

ÇOCUKLARDA UYUM VE DAVRANIŞ BOZUKLUKLARI

Toplum içinde yaşayan bireyler olarak öncelikle içinde yaşadığımız toplumla uyumlu ve sağlıklı ilişkiler kurmamız beklenir. Bireylerin birbirleriyle ve çevreleriyle dengeli ilişkiler kurabilmesinin yolu ise çocuklukta aldıkları eğitimle gerçekleşebilir. Çocukluk insan kişiliğinin gelişimindeki en temel faktör olması nedeniyle çok önemlidir. Doğru ve tutarlı eğitim, olumlu çevre koşulları ve dengeli ebeveyn tutumları da bu gelişimin sağlıklı tamamlanabilmesi için ön koşuldur.

Uyum ise kişinin sahip olduğu bireysel özellikleriyle, yaşadığı toplum arasında kurabildiği dengedir ve bu denge doğru davranış biçimleriyle sağlanabilir.

Çocukluk, gelişim evrelerinin getirdiği bazı sorunların olabildiği ve gerek ailenin yapıcı tutumuyla gerekse çevresel faktörlerin etkisiyle bu sorunların çözüme kavuşturulabildiği doğal bir gelişim sürecidir. Eğer doğuştan gelen genetik bazı problemler yoksa genellikle her tür sorun kendi süreci içinde doğal bir biçimde seyrederek ve zaman içinde çocuğun sosyalleşmesiyle birlikte ortadan kalkar.

Ancak bazı durumlarda gelişimsel dönemlere özgü bu doğal sorunlar yakın çevrenin olumsuz etkileriyle birleştiğinde genellikle duygusal ağırlıklı farklı bozukluklar olarak kendini gösterir. Bu bozukluklarda ilk dikkati çeken özellik bu davranışların çocuğun tepkisel davranışları olmasıdır. İşte bu olumsuz tepkiler 'uyum ve davranış bozuklukları' olarak bilinirler ve eğer ciddiye alınmazlarsa kalıcı bir takım sorunlara yol açabilirler.

Uyum ve Davranış Bozuklukları Nelerdir?

Uyum ve davranış bozukluklarını belli bazı başlıklar halinde topladığımızda aslında pek çok örneğini hemen her gün gördüğümüz bazı davranışlarla karşılarız. Birçok insan hayatının herhangi bir evresinde bu tip sorunlar yaşamıştır ya da yaşamaktadır. Ancak bunlar döneme özgü gelip geçici sorunlar olarak bir süre sonra yok olabilirler ya da yerleşik davranış kalıplarına dönüşebilirler. Sorun da burada başlar. Özellikle çocukluk döneminde ortaya çıktıklarında sorunu erken tespit ederek önlem almak çok önemlidir. Bu açıdan hangi tip bozukluklarla karşılaşıldığını ve nasıl bir yol izlenmesi gerektiğini bilmek çözümü kolaylaştıran en temel etkidir.

Uyum ve davranış bozuklukları dediğimizde;

- Psikolojik kökenli kekemelik
- Parmak emme
- Tırnak yeme
- Fobiler (Korkular)
- Kaygı
- Yeme bozuklukları ve iştahsızlık
- Uyku bozuklukları
- Mastürbasyon (kendi kendini tatmin etme)
- İçe kapanıklık
- Çalma
- Yalan söyleme
- Aşırı hareketlilik
- Saldırganlık
- Saç yolma
- Alt İslatma
- Tikler
- Dışkı Kaçırma türü belirgin ve dikkat çeken bazı bozukluklardan söz edebiliriz.

Normal Davranış Gelişimi

Gelişim süreçleri içinde bakıldığında çocuk bedensel gelişiminin yanı sıra sosyal ve zihinsel gelişiminde de bazı beceriler kazanmaktadır. Algı ve kavrama yeteneklerini kazanması, somut ve soyut kavramların bilincine varması, kendine rol ve değer biçmesi, çevresindeki bireylerin rollerini belirlemesi de hep bu gelişim sürecinin içinde kazanılan olgunluk düzeyiyle ilgilidir. Bu açıdan bakıldığında gelişimin sorunsuz ve zahmetsiz olacağını söylemek mümkün değildir. Elbette ki bazı sorunlarla karşılaşılacak ve bu sorunların türü ve yoğunluğuyla orantılı olarak bazı tepkiler oluşacaktır. O nedenle normal ve normal dışı olanı doğru ayırt etmek önemlidir. Bu farklılığı belirlemek için bazı ölçütler vardır ve bu değerlere göre davranışın normal olup olmadığı gözlemlenebilir.

Yaşa Uygun Davranışlar: Çocukların yaşı ve gelişim düzeyi davranışın niteliğini belirlemede en etkili faktördür. Bazı davranışlar kendi doğal süreci içinde normaldirler. Örneğin 3 yaşında bir çocuğun tuvalet eğitimiyle ilgili sıkıntılar yaşaması normalken, aynı durum 10 yaş çocuğu için anormal karşılanmaktadır.

Sürekli Davranışlar: Bu, belli bir davranışın çocuk tarafından ısrarla yapılması ve uzun süre devam etmesi anlamına gelir.

Kültürel Faktörler: Normal dışı davranışların oluşmasında etkili olan durumlardan biri de kültürler etkenlerdir.

Davranışın Yoğunluğu: Yine yaşla yakından ilgilidir ve örnek olarak 4-5 yaş çocuklarında görülen öfke ve hırçınlık davranışları verilebilir. Bu yaş çocukları için son derece normal olan bu davranış eğer kendine zarar verme veya saldırganlaşma haline dönüşürse bu anormal bir davranış olarak değerlendirilir.

Cinsel Rolün Etkisi: Genel olarak erkeklere uygun olarak görülen bazı davranışların kızlarda görülmesi ya da kız çocuklarına özgü tavırların erkek çocuklarda görülmesi de anormal davranış tipi olarak görülebilir.

Anormal Davranış Gelişimi

Toplum içinde genel davranış kalıplarının sınırları dışında kalan davranışlar anormal davranışlar olarak görülürler. Bazıları çocukların gelişimsel dönemlerine özgü sorunların yerleşmesine bağlı bozukluklar olabilirken bazıları gerçekten de psikiyatrik özellikler taşıyabilirler. Bu nedenle ailelerin erken zamanda uzmanlara başvurmaları ciddi olarak önem taşır. Problemin kaynağı kadar doğru teşhisin de çözüme giden yolda belirleyici bir etken olduğu bilinmelidir.

Anormal davranışların gelişimi çocukların her hangi bir yaş diliminde ortaya çıkabilir. Bu bozukluğu düşündüren davranış eğilimleri genellikle bir duruma karşı tepkisel bir karşılık olarak düşünülmelidir. Çocuklar büyürken sosyal bir çevrenin içinde büyüdükleri göz önünde bulundurulsa aile de bu çevre içinde kabul edilmelidir.

Olumlu çevrenin çocuk üzerindeki etkileriyle olumsuz bir çevrenin etkileri doğaldır ki farklı sonuçlar doğuracaktır. Sağlıklı oluşturulmuş bir çevre içinde büyüyen çocuk karşılaşabileceği güçlüklerle başa çıkma becerilerini geliştirerek, kendi yaşam deneyimlerini oluştururken, böyle bir çevreden mahrum kalan çocuk her şeyden önce güven ve sevgi eksikliği duygularıyla gelişecektir.

Sevilmediği, ilgi gösterilmediği duygusuyla büyüdükçe, bu ilgi eksikliğini gidermek amacıyla farklı davranışlar içine girecek ve bu da toplum içinde uyumsuz bir insan olarak öne çıkmasına neden olacaktır.

1. Psikolojik Kökenli kekemelik:

Kekemelik, sözlü anlatım sırasında konuşmadaki akıcılığın fark edilebilir biçimde aksamasıdır. Organik bir rahatsızlığın olmaması halinde bu tarz bir bozukluk psikolojik kökenli olarak değerlendirilir. Genellikle heyecan, korku, utanma ve gerginlik durumlarında ortaya çıkan bir sorundur. Konuşmada bozukluk, tekrarlamalar ve bocalamalarla kendini gösterir ve yaklaşık olarak 3-4 yaş civarında başlar. Ancak net olarak kekemelik tablosu 5-6 yaşlarda kesinlik kazanır. Küçük yaşlardaki kekemeliğin nedeni çocuklardaki düşünme ve konuşma hızını ayarlayamamalarından kaynaklanır. Ancak kekemeliğin bir sorun olarak ortaya çıkmasındaki en önemli etken yetersiz sevgi, ilgi ve ayrımcılıktır. Bununla beraber bazı travmatik durumlar, kazalar, aşırı korkular da kekemeliğe yol açabilmektedir.

Bazen çocuk kekeme olan bir bireyi taklit edebilir. Özellikle yeni konuşmaya başlayan çocuklarda görülebilir. Kendi dil gelişimini henüz yeni yeni oluşturmaya başlayan çocuk doğru konuşmanın nasıl olabileceği konusunda bocalayabilir ve eğer yakın çevresinde kekeme birisi varsa onu model alabilir.

Böyle bir bozuklukta ebeveynlerin tutumu çok önemlidir. Kekeleyen çocuğa karşı sabırlı olunmalı, konuşurken sözü kesilmemeli ya da kelime onun yerine tamamlanmamalıdır. Şaka amacıyla bile olsa asla kekemeliği alay konusu edilmemeli, durum normal karşılanmalıdır. Özellikle bu konu üzerinde durulması sorunu daha da büyütebilir. Kekemelik sadece konuşmaya özel bir bozukluktur. Bu nedenle çocuğun diğer bütün faaliyetlerde normal bir biçimde desteklenmesi büyük önem taşır. O konuşma konusunda sorun yaşamakla birlikte görevlerini yerine getirme konusunda sorumluluk almakta sorun yaşamaz. Yapabildiği her şeyde takdir edilmeli, onaylanmalıdır.

2. Parmak Emme:

Genellikle bütün çocuklarda yaklaşık olarak 3-4 yaşına kadar devam eden bir davranıştır ve normal olarak görülür. Parmak emme alışkanlığı geliştiren çocuklarda bu davranışın sonucu olarak bazı organ bozukluklarına da rastlanabilmektedir. Çocuğun emdiği parmağında doku bozuklukları görülebilir.

Çocuklar 1.5 yaş civarı bu davranışı yoğun olarak yapmalarına karşı 3-4 yaş sonlarına doğru bu alışkanlığı bırakmaları beklenir. Kalıcı bir davranış bozukluğu olarak görülmeye başlanmışsa altında genellikle psikolojik kökenli bazı ihtiyaçlar ya da gerginlikler olduğu düşünülebilir.

Parmak emmek çocuk açısından gelişimsel bir gerilemeye işaret eder ve buna neden olan etkenin kaynağını doğru saptamak gerekir. Aileye katılan bir kardeş, anne baba ayrılığı ya da kaybı, çevre değişiklikleri, korku ve güvensizlik duyguları çocukta böyle bir bozukluğu ortaya çıkarabilir. Çocuk bebek gibi davranarak kaybettiğini düşündüğü ilgiyi tekrar üzerine çekmek ister. Okul öncesi veya okul çağında olsun, parmağını emen çocuğa yapılan uyarılar hiçbir fayda göstermez ve çocuk ısrarla parmağını emmeye devam edebilir. Bu durumda çocukla konuşmak ve bu davranışın bebelere özgü bir hareket olduğunu, kendisinin büyüdüğünü açıklamak şarttır. Ancak sadece açıklamalar yeterli olmaz ve çocuk sevgi ya da ilgi ihtiyacı giderilmediği sürece parmağını emmeye devam edebilir. Çocukta gerginliğe yol açan etkenler saptanıp doğru bir tavır geliştirilirse zaman içinde giderek azalacak ve ortadan kalkacaktır.

3. Tırnak Yeme:

Bu tip bir bozukluk genellikle 3 ya da 4 yaş civarı görülür. Daha küçük çocuklarda sık rastlanan bir durum değildir. Güvensizlik duygusunun bir yansıması olarak düşünülmelidir.

Aşırı baskı görerek büyüyen çocuklarda sıklıkla görülür. Aynı şekilde sürekli azarlanan, yetersiz ilgi ve sevgi ortamında eleştirilen çocuk yaşadığı gerginliği tırnak yiyerek ortaya koyar.

Genellikle çocukların yarısında görülen bir bozukluktur ve bazı durumlarda ortada hiçbir neden yokken sadece modelleme yoluyla da çocuk tırnak yemeye başlayabilir. Ailede ya da yakın çevresinde tırnak yiyen birini gören çocuk bu davranışı taklit yoluna gidebilir. Tırnak yeme konusunda yapılabilecek en doğru şey özellikle küçük yaşlarda bu davranışı görmezden gelmektir. Diğer bütün sorunlarda olduğu gibi davranışa yol açan nedenler saptanmalı ve çözüm buna göre oluşturulmalıdır.

Eksikliğin ne olduğu bilinip, çocuğun hissettiği duygu boşluğu doldurulursa sorun çok büyümeden çözümlenebilir.

4. Korkular:

Çocuklarda çok sık rastlanan duygu bozukluklarıdır. Özellikle korku çocuk büyüdükçe artar. Aslında duygu olarak normaldir ve her yaşta bilinmeyene ve tehlike ya da tehdit oluşturan her şeye karşı gösterilen bir tepkidir. Bebeklikte ve küçük yaş gruplarında yüksek sese, yabancılara ve ani gürültülere karşı gösterilen bir tepkisel davranışken, çocuk büyüdükçe daha belirgin ve somut kavramlara yönelik bir tepki olarak gelişir.

Kazalar, yangın, deprem, hastalıklar, izlediği bir film, okul sorunları, anne ya da baba ayrılığı, yalnız kalma, terk edilme, kaybolma, cezalandırılma gibi durumlar korkuya yol açabilir. Daha önce herhangi bir olumsuzluk yaşamış çocuklarda korku daha kolay gelişebilmektedir. Korkunun oluşmasında en temel faktör ise ebeveynlerin yanlış tutumları ve çocuk eğitiminde korkuyu kullanarak disiplin uygulamaya çalışmalarıdır. 'eğer beni üzersen, başkasının annesi olurum', 'yanımdan ayrılırsan seni başkaları kaçıtır', 'dediğimi yapmazsan seni sevmem' gibi sözler çok sık rastladığımız türde konuşmalardır. Açık biçimde tehdit içerirler ve çocuk da bu tehdidi doğru olarak algılar. Terk edilme, sevgisiz kalma, annesinin bırakıp gitmesi gibi düşünceler korkuyu başlatır. Bu nedenle çocuk eğitiminde korkuyu kullanmamak esastır. Ayrıca aşırı koruyucu ailelerde yetişen çocukların da sorunlar karşısında kendi başa çıkma becerilerini kazanma konusunda sorunlar yaşadıkları ve çocuğun içine kapanmasına yol açtığı unutulmamalıdır.

Her şeyin ötesinde korku yaşayan çocuğun duygularını hafife almamak şarttır. Korktuğu için eleştirilen ya da alay edilen çocuk giderek daha çok ürkekleşecek ve farklı davranış bozuklukları geliştirecektir. O nedenle korkan çocuğun üzerine gidilmemeli ve onunla sakin bir tavırla konuşmaya çalışılmalıdır. Her zamanki gibi onu anladığımızı, duygularını ciddiye aldığımızı göstermelisiniz.

5. Kaygı:

Kaygı tam anlamıyla gerginlik ve endişe halidir. Çocuk, pek çok yeni duruma karşı kaygı duygularıyla yaklaşır ve çocuğun yaşadığı kaygıya başka bozukluklar da eşlik edebilir.

Örneğin yoğun kaygı durumu yaşayan bir çocuk, aynı zamanda tırnağını yiyebilir, saldırganlaşabilir ya da içine kapanabilir. Organik sebeplerden kaynaklanmayan kaygı bozuklukları da psikolojik kökenlidir ve güven eksikliğine bağlı olarak ortaya çıkabilir.

Ebeveynlerin yanlış tutumları çocuktaki kaygıyı oluşturan en önemli etken olarak göze çarpar. Okul çağı çocuklarında görülen kaygı, çocuğun okul başarısını etkileyen bir öneme sahiptir.

Aileler de genellikle çocuktaki kaygı bozukluğunu okul hayatının başlamasından sonra ortaya çıkan başarı düşüklüğü ile fark ederler. Özellikle okula yeni başlayan çocuklarda görülen okul sendromu da bu tip bir kaygı bozukluğu olarak düşünülmelidir.

Yoğun kaygı duyguları yaşayan çocuğun, ilgi ve yeteneğinin olduğu konularda desteklenmesi kendisine olan güvenini artırarak bu olumsuz duygu durumuyla başa çıkma becerisini geliştirmesine de katkıda bulunur. Genel olarak kaygı, biz yetişkinler gibi çocukta da çok zorlayıcıdır ve mutlaka psikolojik destek ve yardım alınmalıdır.

6. Yeme Bozuklukları ve İştahsızlık

Ailelerin en çok yakındıkları konu çocuklarında gözlemledikleri yeme bozuklukları ve ağırlıklı olarak iştahsızlıktır. Şikâyetlere bakıldığında çocuğun yemek seçtiği, yemek yemek istemediği ya da tatlı, şekerleme, çikolata gibi abur cubur olarak nitelendirilen yiyeceklere yöneldiği görülür.

Aslında bu tip şikâyetlerin birçoğu ailelerin çocuğun yeterli miktarda yemek yemediği şeklindeki yanlış inançlarından kaynaklanmakla birlikte bazen gerçek anlamda sorun yaşanmaktadır. Bu bir tür kısır döngüdür. Aileler çocuğa zorla yemek yedirmek istemekte, buna karşın çocuk bu zorlamayı reddederek, yemek yememektedir.

Durum yine ebeveynlerin yanlış tutumlarından kaynaklanan bir probleme dönüşür. Çocuğunun peşinde kaşıkla koşuşturan, zorla ve tabak tabak yemek yedirmeye çalışan bir anne bu tip bir bozukluğa zemin hazırladığını da bilmelidir. Sağlıklı ve doğru davranışlar belirlemiş bir ailede bazı öğünler az yemek yedi diye hiçbir çocuk beslenme sorunu yaşamaz. Önemli olan çocuğun ne kadar yediği değil, ne tür gıdalarla beslendiğidir. Yemek istemeyen bir çocuğa karşı ısrarcı olmak, ödül ya da ceza vermek durumu daha da kötüleştirmekten başka bir işe yaramaz.

İştahsızlık ya da yeme bozukluğu sorunu yaşayan çocukları bir süre kendi haline bırakmak yararlı olur. En doğru yöntem ise konuşabilen, kendini ifade edebilen bir çocuğa, ne yiyeceği ve ne kadar yiyeceği konusunda seçenekler sunarak, karar hakkı tanımaktır. Biz yetişkinlerin bir tabak yemek kavramı çocuklar açısından zorlayıcıdır. Bir kaç kaşık yemeğin yeterli olacağı, önemli olanın değişik tatlardan ve gıdalardan almasının sağlanması olduğu unutulmamalıdır.

7. Uyku Bozuklukları:

Genellikle ebeveynlerin sıklıkla yakındıkları konulardan biri de budur. Çocuğun düzensiz uykuları ya da uykuya geçememe. Uyku bozukluklarında da temel etken çocuğun güven ihtiyacıdır. Kendini güvensiz hisseden çocuk düzenli uykuya geçemez. Anne babayla beraber uyumak ister. Küçük yaş gruplarında çok sık olarak görülür ve bir ölçüde normal karşılanmalıdır.

Özellikle annenin de çalıştığı durumda çocuk bırakılacağı, terk edileceği duygusuna kapılır. Anne babasının yanında uyumaya alışan çocuk bunu alışkanlık haline getirmişse bu alışkanlığı kırmak bazen çok zor olabilir. Anne babasının yanında uyuyan çocuk uyuduktan sonra her seferinde kendi yatağına götürülmelidir. Yorucu olsa da kararlı olduğunuzu göstermenin başka bir yolu yoktur.

Ancak çocuğun sevgi ve güven ihtiyacı karşılanmadan çözüme ulaşmak imkânsızdır. Mümkünse uykuya geçmeden önce çocukla vakit geçirmek, masal okumak, oyun oynamak etkili yöntemlerdir. Sevildiğini ve yalnız kalmayacağını bilmek çocuk için en önemli şeydir.

8. Mastürbasyon:

Kendi cinselliğini keşfetmeye başlayan çocuk kendi kendini tatmin etme yoluna başvurur. Yaklaşık olarak en sık görüldüğü dönem 3-6 yaşlardır. Genellikle çocuğun kendi vücudunu incelemeye başladığı bir dönemdir ve zevk aldığını fark etmesiyle bu davranışı sık sık yapmaya başlar. Bir yere sürtünerek, ya da oyuncaklarını kendi bedenine sürterek rahatlamaya çalışır. Bu davranışı yalnız kaldığı zamanlarda yapmakla birlikte bazen toplum içinde de yapabilir. Davranışın sıklığı arttıkça çocuğun cinsel bölgesinde tahrişe yol açabilir. Çocuk kendini kontrol etmekte zorlanıyorsa ve davranışı çok sık yapmaya başlamışsa bir sorun var demektir.

Çocuğun kendi bedeniyle ilgilenmesi, kendini keşfetmeye çalışması anormal bir durum değildir. Ancak davranışın sıklığı ve yapıldığı ortam önemlidir. Böyle bir olaya tanık olan ebeveynler, kızmak ve bağırarak yerine önce görmezden gelmeye çalışmalı. Eğer herkesin içinde yapmaya başlamışsa bunu yalnızken ve odasında yapabileceği söylenmelidir. Ayrıca bu davranıştan ötürü çocuk ayıplanmamalı, alay edilmemelidir. Çocuğun ilgisini çekecek farklı uğraşlar yaratılmalı ve etkinlikler konusunda çocuk teşvik edilmelidir.

9. İçe Kapanıklık:

Aşırı kontrolcü, otoriter ailelerin çocuklarında çok sık rastlanan bir davranış bozukluğudur. Çocuğun baskı altında olduğu, aşırı ilgi gösterildiği ya da eleştirildiği ortamlarda çocuk kendine olan güvenini kaybeder. Hatta hiç kazanamaz bile. Sürekli kontrol edildiğinden ve her hareketinde bir yanlış bulunacağından korkan çocuk çevresiyle olan ilişkilerini olabilecek en az düzeye indirir. Yanlış yapmamak için sessiz kalmayı tercih eder.

Demokratik, çocuğa söz hakkı tanıyan ailelerde yetişen çocukların son derece güvenli, hakkını arayabilen, saygı gören ve başkalarına da saygı gösteren çocuklar olduğu bilinmelidir. O nedenle yaşı kaç olursa olsun çocuğun duygularını ve düşüncelerini ifade etmesine fırsat verilmeli, çocuk ciddiye alınmalıdır. Onun ebeveynlerinden bağımsız bir kişilik geliştirdiği ve farklı bir birey olduğu göz ardı edilmemelidir.

10. Çalma:

Çocuklar hayata dair öğrendikleri pek çok şeyi önce ailelerinden öğrenirler. Mülkiyet hakkı ve başkalarına saygı da ailelerin kazandırdığı değerlerdendir. Çalma bozukluğu gösteren çocukların pek çoğunda ebeveynlerin çocuklarına bu değerleri vermedeki yetersizlikleri dikkat çekmektedir. Ailede saygı görmeyen, kendi özel alanına müdahale edilen çocuklar başkalarına karşı da böyle davranırlar.

Mülkiyet yani sahiplik duygusu çocuğun doğuştan getirdiği bir nitelik olmadığından zamanla kazanılan bir davranış kalıbıdır. 5-6 yaşlara kadar bu soyut kavramları bilmeyen çocuklarda çalma olayını bildiğimiz çalma eylemi olarak değerlendiremeyiz. Çocuk başkasının ve kendisinin olanı net olarak ayırt edemeyebilir. Kendi odası, eşyaları, kendine ait bir dolap olması çocukta kendisinin ve başkasının kavramlarını öğrenmesinde çok etkilidir. Ayrıca, bir başkasını eşyasını sormadan ya da izin almadan kullanmaya kalkan çocuğa bu eşyaları niçin kullanmaması gerektiği bunların kime ait oldukları net olarak açıklanmalıdır. Bu eşyaların başkalarının olduğu ve sadece izin verildiği zaman ödünç olarak alabileceği anlatılmalıdır.

Küçük yaşlarda konunun üzerine ciddi olarak eğilmek gelecekte ortaya çıkacak pek çok sorunun önüne geçer. Çalma bir uyum ve davranış bozukluğu olarak kabul edilmeli ancak yaş aralığı doğru saptanmalıdır. 7 – 8 yaşlarında itibaren çocuğa düzenli olarak harçlık verilmesi, ihtiyaçlarını ve isteklerini kendi başına giderme yönünde desteklenmesi çocuğun odasına, eşyalarına, özel alanına ve öncelikle çocuğun kendisine saygı gösterilmesi temel faktördür.

11. Yalan Söyleme

Sosyal bir davranış bozukluğu olan yalanın amacı, bir olayı ya da durumu olduğundan farklı göstermek ya da gizlemektir. Daha açık ifadesiyle, başkalarını yanıltmaktır.

Ebeveynler, yalan konusunda oldukça hassastırlar. Küçük yaşlardan itibaren çocuklarının yalan söylememesini isterler. Oysa yaşı küçük çocuklarda çalma eylemi gibi yalan kavramı da yerleşmemiştir. Yine 5 – 6 yaşlara kadar çocukların bilinçli yalanlarından söz edilemez. Gerçeklik olgusu büyüdükçe kazanılan bir farkındalıktır. Bu kadar küçük yaş gruplarında çocuklar hayalciliklerinin verdiği bir yapıyla bir takım şeyler uydurabilirler.

Bunlar doğaldır ve engellenmemelidir. Birçok uzmana göre çocuk, 6 – 7 yaştan sonra yalan söylemeye başlar. Aslında hemen hemen bütün çocuklarda çocukça yalanlar görülebilir. Eğer alışkanlık haline gelmiş bir yalan söyleme davranışı varsa bir davranış bozukluğundan söz edilebilir. Çevresinde yalan söyleyen ve bu yolla bazı avantajlar elde eden insanları gören çocuk taklit yoluyla yalan söylemeyi öğrenir. Maalesef, biz yetişkinler de yalan söyleriz ve işin tuhafı yalan söylememesini istediğimiz çocuğumuza da yalan söyleriz. Örneğin; telefon eden bir tanıdığımıza evde yokum dedirtiriz ya da ‘bu olanları anneannene anlatmayacaksın’ deriz.

Zekâ düzeyleri bakımından karşılaştırıldığında daha düşük zekâyâ sahip çocukların gerçekte ilgisi olmayan yalanlar söyledikleri ancak normal veya daha yüksek zekâ düzeyine sahip çocukların gerçeğe yakın yalanlar söyledikleri ve ayrıntılarla süsledikleri görülmüştür. Yalan söylemenin altında aslında çocuğun sevdiği insanları üzmemekten korkması ya da onların eleştirilerinden kaçınma amacı yatar. Yalan söylemek, kolaylıkla engellenecek bir davranış değildir. Öncelikle, ebeveynlerin örnek olması ve çocuklarında görmek istemedikleri davranışları yapmamaları önemlidir. Aşırı tepki göstermek, kızmak, cezalandırmak çocuğu yalandan uzaklaştırmak yerine, daha çok yalana iter. Çocuğun yalan söylemesinin altında yatan nedenler saptanarak bir uzman yardımıyla ve yakın aile bireylerinin işbirliğiyle çözüme gidilebilir.

12. Aşırı Hareketlilik

Günümüzde hiperaktivite olarak da bilinen aşırı hareketlilik çocuklarda farklı nedenlerden ortaya çıkabilir. Ya organik yani bedensel bir sorun sonucu ya da çevresel ve yanlış ebeveyn tutumlarından kaynaklanan bir davranış bozukluğu olarak görülür. Aşırı hareketlilik özellikle aile bireyleri ve yakın çevresi için çok sıkıntılıdır. Okul öncesi dönemden daha çok, okul hayatı başladığında göze çarpar. Çocuk, çok hareketlidir, yerinde duramaz. Bazen bu hareketliliğinden kaynaklanan dikkat eksikliği de bu davranış bozukluğuna eşlik eder.

Hiperaktivite, ciddiye alınması gereken bir durumdur. Erken fark edilerek gerekli önlemler alınmalıdır. Çevre ve aile etkisiyle ortaya çıkan aşırı hareketlilikteki temel sebep, baskıcı, aşırı kontrolcü, mükemmeliyetçi ebeveyn tutumlarıdır. Çocuk, aile ortamında kendini ifade etme imkânı bulamadığında ve her şeyi çok planlı, programlı olarak yapması beklendiğinde bu şekilde tepki gösterir. Bazen aşırı hareketliliğin çok daha olumsuz bir tarafı ortaya çıkar. Çocuk, kendine yönelik ya da başkasına yönelik saldırgan davranışlar gösterebilir. Özellikle, yaşı küçük çocuklar kendini kontrol etme becerisi kazanamadıklarından ve tehlikelerin farkında olmadıklarından dolayı can yakıcı sonuçlarla karşılaşılabilir. Bu tip bir bozuklukta, acil olarak tedavi ve terapiye başlanmalıdır. Bir çocuk psikiyatrisi ve psikologu tarafından tanı konulup çözüm odaklı çalışmalara başlanmalıdır.

13. Saldırganlık:

Saldırganlık olarak da adlandırılan başkalarına zarar verme davranışı da çocuklarda sık karşılaşılan bir davranış bozukluğudur. Aslında insanın yapısında bir güdü olarak vardır ve

hayatın devamını sağlamak amacıyla programlanmıştır. Bir tür savunma mekanizmasıdır. Tehlikelere karşı korunmak ve soyun devamını sürdürmek de ancak bu yolla mümkün olur.

Bu güdünün uyum ve davranış bozukluğu olarak karşımıza çıktığı durum ortada hayatın devamını tehdit eden bir tehlike yokken toplumsal ya da kişisel uyumu bozacak şekilde dışa vurulması şeklindedir.

Önemli olan bu duygunun var olduğunun bilinmesi ancak kontrol altında tutulabilmesidir. Çocuklarda da doğuştan itibaren görülür. Bebeklerde bile öfke nöbetleri olarak fark edilebilir. Yabancılara karşı çocukların sergilediği vurma davranışı da buradan kaynaklanmaktadır. Küçük çocuklarda genellikle fiziksel saldırganlık görülürken yaş büyüdükçe sözel saldırganlık daha fazla öne çıkar. Yine baskı altında büyüyen ve özgüvenlerinde düşüklük olan çocuklarda sıklıkla görülür. Aynı şekilde yaptığı eylem engellendiğinde çocuktaki saldırgan davranışlarda artma izlenebilir.

Saldırganlık iki şeye yönelir: İçe dönük saldırgan davranışlar varsa çocuk kendisine zarar verebilir, ya da dışa dönük saldırgan davranışlar gösteriyorsa çevresindekilere zarar verebilir. Aile içindeki iletişim sorunları, ilgi ve sevgi yoksunluğu, dürtü kontrolündeki problemler, cinsel, fiziksel ya da psikolojik şiddet görme durumunda saldırganlık karşı tepki olarak ortaya çıkabilir.

Öncelikle ailenin kendi içinde tutarlı, saygılı ve güven verici bir yapı oluşturması gerekir. Bu tip bir davranış bozukluğunda mutlaka uzman yardımı alınmalı ve çocuk bedensel faaliyetlerin ağırlıkta olduğu bazı spor çalışmalarına yönlendirilmelidir. Çocuğun zarar verdiği ya da incittiği insanların neler hissedebileceklerine yönelik anlatımlar ve örnekler yararlı olur. Her şeyden önce de bu davranışın yerleşmesini önlemek amacıyla çocuk şiddet içeren filmlerden, oyunlardan uzak tutulmalıdır.

14. Saç Yolma, Saç Yeme:

Genellikle kız çocuklarında ve küçük yaşlarda görülür. Gerginlik hisseden, baskı altındaki çocuklar olumsuz duygu durumundan kurtulmak amacıyla sıklıkla bu tip davranışlar sergilerler. Bir tür kaçınma davranışdır diyebiliriz. Temel nedeninin anne ve çocuk arasında duygusal bağın eksikliği olduğu düşünülmektedir. Kendini ifade konusunda yetersiz kalan çocuklar bu yolla yaşadıkları gerginliği bastırmak isterler. Davranışın ardındaki etken doğru belirlenmeli ve ihtiyaca göre tavır alınmalıdır. Özellikle anneye kurulamayan sağlıklı iletişim eksikliği giderildiğinde davranış bozukluğu da bir süre sonra ortadan kalkacaktır.

15. Alt İslatma:

Çocuklarda görülen en yaygın sorun olarak alt ıslatma gösterilebilir. Özellikle mesane kontrolünün henüz oluşmadığı dönemlerde yaklaşık olarak 3 yaşına kadar çocuklar altlarını ıslatırlar. Doğru ve tutarlı bir tuvalet eğitiminin ardından çocuğun kendini kontrol becerisini kazanması 4 yaşa kadar sürebilir. Ancak 4 yaş ve sonrasında alt ıslatmanın sürmesi davranış bozukluğu olarak değerlendirilir. Nedenleri arasında pek çok etken sayılabilir. Organik sebeplere dayanan alt ıslatmalar olduğu gibi, yanlış başlanmış tuvalet eğitimi, ebeveynlerin yanlış tutumları, çevresel faktörler, kıskançlık ya da farklı psikolojik sorunlar sonucu oluşabilen alt ıslatmalar da görülür.

Küçük yaşlarda görülen alt ıslatmalarda genellikle tedavi uygulanmaz. Ancak okul çağındaki çocukta böyle bir sorun varsa önce fiziksel bir sorun olup olmadığı araştırılmalıdır. Bu yönde ortaya çıkabilecek sorunlar ortadan kaldırıldıktan sonra işin psikolojik kısmıyla ilgilenilebilir. Genellikle fizyolojik sorun yok edilince alt ıslatma da kendiliğinden biter. Bazı durumlarda sadece alışkanlıklardan dolayı alt ıslatma bir süre daha devam edebilir.

Bir uyum ve davranış bozukluğu olarak bakıldığında bu sorun da tıpkı diğer bozukluklar gibi aile içi iletişim eksikliği, baskıcı ya da aşırı kontrolcü tutumlar sonucu ortaya çıkmaktadır. O

nedenle bozukluğa yol açan etken saptanarak erken tedavi yoluna gidilmesi büyük önem taşımaktadır.

16. Tikler:

Vücudun bazı organlarında istem dışı olarak meydana gelen kasılmalar tik olarak adlandırılırlar. Genel olarak yüz ve boyun kaslarında görülürler. Göz kırpma, başın sallanması, dudak kenarlarında çekilme, omuzların ya da başın oynaması, kaş kaldırma türü hareketlerle tipik olarak kendini gösterir. Tiksel içsel baskılar, gerilimler ve çatışmalar sonucu oluşabilir ya da bu tarz duygusal sorunların belirtisi olarak ortaya çıkabilir. Erkek çocuklarda daha sık olarak görülmektedir. Psikolojik faktörlerin dışında gerçekten o organa özgü bir rahatsızlık sonucu da oluşabilir. Görme bozuklukları sonucu gelişen göz kırpma gibi tikler olabilir. Ya da boyun ağrısı benzer şekilde boyun ve omuz oynatma davranışının yerleşmesine yol açabilir.

Ayrıca tiklerin oluşmasındaki bir diğer etken taklittir. Çocuklar pek çok şeyi model alma ve taklit yoluyla öğrendiklerinden yakın çevrelerindeki insanların, özellikle aile bireylerinin ve öğretmenlerinin davranışlarını, konuşmalarını taklit ederler. Aynı şey kekemelik için de geçerlidir. Bu taklit sırasında doğru davranışlarla beraber kişilere ait yanlış davranışları da bire bir kopyalarlar. Bir süre sonra da alışkanlık haline gelmiş davranışlar olarak yerleşir.

Tüm bunların dışında çocuklarda görülen tiklerin en belirgin nedeni kaygı, endişe, korku ve gerginliktir. Çocuğun yaşadığı çevre, anne ve babasıyla olan ilişkileri, çocuğun kişilik özellikleri ve duygusal durumu ortaya çıkan tiklerde belirleyici rol oynar. Ayrıca mükemmeliyetçi ailelerin çocuklarında da sıklıkla tikler görülebilir. Sınırlarının üzerinde bir zorlanma, başkalarıyla kıyaslanma, sürekli eleştirilme ve aşağılanma davranışlarıyla muhatap olan çocuk tiklerle yaşadığı gerginliği dışa vurmaktadır. Herhangi bir bedensel sorundan kaynaklanmayan, psikolojik kökenli olduğu düşünülen tiklerin tedavisinde mutlaka bir uzman desteği almak gerekir. Terapiler, özellikle oyun terapileri ve büyük yaş çocuklarında grup terapileri etkili sonuçlar vermektedir. Çocuğun tikleri üzerinde durulmaması, çocuğun ilgisinin başka yerlere yönlendirilmesi, bir faaliyet yönünde desteklenmesi ve güven duygusunun oluşturulması önemli faydalar sağlar.

17. Dışkı Kaçırma:

Alt ıslatmaya göre daha az rastlanmakla birlikte ciddi bir davranış bozukluğudur. Annenin aşırı baskısı ve titizliği, yanlış tuvalet eğitimi ve çatışmalı bir aile ortamı bozukluğu ortaya çıkaran etkenler arasında yer alır. İlgi eksikliği ve gerginlikler de tetikleyen nedenler olarak gösterilebilir. Bu bozukluk genellikle aileleri de en zorlayan davranış bozukluklarından biri olarak değerlendirilmektedir. Çocuk iki tür dışkı problemi yaşayabilir. Uzunca bir süre dışkısını tutup sonra birdenbire boşaltır, ya da dışkısını hiç tutamayıp kontrol dışı olarak altına kaçıtır. Her iki halde de öncelikle çocuğun yaşadığı iç çatışmaların ortadan kaldırılması yönünde bazı tedavi yolları benimsenir. Tedavi yöntemleri ise doğrudan ya da dolaylı olarak uygulanır. Oyun terapisi, ya da grup terapisi olarak doğrudan uygulanabildiği gibi, çocuğun çevresindeki aile bireyleri ve öğretmenleriyle görüşme gibi dolaylı yoldan çözüme ulaşılmaya çalışılır.

Görüldüğü gibi bütün uyum ve davranış bozukluklarında en önemli faktör çocuğun ailesiyle ya da çevresiyle yaşadığı çatışmalardır. Çok ilgili aileler, ya da ilgisiz aileler de benzer sorunları yaşayabilmektedir. İlgisiz kalmak kadar dengesiz ve tutarsız ebeveyn tutumları da bir çok problemi beraberinde getirebilmektedir. Aslında temel sorun her şeyin doğru kararını bulabilmektedir.

Çocuk yetiştirmek görüldüğünden daha zor bir iştir. Bu zor sanatın hakkını verebilmek için öncelikle sorumlulukların bilincinde olmak gerekir.