



- Bazen de sağlık durumuna bağlı olarak başlayan durumlar (mesela çocuğun nezle olduğunda burun çekmesi) alışkanlık haline gelebilir. Ya da saçları gözlerinin önüne gelen birisi saç atma hareketini uzun süre yaparsa bu davranış tik haline gelebilir.

## Öneriler

- Olumsuz ve sert tepkide bulunmayın. Tiki ile alay etmeyin ve eleştirmeyin!
- Sürekli ikaz etmeyin. Bu davranış tiki arttırabilir.
- Çocuğa sevildiğini hissettirin.
- Olumlu bir benlik algısı ve kendine güven duygusu geliştirmesini sağlayın.
- Duygu ve düşüncelerini aktarabilmesi için uygun ortamı oluşturun.
- İletişim becerilerini geliştirmesi konusunda destek alın.

## UTANGAÇLIK

- ❖ Utangaçlık; başkalarının bulunduğu yerde yaşanan tedirginlik ve kısıtlanma duygusudur.
- ❖ Çocuk, duygularını açıkça dile getiremiyor, haklarının ihlal edilmesine izin veriyorsa utangaç davranıyordur.
- ❖ 3-6 yaşlarında fazlaca görülür.



*\*Sonucunda; başkalarının isteklerine boyun eğerler, derste soru sormayabilirler, etkinliklerde mide bulantısı, baş ağrısı gibi şikayetler gösterebilirler.*

## Nedenleri

- Başarısızlık korkusu,
- Olumsuz iç konuşmalar,
- Nasıl arkadaşlık kuracağını bilememe,
- Okul başarısızlığı,
- Aşırı koruyucu tutumlar olabilir.

- Ayrıca bazı çocukların doğasında olması sebebiyle görülebilir.

## Öneriler

- Nasıl iletişime geçeceği öğretilmeli.
- Çocuğun başarılı olabileceği durumlar yaratılmalı.
- İyi olduğu becerilerde başka birine yardımcı olması sağlanmalı.
- Dışa dönük davranışları desteklenmeli.
- Utandırılmamalı.
- Etiketlenmemeli.
- İlgi alanları konusunda desteklenmeli.
- Konuşması veya yaşlarıyla oynaması konusunda ısrar edilmemeli.
- Topluluk önünde hissettiği kaygı düzeyini azaltabilmek amacıyla rol oynama tekniğinden faydalanılabilir. Aile ortamında modellenmesi yapılabilir.

*\*Çocuğa utangaçlık anlatılırken sen utangaçsın demek yerine, utangaçlığın bir davranış biçimi olduğu söylenmelidir.*

*\*Bşkalarının yanında çocuğu utangaç diye etiketlemek, yanlış davranışları karşısında ayıplamak hatalı davranışlardır, utangaçlığı daha da arttıracaktır!*

\*Öncelikle çocuğun yaşına uygun gelişim görevleri bilinmelidir. Gelişim basamaklarında karşılaşılan sorunlar olağan ve geçicidir. Fakat çocuk sorunlarını çözerken engellemelerle karşılaşır, bu sorunların çözümü çocuğun ileriki yaşlarına, yani diğer gelişim dönemlerine ertelenebilir ve sorunlar büyüyebilir. Ebeveyn sevgisi, ilgisi, şefkati, iletişimi çocuk için çok önemlidir. Çocuğun sağlıklı bir kişilik geliştirilmesi için; güven veren, anlayışlı, sevgi dolu ebeveyn modeli gereklidir.

\*Yaşanılan davranış bozukluklarında aile gerekli desteği sağladığı halde problem devam ediyorsa bir uzmandan destek alınması gereklidir.

**Hazırlayan: Psikolojik Danışman Aydan ÖZEL**



# BEYKOZ REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

## ÇOCUKLARDA DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

Kasım, 2021

