

YUNUS EMRE ANAOKULU REHBERLİK SERVİSİ

NİSAN, 2023

ESRA KÜÇÜKBAYRAK  
PSİKOLOJİK DANIŞMAN

# Çocuklarda Olumlu Davranış Geliştirme



"Bir çocuğun üç ebeveyni vardır. Annesi , babası ve annesi ile babasının ilişkisi. Bu üçüncü ebeveyn çok önemlidir."

BYRON NORTON

KAYNAKÇA

<http://orgm.meb.gov.tr/www/aile-egitimprogrami/>

icerik/1363

Etkili Anne Baba Eğitimi (EAE)

Thomas Gordon

# OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRMENİN 5 ANAHTARI

## KURAL BELİRLEYİN

Kurallar çocuktan ne beklediğimizi açıkça ortaya koymalıdır ve olumlu kelimelerle ifade edilmelidir. Kurallar belirlenirken çocuğa da söz hakkı verilmelidir.



## TAKDİR EDİN

Çocuğun olumlu davranışları için takdir edilmesi önemlidir. Bu maddi ödülün yanı sıra övgü, sevgi sözcükleri veya birlikte zaman geçirmek şeklinde olabilir.

## İLETİŞİM KURUN

Olumlu davranış, destekleyici ve iletişime açık ortamlarda kazanılır. Aile, çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı olmalı ve çocuğun anlatmak istediklerini dinlemelidir.



## MODEL OLUN

Çocuklar çoğu davranışını model alma yoluyla kazanır. Bu nedenle çocuktan beklenen olumlu davranış ebeveynler tarafından da gösterilmelidir.



## İSBİRLİĞİ YAPIN

Olumlu davranışları görmezden gelmek çok güçlü bir araçtır. Bu davranışların çoğu ailenin ilgisini çekmek için yapılır. Eğer amaç dikkat çekmek ise, bazı davranışlar görmezden gelinemez.



## ÇOCUKTA OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRMEDE KURALLARIN BELİRLENMESİ

Kuralların sayısı sınırlı olmalı ve kesinlikle uygulanmalıdır.

Kurallar mantıklı olmalı ve çocukların uyabileceği düzeyde olmalıdır.

Kurallar, çocuktan ne beklediğimizi açıkça ortaya koymalı ve onu yönlendirmelidir. Bir şeye "hayır" dediğinde neden "hayır" dediği açıklanmalı ve değişik seçenekler sunulmalıdır.

Kurallar mümkün olduğu ölçüde olumlu kelimelerde ifade edilmelidir.

Kurallar, gerek anne gerekse baba tarafından tutarlı bir şekilde uygulanmalıdır. Çocuğa kuralların belirlenmesinde söz hakkı verilmelidir.

Ailenin koyduğu kurallara uyulmadığı takdirde olabilecek çocuğa abartılarak söylenmemelidir.



## İLETİŞİM KURUN

Ailede her bireyin aynı olmayacağı, bireysel olarak farklı olabileceği kabul edilmelidir ve bireysel farklılığına saygı duyulmalıdır.

Olumlu davranış ancak sevgi dolu ve destekleyici bir ortamda gerçekleşir. Aileler çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı olmalı, çocuğun anlatmak istediklerini dinlemeli ve gereksinimlerini fark etmelidir.

## ROL MODEL OLUN

Çocuğun aynı davranışına farklı zamanlarda farklı tepkiler vermek çocuğun bocalamasına neden olur.

Bu nedenle aileler çocuklara karşı tutarlı olmalıdırlar.

Çocuğunuzda geliştirmek istediğiniz davranışları onun görebileceği şekilde göstermeniz faydalı olacaktır. (Örneğin kitap okuyan ailede çocuk kitap okuyan kişiyi rol model alacaktır.)

## TAKDİR EDİN

Çocuktan beklentiler çocuğun yaş ve gelişim

düzeyine uygun olmalıdır.

Çocukların, davranışlarının sorumluluklarını yüklenebilmeleri için kendi başlarına karar almalarına ve sonuçlarını yaşamalarına izin verilmelidir.

Çocuğun olumsuz davranışı, çocukla baş başa konuşulmalıdır, kalabalık ortamda uyarılmamalıdır.

Olumlu davranışlarında neşeli bir şekilde herkesin önünde takdir edilmelidir.

## KOŞULSUZ SEVGİ VERMEK

Sevildiğini ve değer verildiğini hisseden çocuk, çevresinde konulan kurallara uygun davranışlar sergiler.

Bu nedenle anne babalar çocuklarına sevgilerini ve onlara değer verdiklerini herhangi bir koşula bağlamadan sunmalıdır.



## Olumsuz Davranışlar Neden Görülür?

Dikkat çekmek: Çocuğa gerekli sevgi ve ilgi gösterilmediğinde ya da yeterli zaman ayrılmadığında dikkat çekmek için olumsuz davranışlara yönelir.

Olumsuz Davranan Modellerin Olması

Olumsuz Davranışa Teşvik Edici Konuşmalar

Olumsuz Davranışların Ödüllendirilmesi: Saldırganca davranmanın diye istediğini yapmak gibi...

Yaşına Uygun Sorumluluklar Vermemek

Ebeveynlere Karşı Güç Kazanma İsteği

İntikam Alma İsteği: Özellikle dayak yiyen, sevgi verilmeyen çocuk ana-babasından

intikam almak ister. Aşırı otoriter ve baskıcı tutum, ana-babaya karşı öfke ve nefret

duygularının gelişmesine neden olur.

Yetersizlik: Çocuğun kendine güvensiz olması olumsuz davranışlara neden olur.



## Olumsuz Davranış Karşısında Ne Yapalım?

Görmezden gelin.

Alternatif yaratın.

Kuralları hatırlatma ve uyma konusunda kararlı olun.

Yapmasını istediğiniz şeyleri net ve anlayacağı biçimde anlatın ve nasıl yapılacağını öğretin.

O andaki duygularınızı çocuğun kişiliğine saldırmadan, basitçe anlatın.

Beklentilerinizi paylaşın.

Çocuğa kendini affettirme yollarını öğretin. (Çözüm önerileri)

Bir sonraki olumlu davranışını ödüllendirin.

## Olumsuz Davranış Karşısında Ne Yapmamalıyım?

Küsmek, danılmak (Küstüğünüzde bile, ilgi göstermiş olursunuz)

İstediğini yaparak ödüllendirmek  
vurmak, bağırarak

Suçlamak

Tehdit etmek ("Sizi terk ederim.")

Eleştirmek (özellikle herkesin içinde)

Kıyaslamalar

Acıdırma cümleleri ("Böyle yaptığın için hastalandım, ölüp gideceğim.")

Geleceğe yönelik olumsuz tahminler ("Bu gidişle senden adam olmaz.")

