****

**OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA
DAVRANIŞ VE UYUM SORUNLARI**

****

**Davranış ve uyum sorunu nedir?**

Davranış sorunları genellikle çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı, iç çatışmalarını davranışlarına aktarması sonucu ortaya çıkar. Hırçınlık, sinirlilik, saldırganlık, inatçılık, yalan, çalma, küfür gibi davranışlar bir anlamda çocuğun iç dünyasının dışa yansıması olarak değerlendirilebilir.

Çocuklar her yeni gelişim dönemine geçtiklerinde yeni beceriler elde ederler. Ancak çocuğun edindiği her yeni beceri beraberinde çözülmesi gereken bir sorunu da getirir. Gelişim dönemlerinde karşılaşılan sorunlar genellikle olağan ve geçici olmaktadır, ancak çocuk bu dönemlerde çevresindeki yetişkinlerin yanlış tutumlarına maruz kaldığında ya da gelişimdönemlerdeki sorunların çözümünde engellerle karşılaştığında, olağan olarak nitelendirilen bu sorunların çözümü sonraki gelişim dönemlerine ve ileriki yaşlara ertelenir. Bu durumlarda ortaya çıkan sorunlar davranış ve uyum sorunları olarak adlandırılır.

Örneğin, çocuk, sosyal-duygusal gelişimi gereği yaşıtlarıyla oyun oynaması gereken bir yaşta, sürekli ve uzun süreli yalnız kaldıysa, ileride içine kapanık bir çocuk ve yetişkin olabilir; veya çocuk gelişimsel olarak kendi kendine üstünü giyinme ve yemek yeme davranışlarını yapabilecek becerilere sahipken, aile tarafından sürekli bu becerileri sergilemesi engellendiyse, bu alandaki gelişimini tamamlaması ileriki yaşlara kalacağı için yeni gelişim dönemlerinde ortaya çıkacak sorunlarla baş etmesi güçleşecektir.

**Davranış ve uyum sorunlarını normal davranışlardan nasıl ayırdedebiliriz?**

Aileler genellikle, çocuğun gelişim dönemine bağlı olarak yaşadığı olağan sorunlarla, uyum bozukluğu olarak kabul edilen davranışlar arasında ayırım yapmanın zor olduğunu ifade eder. Anne-babalar için bu ayrımı sağlıklı biçimde yapmak çok zordur, ancak belirli kriterleri göz önünde bulundurarak en azından bir uzmana başvurmaları gerekip gerekmediğini tespit edebilirler.

Bir çocuğun davranışı ile ilgili bir sorundan söz edebilmek için temel alınacak ölçütlerden bazıları şunlardır:

**Yaşa uygunluk:**Çocuğun içinde bulunduğu yaş döneminden dolayı mı yoksa bir davranış bozukluğundan dolayı mı sorun yaşadığını ayırt edebilmek için öncelikle bir çocuğun içinde bulunduğu gelişim döneminin özelliklerini iyi bilmek önemlidir. Örneğin; 2 yaş çocuğu negativist, hareketlidir ve istenilen şeyleri yapmaz. Freud'un anal dönem, Erikson'un özerkliğe karşı kuşku ve utanç dönemine rastlayan bu yaşlarda çocuk, özerk bir birey olduğunu öğrenir. Kendisi istemeyince altının değiştirilmesini istemez, öpülmeyi reddeder. Dolayısıyla 2 yaşındaki inatçılık ve istenilen şeye karşı bir direnç göstermesi bir davranış bozukluğu değil, yaş döneminin bir niteliği olduğu unutulmamalıdır.

Yine, 3-5 yaş çocuğu dikkat çekmek ister. Hayal dünyası çok geniş olduğu için inanılmaz öyküler anlatabilir. Henüz yalanla yalan olmayanı ayırt edemezler. Bu nedenle bu yaşlardaki çocukların anlattıkları yalan olarak kabul edilmezken, 11-14 yaşlarındaki çocuklarda görülen yalan normalden sapan bir davranış olarak kabul edilmelidir.

Alt ıslatma davranışını ele aldığımızda, 1,5 yaşında tuvalet eğitimi almış bir çocuğun, ilk 1-1,5 sene zaman zaman altına kaçırması normaldir. İlk zamanlar çocuk kaslarını kontrol etmekte güçlük çekebileceği için tuvalet eğitimini takiben gece ve gündüz görülebilen alt ıslatma davranışı normal kabul edilmelidir. Çocuk 3,5-4 yaşından sonra da alt ıslatma davranışına devam ediyorsa bu davranış uyum bozukluğu olarak kabul edilebilir; çünkü artık yeni bir beceriyi (tuvalet eğitimi) kazanmak için gerekli olan adaptasyon süreci aşılmıştır. Bunun gibi, bebeklik dönemindeki parmak emme davranışı normal kabul edilirken, 1 yaşından sonraki parmak emme davranışı uyum ve davranış bozukluğuna işaret eder.

**1**

****

****

**Yoğunluk:** Bir davranışın bozukluk olarak kabul edilmesindeki ikinci önemli ölçüt yoğunluktur. Örneğin; 5 yaş çocuğunda öfke ve huysuzluk doğalken, bu davranış başkasına fiziki zarar vermeye dönüşürse, davranış sorunu olarak değerlendirilir.

**Süreklilik:** Çocuğun olumsuz davranışı ısrarlı bir biçimde ve uzun zaman devam ettirmesidir.

**Okul öncesi dönemde karşılaşılan davranış ve uyum sorunları hangileridir?**

Çocuklarda sıklıkla görülen uyum ve davranış bozuklukları şöyle sıralanabilir:

Saldırganlık

Yalan söyleme

İzinsiz eşya alma (çalma)

Altını ıslatma ve dışkı kaçırma

Konuşma bozuklukları: kekemelik

Tikler

Parmak emme

Ritmik sallanma

Kendi kendine vurma, kendini ısırma, kafasını yere vurma

Tırnak yeme

Fobiler ve korkular

Yeme bozuklukları: iştahsızlık veya aşırı yeme

Uyku bozuklukları: uyurgezerlik, kabuslar, gece diş gıcırdatma

Mastürbasyon

İçe kapanıklık, sosyal kaygılar, aşırı çekingenlik

Aşırı hareketlilik, dikkat eksikliği ve konsantrasyon güçlüğü

Öğrenme güçlüğü: okuma, yazma ve matematik becerilerinde gerilik

Saç, kas, kirpik koparma

Aşırı inatçılık ve karşı gelme, sosyal uyumsuzluk

Depresyon: içe kapanma, geri çekilme, yalnızlaşma, yabancılaşma

İsteksizlik, motivasyonsuzluk, üzüntü, keder

Sosyal problemler: dışlanma, reddedilme, ilişki kuramama ve sürdürememe

İletişim problemleri: kendini ifade edememe, empati kuramama

Özgüven eksikliği

2

****

****

**Davranış ve uyum sorunlarına neler yol açar?**

Neredeyse bütün anne-babalar bazen kendilerine şu soruyu sorarlar: “Neden bazı çocuklarda, önemli davranış sorunları gözlenmezken, başka bazı çocuklar anne ve babaları için sürekli sorun yaratırlar?”Çocuklarda görülen davranış ve uyum sorunları pek çok etkene bağlıdır. Kalıtımsal yatkınlık ve çevre faktörleri bu tür sorunların ortaya çıkmasında en önemli belirleyicilerdir.

Ebeveynler olumsuz tutumlara sahip olup çocukları ile ilişkilerinde sergiledikleri davranışlarla bu sorunların gelişmesinde pay sahibi olabilmektedirler. Özellikle baskıcı ve aşırı disiplinli, aşırı koruyucu ve alaycı, aşağılayıcı anne-baba tutumları çocuklardaki davranış ve uyum sorunlarına yol açabilmektedir.

Davranış ve uyum sorunları yalnızca ailenin yanlış tutumlarına bağlı olarak gelişmez, çevresel faktörlere bağlı olarak da gelişebilir. Yangın, deprem gibi travmatik olaylar, evdeki kavga ve huzursuzluklar, aile içi şiddet gibi sorunlar, ölüm veya boşanma nedeniyle anne-babadan uzak kalma gibi kayıp ve ayrılıklar bu tür sorunlara yol açan çevresel faktörlere örnek olarak verilebilir.

**Davranış ve uyum sorunlarının oluşmasında anne-babaların rolü nedir?**



Anne babalar davranışları düzeltmenin kurallarına ve yöntemlerine ilişkin bilgilerini artırarak çocuklarının daha iyi davranan, geçimli aile bireyleri olmalarına yardım edebilirler. İyi davranış da kötü davranış da çocuğun ödüllendirilmesi yoluyla oluşturulur. Kimi zaman, anne babalar çocuklarının kötü davranışını **“farkında olmadan”** ödüllendirerek pekiştirirler.

Yaşamımızdaki problemler, bireylerin zihninde önceki deneyimlerinden hareketle bir algı çerçevesi oluşturarak açıklanırlar. Dünyaya gözlerini yeni açmış bir bebeğin ağlayışı, bilinçli bir eylem değil, refleksif bir davranıştır. Dil gelişimi, çocuğun isteklerini karşılayacak kadar gelişmediği için çocuk, isteklerini belli bir yaşa kadar ağlayarak anlatır. Her ağladığında bir şeylerin yolunda gitmediğini annesine hissettiren çocuk, arzu ve isteklerinin yerine gelmediği durumlarda ağlamayı tercih edecektir.

Ağlamak, huysuzluk etmek bu yaştaki çocuklar için yerine getirilmesi zorunlu olan ihtiyaçların bir uzantısıdır. Ancak ileri yaşlarda isteklerin yerine getirilmesini sağlamak amacıyla bıktırma ve usandırma aracı olarak kullanılır. Ağlayıp sızlayarak istediklerini yerine getiren çocuk anne ve babasını usandırdığını ve isteklerinin bu yolla ödüllendirildiğini öğrenmiştir. Peki, ne yapılmalıdır? Çocuğunuzun bu türdeki olumsuz davranışlarını ödüllendirmez ya da cezalandırırsanız, davranışın gelecekte tekrarlanma olasılığı azalma eğiliminde olacaktır.

Davranış ve uyum sorunları, yukarıda sözünü ettiğimiz gibi hatalı anne-baba tutumlarına bağlı olarak ortaya çıkabilir. Bazen de, davranış sorunu başka bir faktöre bağlı olarak ortaya çıkar, ancak hatalı anne-baba tutumları nedeniyle, tırmanarak artabilir, yeni uyum ve davranış bozukluklarının ortaya çıkmasına neden olabilir ve özgüven eksikliği, içe kapanıklık, aşırı kaygılı olma gibi sorunların ortaya çıkmasına katkıda bulunarak kişilik gelişimini olumsuz etkileyebilir.

3





**Uyum ve davranış bozukluğu geliştiren çocukların anne-babalarının hatalı tutumları aşağıdaki gibi özetlenebilir:**

* Anne-babalar çocuklarının bilinçli olarak belirli davranışları yaptıklarını düşünerek sorunu görmezden gelir veya davranışı ve çocuğu baskı altına almaya çalışır. Oysaki çocukların çok büyük bir çoğunluğu, bilinçli olarak bu davranışları sergilemez. Çevrelerine bir mesaj vermek için, yani rahatsız oldukları durumları ifade etmek için bunu yaparlar.
* Anne-babalar sorunu gidermek için, davranışı yapan çocuğu küçük düşürücü, aşağılayıcı ve suçlayıcı tavırlar sergileyebilirler. Bazı aileler sorunu gidermek için çeşitli ceza yöntemlerine, hatta şiddete bile başvurmaktadırlar. Mastürbasyon yapan çocuğa ceza vermek, parmağını emen çocuğun ağzına biber sürmek ve altını ıslatan çocuğu deşifre etmek bu tip tutumlara örnek olarak verilebilir. Ailelerin, cezadan ve suçlayıcı tavırlardan uzak durmaları gerekir. Bu tip baskıcı tutumlar sorunu artırmaktan başka bir işe yaramaz.
* Bazı aileler ise, sorunu kendi haline bırakıp, kendiliğinden geçmesini beklerler. Oysa, uyum ve davranış bozuklukları kendiliğinden geçmez, mutlaka bu bozukluğun altında yatan sebepler ortadan kaldırıldıktan sonra geçer. Zaman içinde kendiliğinden geçen inatlaşma, parmak emme, alt ıslatma vb. Sorunlar yukarıda sözünü ettiğimiz normal dönemsel sorunlardır. Uyum bozukluğu olarak ortaya çıkan davranışlar ise ileriki yaşlarda ortadan kalkmış gibi gözükse bile ya yeni bir sorun olarak, ya da tekrarlanarak karşımıza çıkar. **Örneğin,** parmak emme davranışı okul yıllarında tırnak yeme veya öz-güven eksikliği olarak yeniden belirebilir. Alt ıslatma davranışı olan 3 ve 4 yaşlarında iki çocuğu ele alalım; 3 yaşındaki çocuğun sorunu 6 ay içinde kendiliğinden geçebilir, çünkü bu yaşta görülen bu davranış normaldir; ancak 4 yaşındaki çocuğun davranışı kendiliğinden geçmez, çünkü bu bir uyum bozukluğudur.

**Davranış ve uyum sorunları nasıl tedavi edilir?**

 Ailelerin uyum ve davranış bozuklukları konusunda çok bilinçli ve dikkatli olmaları, böyle bir sorundan şüphelendiklerinde bir uzmana başvurmaktan çekinmemeleri gerekir. Psikologlar, anne-baba ve çocukla yapılan ayrı ayrı görüşmelerle sorunun sebeplerini tespit ederler. Çocuğun yaş dönemine, sorunun çeşidine ve şiddetine göre aileye gerekli önerilerde bulunur ve gerek görürlerse çocukla belirli bir süre düzenli olarak görüşerek sorunun ortadan kalkmasını sağlarlar. Ailelerin de amacı uzmanların amacıyla paralel olmalıdır; Amaç, davranış bozukluğunu ortadan kaldırmaya çalışmak değil, bu sorunu ortaya çıkaran sebepleri ortadan kaldırmaya çalışmak olmalıdır.

 Anne-babaların çocuğun hangi yaşta karşılaştığı sorunların normal, kısa süreli ve geçici olduğunu tespit edebilmesi için bu konularda bilinçli ve bilgili olması gerekmektedir. Çocuk gelişimi ve eğitimi konusunda çok okuyan bilinçli aileler bile bu tip sorunları daha kolay farkedebilmektedir. Bu nedenle anne-babaların, yaşamın en önemli dönemi olan 0-6 yaş döneminin özellikleri ve bu dönemde karşılaşılabilecek davranış ve uyum sorunları hakkında daha çok bilgi sahibi olmaları ve farkındalıklarını artırmaları gerekmektedir.

 Çocuklarda görülebilecek olası davranış ve uyum sorunları ne kadar erken tespit edilebilirse o kadar kolay çözülebilir. Bu nedenle, anne-babalar çocuklarının davranış ve uyum durumları ile ilgili herhangi bir soru işareti taşıyorsa uzman desteği almaktan çekinmemeleri gerekir.

**4**

****