

# ÇOCUKLARDA OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

## Olumlu Davranış

Çocuğun gelişim dönemine uygun, toplum ve aile içinde isteklerini veya fikirlerini **kırıcı olmadan** ve **inatlaşmadan** sergilemesidir.

## Disiplin

Çocuğa istenilen davranışları ve alışkanlıkları öğretmek, **kendi kendini denetleme** ya da iç denetim demek olan **ahlak gelişimini** sağlamaktır.

## Etkili Disiplin

Ebeveyn ile çocuk arasında bir **uyum** sağlayabilmektir.

## ANNE-BABA OLARAK KURAL KOYMANIZ NEDEN ÖNEMLİDİR?

Çocuğunuzun mutluluğunu istiyorsanız, bazı isteklerine **hayır diyebilmeli** ve uyması gereken kuralları öğretmelisiniz.

Çocuğa çeşitli kuralların öğretilmesinde ise, doğru şeyleri yapmaya teşvik etmek kadar, bazı şeyleri yapmasına **engel olmak** da önem taşır.

Çocukların isteklerinin ya da ihtiyaçlarının karşılanması için bazen **beklemeleri gerektiğini bilmeleri ve bekleyebilmeyi öğrenmeleri** ise çok önemli...

### Beklemeyi ve beklemenin gerilimi ile baş etmeyi bilmek neden önemli?

Çocuğun istek ve ihtiyaçlarının karşılanmasının başka insanların durumuna bağlı olabileceğini, başkalarının da istek veya ihtiyaçlarının olabileceğini ve bazen bunların kendininkilerden öncelikli olabileceğini anlamasını sağlar.

## BUNUN İÇİN:

Çocukların olumlu davranışlar edinmesinde önemli bir koşul, **olumlu davranış modellerini** görmesidir. Çocuk hangi davranışın iyi, hangi davranışın kötü olduğunu anlamasında çevrede gördükleri çok önemlidir. Örneğin, çocuğa model olabilecek aile üyeleri "telefonu" kontrolsüz ve bağımlılık düzeyinde kullanıyorsa, çocuk bu problemlili "telefon" kullanımını normal ve iyi bir davranış olarak tanımlayabilir. Bu yüzden, çocuğun olumlu davranış sergileyen aile bireylerini görmesine ihtiyacı vardır. **"Az nasihat, çok model (örnek)"**

Davranış kazandırmada, **"emir ve eleştiri"** içerikli kullanımlar ve ifadeler pozitif davranışların geliştirmesinde bir engeldir. **"Alternatifler ve seçme hakkı sunma, davranışı tanımlama, içten ve empatik tutum gösterme"** gibi demokratik ve insancıl bir dil kullanımı davranış geliştirmede pozitif katkı sağlamaktadır.

Kazandırılacak davranışla ilgili çocukta ikilemler oluşturma, çocuğun davranış üzerinde düşünmesine yardımcı olacaktır. Bu davranış neden önemli? **Bu davranış yapılmassa ne olur?** gibi sorular ikilem oluşturma ve davranışı eleştirel değerlendirme açısından önemlidir.

**Tutarlı ve kararlı bir duruş**, davranış geliştirme açısından çok önemlidir. Hedeflenen davranışın zaman zaman yapılmasına gerek olmadığı göstermek, çocuğun o davranışa ilişkin terk edilebileceği şeklinde yorumlamasına neden olabilir. Örneğin, yatmadan önce diş fırçalama davranışını, "bugün fırçalamaya gerek yok, şekerli şeyler yemedin zaten", "çok uykun var, sabah fırçalarsın" gibi ifadelerle ertelendiğinde, çocuğun diş fırçalama davranışını kazanması zor olabilir.

Çocukların davranışlarına ilişkin geribildirim verilebilir. Özellikle pozitif ve içten bir dille, davranışlar değerlendirilebilir. Davranışla ilgili olumsuz bir durum hissettiğinizde, **"başka nasıl olabilir?", "bu durumu sen değil arkadaşın yaşasaydı ona nasıl davranması gerektiğini söyledin?"** gibi sorularla alternatif davranışların ipuçları verilebilir.