar önemli olduğunu onlara hissettirin. Onlara olan sevginizin başarı ya da başarısızlıklarına bağlı olmadığını, sizin için ne kadar önemli olduğunu ve onu ne kadar sevdiğinizi hep söyleyin.
- Çocuğunuzu kendi ilgi alanı ve yetenekleri doğrultusunda faaliyetlere ve aktivitelere katılmasında destek olun. Böylece kendilerinde var olan yeteneklerin ortaya çıkmasını sağlayarak kendilerine özgüven duymalarını sağlamış olursunuz.
- Çocuğunuzdan beklentilerinizi onun seviyesinin üstünde tutmayın. Ulaşabilecekleri hedefler koyun ve bu hedefleri başarılmasında yardımcı olun.
- Evinizde herkesin birbirine güvenebileceği, rahatça mutluluklarını, üzüntülerini, başarısızlıklarını, hayal kırıklıklarını paylaşabilecekleri bir ortam oluşturun.



Öğretmenlere Öneriler:

- Bu süreçte rehberlik servisinden destek talep edilmelidir.
- Çocuğun özgüvenini etkileyen olumsuz koşullar varsa iyileştirilmesi için çalışmalar yapılmalıdır. Öğrencinin yaşadığı okula yönelik bireysel bir problem varsa rehberlik birimi bu konuda öğrenciyle çalışmalıdır.
- Öğretmenler öğrencinin yüreklendirilmesi için okul ve sınıf için sorumluluklar vermelidir.
- Çocuğun iyi olduğu derslerde, fikir beyan edebileceği konularda söz istemesini beklenmeden söz verilmelidir.
- Zamanla çocuğun özgüveni okul ortamında da gelişecek ve çekinceleri ortadan kalkacaktır.



MASTÜRBASYON

Çoğunlukla cinsel organı ile oynama şeklinde görülen mastürbasyon, ailede endişe, heyecan hatta panik yaratan bir davranıştır.

Küçük çocuk tesadüfen keşfettiği bu davranıştan zevk aldığını görünce, bunu sürdürür. Eğer çocuk aileden tepki görmezse, bu davranış zaman içinde kaybolur veya azalma gösterir. Eğer ailenin tepkisi büyük olursa, çocuk bu davranışı gizlice sürdürme yoluna gider. Gizli yaptığı bu davranış bir yandan ona zevk verirken, öte yandan onda korku ve suçluluk duygusunun doğmasına neden olur.



Mastürbasyon hiçbir sorunu olmayan çocuklarda görülebildiği gibi, sıkıntılı, ürkek, güvensiz ve endişeli çocuklarda sıklıkla görülebilir. Bazı çocuklarda da yalnızlık, üzüntü hallerinde tekrarlanan bir davranış olarak görülebilir. Araştırma bulguları mastürbasyonun, yalnız büyüyen çocuklarda, sevgi ve ilgiden yoksun büyüyenlerde, aşırı disiplinin egemen olduğu evlerde, ailenin cinsel konulara aşırı duyarlı olduğu evlerde daha çok görüldüğünü ortaya koymuştur. Bazı çocuklarda sadece uykuya dalmadan önce mastürbasyon yaparken, bazıları masal dinlerken veya televizyon seyrederken, bu davranışı yaparlar, bazıları da özellikle sıkıntılı oldukları anlarda ve gerilimlerini gidermek için bu davranışa başvururlar.

Erkek çocuklarda kızlardan daha çok görülen bu davranışı yok etmek amacıyla çocuğu azarlamak veya dövmek, onunla alay etmek, cinsel organının kopacağını söyleyerek korkutmak, hastalanacağını anlatarak ürkütme, cinsel organını kesmeyle tehdit etmek, kaçınılması gereken hatalardır. Bu hatalar zaten endişeli olan çocuğun daha huzursuz olmasına yol açar ve kendisinde var olan suçluluk duygusunu pekiştirir.

Ailelere Öneriler:

- Çocukluk çağında yapılan mastürbasyon yaşa, gelişimsel özelliklere, sosyokültürel duruma, sıklığına ve şiddetine göre değerlendirildiğinde normal sınırlar dahilinde ise aileler tarafından normal olarak kabul edilmelidir. Eğer bu durum normal sınırlar dahilindeyse aileler çocukluk çağı mastürbasyonu hakkında kendilerini eğitmelidir ve hatta bu durum hakkında çocukla konuşmaya gerek bile görülmeyebilir. Çocuğun mastürbasyon yaptığı ortam sosyokültürel olarak uygun değilse çocuğun yaşına uygun olarak cinsel eğitim vermek ve sosyal ortamlarda nasıl davranılması gerektiğini sakince, yaşına uygun şekilde anlatmak ve mastürbasyon yapmak istediğinde sakince odasına yönlendirmek genellikle işe yaramaktadır. Çocuğun mastürbasyon yaptığı görüldüğünde dikkatini başka bir tarafa çekmek de çocuğun mastürbasyon yapmayı bitirmesini sağlayabilir.
- Çocuk mastürbasyon yaptığı için suçlanmamalıdır, çocuğa kızılmamalıdır, ayıp olarak nitelendirilmemelidir, utandırılmamalıdır ve ceza verilmemelidir. Bunlar aileler tarafından yapıldığı takdirde çocuk yetişkin olduğunda cinsel hayatında problem yaşayabilir.
- Çocuk aşırı kaygılı bir ortamda yaşamaması nedeniyle mastürbasyon yapıyorsa öncelikli olarak çocuğun aşırı kaygılanmasına neden olacak ortam veya durum ortadan kaldırılmalıdır. Kendisini güvende hissettiği ve koşulsuz kabul edildiği bir ortam çocuğa sağlanmalıdır.



- Özgüven düşüklüğü nedeniyle mastürbasyon yapan çocuk başarabildiği alanlara yönlendirilmeli ve başarısı ile çabası övülmelidir.
- Yeteri kadar uyaran almayan çocukların günlük hayatı daha kaliteli bir hale getirilmelidir. Aile içerisindeki iletişim artırılmalı ve çocuğun sosyal ortamlara girmesine fırsat verilmelidir.
- Vajinayla, üretrayla veya perineyle ilgili enfeksiyon veya dermatiti olan çocuklar için bir çocuk hekimine başvurulmalıdır. Çocuk hekiminin verdiği tedaviye ve önerilere uyulmalıdır.
- Uykuya dalmada güçlük çeken çocuklar için uyku rutini oluşturmak ve uykusunu düzene sokması için sistem oturtmak fayda sağlamaktadır.
- Psikiyatrik problemler nedeniyle çocukların mastürbasyon yaptığı biliniyorsa öncelikli olarak psikiyatrik problemlerin tedavisi için çaba gösterilmelidir.
- Pornografik görüntülere maruz kalan veya yetişkinleri cinsel ilişki sırasında gören çocuklar için bu duruma ne zaman maruz kaldığı araştırılarak tekrar o ortama girmesi engellenmelidir.
- Eğer cinsel istismara maruz kalınma nedeniyle çocuğun mastürbasyon yaptığı biliniyorsa adli makamlara başvuru yapılırken çocuğun mental sağlığı için bir çocuk ve ergen psikiyatristinden veya çocuk ve ergen psikoloğundan destek alınmalıdır.



TOPPOINT
Schreibwaren
GmbH

Öğretmenlere Öneriler:

- Çocuğu tanımaya çalışmak,
- Çocuğun ev, aile ve okul içindeki yerini belirlemek,
- Bu davranışın altındaki gerçek nedeni keşfetmek,
- Çocukla iyi bir diyalog kurmak, ihtiyaç duyduğu sevgi ve ilgiyi göstermek,
- Çocuğun kendini ifade etmesine ve sorunlarını dile getirmesine olanak tanımak,
- Çocuğa yaratıcı etkinlikler ve dramatizasyon oyunları için gerekli malzemeyi sunmak,
- Çocuğun evde ve okulda huzurlu ve mutlu olmasını sağlamaktır.



PARMAK EMME

İlk aylarda doğal bir davranış olarak kabul edilen parmak emme, daha sonra uyumsuzluk belirtisi olara nitelendirilir. Bazı uzmanlar, anne sütü ile beslenmemiş olan çocuklarla, annesi tarafından beslenmemiş olanlarda ve huzursuz bir aile ortamında büyümüş olanlarda, parmak emmenin çok sık görülebileceğini ileri sürerler.

Bazı uzmanlar da, parmak emen çocukların, bebeklikte anne ilgisinden yoksun kaldıklarını, bu nedenle onlarda güven duygusunun yeterince gelişmediğini savunurlar. Parmak emmenin, güvensiz, sıkıntılı ve stresli çocuklarda sık görülmesinin şaşırtıcı olmadığını söylerler.

Bazı çocuklar sadece uykuya giderken, bazıları ise gün boyunca parmak emerler. Gün boyunca parmak emenler, televizyon seyredirken, kendilerine masal anlatırken veya kitap okunurken kendilerini bu davranışa kaptırırlar, bazıları oyun oynarken bile bu davranışa yer verirler. Özellikle sıkıntılı olduklarında, azarlandıklarında veya üzüntülü olduklarında bu davranışa sığınır.



Ailelere Öneriler:

- Anne-baba, çocuğunu parmak emerken her yakaladığında, azarlar, mikrop kapıp hastalanacağını anlatırsa, bekleştğini söylerse, onunla alay ederse, bu alışkanlık iyice yerleşir.
- Çocuğu bu alışkanlığından vazgeçirmenin yolu, bu konuda sabırlı davranmak, sürekli uyarıdan kaçınmak, olayı önemsemez görünmektir.



Öğretmenlere Öneriler:

- Aile ile işbirliği içerisinde dengeli bir yaklaşım sergilenmelidir.
- Çocuğun davranışı sergilediği durumlar tespit edilerek bu durumları ortadan kaldırmaya yönelik çalışmalar yapılmalıdır.
- Okul rehberlik servisi ile işbirliği içerisinde aileye müşavirlik yapılmalıdır.
- Çocuğun aile içi ilişkileri araştırılmalıdır.
- * Konuşarak rahatlayamayan bir çocuk ise, dramatizasyon tekniklerinden ve yaratıcı etkinliklerden yararlanmak gerekir.



TIRNAK YEME

Uzmanlar tırnak yemeyi bir saldırganlık belirtisi, kişinin kendine yönelik bir saldırganlığı olarak değerlendirirler.

Çoğunlukla sıkıntılı, içe dönük, güvensiz, ruhsal gerginlik içinde olan bünyelerde daha sık görüldüğünü ileri sürerler. Bazen de sıkıntı, stres, yorgunluk ve üzüntü, problemsiz çocuklarda da bu davranışa yol açabilir.



Ailelere Öneriler:

- Anne-baba, çocuğunu tırnak yerken her yakaladığında, azarlar, mikrop kapıp hastalanacağını anlatırsa, bekleştğini söylerse, onunla alay ederse, bu alışkanlık iyice yerleşir.
- Çocuğu bu alışkanlığından vazgeçirmenin yolu, bu konuda sabırlı davranmak, sürekli uyarıdan kaçınmak, olayı önemsemez görünmektir.



Öğretmenlere Öneriler:

- Öncelikle çocuğu tanımak, hangi hallerde bu tikin ortaya çıktığını ve şiddetlendiğini araştırmak,
- Bu tikin altında yatan psikolojik nedeni keşfetmeye çalışmak,
- Çocuğun aile içi ilişkilerini araştırmak,
- Çocukta iyi bir diyalog kurarak boşalmasını sağlamak,
- Konuşarak rahatlayamayan bir çocuk ise, dramatizasyon tekniklerinden ve yaratıcı etkinliklerden yararlanmak,
- Çocuğun kil, kum, su, hamur, çamur gibi malzemeleri kullanmasını önermek,
- Çocuk büyüdükten sonra da, kendisinin katılımıyla ve davranışçı terapi yöntemleri ile tikinden kurtulmasını sağlamak.

**GÜMÜŞHANE REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**ADRES: İNÖNÜ MAHALLESİ AYDIN
DOĞAN KÜME EVLER NO: 32/3
MERKEZ / GÜMÜŞHANE**

**Telefon : 0 (456) 213 43 47
Faks : 0 (456) 213 25 73
E-posta : 254496@meb.k12.tr**



@gumushaneram



gumushaneram

İŞİMİZ GÜCÜMÜZ İNSAN