



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

# OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

## Anaokulu Rehberlik Bülteni

### ÇOCUKLARDA İSTENMEYEN DAVRANIŞLARIN YÖNETİMİ KASIM 2024

[www.okankoleji.com](http://www.okankoleji.com)



## Değerli Velilerimiz,

Anaokulu ve ilkokul çağındaki çocuklar, duygusal ve sosyal becerilerini geliştirme aşamasındadır. Bu süreçte bazen istenmeyen davranışlarla karşılaşabiliriz. Genellikle gelişimsel süreçlerinin bir parçası olarak ortaya çıkan bu davranışlar arasında söz dinlememe, kurallara uymama, bağırma veya aşırı ses çıkarma gibi iletişim sorunları yer alır. Fiziksel agresyon, diğer çocukları itme veya diğer çocuklara zorbalık yapma gibi sosyal ilişkilerdeki sorunlar da sık görülür. Dikkat dağınıklığı, görevleri tamamlamada güçlük, yalan söyleme veya sosyal geri çekilme gibi durumlar, çocukların duygusal durumlarından veya çevresel faktörlerden kaynaklanabilir. Ayrıca, eşyaları paylaşmama, sıra beklemekte zorluk çekme ve inatçılık gibi davranışlar, çocukların sosyal becerilerini geliştirmekteki engellerdir. Duygusal patlamalar, sinirlilik ve aşırı bağımlılık, çocukların duygusal düzenlemelerini zorlaştırırken, hızlı karar verme ve aşırı kıskançlık da sık karşılaşılan diğer istenmeyen davranışlardır. Bu durumlar, çocukların sosyal kuralları anlama konusundaki zorluklarıyla birleştiğinde, iletişim kurmakta veya yalnız başına oyun oynamakta zorluk çekmelerine neden olabilir. Ebeveynler ve öğretmenler, bu davranışları anlayarak destekleyici bir yaklaşım benimsemeli ve çocukların duygusal ve sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olmalıdır.

Bu bültenimizde, çocuklarımızdaki bu davranışları nasıl yönetebileceğiniz konusunda bazı öneriler sunmak istiyoruz.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

**OKAN KOLEJİ**

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

## 1. Davranışın Sebeğini Anlama

Çocuklar, bazen duygusal durumlarını ifade etmek ya da dikkat çekmek amacıyla istenmeyen davranışlar sergileyebilir. Davranışların arkasındaki sebebi anlamaya çalışmak, çözüm bulmanın ilk adımıdır. Çocuğunuzla açık bir iletişim kurarak, hissettiklerini ve düşüncelerini ifade etmesine yardımcı olun.

## 2. Sakin Kalma

Çocuğunuz istenmeyen bir davranış sergilediğinde sakın kalmak çok önemlidir. Duygusal tepkiler vermek yerine, durumu değerlendirin ve uygun bir yanıt geliştirin. Sakin bir tutum, çocuğunuza örnek olacak ve durumu daha kolay yönetmenize yardımcı olacaktır.

## 3. Sınırlar Koyma

Çocuklara net sınırlar koymak, onların kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olur. Hangi davranışların kabul edilebilir olduğunu açıkça belirtin ve bu sınırları tutarlı bir şekilde uygulayın. Sınır koyarken sevgi dolu bir yaklaşım benimsemek, çocuğunuzun bu kurallara saygı duymasını kolaylaştırır. Örneğin, "Başkalarına zarar vermek kabul edilemez" gibi net ifadeler kullanın.

## 4. Olumlu Davranışları Teşvik Etme

İstenmeyen davranışların yanı sıra, olumlu davranışları da teşvik etmek önemlidir. Çocuklar, olumlu davranışları pekiştirildiğinde bu davranışları daha sık sergileme eğilimindedir. Çocuğunuz uygun bir şekilde davrandığında onu takdir edin ve bu davranışları ödüllendirin. Olumlu pekiştirme, istenen davranışların artmasına yardımcı olur.

## 5. İletişim Kurma

Çocuğunuzla açık bir iletişim kurmak, istenmeyen davranışların azaltılmasına katkı sağlar. Duygularını ifade etmesine yardımcı olun ve sorunlarını dinleyin. Bu, onun kendini değerli hissetmesini ve güven duymasını sağlar.



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

# OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

## 6. Rol Model Olma

Çocuklar, çevrelerindeki yetişkinleri gözlemler ve onlardan öğrenirler. Kendi davranışlarınıza dikkat ederek, çocuklarınıza sağlıklı sosyal etkileşimlerin nasıl olacağını gösterin. Empati, saygı ve sabır gibi değerleri günlük hayatınıza entegre edin.

## 7. Sabırlı Olma

Çocukların davranışları hemen değişmeyebilir. Sabırlı olmak, bu sürecin önemli bir parçasıdır. Onlara zaman tanıyın ve sürekli destekleyici bir yaklaşım sergileyin. Rutinler, çocukların kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olur. Günlük aktivitelerin belirli bir düzen içinde yapılması, beklenmedik durumların ortaya çıkmasını azaltabilir ve çocuğunuzun davranışlarını olumlu yönde etkileyebilir.

## 8. Destek Arama

Eğer istenmeyen davranışlar sürekli hale gelirse veya başa çıkmakta zorlanıyorsanız, uzman desteği almayı düşünebilirsiniz.

Unutmayın ki, her çocuk farklıdır, her durumda sabırlı olmak önemlidir bu süreç zaman alabilir. Çocuklarınızın gelişim yolculuklarında yanlarında olduğunuzu hissettirmek, onların güven duygusunu artıracaktır. İstenmeyen davranışlarla başa çıkarken, sabırlı ve tutarlı olmak en önemli unsurlardandır. Çocuğunuzun duygusal gelişimine katkıda bulunmak için iş birliğinde bulunmak önemlidir.

### KAYNAKÇA

- Kahraman, A. (2019). Çocuk Gelişimi ve Psikolojisi. İstanbul: Eğitim Yayıncılık.
- Özdemir, A. (2020). Çocuklarda Davranış Problemleri ve Yönetimi. Ankara: Psikologlar Derneği Yayınları.
- Berk, L. E. (2013). Development Through the Lifespan. Boston: Pearson.
- García, J. (2018). Understanding Unwanted Behaviors in Children: A Guide for Parents. New York: Child Psychology Press.

OKAN EĞİTİM KURUMLARI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİRİMİ



Gücünü İstanbul Okan Üniversitesi'nden Alan

**OKAN KOLEJİ**

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE