EREN KÜÇÜKKAYA ANAOKULU

 VELİ BÜLTENİ (Ekim )

2 – 6 Yaş Çocuklarda Saldırganlık Nedenleri ve Başa Çıkma Yöntemleri



Çocuklarda saldırganlık, 2-6 yaş arasında sıklıkla karşılaşılan ve günümüzde giderek artan bir problem haline gelmiştir. Gelin şimdi isterseniz 2-6 yaş çocuklarında görülen saldırganlık davranışının nedenlerini, saldırganlık davranışının çocuğa ve çevresine etkilerini; ailelerin saldırganlık davranışı karşısında neler yapabileceklerini detaylarıyla ele alalım:

2,5 yaş dönemi çocuklarda saldırganlık

Bu yaş diliminde çocuklar gelişimsel özelliklerinden dolayı huzursuz, gergin ve agresif tutum geliştirmeye başlarlar. Çocuklarda bu yaştan itibaren başlayan ve bir müddet devam eden bu davranış değişikliklerinin gelişimsel bir özellik olduğunun bilinmesi öncelikle işinizi kolaylaştıracaktır. Daha önceki dönemlerde edinilen yeni bilgiler 2,5 yaşa geçişle birlikte beyin tarafından içselleştirilebilmek adına bir müddet sentezlenir. Bu sentezleme süreci de bir adaptasyon sürecini beraberinde getireceği için çocuğun bu dönemde agresif ve saldırgan davranışlar geliştirmesi beklenen bir durumdur. Ebeveynler olarak çocuğa bu dönemde tutarlı ve dengeli yaklaşmak, onun saldırgan davranışları karşısında duygularınızı tolere edebilmek ve güçlü kalabilmek işinizi kolaylaştıracaktır. Sakinleşmesi için ona zaman tanımalı ve yanında olduğunuzu ona derinden hissettirmelisiniz. Bunu hem davranışlarınızla (şefkat göstererek, ona sarılarak) hem de sözcüklerinizle (onu ne kadar çok sevdiğinizi ifade ederek) ve onun duygularını anladığınızı ona yine sözcüklerle ifade ederek (şu an çok kızgınsın seni anlıyorum ve seni seviyorum) şeklinde kapsayıcı bir tutum geliştirirseniz çocuğun bu davranışının pekişmeden sönmesini sağlayabilirsiniz.

Çocuklar kendisini yeterince ifade edemediklerinde saldırganlık davranışını geliştirebilirler.

Çocuklar kendilerini istedikleri gibi ifade edemediklerinde huzursuzlanır ve saldırgan davranışlar geliştirebilirler. Özellikle 0-6 yaş diliminde çocukların sözcük dağarcığı bir yetişkinin ki kadar gelişmiş olmadığı için; çocuklar duygu ve düşüncelerini karşı tarafa yeterince ifade edemeyebilmektedirler. Bu da çocuklarda saldırganlığın oluşmasını tetikleyen nedenlerden birisidir. Burada çocukların anlaşılmasında, onu sonuna kadar dinleyen, sabırlı ve anlamaya gönüllü bir ebeveynin varlığı çocuğun saldırganca davranışının önüne geçebilecektir.

Her istediği olmaya alıştırılmış çocuklar saldırganlık davranışı geliştirebilirler.

Özellikle her istediği olan çocuklar, sınır tanımadan büyütülen çocuklarda saldırgan davranışlar görülebilir. Çocuğunuzun isteklerini anında yerine getirmişseniz, hiç hayır dememişseniz üzgünüm çocuğunuz istekleri ertelendiğinde öfkeleneceğini ve saldırganlık davranışı geliştireceğini bilmelisiniz. Her istediğinin olmasına alışmış olan çocuklarda görülen saldırganlık davranışının çözümü çocuğa kademe kademe bu kırılmaları yaşatmaktır. Ertelendiğinde saldırgan davranmaya başlıyorsa çocuğunuz öncelikle onu karşınıza alıp konuşmaya başlamalısınız. Tehditkar, cezalandırıcı tutum 2-6 yaş çocuğunun saldırgan davranışının çözümünde etkili olmayacak tam tersi çocuğun saldırganlık davranışını artıracak ve daha işin içinden çıkılmaz hale getirecektir. O nedenle en baştan hiç bunlara sebebiyet oluşturmadan, çocuklarınızın; erteleyebilme, sabretme, sınır koyma konularında gelişmelerini desteklemelisiniz. Bu konuda sıkıntı yaşayan bir çocuğunuz var ve bu durumu tek başınıza çözmekte yetersiz hissediyorsanız mutlaka bir uzman yardımı almayı düşünmelisiniz.

Kardeş kıskançlığı saldırganlık davranışına neden olabilmektedir.

Yeni bir kardeşin varlığı, çocuklar arasında yapılan ayrımlar, çocuklar arası kıyaslamalar vs. çocuklarda kardeş kıskançlığının oluşumunu ve devamını tetikleyebilir. Kardeş kıskançlığı yaşayan çocuklarda içe kapanma, alt ıslatma, ebeveyne yapışma vb. görülebildiği gibi saldırgan davranışlar da sıklıkla görülmektedir. Bu noktada çocuğun yeni kardeş varlığı söz konusu ise onun gelişine adapte olması için zaman tanımalı ve çocuğunuzla birebir anne baba olarak özel oyun saatleri ve aktiviteler düzenlemelisiniz. Kardeşler arası kıyaslama, birini daha çok sevme birini daha az sevme gibi davranışlar, kardeşe zarar verici davranış karşısında çocuğu cezalandırmalar; çocukta birçok olumsuz duygu ve davranışı beraberinde getirecektir. Saldırganlık bunlar arasındadır. Öncelikle çocuğunuza karşı sabırlı ve şefkatli yaklaşmalısınız. Onun bir çocuk olduğunu ve duygularını yeterince ifade edemediği için asi ve saldırgan davranışlar geliştirdiğini aslında size “Beni de kardeşim kadar sevdiğini bilmeye ihtiyacım var” duygusunu göstermeye çalıştığını farketmelisiniz. Sabırlı ve şefkatli yaklaştığınızda çocuğunuza özel zaman ayırdığınızda onunla duyguları hakkında konuştuğunuzda kardeşine temas kurması ve onun bakımına yardım etmesini sağladığınızda kıskançlık azalacak ve saldırgan davranışlar geçecektir. Ama aksi yönde davrandığınızda, yani kötü çocuk yaramaz çocuk, kardeşine zarar veren çocuk düşüncelerini, ayrımcılığı çocuğunuza hissettirdiğinizde bunun da akabinde çocuğu saldırgan davranışlarından dolayı cezalandırdığınızda çocuğun ruhunda derin bir yara oluşturursunuz.  Dışlayıcı ve cezalandırıcı tutumlar saldırgan davranışın artmasına, çocukta içe kapanmaya, özgüven zedelenmesine ve derin bir değersizlik duygusunun oluşmasına neden olur. O nedenle bu dönemde kardeşi olan çocuğa karşı daha şefkatli ve merhametli daha sabırlı bir tutumla yaklaşmakta fayda var.

Tablet, TV kullanımı çocuklarda saldırganlık davranışına neden olabilmektedir.

Şiddet içeren dizi, film ve tablet oyunları oynamak çocukların beyin gelişimine ve psikolojik gelişimine zarar vermektedir. 2 yaşında bir çocuğun bile elinde cep telefonu görebilmekteyiz artık. Aynı zamanda ebeveynler cep telefonu ile oynayabilen 2 yaşındaki bir çocuğu akıllı ve özel çocuk olarak algılayabilmektedirler. Ama üzgünüm 2 yaşında bir çocuk ebeveyninin tablet telefon vs. sinden istediği bir görseli açıp oynayabiliyor ve izleyebiliyorsa bu o çocuğun akıllı olduğunun değil ihmal ediliyor olduğunun en büyük kanıtıdır. Günümüz medyası tv çizgi filmler tablet oyunları vs. birçoğu içeriğinde şiddet unsurları bulundurmaktadır ve küçük yaşlardan itibaren bu görsellere maruz kalan çocuklarda saldırganlık davranışı gelişmekte ve günümüz dünyasında daha da artmış gözükmektedir. Bir birey olarak buna bir önlem almamız gerektiğini düşünüyorum. En başta anne babalar olarak çocuklarınızı bu şiddet içerikli görsellerden korumakla işe başlayabilirsiniz. Sadece onun pc tablet oynaması değil sizin izlediğiniz dizi film vb.leri de izlemesini engellemelisiniz. Şiddet içerikli görsellere maruz kalan 0-6 yaş çocuklarında saldırganlık davranışının yanında uyku bozuklukları, gece kabusları, akran kavgaları vb de görülebilmektedir.

Çocuğum Arkadaşlarına Vuruyor Ne Yapmalıyım?

Çocuğunuz arkadaşına veya herhangi birine vuruyor, saldırganca tavırlar sergiliyorsa bunu neden yaptığını öğrenmek, işinizi oldukça kolaylaştıracaktır. Çocuklar genellikle korku, öfke, rekabet ve engellenme gibi duygu ve durumlar sebebiyle saldırganca davranışlar gösterebilirler. Peki bir çocuk neden bunu yapar?

* Çocuğunuz kavga gürültünün hakim olduğu bir evde büyüyor, ebeveynlerinin tartışmalarına şahit oluyorsa,
* Şiddet içerikli oyunlar oynuyorsa
* Televizyonda vurdulu kırdılı, dövmeyi dövüşmeyi özendiren, şiddet içerikli yayınları izliyorsa,
* Sık sık cezalandırılıyorsa
* Fiziksel şiddete maruz kalıyor, dayak yiyorsa
* Çocuğunuz yeterli, ilgi, şefkat ve sevgi göremiyorsa
* Çocuğun içinde bulunduğu ortamda şiddet normalleştiriliyor hatta yüceltiliyorsa çocuğunuz vurma davranışı gösterebilir.

Bunların dışında bazı nörolojik problemler ve travmalar da çocuklarda vurma davranışına yol açabilir.

Arkadaşlarına vuran bir çocuğun bunu neden yaptığını araştırırken ilk önce anne babalar olarak çocuğunuz şiddet uyguladığında nasıl tepki verdiğinize veya önlemek için halihazırda ne gibi önlemler almış olduğunuza bakmalısınız. Mesela parkta başka bir çocuk tarafından oyuncağı alınan Ali, oyuncağını alan Veli’ye vurduğu zaman “Aferin benim aslan oğluma böyle savunacaksın hakkını” diye tepki alıyorsa, Ali vurmayı olumlu ve yapılması gereken bir davranış olarak aklının bir köşesine iyice kazır ve karşısına çıkan problemlerde istediğini elde etmek için, kazançlı çıkacağı çözüm yolu olarak sık sık dayağı kullanır.

Bu bazen arkadaşı topu kendisine atmadığı için olabilir, bazen sırada kendisine fazla yakın oturduğu için bazen kendisine bakmasını sevmediği için bazense sadece canı istediği için… Dayak yemiş ve oynamak istediği oyuncağı da kaybetmiş olan Veli ise can yakmanın karşı tarafı savunmasız bıraktığını uygulamalı olarak öğrendi. Veli bir sonraki parka çıkışında kendisiyle oyuncağını paylaşmayan birini ittirip ona vurarak oyuncağı almayı deneyecek muhtemelen…

Saldırgan davranışı benimsemiş ve problem çözüm yolu olarak bunu kullanmayı öğrenmiş olan çocuklar hayatlarının ilerleyen dönemlerinde bu konuyla ilgili pek çok problemle karşı karşıya gelebilmektedir.

Peki bunu nasıl önleyecek çocuklarınızı bu davranıştan nasıl vazgeçireceksiniz?

* Öncelikle çocuklarınızı şiddet içeren yayınlardan korumalısınız. İzlediği televizyon programlarını, oynadığı bilgisayar oyunlarını bilmeli ve kontrol altında tutmalısınız.
* Ev içindeki bireylerin birbiriyle kurduğu iletişimi geliştirip, çocuğu kavga ortamından uzak tutmalısınız. Çocuklar büyüklerinden gördüklerini taklit ederler.
* Çocuğun yanlış davranışına fiziksel ceza vermemelisiniz.
* Çocuğunuzun daha geniş ortamlarda enerjisini boşaltabileceği oyunlar oynayabilmesini sağlamalısınız.
* Çocuğunuza önemli olduğunu hissettirmeli, sevgiyle yaklaşmalı ve ilgi göstermelisiniz.
* Çocuğunuza hangi davranışının kabul edilebilir, hangisinin kabul edilemez olduğunu yaşına uygun ve net bir şekilde açıklamalısınız. Özellikle küçük yaş grubundaki çocuklara vurmanın, ısırmanın, ittirmenin ne kadar da kötü olduğuyla ilgili yapılan uzun konuşmalar kesinlikle anlam ifade etmez. Kısa ve net cümlelerle durumu aktarmalısınız.
* Çocuğunuza verdiğiniz tepkilerde tutarlı olmalısınız.
* Öğretmenleri ile iş birliği içinde olmalısınız.

Çocuğunuz yine de saldırgan davranışları göstermeye devam ediyor ise bir uzmandan destek almanız faydalı olacaktır.

Kaynakça:Çocuk psikolojisi (int. Dedio psikoloji)

 Eren küçükkaya Anaokulu

 Rehberlik servisi