

# Olumlu Davranış

## Geliştirme

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.

### ANNE BABA OLARAK SINIR KOYMAK NEDEN ÖNEMLİ?

Çocuğunuzun kendisinin ve diğerlerinin sınırlarını ve haklarını fark etmesini istiyorsanız, bazı isteklerine **hayır** diyebilmeli ve uyması gereken kuralları öğretmelisiniz.

Çocuğunuzun kendisinin ve diğerlerinin sınırlarını ve haklarını fark etmesini istiyorsanız, bazı isteklerine hayır diyebilmeli ve uyması gereken kuralları öğretmelisiniz.

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

Çocuğunuzun ağlama, mızıldanma ya da öfke nöbetleri karşısında **pes ederek** isteklerini bu şekilde yaptırabileceğini **öğretmemelisiniz**.

Her istek ya da ihtiyacının hemen karşılanamayabileceğini göstermelisiniz.

Elbette ki bu, çocuğunuzun ihtiyaçlarını göz ardı etmeniz ya da hiçbir ihtiyacını hemen karşılamamanız gerektiği anlamına gelmez. Ancak çocuğunuzun ihtiyaçlarını karşılarken kendinizin ve diğer kişilerin ihtiyaçlarına da **gereken hassasiyeti göstermeli** ve her isteğinin karşılanmamasının çocuğa bir zarar vermeyeceğini bilmelisiniz.

# ÇOCUKLARDA OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRMEK İÇİN:

## KURAL KOY VE SINIRLARI BELİRLE

Her koyulan kuralın bir mantığı olmalı- sadece 'bu hep böyle' deyip kural konulmamalıdır. Aksi takdirde çocuğun davranışı benimsemesini beklemek haksızlık olur.

Bir çocuktan yapması beklenen şeyler, onun **anlayabileceği** bir dil kullanılarak ve **basit şekilde** ifade edilmelidir

## Kural Koyarken, Uygularken;

Olumlu bir dil kullanarak kuralı tanımlayın- **ne yapmamalarını değil, yapmaları gerekeni** söyleyin.

'Başkaları konuşurken dinle.' gibi.

Özellikle ilk günlerde her gün kuralların üzerinden geçin.

Kuralları uyguladıkça çocukları **takdir edin**.  
Örneğin: 'Ali ne güzel! Ege'yi dinledin.'

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.

Çocuklar zaman zaman kuralları bozabilirler- bu konuda sabırlı olun ve mükemmel beklemeyin.

Yapılmaması gereken bir durumda **hayır** deyin. Ne kadar zor olursa olsun **net olun ve kararlı olun**. Siz ne kadar sakın ve net olursanız çocuğunuz da sizin ciddiyetinizin o denli farkına varacaktır.

Çocuğa yanlısını düzeltme şansı tanıyın.' az önce ne konuşmuştuk? Ya da tabletle oynama süresi ile ilgili kuralımız neydi? gibi.. Böyle bir uyarı çocuğa yaptığını tekrar değerlendirme fırsatı verir.

İlk ve ikinci seferde hayır dediğiniz bir şeye, dokuzuncu seferde de hayır demelisiniz. **Net ve tutarlı** olmak ebeveynler arasındaki iletişimde de çok önemlidir. **Anne ve baba** kararlarda ortak bir anlayışa sahip olmalı ve tutarlı olmalıdır.

## OLUMLU DAVRANIŞI GÖR VE TAKDİR ET

Çocukların **olumlu davranışlarına odaklanmanız** ve onları **takdir etmeniz** çok önemlidir.

Çocuğu takdir ederken onu neden takdir ettiğinizi, **takdir edilen davranışın ne olduğunu** muhakkak söyleyin.

**Takdir edilen davranışın tekrarlanma olasılığı yüksektir**. Bu sebeple küçük sayılabilecek olumsuz davranışların görmezden gelinerek fark edilecek herhangi bir olumlu davranışın pekiştirilmesi takdir edilmesi çocuğun o davranışı daha sık yapmasını sağlayacaktır.

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

Çocuğunuza kötü birisi olduğu için değil, bardağı fırlattığı için üzgün olduğunuzu açıkça belirtin.

Çocuğunuza **kendisinin değil, yaptığı için kötü bir şey olduğunu** söyleyin. Ona 'sen kötü bir çocuksun,' yerine, 'bardağını yere atma,' deyin.

# Çocuğunuzu Desteklerken

## Yetenek ve ilgilerini besleyin

İster yeni bir spor dalı, bir müzik enstrümanı ya da tiyatro kursu olsun, çocuklarınıza erken yaşlarda **yeteneklerini keşfetme fırsatı** vermek, onlara zorlukları yenme gücü gibi önemli beceriler kazandırır.

## Çocuğunuzun farklı deneyimler yaşamasını mutlaka sağlayın

Yeni hayat tecrübeleri edinmelerini sağlamak çocukların **zorluklarla başa çıkabilmesi** için gerekli olan bireysel güvenini geliştirir.

## Çocuğunuzun duygusal ihtiyaçlarına cevap verin

Öğrenmenin merkezinde **merak** yatar. Çocuklar özellikle okula başlamadan önce çok fazla soru sorar. Sorularıyla bazen sabrınızı zorlasalar da, cevap vermeniz gelişimleri için çok önemlidir. Ne kadar çok 'neden', 'nasıl' diye sorarlarsa, okulda da o kadar başarılı olacaklardır.

## Çabalarını övün, hünerlerini değil

**Sonuçları değil, öğrenme sürecini överek**, çocukların 'gelişim odaklı' bir düşünce yapısı geliştirmelerine yardım edin. Çocuklar olaylara verecekleri tepkileri ebeveynlerinden öğrenir. Yani ister yeni bir dil öğrenmek, ister bisiklete binmek olsun, öğrenme isteği, özendirilmesi gereken olumlu bir beceridir.

## Başarısızlık korkulacak bir şey değildir!

Hatalara, öğrenme yolundaki tuğlalar gözüyle bakılmalıdır. **Hatalardan ders alabilmek**, gelişim yolunda bir fırsat olarak görülmelidir. Çünkü çocuklar bu sayede bir sonraki sorunla nasıl daha iyi baş edebileceklerini öğrenebilirler.

## Yasaklar yerine alternatifler sunmak

Egzersiz yapmak, film seyretmek ya da mutfak faaliyetlerinde bulunmak.

Alternatif sunarken çocuğa cazip olan teklifleri tercih etmek gerekir. (İsteği yerine getirilmediği için ağlayan çocuğa, seveceği başka bir faaliyet sunmak)

Çocuk yetiştirmede bir kolay olan vardır, bir de **doğru** olan. Doğru olan anlayışı yerleştirmek **zaman ve çaba** ister. **Bugün kolayı seçen, yarın zorla uğraşır.**