



## ÇOCUKLARDA OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME



# OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

VELİ SUNUMU



# OLUMLU DAVRANIŞ NEDİR?

- **Olumlu davranış**, çocuğun gelişim özelliklerine uygun, istendik, kendisine yada başkasına zarar vermeyen davranıőlara denir.



# OLUMLU DAVRANIŞ ÖRNEKLERİ

- Dürüst olmak
- Anne babaya saygılı olmak
- Hayvanları korumak
- Ödevlerini zamanında yapmak
- Başkalarıyla alay etmemek
- Yaşlılara saygılı olmak

# Sağlıklı Anne Baba Tutumunun Olduđu Aile Ortamlarında



- Hořgörü ve destekleme hakimdir.
- Sevgi odaklı yaklaşım ön plandadır.
- Aile üyeleri birbirlerine zaman ayırır.
- Açık ve doğrudan iletişim kurarlar.
- Yaşanan problemlerde aile üyeleri çözümü birlikte araştırırlar.
- Çocuđuyla iletişim kurarken «sen dili» yerine «ben dilini» kullanmaya özen gösterirler.



- Sen dili yargılayıcı ve suçlayıcıdır, davranışı değil kişiliği hedef alır. Örneğin ; « Yine mi ödevini yapmadın ? Ne kadar tembelsin.»
- Ben dili ise; duygu ve düşüncelerin ifade edildiği, çocuğun davranışlarına odaklanan, olumlu davranışı destekleyen ifadelerdir. Örneğin « Ödevini yapmadığın için dersi öğrenemeyeceğini düşünüyorum ve bu beni endişelendiriyor.»

# Çocuklarda Olumlu Davranış Geliştirmek İçin Ne Yapılabilir ?

- ÖRNEK OLUN ...
  - DİNLEYİN ...
  - BİRLİKTE KALİTELİ ZAMAN GEÇİRİN .
  - YAŞINA UYGUN SORUMLULUKLAR VERİN ...
  - BİRLİKTE BELLİ KURALLAR OLUŞTURUN ...
  - KAZANMASINI İSTEDİĞİNİZ DAVRANIŞI AÇIKLAYIN ...
  - TUTARLI OLUN ...
  - OLUMLU DAVRANIŞLARI TAKDİR EDİN ...
  - OLUMSUZ DAVRANIŞIN NEDENİNİ ANLAMAYA ÇALIŞIN ...
- VE BU SÜREÇTE SABIRLI OLUN



Olumlu bir dil kullanarak kuralı tanımlayın

- Ne yapmamalarını değil, yapmaları gerekeni söyleyin. 'Başkalari konuşurken dinle.' gibi.
- Az sayıda kural ile başlayın. Örneğın, en önemli 6 kural.
- Çok fazla kural koymayın! Fazla sayıda kural koyarsanız çocukların bunları hatırlaması zorlaşır ve sırf hatırlayamadığı için kuralları uygulayamayabilir.
- Kuralı koyarken gerçekten gerekli olup olmadığını kendinize sorun.
- Özellikle ilk günlerde her gün kuralların üzerinden geçin.
- Kuralları yazın ya da görseller kullanarak görünür bir yere asın-örneğin her kural için bu kuralın uygulanırken çekilmiş bir fotoğrafı kartona yapıştırılarak sergilenebilir.

**Kurala uymayan bir çocuğa, kuralı sakın ama net bir şekilde hatırlatın. Davranışını değiştirmesi için fırsat verin.**

**Kuralı bozan çocukları uyarmak yerine, kurala uyan çocukları takdir etmeye çalışın.**

**Kaynayan tenceredeki bir suyu düşünün.Su kaynarken üzerine kaynar su eklerseniz su taşar. Ama siz ılık su eklersemek,soğuk su eklemek, ocağın altını kapatmak veya tencereyi ocaktan alma yollarından birini kullanırsanız problem çözülecektir.**



# OLUMLU DAVRANIŞI GÖR VE TAKDİR ET

**Genelde bize sorun yaratan davranışları görmek çok daha kolaydır. Olumsuz davranışlar sergileyen çocukların olumlu davranışlarını yakalamak çok daha önemlidir.**

Örneğin, bir çocuk ağladığında annesinden ilgi görüyorsa, bu yöntemi kullanmaya devam edebilir. Aynı şekilde, okuldan geldiğinde elini yıkadığı zaman annesi bu davranışını övüyorsa, ilgiyi sürdürmek için bu olumlu davranışa devam edecektir.

- OLUMSUZ BİR DAVRANIŞTA KİŞİLİK İLE İLGİLİ DEĞİL DAVRANIŞLA İLGİLİ YORUM YAPIN.

Çocuğunuza kendisinin değil, yaptığının kötü bir şey olduğunu söyleyin. Ona “sen kötü bir çocuksun,” yerine, “bardağını yere atma,” deyin.

# ÇOCUĞUNUZLA SADECE SORUN OLDUĞUNDA DEĞİL HER ZAMAN İLETİŞİM KURUN.

- Sadece sorunlar yaşandığında çocuğun evde görünür olması diğer zamanlar kendi haline bırakılması, yalnızlaştırılması ya da olumlu davranışların görmezden gelinmesi çocuğun olumsuz davranışı sürdürmesine sebep olur.

# SEÇENEKLER SUNUN

- Çocuklar da yetişkinler gibi hayatlarında kontrol sahibi olmak isterler. Bu sebeple katı kurallar koymak yerine sizin için de makul olabilecek seçenekler yaratabilirsiniz.
- “Uyumak istiyor musun?” yerine, “Şimdi mi, yoksa on dakika sonra mı yatmak istersin?” gibi. Böylece çocuğunuz hem biraz kontrol hissetmiş olur, hem de onu yatmaya kolayca ikna etmiş olursunuz

# . CEVABINI BİLDİĞİNİZ SORULAR SORMAYIN

- Eğer çocuğunuzun seçim hakkı yoksa, ona böyle bir hak vermeyin. İsteklerinizi soru olarak değil, istek olarak belirtin.
- Sorular çocuğunuza hayır deme fırsatı verir. “Oyuncaklarını toplamak ister misin?”, “Uyumak ister misin?” Bir düşünün; siz çocuk olsaydınız bu sorulara cevabınız kesinlikle hayır olacaktı. Onun yerine çocuğa ‘uyuma zamanı geldi ‘ ya da ‘oyuncaklarını toplamanı istiyorum’ gibi cümleler kurulabilir.

# **. CEZA YERİNE MAHRUM BIRAKMA YÖNTEMİNİ UYGULAYIN**

- **Örneğin; “Yemek yerine gofret yemeyi seçemezsin, eğer gofret yemek istiyorsan önce yemeğini yemelisin,” gibi ya da “tablette oyun oynamak istiyorsan, önce okul ödevlerini bitirmen gerekli,” gibi**
- **Bu şekilde ceza yerine, ödülünden mahrum bırakma yöntemiyle çocuğunuzun olumlu davranışı gerçekleştirmesi için ona fırsat yaratmış olursunuz. Bu noktada kararlı olmanız, çocuğunuzun ısrarlarına dayanabilmeniz ve kuralda sabit kalmanız önemlidir**

Çocuđunuzda olumsuz davranışlar gözlemliyor  
ve bununla baş edemeyeceđinizi  
düşünüyorsanız okul rehberlik servisine yada  
rehberlik araştırma merkezine  
başvurabilirsiniz...