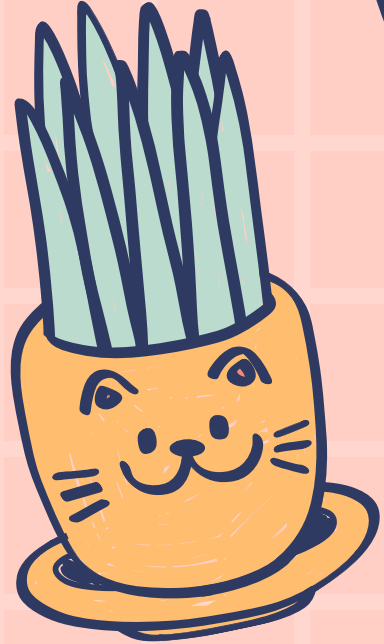
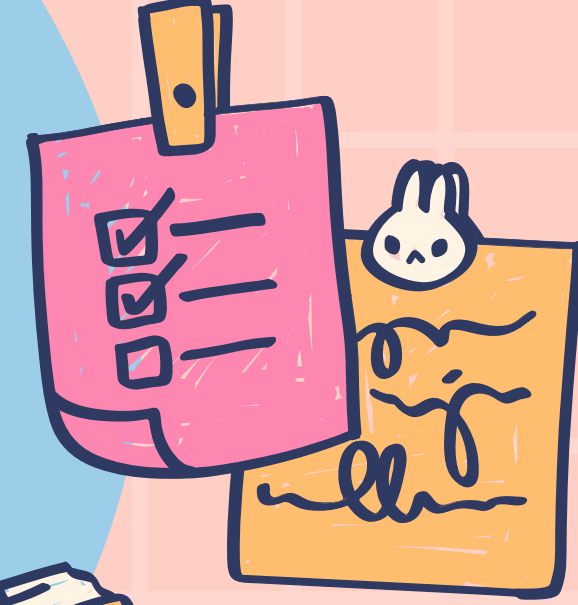


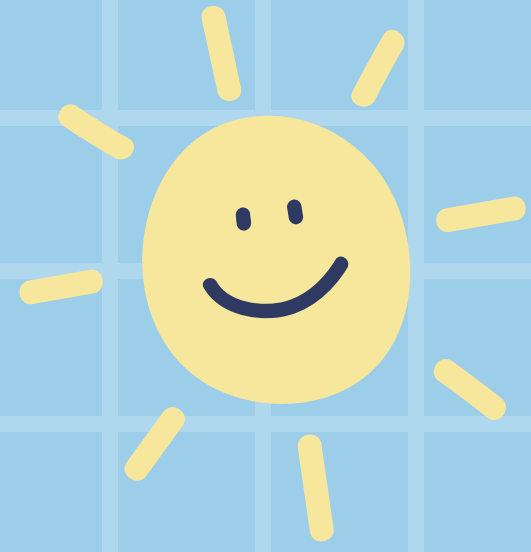
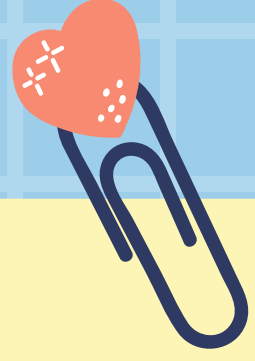
# ÇOCUKLARDA İSTENMEYEN DAVRANIŞLAR



SULTANGAZİ FAHRİ AYGÜN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Kardeş Kıskançlığı  
Karşı Gelme Davranışı  
Akran Zorbalığı  
Dikkat Eksikliği





Kıskançlık, doğal bir  
duygu olmakla  
beraber kişiyi  
oldukça mutsuz  
edebilen, sevilen  
birinin veya bir  
nesnenin başkası ile  
paylaşılma  
istenmemesidir.

# KARDEŞ KISKANÇLIĞI

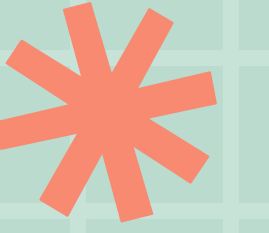
En yaygın kıskançlık türü, birden fazla çocuğun bulunduğu ailelerde, görülen kardeş kıskançlığıdır.

Genellikle büyük çocuğun kendisinden sonra gelen kardeşini kıskanması durumunda ortaya çıkmaktadır. Genellikle ilk çocuk, anne ve babanın göz bebeği olup ailenin ilgi ve dikkat merkezidir.





# Peki Ne Yapabiliriz?



- Kıskançlık sevinç, üzüntü gibi normal karşılanması gereken bir duygu.
- İki kardeşi kıyaslayan ifadelerden olumlu olsa dahi kaçınmak gerekir.
- Eşit sevgi vurgusu yerine "Seni özel olarak seviyorum" vurgusu yapılmalı.
- Sevginin sonsuz bir şey olduğunu ve tüm herkese yetebileceğinin belirtilmesi.

Kardeşler arası bir çatışmayı nasıl yönetebiliriz?

- 1.) Sorunu ifade et.
- 2.) Her iki tarafında görüşünü dinle.
- 3.) Sorunla ilgili duygularını paylaş.
- 4.) Sorunun çözümüne yönelik fikirler üretin.
- 5.) Çözümü bul ve uygula.



- Birlikte başarabilecekleri oyunlar oynamalarını sağlamak.  
(Yapboz, araba tamiri vs.)
- Aile içerisinde her ferde gelişim dönemine uygun görevler vermek ve bu görevleri yerine getirdikleri için takdir etmek.
- Duygu ifade eden dil kullanmak. Kardeşler birbirleriyle sorun yaşadıklarında nasıl kendilerini ifade edeceklerine dair örnekler vermek.
- Anne-Baba ve kardeşlerin düzenli olarak bir etkinlik yapmasını sağlamak. (Film izlemek, pizza yapmak vs.)



# ÖRNEK DURUM

Küçük kardeşinin beslenmesi ve uyumasıyla ilgili kıskançlık yaşayan Ayşe hırçınlık göstermektedir. Bir gün annesi kardeşine yemek yedirirken sen artık beni sevmiyorsun onu seviyorsun diye küsmüştür. Ne yapabiliriz?

# ÖRNEK CÜMLELER

Sen ödevini bitirdin ama kardeşin daha başlamadı bile.

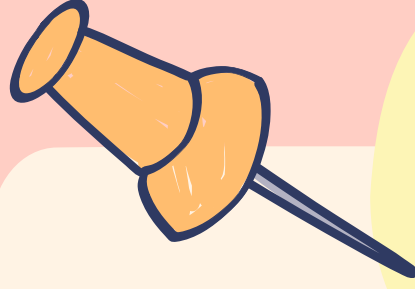
(Görüyorum ki ödevini bitirmişsin.)

Emre kardeşinin yaşındayken daha akıllı, uslu bir çocuktur. Ayşe hiç onun gibi değil. Akıllı oğlum benim, beni hiç üzmedi.

(Her çocuk nasıl farklıysa Emre de

kardeşinden farklıydı, her ikisinin de kendine göre farklı özellikleri var, farklı olmalarını seviyorum.)

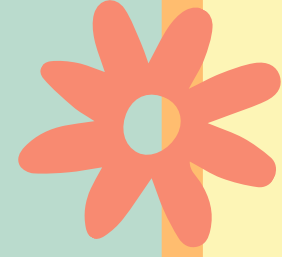




# Akran Zorbalığı



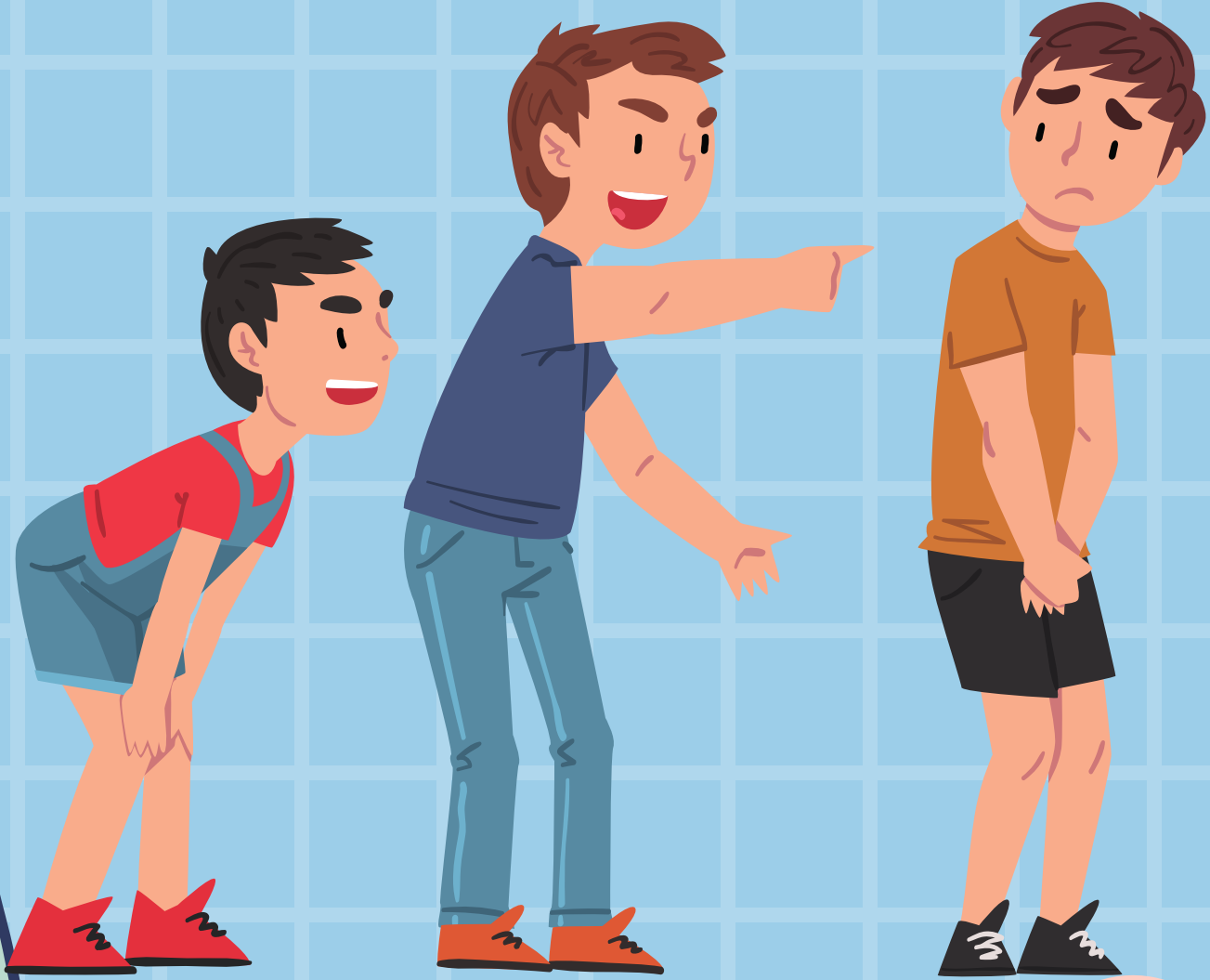
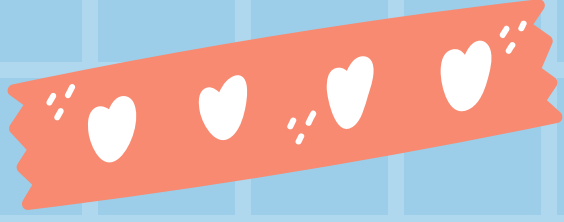
Bir yada birden çok öğrencinin kendilerinden daha güçsüz öğrencileri kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür.



# Zorbalık Türleri

- Fiziksel Zorbalık
- Sözel Zorbalık
- Sosyal Zorbalık
- Siber Zorbalık

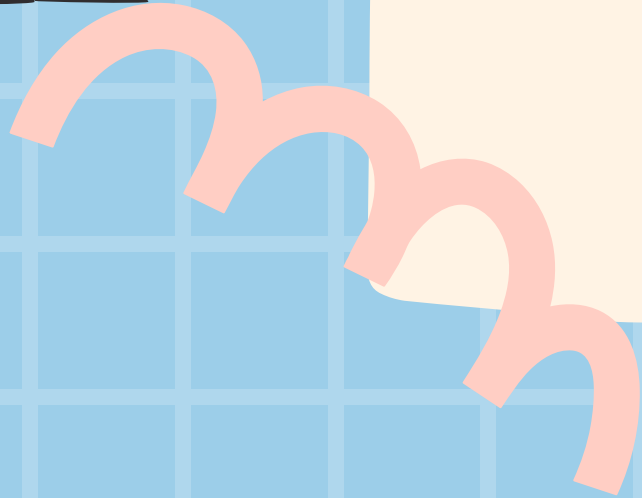
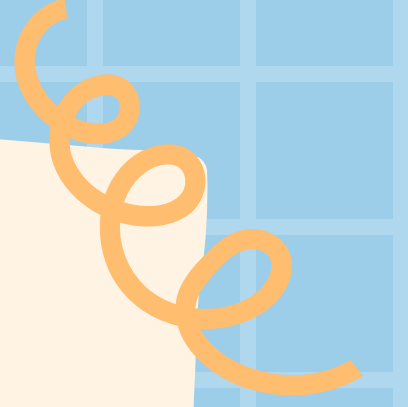




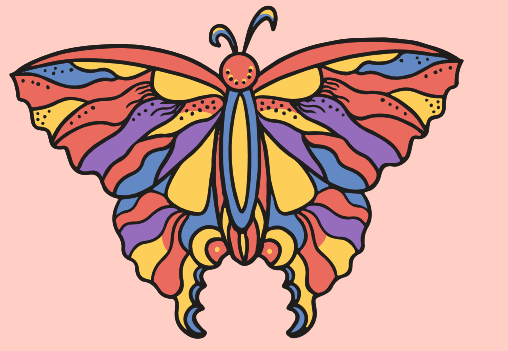
Zorba Kimdir?

Mağdur Kimdir?

İzleyici Kimdir?



## Çocuğunuz Zorbaysa;



Çocuğunuza iyi bir rol model olun. Ev içerisindeki hareketlerinize ve sözlerinize dikkat edip doğru davranışlara teşvik edin.

Çocuğunuzun oynadığı oyunları kontrol edin.

Şiddet içerikli oyunlardan uzak durmasını sağlayın. Aynı zamanda izlediği dizi ve filmlerin

şiddet barındırmamasına dikkat edin.



## Çocuğunuz Zorbaysa;

Rol oynama yaparak çocuğunuzun zorbalığa maruz kalan kişi olmasını isteyin. Sizde zorbalık yapan kişi olun. Bir zorbalık durumunu canlandırın ve üzerinde konuşun. Kim nasıl hissetti, daha uygun nasıl davranılmalıydı vb.

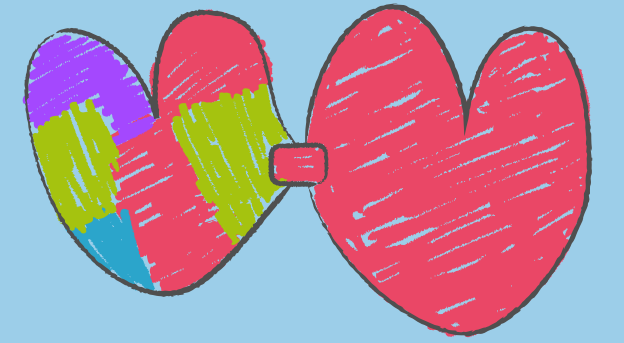
Çocuğunuza verdiğiniz yasak ve sınırlamaların istikrarlı olmasına önem verin. Yasağınızı uygulamaktan vazgeçmeyin.



## Çocuğunuz Mağdursa;

Çocuğunuzu suçlamayın. Çocuğunuzun zorbalığa maruz kalıyor olması onun suçu değildir, onu suçladığınızda çocuğunuz daha çok kırılıp içine kapanabilir. Kendisini zorba çocuklara karşı daha güçsüz hissedebilir.

Başkalarının da bu davranışlara maruz kaldığını anlattıktan sonra bu davranışı hafife almayın. “Olur böyle şeyler” ya da “Geçer boşver” gibi cümleler kurmayın.





## Çocuğunuz Mağdursa;

Çocuğunuzun özgüvenini kazanmasına yardımcı olun. Yetenekli olduğu bir alan belirleyin. Onu bu alanda destekleyin. Böylece çocuğunuz sosyal ortamlarda bu başarısı ile kendisini daha iyi hissedecektir.

İyi bir dinleyici olun. Çocuğunuzun size ilk açıldığında verdiğiniz büyük tepkiler daha sonra sizinle konuşmaktan çekinmesine sebep olabilir. Sakin olup çocuğunuzun neler hissettiğine odaklanın.

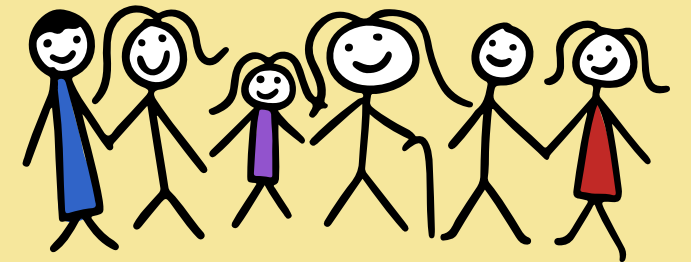


## Çocuğunuz İzleyiciyse;

Arkadaşı zorbalığa maruz kaldığında neler hissettiği hakkında konuşun. Empati kurmasını sağlayın. Kendisi mağdur olursa neler yapması gerektiği hakkında sohbet edin.

Mağdur çocuğu gördüğünde güvendikleri yetişkine haber vermesi gerektiğini anlatın.

Mağdur çocuklara yardım etmenin önemli olduğunu söyleyin ve kendisinin neden yardım etmediğini sorun.







# Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite

Çocuğun yaşı ve gelişim düzeyine uygun olmayacak şekilde dikkat sorunları, aşırı hareketlilik, dürtüsellik ve isteklerini erteleyememe dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunun temel belirtilerindedir.





- 1 Bu hareketlilik hiç durmadan ve sürekli ise,
- 2 Her ortamda ve şartta devam ediyorsa
- 3 Yaşıtları ile bir araya geldiğinde hareketliliği çok dikkat çekici seviyede kendisini gösteriyorsa
- 4 Söylenenlere odaklanamayıp dikkat eksikliği gösteriyorsa





Dikkat eksikliği olan çocuğa ne giymek



istersin veya ne yemek istersin gibi



sorulardan öte ” Mavi kazağını mı yoksa



pembe kazağını mı giymek istersin?” diye



sormak dikkatini toplamasında kolaylık



sağlar.



Peş peşe talimatlar vermekten sakının.



”Bana mutfaktan bardağı getir, ışıkları



kapat ve kapıyı çek.” yerin bu talimatları

tek tek verin.





Uzun süre dersin başında oturmasını



belemekmeyin. Gerekirse 15 dakikada bir ara  
verin.



Bir takvim, planlayıcı oluşturabilirsiniz.



Yapacağı görevleri tek tek kağıt üzerinde  
görmek kafa karışıklığını engeller.



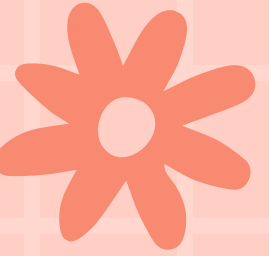
Ev içerisinde enerjisini atabileceği küçük



sorumluluklar verin. Enerjisini doğru



yönlendirmesini sağlayın.





Gerekli olmadıkça ev içerisinde televizyon



açık kalmamasın. İzlenilecek program



başladığında açılıp bitince kapanması



çocuğun dikkatini toplamasında yardımcı

olur.



Spor aktivitelerine yönlendirin. Düzenli



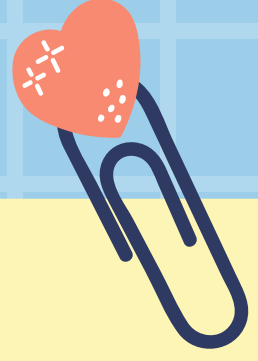
olarak spor yapması çocuğun hem bedensel



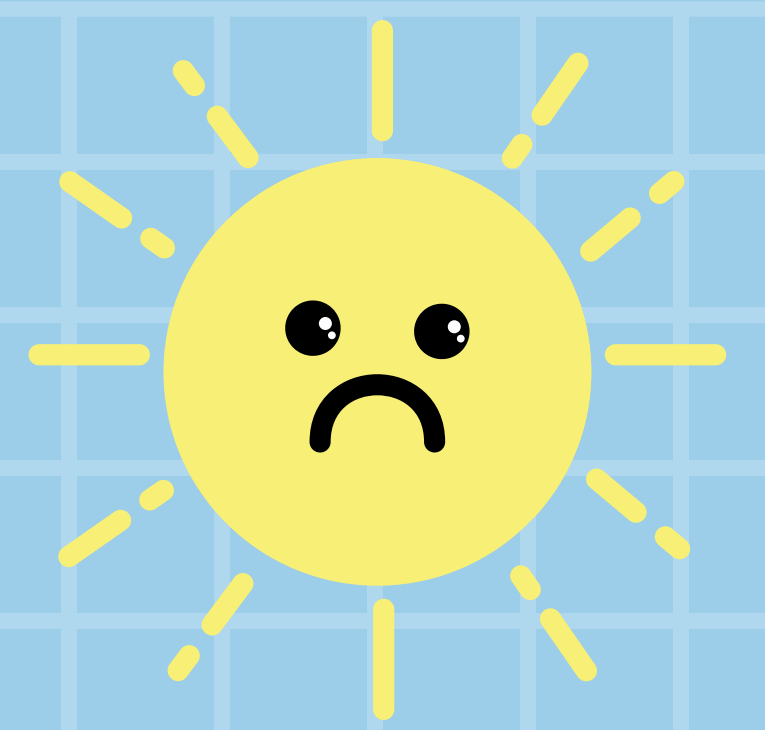
hem ruhsal gelişimi açısından faydalı

olacaktır.





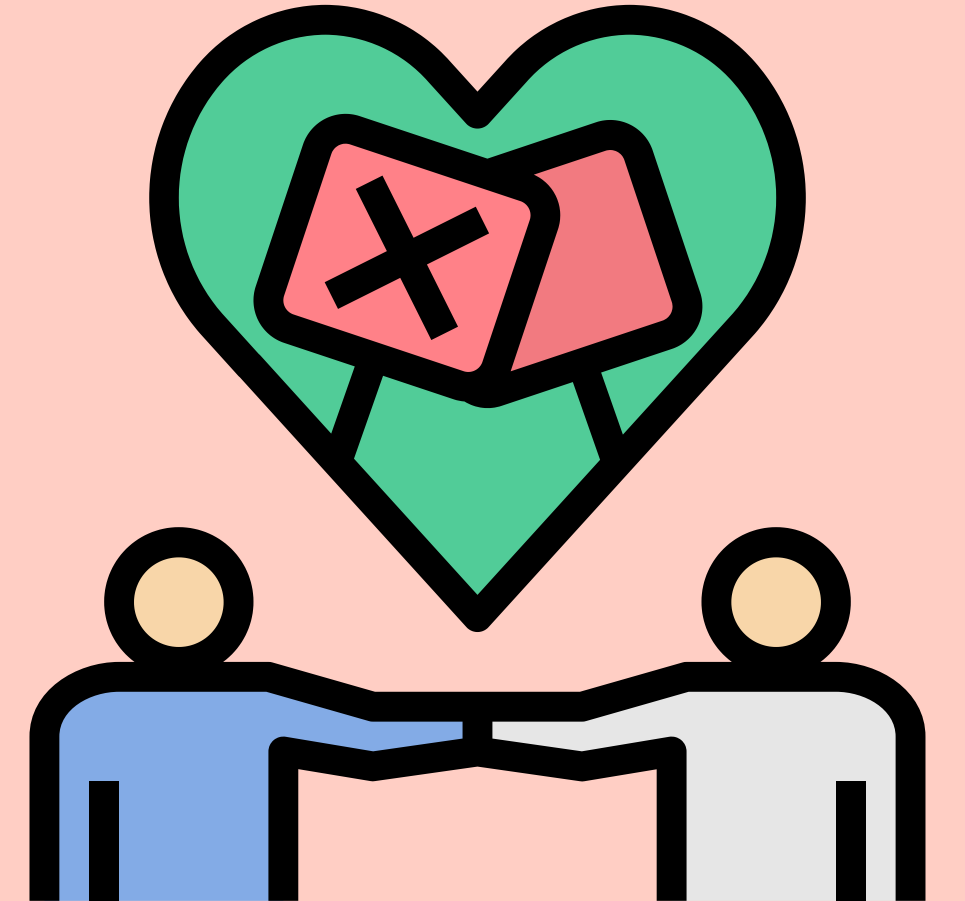
Karşıt olma karşı gelme bozukluğu çocuk ve ergenlerde görülen bir davranış bozukluğudur. Bu davranış bozukluğunun temel özellikleri kurallara uymayı reddetme, aileye karşı koyma, tartışmacı tutum ve inatçılıktır.



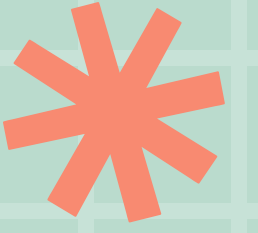
# KARŞI GELME SORUNLARI

Öncelikle çocuğunuzun davranışlarının gelişim dönemine uygun olup olmadığının farkına varın. Dönem geçişlerinde, atak dönemlerinde çocuklarda karşı gelme davranışları görülebilir.

Eğer çocuğunuzun davranışları gelişim dönemi özelliklerinin dışında geliyorsa ve günlük hayatında hem kişisel hem sosyal olarak sorun çıkartıyorsa bir uzmandan yardım almak faydalı olacaktır.



# Peki Ne Yapabiliriz?



- Çocuğunuzun duygularını anlamaya çalışın. Öfkesinin altında asıl istediği şeyin ne olduğunun farkına varın.
- Yapmak istemediği şeyleri karşı gelmeden nasıl ifade edebileceği konusunda rol model olun.
- Çocuğunuzla olumlu hava oluşturabilmek için aktiviteler yapın. Sürekli sorumluluklar ve yapılması gerekenleri konuşmak yerine beraber özel vakit geçirin.

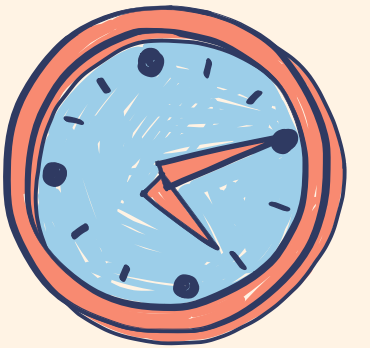
- Ne sizin istediğiniz ne de çocuğunuzun istediği olsun. İkinizin de istediği ortak bir çözüm bulmaya çalışın. Kendinizi ifade edin ve çocuğunuzun da ifade etmesini sağlayın.
- Öfke, kızgınlı, kin gibi duygularla baş edebilmek için spor aktivitelerini yönlendirin. Grupça yapılan sporlar sayesinde toplum içerisinde nasıl davranması gerektiğini öğrenebilir.



# Anne Yapabilir Miyim?

Komutu Sizin  
Verdiğiniz  
Oyunlar Oynayın.

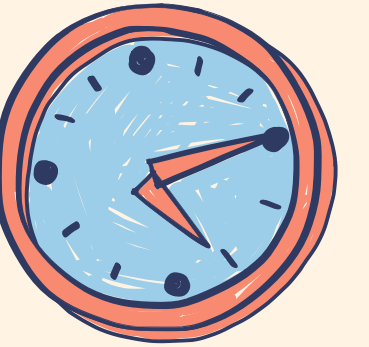
Çocuğunuza yerine getirmesi için yönergeler verin. Örneğin, "Bana doğru 3 dev adım at." Çocuğunuzun yönergeyi yerine getirmeden önce izin istemesi gerekir. Eğer izin istemeyi unutursa başlangıç çizgisine geri dönmesi gerekir. Amaç çocuğunuzun yanınıza ulaşması ve size ulaştığında onu sarılarak karşılamandır.



# Araba

Komutu Sizin  
Verdiğiniz  
Oyunlar Oynayın.

Çocuğunuzla el ele tutuşun ve odanın içinde dolaşmaya başlayın. Bir yandan melodik olarak a-ra-ba, a-ra-ba çok yavaş git. A-ra-ba, a-ra-ba hızlı git. A-ra-ba, a-ra-ba bas gaza! deyin. çok hızlı hale gelene kadar tempoyu artırın. Sonra birden "Frene bas!" deyip durun ve yavaş tempoyla tekrardan başlayın.



Beni dinlediđiniz için teŖekkür ederim.

