



ÇOCUKLARDA DAVRANIŞ PROBLEMLERİ BOZUKLUKLARI, TANIM ÖNERİ VE UYGULAMALAR:



Elif KAYA

AIU.B' Sc Psychology



Hoşgeldiniz





Neler Konuşacağız?

1.BÖLÜM

- ❖ Çocuğu Anlamak: Duygu ve Davranış Arasında ki İlişki • Çocuklarda Davranış Değerlendirmesi “Bu Çocuk Neden Böyle?” •
- ❖ Çalma •
- ❖ Yalan söylemek •
- ❖ Dışkı kaçıırma •
- ❖ Altını ıslatma •

2.BÖLÜM

- ❖ Tırnak yeme •
- ❖ Kekemelik •
- ❖ Tikler •
- ❖ Parmak Emme •
- ❖ Saç Yolma/ Saç Yeme
- ❖ İnatçılık •
- ❖ Saldırganlık •
- ❖ Kundakçılık Aralıklı Patlayıcı Bozukluk •
- ❖ Evden-Okuldan Kaçma/ Okul Korkusu •
- ❖ Karşıt Gelme Bozukluğu •
- ❖ Dikkat eksikliği, Hiperaktivite ya da her ikisi



Neler Konuşacağız?

3.BÖLÜM

Terapötik Oyun, Uygulama ve
Etkinlikler



“Problem mi yoksa bir yardım çağrısı mı?”

Sadi Şirazî'ye “insan nedir” diye sormuşlar.

“Yek katre-i hûnest, sâd hezârân endîşe” cevabını vermiş.

Yani birkaç damla kan ve bin bir endişe.

Bu kadar kaygı ve endişenin içinde, insan kendi hikayesiyle nasıl barışır? Birçok kuramcı bu konuda farklı bilgiler aktarır bize.

Lakin hikayenin başladığı zaman hepsinde aynıdır hemen hemen, bellidir; Bebeklik ve çocukluk. Hatta çok daha öncesi anne karnında ki varlık haliyle.



ÇOCUĞU ANLAMAK

Duygu & Davranış



Öncelikle

Bilmeliyiz ki!!!



'EBEVEYN TUTUMLARI:
Çocukların öğütten çok, örneğe ihtiyacı vardır. J. Jaubert

“Bu çocuk neden böyle?”





ÇOCUĞU SAĞLIKSIZ EĞİTMENİN YOLLARI

Kötü eğitimin ilk ve en tesirli basamağı, kötü örnek sergilemektir. Bu durumda çocuğuna ahlâki nutuklar çekse, acaba ne kadar tesirli olacaktır!..

Kötü eğitimin ikinci basamağı, çocuğunuza yeterli zaman ayırmamaktır. Sadece dersi için onunla bir-iki saat beraber olmakla, anne-babalar görevlerini yapmış sayılamazlar. Nitelikli zaman ayırma ve iletişim eksikliği internet bağımlılığı ve dahi ona bağlı gelişebilecek suç mağduriyetleri, birçok istismara açık duygusal boşluk oluşturduğu da gerek bilimsel birçok yazıda gerekse bireysel çalışma ve gözlemlerimde karşılaştığım bulunmaktayım.

ÇOCUKLARI KENDİNİZE KARŞI KİMLİ YAPMANIN YOLLARI

Ona karşı daima aksi ve asık suratlı olun. Niyetinin ne olduğuna bakmaksızın, en küçük bir kabahatini ceza ile karşılayın. Bir diğeri de onun hislerine değer vermemektir.

ÇOCUKLARI BABALARINDAN SOĞUTMANIN YOLLARI

Bir anne, çocukları babalarından soğutmak istiyorsa, onları devamlı babaları ile korkutsun. Bütün bu yaptıklarınıza rağmen, çocuklarınız sizden nefret etmiyor ise; size daha tesirli bir yol göstereyim:

Onların sevinçlerini paylaşmayın. Acıları ile alay edin. Sizden bir şeyler sordukları zaman elinizin tersi ile itip onları yanınızdan uzaklaştırın.



ÇOCUKLARINIZI KENDİNİZE KARŞI GÜVENSİZ YAPMANIN YOLLARI

Onlara boş vaadlerde bulunun. Onları aldatın. eşinizle birbirinize saygı göstermeyin. Çocukların önünde birbirinize hakaret edin, onun yanında barışmayın, özür dilemeyin.

ÇOCUKLARIN SİZE HAKARET ETMELERİNİ SAĞLAMAMANIN YOLLARI

Çocuklarınızın en küçük suçunu hakaret ve alayla karşılayın, cezalandırın. . Her şeylerini tenkit edin. Onların yanında birbirinizin suçlarını sayıp dökün...

ÇOCUKLARIN SÖZÜNÜZÜ DİNLEMEMELERİNİ TEMİN ETMENİN YOLLARI

Yerine getirip getirmediğine bakmaksızın emirler yağdırın. Onlardan, yerine getirememeyecekleri şeyler isteyin. Davranışlarıyla ilgili zamanında konuşup, anlamaya çalışmak, alternatif sunmak yerine, koyduğunuz kurallara kendiniz uymayın, kuru tehditler savurun, cezalandırın.

ÇOCUKLARI KARDEŞLERİNE KARŞI KİMLİ VE KISKANÇ YAPMANIN YOLLARI

Çocuklardan birini cezalandırırken öbürünü mükafatlandırın. Birini takdir ederken öbürünü tenkid edin. Sevginizi birinden alın öbürüne verin.

Çocukları birbirine düşman etmenin etkili bir yolu daha: Birbirlerine hakaret ettikleri vakit ses çıkarmayın. Küfürlerini duymazdan gelin. Anlamadan, dinlemeden, gerçekte neye ihtiyacı olduğunu bilmeden, hepsini dayaktan geçirin.



ÇOCUKLARI İNSANLARDAN SOĞUTMANIN YOLLARI

Onlara daima kötü insanlardan bahsedin. Bu dünyada güvenilecek insan kalmadığını tekrarlayın. Herkesin menfaat peşinde koştuğunu söyleyin.

ÇOCUKLARA ZALİM VE ACIMASIZ OLMAYI ÖĞRETMENİN YOLLARI

Herkese, hatta çocuklarınıza karşı bile, kaba davranın. Hayvanlara işkence edin. Sizden zayıf olan insanları daima ezin. Tabancasız, bıçaksız gezmeyin.

ÇOCUKLARI, BAŞKALARINA KİN DUYMAYA ALIŞTIRMANIN YOLLARI

Çocuklarınız birilerine kızdıkları zaman onlarla birlik olun. Kızdığı kimseye lânetler yağdırın. İntikam alması için teşvik edin

GÜÇ

Yalnızca, kontrolü elimde tuttuğum ya da patron olduğum yada kimsenin bana patronluk taslayamayacağını kanıtlandığımda birşeye ait oluyorum.

✓ Ebeveyn çocukla savaşıyor ya da ona teslim olur. Aktif ya da pasif davranış şiddeti artar ya da çocuk teslim olur.

Sürtüşmekten kaçın. Gücün, yapıcı olarak nasıl çocuğun yardımı ve gönüllü işbirliğiyle kullanılabileceğini gösterin . Savaşım ya da teslim olmanın sadece çocuğun gücü elde etme arzusunu arttırmaktan başka işe yaramayacağını bilincinde olun

yalnızca farkedilip yardım edilince birşeye ait oluyorum

DİKKAT /İLGİ

✓ Ebeveyn sürekli hatırlatma yapar ya da gönül alır. Davranış geçici durur, aynı davranış veya bir başkası devam eder.

Mümkünse davranışı görmezden gelin. Çocuk kendi söyleyemiyorsa onun olumlu davranışlarına dikkat edin. Hatırlatma, cezalandırma, ödüllendirme, gönlünü alma ve yardımın yersiz ilgiler olduğunun bilincinde olun

**YETERSİZLİK
SERGİLEME**

✓ Ebeveyn çocuğun yapacak birşeyi olmadığına uyar, onun yerine yapar.

Bütün eleştirileri bir yana bırakın. Olumlu bir girişimini ne kadar önemsiz olursa olsun yüreklendirin. Önemli olanın üzerinde yoğunlaşın. Hepsinin önemlisi, kendine acıma duygusuna kapılmayın ve teslim olmayın

**İNTİKAM
(incinmiş)**

Yalnızca kendi incinmişliğim gibi başkalarını incitince birşeye ait oluyorum. Beni kimse seyemez..

✓ Ebeveyn cezalandırır ya da misilleme yapar. Davranış sönmez.

İncinmiş görünmekten kaçın. Cezalandırmaktan yada misilleme yapmaktan kaçın. Güvenli ilişki kurun. Çocuğun sevildiğine onu ikna edin.



- Aile içi ilişkileri ve etkileşiminde ki sorunlar
- Anne babanın ilgisizliği ya da aşırı ilgisi
- Anne babanın sorunlu bir boşanma yaşamaması ya da ailenin parçalanmışlığı
- Anne ya da babanın alkol, uyuşturucu madde bağımlılığı
- Çocuğa baskıcı, tutarsız, aşırı titiz, eleştirel, kuralcı, kararsız bir disiplin uygulaması
- Çocuğun yersiz, yanlış ve aşırı cezalandırılması
- Çocuğun karşılaştığı sorunlarda anne-babanın desteğini sağlamaması veya fazla müdahalesi
- Anne babanın yaşamlarını zorlayan ekonomik sıkıntı içerisinde olması
- Çocuğun okul başarısının düşüklüğü
- Arkadaşlar veya ailenin çevresi
- Aşırı toplumsal baskı, özgürlüklerin kısıtlanması



Korkular:

- Anne babadan ayrı düşmek
- Yangın, hırsızlık, deprem gibi sarsıcı olaylar
- Filmler, oyunlar, internet programları
- Anne-babanın kendi korkuları

Disiplin Aracı Olarak Kullanılan Yollar ve Bazı aktarımlar:

- Aşırı kollama-koruma= çevre tehlikeli, ailem her zaman yanıma koşar, ben bir şey yapamam.
- Beni üzersen hastalanıp ölürüm annesiz kalırsın, hadi yap, yaparsan seni teyzeye veririm= suçlama, sindirme, itme
- Acındırma
- Çarpılırsın= Allah'a öfke, suçluluk

!!! Korkutma operasyonel olarak istismar grubuna girmektedir.



Eğer Utangaçsa:

- Çocuğa baskı yapmak
- Çocuğu suçlamak
- Çocuğu azarlamak
- Çocukla alay etmek
- Çocuğu utandırmak

!!! Yetişkini tarafından utandırılması, fiziksel, duygusal veya cinsel istismara uğraması sonucu yetişkinle baş edemeyen çocuk öfkesini benliğine yönlendirir, bu da hem çevre hem de kendine şiddet anlamı taşır.



Korku:

Ne Yapmalı?????????

Uyarılarda soğukkanlı ve gerçekçi olmalı. Tehlikeler abartılmamalı. Korkular karşısında sert tepkiler vermekten kaçının. Ayıplamak ve utandırmaktan kaçının. Alay etmeyin, korkunun üzerine gitmeyin. Nedenlerini araştırın. Oyun ve arkadaş olanağı sağlayın. Aşırı kollayıcı tutumları gevşetin. Kendi işini kendisinin görmesini sağlayın. Süre tanıyın.

Utangaçlık:

Ona sosyalleşebileceği ortamlar hazırlayabilirsiniz. Onun daha dışa dönük olması için pratik yapmasını sağlayabilirsiniz. Küçük drama etkinlikleri, ayna karşısı oyunlar...

Onu çok sıcakkanlı olması için zorlamayın, ama utangaçlığını kabullendiğinizi de hissettirmeyin. Olumlu bir örnek sunabilirsiniz.



Davranış Problemleri ve Davranım Bozuklukları





- Davranış bozuklukları, çocuğun iç çatışmalarını davranışlarına aktarması sonucu ortaya çıkar (Yavuzer, 1995).
- Davranım bozukluğu bireyi, aileyi ve toplumu olumsuz yönde etkileyen, diğer insanların temel haklarının çiğnendiği, yaşa uygun toplumsal kuralların hiçe sayıldığı davranışlardan oluşan bir bozukluktur (Arkan ve Üstün, 2009).



➤ Çocuklarda ki problem davranışların nedenlerini belirleyen etmenler biyolojik, Aile ve okula ilişkin etmenler olmak üzere üç grupta incelenebilir.



Alışkanlık ve Eğitim Problemi Olan Çocuklar

- Alışkanlık ve eğitim problemi olan çocuklar; parmak emen, tırnak yiyen, altını ıslatan, yalan söyleyen, tikli olan ve masturbasyon yapan çocuklar olmak üzere altı grupta incelenmektedir:



Duygusal Gelişimle İlgili Problemi Olan Çocuklar

- Duygusal gelişimle ilgili problemi olan çocuklar kaygılı, korkulu, öfkeli, inatçı, kaprisli, utangaç, kıskanç ve saldırgan çocuklar şeklinde sınıflandırılmaktadır



Anti-sosyal Davranış Gösteren Çocuklar



Davranım Bozukluğu Belirtileri

DSM-5'e göre kişiye davranım bozukluğu denilebilmesi için kişinin son 1 yılda aşağıda sıralanacak olan 15 kriterden en az üçünü, en az birini son altı ayda olmak üzere karşılıyor olması gerekir:

İnsanlara veya hayvanlara karşı saldırganlık:

1. Sıklıkla başkalarına zorbalık eder, tehdit eder ve gözünü korkutur.
2. Sıklıkla fiziksel kavga başlatır.
3. Başkalarına ciddi bir fiziksel hasar verecek bir silah (bıçak, taş, sopa, silah gibi) kullanmıştır.
4. İnsanlara karşı fiziksel olarak acımasızca davranmıştır.
5. Hayvanlara karşı fiziksel olarak acımasızca davranmıştır.
6. Kurbanın gözü önünde hırsızlık (kapkaççılık, silahlı soygun vb.) yapmıştır.
7. Birini cinsel aktiviteye zorlamıştır.

Mala zarar verme:

8. Ciddi zarar verme amacıyla kasten yangın çıkarmıştır.
9. Kasten başka insanların malına zarar vermiştir (yakmak haricinde).



Dolandırıcılık veya hırsızlık:

10. Başkasının evine, yapısına, arabasına zorla girmiştir.
11. Sıklıkla bir şeyler elde etmek, çıkar sağlamak veya yükümlülüklerden kaçınmak için yalan söyler.
12. Gizlice değerli eşyalar çalmıştır (haneye tecavüz olmadan mağazadan çalma, sahtecilik vb.

Ciddi kural ihlal etme:

13. On üç yaşından başlayarak ebeveyn kısıtlamasına rağmen sıklıkla gece dışarıda kalır.
14. Ebeveynleri veya vasisiyle aynı evde yaşarken en az iki kez gece evden kaçmıştır, veya uzun bir süreliğine bir kez kaçmıştır.
15. On üç yaşından önce sıklıkla okuldan kaçmıştır.

Bu belirtilere ek olarak kişinin davranışlarındaki bozukluk sosyal, akademik veya mesleki işleyişinde klinik olarak anlamlı bir bozulmaya neden olmalıdır. Ayrıca eğer kişi 18 yaşından büyükse belirtilerin antisosyal kişilik bozukluğuyla örtüşmüyor olması gerekir.



•Olası Eş Belirtiler

DSM-5'e göre dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ve karşı gelme bozukluğu, davranım bozukluğuna sıklıkla eşlik eder ve bu komorbid sunum daha kötü sonuçlar öngörür. Antisosyal kişilik bozukluğu da sık karşılaşılan bir eş belirtidir. Davranım bozukluğu ayrıca spesifik öğrenme bozukluğu, kaygı bozuklukları, depresif veya bipolar bozukluklar ve madde ile ilgili bozukluklardan biri veya birden fazlasıyla da bir arada ortaya çıkabilir.

Ayrırcı Belirtiler

DSM-5'te sıralanan ayrırcı belirtiler şu şekildedir:

- 1. Karşıt Gelme Bozukluğu:** Davranım bozukluğu da KGB de hem yetişkinlerle hem de diğer otorite figürleriyle (öğretmen, işveren, ebeveyn gibi) çatışan bireyi getiren belirtilerle ilgilidir. KGB davranım bozukluğundan farklı olarak bireylere ve hayvanlara karşı saldırganlık, mala zarar verme veya hırsızlık ve dolandırıcılık kalıpları içermez. Dahası, davranım bozukluğu tanımına dahil olmayan duygusal düzensizlik (kızgın ve asabi ruh hali gibi) sorunlarını içerir.
- 2. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu:** DEHB'li çocuklar genellikle yıkıcı olabilecek hiperaktif ve dürtüsel davranışlar sergilese de bu davranışları toplumsal normları veya başkalarının haklarını ihlal etmediğinden genellikle davranım bozukluğu belirtilerini karşılamaz.
- 3. Depresif ve Bipolar Bozukluklar:** Duygudurum bozukluklarıyla ilişkilendirilen davranış bozuklukları, davranım bozukluğunda görülenlerden genelde davranış problemlerinin seyrine göre ayrılır. Yani davranım bozukluğu olan kişiler tarihsel olarak (yani ruh hali bozukluğu başlangıcının öncesinden gelen) veya eşzamanlı olarak (yani dönemlerin dışında kalan dönemlerde de ortaya çıkan) ruh hali bozukluğunun olmadığı dönemlerde de belirgin düzeyde davranış sorunları gösterecektir.
- 4. Aralıklı Patlayıcı Bozukluk:** Aralıklı patlayıcı bozukluğu olan bireylerde saldırganlık dürtüsel saldırganlık ile sınırlıdır, önceden planlanmış değildir ve somut bir hedefe (örneğin para, güç, sindirme) ulaşmak amacı taşımaz. Ayrıca, aralıklı patlayıcı bozukluğun tanımı, davranış bozukluğunun agresif olmayan belirtilerini içermez.
- 5. Uyum Bozuklukları:** Uyum bozukluğu, başlangıcı açıkça bir psikososyal stres kaynağıyla bağdaştırılabilen ve bu kaynağın (veya sonuçlarının) ortadan kalkmasından sonra 6 ay boyunca devam eden, klinik olarak belirlenmiş ve başka bir spesifik bozukluğun belirtilerini karşılamayan davranış problemleri olduğunda koyulabilir. Davranım bozukluğu olabilmesi için davranış problemlerinin sosyal, akademik veya mesleki hayatı kalıcı ve tekrarlayıcı bir biçimde etkiliyor olması gerekir.



ÇOCUKLARDA SIK GÖRÜLEN DAVRANIŞ SORUNLARI VE BOZUKLUKLARI

- ❖ Çalma ▪
- ❖ Yalan söylemek ▪
- ❖ Dışkı kaçıрма ▪
- ❖ Altını ıslatma ▪
- ❖ Tırnak yeme ▪
- ❖ Kekemelik ▪
- ❖ Tikler ▪
- ❖ Parmak Emme ▪
- ❖ Saç Yolma/ Saç Yeme
 - ❖ İnatçılık ▪
 - ❖ Saldırganlık ▪
 - ❖ Kundakçılık



- ❖ Evden-Okuldan Kaçma/ Okul Korkusu ▪
- ❖ Karşıt Gelme Bozukluğu ▪
- ❖ Dikkat eksikliği, Hiperaktivite ya da her ikisi ▪



➤ Belli çalışmalarla ortaya konmuş olan ve Duygu ve Davranış Bozukluğu olan bireylerle ilişkilendirilebilecek davranışlar genellikle aşağıdaki gibidir:

- ✓ Agresiflik, yaramazlık davranışları (Kauffman, Lloyd, Baker ve Riedel, 1995)
- ✓ Sosyal bozukluklar (Smith ve Luckasson, 1995)
- ✓ Yetersiz akran ilişkileri (Searcy ve Meadows, 1994)
- ✓ Hiperaktivite, dikkat dağınıklığı
- ✓ Yalan, hile ve hırsızlık (Rosenberg et al. 1992)
- ✓ Academic yetersizlikler (Bullock, 1992)
- ✓ Anksiyete (kaygı) (Kauffman et al, 1995)



➤ Duygu ve Davranış bozukluğu olan her çocuk bu davranışların hepsini aynı şekilde veya anda sergilemez. Sergileyeceği davranışların türü, yoğunluğu ve şekli çocuğun sahip olduğu bozukluğun doğasına bağlı olarak değişir.



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.



Çalma:

- **Çocuklara 7-8 yaşlarından itibaren, uygun miktarda, düzenli harçlık verilebilir. Verilen miktar çok gerekmedikçe aşılmamalıdır.**

Ana babaların davranışları dengeli ve tutarlı olmalı, aşırı sevgi ya da katı bir otorite üzerine kurulmamalı. Meydan okuyan, anti-sosyal davranışlarını doğru göstermeye çalışan gençler karşısında ana baba ve eğitimcilerin tutarlı ve hoşgörülü, soğukkanlı davranışları başarının önkoşullarıdır. Ciddi ve karmaşık durumlarda bir uzmanın yardımına da başvurulmalı.



❖ Okul öncesi dönemde görülen başkasının eşyasını alma durumuna,

-Yaş dönemi özellikleri

-Benmerkezcilik

-Özenme, beğenme

-Başkasının eşyası olduğunu anlamakta zorluk

-İnat ve ısrar sebep olabilir.

✓ -"Benim" ve "başkasının" kavramlarını öğretmeli,

✓ -"İzin alma" yı göstermeli ve model olmalı,

✓ -"Başkasına ait olan bir varlığı alınca neler olabilir" üzerine çocuklarıyla konuşmalı,

✓ -Ev içinde onların sahip oldukları varlıklara saygı göstermeli, gerekirse izin almalı

✓ -Ev içinde de mülkiyet ve sahip olma örneklerini kendi hayatlarından vermeli

✓ - Çalma davranışı karşısında, bağırmadan, başkasının tarafı da tutulmadan ve de uçlmdan yapacağı en iyi davranışın onun karşı tarafa sorup, izin alması olduğu anlatılmalı.



Yalan Söylemek:

- Durumu olduğundan farklı göstermek ya da gizlemektir.
- Sosyal bir davranış bozukluğu olan yalanın amacı, bir olayı ya da durumu olduğundan farklı göstermek ya da gizlemektir. Daha açık ifadesiyle, başkalarını yanıltmaktır.
- ✓ Çevresinde yalan söyleyen ve bu yolla bazı avantajlar elde eden insanları gören çocuk taklit yoluyla yalan söylemeyi öğrenir



Yalan:

Söylenen yalan ne tür bir yalandı? Anne-babalar ve öğretmenler çocuğun yalan söyleme davranışı ile karşılaştıklarında, öncelikle soğukkanlı kalıp yalanın türünü ve nedenlerini anlamaya çalışması gerekir. Söylenen yalan ne tür bir yalandı? Bir başkasını incitmemek için miydi? Başkasına yardım etmek için miydi? Bir hikayeyi süslemek için miydi? Eğer çocuğun söylediği yalan bu sayılan nedenlerden dolayı ise, gelişimin doğal bir parçası olarak görmek ve sorunu olduğundan büyük algılamamak gerekir. Sıklık ve buna neden neden bu kadar çok ihtiyaç duyduğu da önemli.



➤ Alt İslatma/ Dışkı Kaçırma:

- Primer enürezis idrar kontrolünün doğumdan itibaren hiç sağlanamamasıdır. Sekonder enürezis ise 6 aylık kuru bir dönemden sonra idrar kaçırmamanın başlamasıdır. Enürezis tanımı 5 yaş üstü çocuklar için yapılmakta sıklığı yaşla birlikte gittikçe azalmaktadır. Enürezis sosyoekonomik ve eğitim düzeyi düşük, geniş ailelerde daha sık görülür. Genellikle 10-11 yaşına kadar erkek çocuklarda rastlanır.
- 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.



- Korkulardan, zorlayıcı yaşam olaylarından.
- Yeni bir kardeşin olması ve kardeş kıskançlığı
 - Ailede ölümler, geçimsizlikler, aile içi şiddet, boşanma süreci, hastalıklar kaza yada travmatik durumlar gibi yaşam olayları
- Aşırı koruyucu yada kaygılı ebeveyn tutumu
- Genetik nedenler; yani ailede herhangi birinde kalıtsal olarak alt ıslatmanın olması.
 - Derin uyku hali sonucunda, gece tuvalete gidememe.

Okulda yaşanan zorluklar (arkadaş ilişkileri, akademik başarıda performans sorunları gibi.)



- Korkulardan, zorlayıcı yaşam olaylarından.
 - Yeni bir kardeşin olması ve kardeş kıskançlığı
 - Ailede ölümler, geçimsizlikler, aile içi şiddet, boşanma süreci, hastalıklar kaza yada travmatik durumlar gibi yaşam olayları
 - Aşırı koruyucu yada kaygılı ebeveyn tutumu
- Genetik nedenler; yani ailede herhangi birinde kalıtsal olarak alt ıslatmanın olması.
- Derin uyku hali sonucunda, gece tuvalete gidememe. Okulda yaşanan zorluklar (arkadaş ilişkileri, akademik başarıda performans sorunları gibi.)



OYUNUN , HİKAYE ve MASALIN İŞLEVİ:

Bir yetişkin düşüncelerini, inançlarını ve duygularını kelimelerle anlatabilir, kendini sözcüklerle ifade edebilir. Eğer söz konusu olan bir çocuk ise, onun çok farklı yöntemleri olduğunu söyleyebiliriz. Çocuğun iç dünyasını anlayabilmek, kendini açmasını sağlayabilmek için ona en sevdiği ve en güzel yaptığı şeyi vermeliyiz, OYUNU. “ Oyun, çocuğun duasıdır” . İçinde ki inciyi ulaşmasına yardımcı olur.



OYUNUN , HİKAYE ve
MASALIN İŞLEVİ:



Çocukların Sevdiği, hayran olduğu, takdir ettiği kahramanı düşündürerek yapılan çalışma .

Kahraman kim? Onu tanı. Kahraman ne hissediyor ne düşünüyor , nasıl davranıyordu?

Kahraman evden bir amaç için ayrılır. Kahramanın görevi ne?

Kahraman ona yardımcı olacak biriyle tanışır, desteği ne?

Kahraman bir zorlukla karşılaşır, engeli ne?

Kahraman zorluğun üstesinden gelecektir. Ne yapar da sorunu çözer?

Hikayenin sonu ne? (resmi çizdirme uygulama ödevi olarak verilebilir)

Daha farklı nasıl olabilir?

Bunun için ne yapsın o kahraman?



Oyuncaklar(Kartal, kaplan, fare, kuş, yunus, kurt, kuzu....(evcil ve vahşi)
-Yeniden çerçeveleyerek(etiketmeden) olumsuz bulduğu yanının olumlu özelliklerini anlattırarak;(enerjik, tedbirli, mücadeleci, dikkatli.) onun için, o tarafı için bir hayvan seçer. Bir de ona yardımcı olacağını düşündüğün bir hayvan ve özellikleri.

-Çocukla değil, hayvanla konuşarak çözümü somutlaştırılır, dışa aktarıl, tanış, hangi konuda iyi olduğunu, uzmanlığını sor, neler yapabilir?

- Diğer oyuncuğa da aynı şekilde.

- İkisini konuşur. Çocuğa nasıl yardımcı olabileceklerini sor.

- Çocuğa bu oyuncaklar ona yardımcı olacağını, oyuncuği alamayacağını ama dilerse resimlerini çekip, en çok ihtiyaç duyduğu yere asabileceğini söyle.



• Duygu Maskesi ve Duygu Röntgeni:

- **Müzikli Balon:** Her bir balona duygu ifadeleri kişi sayısınca çizilir, müzikle dans edilerek balonlar oynanır. Müzik durunca elinde balon kalan, o duyguyu canlandırır.



➤ Parmak Emme:

- Genelde çocuklarda yaklaşık olarak 3-4 yaşına kadar devam etmesi normal olarak görülür.
- Parmak emme alışkanlığı geliştiren çocuklarda, bu davranışın sonucu olarak bazı organ bozukluklarına da rastlanabilir.
 - 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.



Tırnak Yeme:

- Genellikle 3 ya da 4 yaş civarı görülür.
- Daha küçük çocuklarda sık rastlanan bir durum değildir.
- Çocuk iç sıkıntısını, öfkesini, gerginliğini ve güvensizliğini tırnak yiyerek gidermeye çalışıyor olabilir.
- Aşırı baskı görerek büyüyen çocuklarda sıklıkla görülür.

...



➤Kekemelik:

- Ses, hece ve sözcüklerin tekrarı, uzatılması ya da konuşmanın akışını kesen duraklamalar şeklinde kendisini gösteren bir konuşma bozukluğudur.
- Küçük çocuklar arasında konuşmayı öğrenmenin normal bir parçası olarak yaygındır ve geçicidir. Fiziksel ya da duygusal travmalar da etkili olabilmekte.
- Psikolojik streslerin yoğun bulunduğu durumlarda artar (sınav kaygısı, çekinilen kişilerle konuşma zorunluluğu, korku, endişe duyguları yaratan ortamlar).
- Konuşma çok yavaş veya çok hızlı olabilir. Genellikle şarkı söyler, şiir okurken kekeme olmaz.



➤ **Tikler:**

- Vücutun bazı organlarında istem dışı olarak meydana gelen kasılmalar tik olarak adlandırılırlar.Genel olarak yüz ve boyun kaslarında görülürler. (Tourette sendromu /DEHB %20))
- Göz kırpma,başın sallanması,dudak kenarlarında çekilme,omuzların ya da başın oynaması,kaş kaldırma türü hareketlerle tipik olarak kendini gösterir.
 - Tikler 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.



Saç Yolma/ Yeme(TRİKOTİLLOMANI):

Genellikle kız çocuklarında ve küçük yaşlarda görülür. Gerginlik hisseden, baskı altındaki çocuklar olumsuz duygu durumundan kurtulmak amacıyla sıklıkla bu tip davranışlar sergilerler.

Kendini ifade konusunda yetersiz kalan çocuklar bu yolla yaşadıkları gerginliği bastırmak isterler.

Davranışın ardındaki etken doğru belirlenmeli ve ihtiyaca göre tavır alınmalıdır.



İnatlaşma:

✓ Çocuklarda inatlaşma her yaş döneminde görülür. Özellikle 3- 6 yaş arasında belirginleşen bu tavırlara "direnme dönemi" adı verilir. Bu dönem aynı zamanda çocukta kişilik kazanma çabalarının olduğu bir dönemdir.

✓ Çocuğu bu direnmelerine aşırı sertlik göstermek, ezmek ya da kendi işlerini kendi yapma fırsatı vermemek (tam tersi de olabilir), aşırı çocuksu bir karakterin gelişmesine neden olacak şekilde onu bebek gibi yedirme, giydirme, beraber yatma gibi davranışlar çocukta kişilik gelişimini zedeler. İleri yaşlarda aşırı bağımlılık ya da tümüyle otorite dışı tavırlar geliştiren kişilik yapılarının oluşmasına neden olur.



Saldırganlık(Agresyon):

➤ Saldırganlık; çocuğun güvenlik, mutluluk vb. ihtiyaçlarının şekil değiştirerek başka bir biçimde ortaya çıkmasıdır. Çocuğun akranlarına vurması, ısırması, eşyaları fırlatması, tekmelemesi, tükürmesi ya da sözel saldırılarda bulunmasıdır.

...



Kibrit ve Ateşle Oynamak:

- Küçük çocuklarda, kibritle ve ateşle oynama davranışı, sonuçlarını kestiremediklerinden, meraktan, eğitim hatalarından kaynaklanabilir.
- Daha büyükçe çocuklarda ve ergenlerde ise ateşle oynamak davranışı duygusal gerilimlerden kaynaklanabilir; anne- babaya karşı duyulan kin ve intikam hissi nedeniyle içlerindeki saldırganlık duygusunun açığa çıkması gibi. Fakat bu her zaman bilinçli değildir.
- Çocukta öz eleştiri yetersizliği ,davranış bozukluğu ,suça yönelme eğilimi varsa yangın çıkarma ve kundaklama davranışları görülebilir. Bu gibi durumlarda, profesyonel bir yardım alınması uygundur.



Karşıt Gelme Bozukluğu:

➤ DEHB'si olan çocukların önemli bir kısmında karşıt gelme bozukluğu da gözlenebilmektedir. Özellikle KGB olan okul öncesi çocuklarda otoriteye karşı gelme davranışını çok belirgin olarak gözleriz. Bu çocuklar aslında düşünmeden, yorum yapmadan, hemen hızlıca "HAYIR" deme eğilimindedirler.

...



Karşıt Gelme Bozukluğu:

➤ DSM 5 Karşıt Olma, Karşı Gelme Bozukluğu A. Tanı Ölçütü:

Aşağıdaki kategorilerin herhangi birinden olmak üzere,

- ✓ en az dört belirtinin bulunması ile belirli,
- ✓ en az altı ay süren,
- ✓ öfkeli/kolay kızan bir duygu durumu,
- ✓ tartışmacı/karşı gelen davranış ya da kin besleme örüntüsü,
- ✓ kardeşi olmayan en az bir kişi ile etkileşimi sırasında kendini göstermiştir.



Karşıt Gelme Bozukluğu:

1. Sık sık tepesi atar.
2. Sık sık alınganlık gösterir ya da kolaylıkla kızar.
3. Sık sık, • öfkeli, • kırgın, • İçerlemiş ve • güceniktir.
Tartışmacı/Karşı Gelen Davranış
4. Buyurma, yaptırma ya da yasak etme gücü olan kişilerle sık sık tartışmaya girer; çocuklar ve gençler, büyükleriyle tartışmaya girerler.
5. Buyurma, yaptırma ya da yasak etme gücü olan kişilerin isteklerine ve kurallara sıklıkla uymaz ya da bunlara etkin bir biçimde karşı gelir ya da karşı koyar.
6. Sık sık, bile bile başkalarını kızdırır.
7. Kendi yanlışlarından ya da yanlış davranışlarından ötürü sıklıkla başkalarını suçlar.



➤ Kin Besleme 8. Son altı ay içinde en az iki kez -düşmanlık gütmiş ya da kin beslemiştir.



Karşıt Gelme Bozukluğu:

- Yaşam boyu yaygınlığının erkeklerde %10.2-11.2, kızlarda %9.2 olduğu, cinsiyetler arasındaki bu farklılığının 13 yaşından sonra giderek azaldığı belirtilmektedir. (Lewis DO. Conduct Disorder. Child and adolescent psychiatry. In: Lewis M, ed. A Comprehensive Textbook. 2nd ed. Baltimore: Williams & Wilkins;1996. p.564-77)
- 7 Yapılan nörobiyolojik çalışmalarda artan serotonin ve steroid düzeylerindeki değişimin saldırgan davranışlarla ilişkilendirilebileceği belirtilmektedir.(Van Goozen SH, Fairchild G. Neuroendocrine and neurotransmitter correlates in children with antisocial behavior. Horm Behav. 2006; 50(4):647-54)
 - Hastalık çoğunlukla erişkinlik döneminde azalmakta ve kaybolmakta, daha az oranda ise devam etmekte ve bu grup antisosyal kişilik bozukluğu tanısını karşılamaktadır.(Berg-Nielsen TS, Vikan A, Dahl AA. Parenting related to child and parental psychopathology: A descriptive review of the literature. Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2002;7(4):529-52)



Karşıt Gelme Bozukluğu:

➤ DEHB ile ayırıcı tanıda dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan çocukların yaşa uygun toplumsal kuralları ve yasaları çiğnememeleri önem taşır. Karşıt olma karşıt gelme bozukluğunda diğerlerinin haklarına, toplumsal değerlere saldırı ve antisosyal davranışlar yoktur.

Bipolar bozukluk manik atak ve psikotik bozukluk da davranım bozukluklarını taklit eden özellikler taşır fakat bu hastalıkların kendilerine özgü belirtilerini de taşımalarıyla davranım bozukluklarından ayırıcı tanısı yapılır. (Morley D, Glick DSW. Oppositional defiant and conduct disorders leading to anti-social behavior and violence. Practical Resources for the Mental Health Professional Academic Press. 2009;357-76.)



Öğrenme Güçlükleri:

➤ Özel öğrenme güçlüklerine başka psikiyatrik durumlar da eşlik edebilir. Özellikle dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ile sık bir şekilde bir arada olabilir. Bu iki durumun ayırıcı tanısı bazı standart testler ve çocuğun klinik durumu ile kesinleştirilmektedir. Tedavide özel öğrenme güçlüğüne yönelik eğitimin verilmesi ile tedavi gerçekleşebilir. Ancak bu durumun tedavisi uzun bir süre almakta , bazı problemler yaşam boyu devam edebilmektedir.



Evden Kaçma:

➤ Hatalı anne- baba tutumları, aile içi çatışmalar, anne yada babanın alkol bağımlısı olması, ruh sağlığının bozuk olması, şiddete eğilimli olması, işsizlik nedeniyle ailenin ekonomik durumunun ciddi anlamda bozulmuş olması gibi sebepler aile içi ilişkileri olumsuz şekilde etkiler, bu olumsuz ortamdan uzaklaşmak niyetiyle çocuk evden ayrılabilir. Çocuğun birkaç saat kaybolduğu, sonra kuytu bir köşede, bodrumda ya da harabede bulunduğu görülür. Bu davranışa çoğu zaman bir sebep bulunmaz.

Okuldan Kaçma:

➤ Okuldan kaçan çocuklar da, yoğun olarak disiplin sorunu görülebilir. Saldırgan davranışlar ve umursamazlık söz konusu olabilmekte bazılarında. Okuldan sık kaçan öğrenci grubuna takılabilirler. Hiç kimseyi, hiç bir şeyi takmayan bir tutum sergilerler. Zeka kapasiteleri normal ya da normalin altında olabilir. Genellikle öğrenme ve başarı motivasyonları sorunu yaşıyor olabilirler. Aile yapılarında ilgi ve sevginin yetersiz olduğu bir ortam vardır. Okulda zorbalık ve/ veya öğretmen/ kural çatışması yaşıyor olabilirler



Sitzung 3/Aufgabe 4 Taifuns erstes Bild





DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU

TANIM:

Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu, aşırı hareketlilik, istekleri erteleyememe (impulsivite) ve dikkat sorunlarıyla kendini gösteren psikiyatrik bir rahatsızlıktır.

Dikkat eksikliği Hiperaktivite bozukluğu 3 şekilde görülür:

- Dikkat eksikliği ön planda
- Aşırı hareketlilik ön planda
- İkisi birlikte



- Dikkat eksikliği Hiperaktivite bozukluğu tanısının konulabilmesi için: belirtilerin 7 yaşından önce başlaması, en az 6 aydan beri devam ediyor olması ve hem okulda hem de evde sürüyor olması gerekir.
- Dikkat eksikliği Hiperaktivite bozukluğu tanısı, çocuk ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğinde uzman bir ekip tarafından konur.



Komorbidite gözlenen bozukluklar:

1. Davranım bozukluğu (%30-50)
2. Karşı gelme bozukluğu (%50)
3. Mental retardasyon
4. Otizm
5. Tourette sendromu (DEHB olanların %20'si tik bozukluğuna, tik bozukluklarının(ses ya da bedensel) ise %40-60'ı DEHB'na sahiptir).
6. Frajil-X (Kalıtsal zihinsel gerilik-%73'inde DEHB gözlenir)
7. Öğrenme bozuklukları



DEHB OLAN ÇOCUKLARA NASIL YARDIM EDİLEBİLİR?

- DEHB doğru ve erken tanı konduğunda hızlı ve kolay tedavi edilebilen bir bozukluktur.
- DEHB olan öğrenciler ön sıralara ve kendine örnek olabilecek bir arkadaşının yanına oturtulmalıdır.
- Kendilerine verilen görevlerin küçük parçalara ayrılması onların performansını artıracaktır.



DEHB:

AİLE İLE ÇALIŞMA (Ebeveyn Eğitimi):

•Sınır Koyma

-Mümkün olduğunca az kural konulmalı

(Çocuğunuzun hayatında hangi kurallar var ?)

-Kural koyarken, çocuğın da görüşü alınmalı

(Kuralları kimlerle birlikte oluşturduunuz ?)

-Kuralların nedeni açıklanmalı

(Kurallarınızı neye göre belirlediniz ?)

-Kuralları uygulamada tutarlı davranılmalı

(Kurallarınızı uygulamada yaşadığınız güçlükler var mı ?)

-Kurallar tabulaştırılmamalı

(Uzun süreli devam eden kurallarınız var mı ? Açıklayınız.)

-Çocuk kurallara uyduğunda sürekli ödüllendirilmemeli

(Kuralları oluşturmada ve devam ettirilmesinde kullandığınız ödüllendirmeler nelerdir ?)





DEHB:

Çocuğun sınırlılıklarını kabul etmeliler. Aşırı hareketlilik tasarlanarak yapılmaz, ortadan kaldırılmaya değil kontrol edilmeye çalışılmalıdır.

- Yoğun enerjinin rahatlatılmasını sağlayacak etkinlikler yararlı olacaktır. (Yüzme, atletizm,yürüyüş...)
- Yaşanan ortam düzenli olmalı, ev rutinleri olmalı, yeme-yatma-çalışma saatleri yapılandırılmalı.
- Ödünsüz ve tutarlı disiplin sürdürmeli, kurallar açık-net-uygulanabilir ve denetlenebilir olmalı.
- Olumlu yetişkin modeli
- Uyku saatlerine ve beslenmesine dikkat etmek





DEHB:

SINIFTA

- Ceza amacı ile dersten çıkarmak uygun bir yöntem değildir.
- Özensiz ve acele yaptığı işleri tekrar kontrol etmesini isteyebilirsiniz.
- Görevleri sırasında kısa molalar vermesine izin verebilirsiniz.





Çocuk Unutmaz, dönüştürür.
Onun neye dönüştüğüne lütfen bakın.
Sorun gördüğünüz şey belki de bir çaba, bir yardım talebidir.
Gözlemleyin.
Konuşun onlarla, öğüt vermeden konuşun, dinleyin.
Çocukların öğütten çok, örneğe ihtiyacı vardır. (J. Jaubert.)
Siz gerçekten nasıl örnek oluyorsunuz?
Gerektiğinde destek almaktan çekinmeyin.
Sen ne kadar değişirsen, dünya o kadar değişir.
Çocuğun dünyası da elbette.



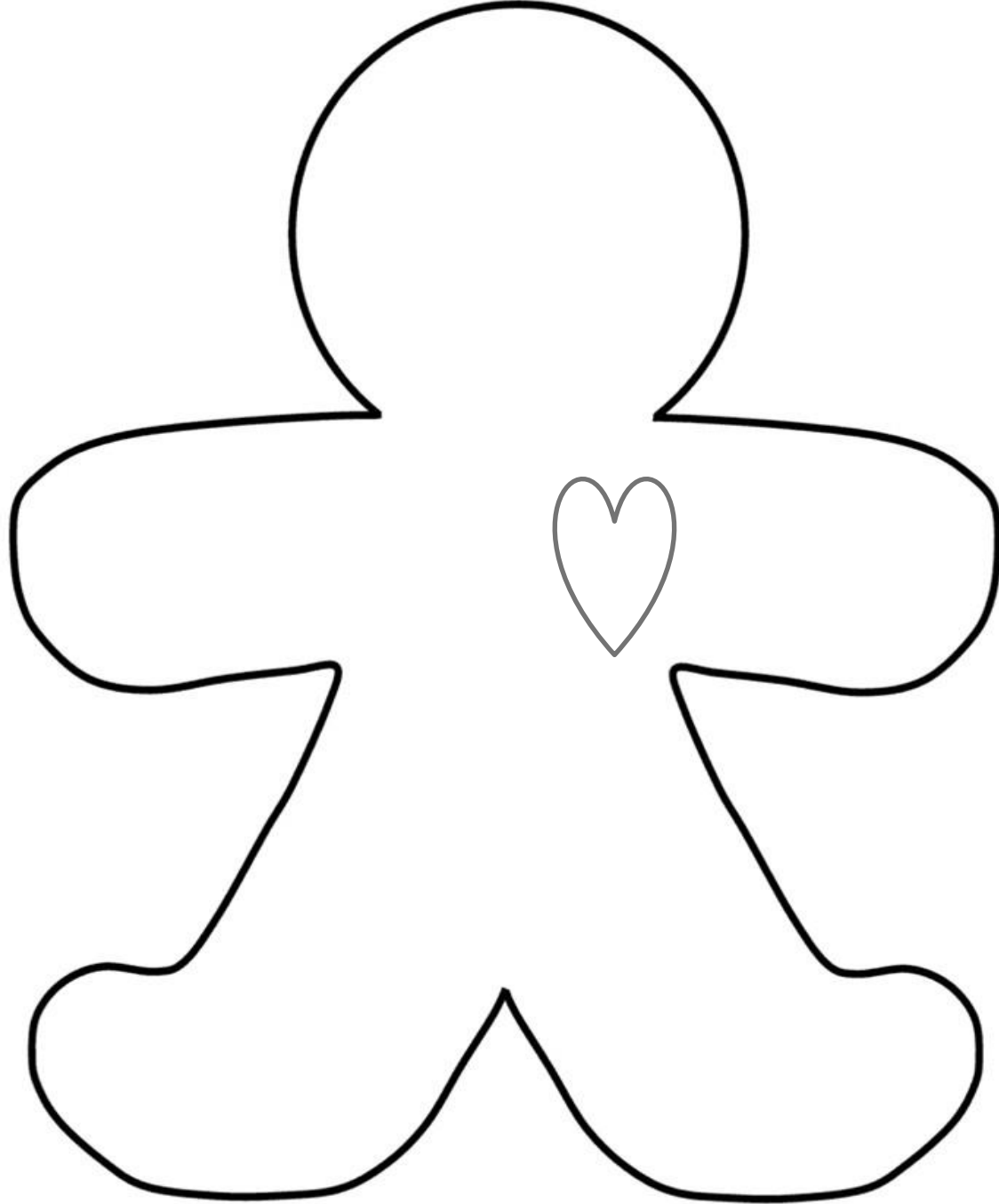
3. BÖLÜM

TERAPÖTİK OYUN/ UYGULAMA VE ETKİNLİKLER

•**Tavşanlar ve Filler:** Bu oyunda hedefimiz rol yapma ve canlandırma yoluyla içine kapanık ve çekingen olan çocuklarımıza güçlü ve atılgan olma duygusunu yaşatmak. Bireysel olarak uygulanabileceği gibi grupta uygulandığında daha etkili olacağını düşünüyorum. Sorumuzu sorarak başlıyoruz, 'Tavşanlar tehlike hissettiklerinde ne yaparlar?' çocuklardan cevap vermelerini bekliyoruz. « Evet, korkarlar, titrerler değil mi? Şimdi biz de korkak tavşanlar olalım, korktuk, bir köşeye saklandık, sessiz sakın, büzülüp kaldık orda. Fark edilmemeye çalışıyoruz. Aferin çocuklar, çok güzel taklit ediyorsunuz. Şimdi insanlar geliyor tavşanların yanına, ayak seslerini duydular, ne yaparlar? Evet böyle korkarlar. Peki bir kurt görürlerse ne yaparlar, yine böyle kaçıp saklanırlar.» Birkaç dakika bu şekilde tavşan taklidi yaptırdıktan sonra artık fil olma zamanı gelir. «Haydi çocuklar şimdi de büyük, güçlü, cesur olan filleri taklit etme zamanı. Filler nasıl sakın, rahat ve korkusuzca yürürler bir gösterin bakalım.(Öğretmen seçer bir kişi) Evet, aynen böyle. Şimdi aynı insanlar fillerin yanına gidiyorlar, filler insanların ayak sesini duydular ne yaparlar, korkarlar mı? Tabi ki hayır. Hiç korkmadan cesurca yollarına devam ederler. Kaplan bile görseler korkmazlar değil mi? Aferin korkusuz güçlü fillere, aferin size» deriz ve oyunu bitiririz. Sonrasında çocuklarla oyunla ilgili konuşuruz. Onlara oyunu beğenip beğenmediklerini, tavşan olmak mı yoksa fil olmak mı daha zevkliydi en çok hangisi olmayı sevdiklerini sorarız. Böylece çocuklar iki duygunun arasındaki farkı yaşayarak gözlemlene fırsatını yaşamış olurlar.

•**Kurabiye adam**

Kurabiye Adam





DUYGU KUPAM

© Topyaklı Akademi
Şu anda hissettiğin duyguları göstermek için bu kupayı renklendir.
İstedğin diğer renkleri ve duyguları belirtmek için boşlukları kullanabilirsin.

Çarı = Mutlu Kırmızı = Öfkeli Turkuaz = Ümitli Mor = Korkmuş
Turuncu = Baskı Altında Yeşil = Heyecanlı Kahverengi = Üzgün Mavi = Şaşırılmış

_____ = _____ _____ = _____ _____ = _____
_____ = _____ _____ = _____ _____ = _____





'Kağıt Parçalama Oyunu': Terapist eski ve kullanılmış kağıtları eliyle yırtarak küçük parçalara ayırır ve odanın ortasına atar, çocuğu da yaptığı bu işe ortak olmaya davet eder. Çocuk gelmek istemezse zorlanmamalı ve sessizce kağıt yırtmaya devam edilmelidir. Daha sonrasında kağıtları havaya atma, üzerine atlama ve birbirlerine atma gibi çeşitlendirerek oyun renklendirilebilir. Buradaki amaç çocuğun böyle 'çılgınca' diyebileceğimiz bir şeyi hiçbir yasak olmadan yapabilmesi böylece de geriliminin azalmasını ve duygusal bir boşalım yaşamasına sağlanmaktadır diyebiliriz.



•Balta Oyunu:

Çocuğun birikmiş olan duygusal ve fiziksel gerginliğini atabileceği bir oyunla başlayalım. Oyunda çocuğa hayali olarak odun kestiriyoruz. Odun kesme eylemini hayallerinde canlandırarak, içten içe duydukları ‘kırıp dökme’ arzularını dışa vurmuş olurlar.

Çocuğa ilk olarak hiç bir yetişkini baltayla odun keserken görüp görmediği sorulur, bilmiyorsa anlatılabilir, gösterilebilir. Sonra çocuğa sırayla, aşama aşama talimat

verilir. ‘Balta nasıl tutuyorduk?’ ‘ Bacaklar ve kollar nasıl duruyordu?’, ‘Şimdi yerden bir odun alıyoruz ve uygun bir yere koyuyoruz. Baltayı yukarı kaldır bakalım, daha da yukarı ve ben üç deyince vuruyoruz.

“Biir, ikiii, üüüç! “ Bu hareket birkaç dakika çocuk yorulana kadar tekrarlanır. Çocuğun odunu kırarken ses çıkarması da istenir. (‘Heyt’ gibi, ‘Hiaa’ gibi). Eğer grup halinde yapılıyorsa da çocukların birbirlerine uygun mesafede durmasına ve senkronize hareket etmesine özen gösterilir.



**Oyun hamuru ile
ev/aile/okul dan bir
kesit canlandırma:**

Tek tek başlanabilir. Bu yöntem yaşıt sorunları, zıtlıkları ya da kardeş problemleri yaşayan çocuklarda etkilidir. Çocuk kullandığı şekillerle, oyun hamurunu bir metafora dönüştürür, olayın içeriğine göre sorulan çeşitli sorularla(ne hissettin, kim sebep oldu, ona şimdi olsa ne derdin...?) söze dökülen duygular, var olan olumsuz bir etkinin iyileşip, rahatlamasını sağlayabilmektedir. Dersin en sorun çıkararan ya da en sessiz öör le başlanabilir



•Mış gibi oyun:

–Zihin hakkında düşünmek için zengin bir bağlam oluşturur. Çocuklar rolleri canlandırdıkça canlandırdıkları karakterlerin düşünce ve duygularını ifade eder ve sonra bunların sonuçları hakkında muhakeme ederler. İnancın davranışı etkilediği yönünde çocuğun bilincini artırabilir.

_ Yoğun duyguları ve travmatik anıları işlemlmek için çift yönlü uyarım oldukça etkili tekniklerden biri. Beynin sağ ve sol yarımküresini aktive edecek her türlü etkinlik çocuklara iyi gelecek.

Örneğin, Bateria çalmak, Marakas sallamak, Yürüyüş yapmak, Boyamak.




•Boncuk Bileklik:

Üzerinde harfler bulunan boncuklar ve bir misina çocuğa sunulur. Corona Virüs süreciyle başa çıkabilmek için en çok ihtiyaç duyduğu kaynakların ne olduğu çocuğa sorulur. (Güvende hissetmek, Baş edebileceğine inanmak, cesaret vs. gibi.) Çocuktan bu kaynağa daha önce sahip olduğu anılarını düşünmesi istenir. Bulduğunda, bu anıları düşünürken misinaya boncukları dizmesi beklenir. Bu kaynaklara sahip olduğu bir anısına ulaşamazsa, bu kaynağa sahip olduğuna inandığı birisini düşünmesi ve bununla ilişkili anıyı düşünmesi önerilir. Boncukları misinaya dizerken bu kaynaklara sahip olduğuna inandığı kişinin bu gücü kendisine aktardığını hayal ederek bilekliğini tasarlaması teşvik edilir.

Amaç: Bu bir kaynak çalışmasıdır. Çocuğun sahip olduğu güçlü taraflarını ona anımsatmak, şu anda yaşadığı veya gelecekte yaşayacağı zorlu durumlarla başa çıkabilmesi adına destek niteliği taşıyacaktır.



‘İyi kedi-kötü kedi’: Bu oyunda çocuklar sırayla çemberin içine girerler. Çemberin içindeki çocuğun kötü kedi olması istenir. Tırmalayacak, miyavlayacak ve zıplayacak ama çemberin dışına çıkmayacaktır. O sırada çemberin dışındaki çocuklar kötü kediye ‘daha kötü, daha da kötü ol’ diye tezahürat yaparlar. Çocuk çemberden çıkınca diğer çocuklar sırayla çembere girerler ve her seferinde aynı uygulama yapılır. Herkes girdikten sonra çember kaldırılır ve çocuklar ikişerli grup oluşturur. Birbirlerine zarar vermeyecek yakınlıkta, yüzleri birbirlerine dönük şekilde kötü kedi olacaklar, uzman aralarında gezinip daha kötü diye tezahürat yapacak ve sonra sırayla çiftlerden sadece biri kötü kedi kalacak diğeri onu sakinleştirmeye çalışacak. En sonunda ise herkes uslu, sakin, sevimli birer ‘iyi kedi’ olacak ve oyun burada bitecek.(agresyon)



!!! Olumlu anıları
konuşmak iyi
gelecektir.

ANI YAKALAMA:

Çocuklar şimdi size elimde gördüğünüz bu iplerden vereceğim. İpini alan yere oturacak. Çember şeklinde oturacağız. Bu iplerin çok özel bir olta olduğunu düşünün. Daha önce olta gören oldu mu? Oltaları balık yakalamak için denize doğru atarız. Biz de bugün bir şey yakalayacağız ama denizden değil. Kendi anı geçmişimizden. Şimdi herkesin anılarının bu çemberin ortasında olduğunu hayal edin. İpi ortamıza doğru sallayın ve hayatınızda en mutlu olduğunuz anılardan birinin takılması için bekleyin. En mutlu anlarından biri takılan kişi hemen tuttum tuttum diye bağırırsın ve öğretmen anıları yazmasını isteyebilirsiniz. Böylelikle çocukları mutlu eden anıları kaydetmiş olursunuz. Çocuklar peki bu mutlu anıları şimdi ne yapacağız diyebilirler. Mutlu anıların şöyle bir özelliği vardır oltaya takıldıkları kişileri tekrar tekrar iyi hissettirirler ve bu etkileri hiç azalmaz. Yakaladığımız anının mutluluğunu içimizde hissediyoruz ve yenisi için oltamızı sallıyoruz diyebilirsiniz.

Eğer ağına olumsuz kendisini üzen bir anı takılan bir çocuk olursa paylaşımdayken durdurun ve bence bu en mutlu anı değil. O anıyı oltadan çıkar ve geri koy. Tekrardan oltanı salla bakalım bu kez en mutlu olduğun anı gelip takılacak mı oltana diyerek yeniden teşvik edilir. Sınıf öğretmeniyle de yapabileceğiniz bu etkinlikte Ederiz.

İp seçimi için yün ip gibi sert olmayan bir yapı seçmenizi tavsiye



•Ağırlık taşımakta duygu regülasyonunu destekleyen bir deneyim.Yaşına uygun eşyalar omuzda, ayakta, elde, başta taşıtılabilir.

• **Korkunun resmini çizme:** Diğer çocukların nelerden korkabileceğini sorulabilir, çocuğun küçükken neyden korktuğunu anlatması istenebilir ya da terapistin kendi korkusundan bahsetmesi çocuğu cesaretlendirebilir. Bu uygulamamızda anlatmasının yanında korkusunu çizmesini sağlamaya çalışıyoruz. Korkularını çizmeyi başardığı an, onlarla yüzleşmek için ilk adımı atmış olur. Sonrasında bu korkuyla ilgili konuşarak ayrıntılar öğrenilmelidir. ‘Bu korkunun en korkunç tarafı nedir, en çok ne zamanlarda korkunç oluyor, nerede yaşıyor, ne istiyor, neyden korkuyor, ondan kurtulmak için ne yapılır?’ gibi sorular sorularak biraz korkunun kişiselleştirilmesi sağlanır. Bunu canlandırarak da yapabiliriz. Korku biz oluruz, çocuğun karşısına geçip soru-cevap şeklinde de yapabiliriz. Bu aşama geçildikten sonra çocuğa tüm korkuların yalnızca bir şeyden korktuğu, bunun da ‘komik olmak’ olduğunu, komik duruma düştükleri yerlere bir daha gitmediklerini söyleriz ve onları komik yapmaya çalışırız. Çocuğa sorarak, birlikte korku resmine komik elbiseler, saçlar, aksesuarlar çizerek ve bunları absürd renklere boyayarak korku figürünün yerine başka bir şey koymaya ve çocukta oluşturduğu olumsuz duygu yerine daha olumlu bir duygu yerleştirmeye çalışıyoruz.



DİKKAT GELİŞTİREN OYUNLAR

- 1. Ne Eksik Oyunu?: Gözleri bağıyken masada eksileni bulması istenir.**
- 2. Kızılderili Avcı Oyunu: Kızılderili avcı olup etrafa dikkat kesilir.**
- 3. Harfi Bul Oyunu: Süre tutulur ve çocuk yazıdaki “a” ları işaretler.**
- 4. Öğretmencilik Oyunu: Çocuk öğretmen rolüne girer.**
- 5. Voleybol Oyunu: Çocuk nesne adına göre topu ya tutar ya atar.**
- 6. Eğitilmiş Sinek Oyunu: Çocuk sineğin doğru yöne gitmesini sağlar.**
- 7. Bipleme Oyunu: Çocuk sayı sayar ve 5in katlarında “bip” der.**
- 8. Çizgiyi Bul Oyunu: Çocuğun yaptığı resimdeki çizgiyi bulması istenir.**



- Gözler kapalıyken sözel yönergelerle engelleri aşma oyunu (El-Göz koordinasyonu, Beden Algısı)
- Gözler kapalıyken masa üzerinde önceden gösterilmiş nesnelere arasından eksilenleri bulma oyunu ya da yeni eklenenleri bulma oyunu (Kısa S.G.B)
- Gözler kapalıyken dokunduğu/tattığı nesnelere tanıma oyunu (Dokunsal Algı, U.S.B)
- Baskın olarak kullandığı elin tersi elini kullansın. (Hafıza/dikkat)
- Sağ-sol beyin çalışmaları (algısal resimler ile) böylece bütünü görmesi sağlanarak görsel dikkat gelişir.
- Günde 1 dakika kollar 90 derece açık, eller, ayaklar ve gözler kapalı şekilde durmak.
 - Kamuflej Resimler. G.D
 - Resim çizdirme 10sn. 5sn. kapat 15sn. G.D.
 - Adres öğrenebilme G.D

Üç Lütuf...

Üç Komik Şey; Esneklik, dil, duygu paylaşımı ve

olumluya odaklanmayı besler.

- Haftanın her günü için başına gelen üç iyi şeyi ve üç komik şeyi yazmak.
- O gün yaşadığı bir olayı daha komik nasıl anlatabileceğini düşün ve not almak.
- Etkinlik: Siz bugün olanı yazın.




Şükran

- Şükran günlüğü tutma
- Şükran mektupları/kartları
- Güzel anlardan oluşan albüm hazırlama
- Şükran ziyaretleri/aramaları yapma
- Aktif/Yapıcı Tepkiler: Aktif-yapıcı tepki, birinin verdiği bir habere fark edilir bir pozitiflik ve coşkuyla bir karşılık vermek. En azından günde bir kez, tanıdığın birine aktif ve yapıcı bir karşılık ver.



Yapılan çalışmalarda, psikososyal iyilik halinin çeşitli stres etkenleri ile sarsılabileceği, özellikle çocuklarda fiziksel, sosyal ve psikolojik iyilik halini sürdürmeye yönelik en koruyucu etkenlerden birinin, okul zamanında yapılandırılmış ve önceden planlanmış bir güne sahip olunması olduğu belirtilmektedir (Brazendale vd., 2017).

Yeni rutinler oluşturmak veya olağan rutinleri yeniden düzenlemek, yemek saatlerini ve uyku saatlerini önceden olduğu gibi devam ettirmek, birlikte oyun oynamak, kitap okumak veya şarkı söylemek için günlük bir zaman organize etmek yeniden güvende hissetmelerine yardımcı olur.

	PAZARTESİ	SALI	ÇARŞAMBA	PERŞEMBE	CUMA	CUMARTESİ	PAZAR
BEDEN ALANI							
İLİŞKİ ALANI							
ANLAM							
MANEVİYAT							
BAŞARI							



Karakter Güçleri

- Güçlü karakter özelliklerini listele
- Bu özelliklerle neler yapabileceğini listele
- Plan yap ve uygula



Öğrenciye tanımadığı bir kişiye kendini tanıtırken neler hissettiği ve kendisindeki hangi özelliklerinden bahsettiği sorularak etkinliğe başlanabilir. Kendini tanıtmanın ve kendinden bahsetmenin aslında önemli bir iş olduğu ifade edilir. Bu sayede insanların kendilerini tanıyabileceği ve yine bu sayede kendini ifade edebileceği söylenir.

Öğrenciye kısa bir hikaye anlatılacağı bu hikaye boyunca iyi odaklanması ve gözlerinin kapatılması istenir.

Çok eski zamanlarda yaşayan insanlar bizim gibi evlerde değil de mağaralarda yaşıyorlarmış. Mağaralar onların evleriymiş. Biz bugün evimizde neler yapıyorsak onlarda aynı şekilde yaşamlarını mağaralarda geçiriyorlarmış.

Arkeologlar bu mağaralardan birini keşfediyorlar ve içlerine giriyorlar. Mağaranın içerisinde araştırma yaparlarken bir duvar keşfediyorlar. Biraz daha dikkatli baktıklarında duvarda yazıların olduğunu fark ediyorlar. Ancak içerisi yeteri kadar aydınlık olmadığı için yazıyı okuyamıyorlar.

Yazının sonlarına doğru geldikçe şunu da fark ediyorlar; yazının son kısmında yazının sahibi kendi ismini yazmış. Arkeologlar bu ismi merak ediyorlar ve bakıyorlar ki yazının son kısmındaki isim sensin (Öğrencinin İsmi). Yazının sahibi sensin. Şimdi biraz düşünmeni istiyorum. Hayal gücünü kullan ve bu yazıyı bir şekilde eski zamana gidip sen yazmışsın. Yazında ilerde bu yazıyı okuyacaklar için kendinden bahsetmişsin ve hayatındaki iki kişiye karşı olan duygularını bu yazıda ifade etmişsin. İlerideki arkeologlara ve dünyaya iletmek için neler yazmak isterdin?

Bunu genel bir etkinlik yapıp ergenler için bir duvar köşesi oluşturulabilir ya da kartonlara kendilerinin tasarımlarını isteyebilirsiniz. Çocuklarda da keza uygun bir karton üzerinden yapılabilir.



Masalın İyileştirici Gücü



Çocuğu Tanımak

- Çocuğun, gelişim dönemini ve bu döneme ait yapması gereken gelişim görevlerini iyi bilmemiz gerekir.
- Ayrıca çocuğun yaşam öyküsünü, aile dinamiklerini, sağlık durumunu, geçmişte yaşadığı travmaları, kişilik özelliklerini vb.
- Çocuğun yaşamından izleri görmemiz gerek, oyunlarında, rollerde, resimlerinde, hareketlerinde, duygularında, oyuncaklarında, dinlediği ya da anlattığı masallarda.



DÖNEM ÖZELLİKLERİNE GÖRE KİTAP SEÇİMİ

0-6 YAŞ: OKUL ÖNCESİ DÖNEMİ

- Ninniler - Öykü
- Resimli kitaplar
- Şiir
- Çekici kartlar
- Cd, mp3
- Tekerlemeler
- Video, TV
- Bilmeceler, atasözleri, fıkralar
- Destanlar, efsaneler - Çocuk kulübü, tiyatrosu
- Masal

Bu yaştaki çocukların eğilimlerinde cinsiyetler arasında fark yoktur.

Ligon (1957) çocukların yaratıcılık gelişimleri üzerinde durmuş ve yaratıcılık gelişimini yaşlara göre incelemiştir.

Doğumdan İki Yaşa Kadar: Ligon'a göre çocuğun hayal gücü ilk yılda gelişmeye başlar. Çocuk bu dönemde nesnelere isimlerini sorar, yeni sesler ve ritimler oluşturur, bir şey yarattığı zaman onu bitirmeden önce isimlendirmez, iki yaşındayken günlük rutin işleri önceden tahmin eder. Dokunma, tatma ve görme yoluyla her şeyi denemeye heveslidir. Çok meraklıdır

İkiden Dört Yaşa Kadar: Bu dönemde çocuk dünyayı, yaşantıları ve yaşantılarının sözel ve hayali oyunlarla tekrarı sayesinde öğrenir. Dikkat süresi kısadır ve yönlendirilmediği takdirde yaptığı etkinlikler sık sık değişir. Bağımsızlık duygusu gelişmeye başlar ve herşeyi kendisi yapmak ister.

Dörtten Altı Yaşına Kadar: Bu dönemde çocuk ilk





7-9 YAŞ: MASAL DÖNEMİ

- Kahramanları çocuk olan öyküler
- Kahramanları hayvan olan öyküler
- Tatil ve doğa öyküleri
- Efsaneler, destanlar, fıkralar

Okul öncesinin devamı olan bu dönem çocuklarında da cinsiyet farkı belirginleşmemiştir. Ancak kızlarda bu dönem bir yıl daha uzun sürebilir.

Bu dönem çocukları en çok masaldan hoşlanırlar. Bu dönem çocuklarının kitapları resimli olmalıdır.

10-12 YAŞ: SERÜVEN DÖNEMİ

KIZ

ERKEK

KIZ/ERKEK (ORTAK)

- | | |
|-------------------------|-------------------------|
| - Ev, okul yaşamı | - Serüven kitapları |
| - Mizah | |
| - Yararlı bilgiler | - Gezi kitapları |
| - Biyografiler | |
| - Şiir, tiyatro eğitimi | -Öyküleştirilmiş tarih, |
| - Polisiye | |
| - Duygusal kitaplar | - Kahramanlık konulu |

3 yaşında öykülerinde zamansal ilişkiler kullanmaya başladıkları,

4 yaşlarında söylemlerinde öyküleme gelişiminin başladığını (bir öyküye başlamak için “bir zamanlar” ve öyküyü bitirirken “öykünün sonu”, “sonsuz kadar mutlu olmuşlar” gibi) belirtmişlerdir.

Genel olarak, çocuklar yaklaşık olarak 3- 4 yaşlarında dil yapılarını kullanmaya ve öykü anlatmaya başlamaktadırlar.

Bu yaşlarda çocukların anlattığı öyküler sınırlı ve özel durumla ilgilidir. Bu yaş grubu çocuklarda öyküdeki olayların, temel konu ve karakter etrafında geliştiği ancak olaylar arasında geçişlerin çok az ya da hiç olmadığı belirtilmektedir.

7 yaşındaki bir çocuğun öyküsünün ise genellikle başlangıç, bir sorun, sorunu çözmek için bir planı içerdiği ve konunun genellikle kurgusal karakterin geçmiş yaşamı ile ilişkili olduğu ve çocuğun bunu kendince genişlettiği belirtilmektedir.

Ruh Sağlığı Uzmanları Bitirme Süreci İçin Neyi Gözlemliyor?

Çocuğun bağımlılığı azaldı mı,
Davranışlarında süregelen bir düzelme var mı,
bilinç ve kabullenme açısından değişiklikler oldu mu,
Otokontrol ve iç görü kazandı mı,
Sözel anlatımın miktarında ve kalitesinde artma var mı,
Saldırganlığında azalma var mı,
Sembolik veya tekrar eden



Masal Türleri

Hayvan masalları:Kahramanı hayvan olan masallardır. Bir düşünceyi güçlendirmek ya da örnek göstermek gayesiyle anlatılır. La Fontaine masalları bu türün en güzel örnekleridir. Şeyhi'nin Harnâme adlı eseri de Divan edebiyatındaki hayvan masalları türüne örnek gösterilebilir.(Syf.36)

Olağan üstü ve gerçekçi masallar: Konu ve kahramanlar bakımından hayal ürünü ve akıl dışı özellik taşıyan bu tür masallar cin, peri, dev gibi doğaüstü varlıklar çevresinde biçimlenir.

Kişi ve olaylar gerçeğe daha yakındır.

Kişiler hayvanlar olağanüstü



Masal Türleri

Zincirlemeli masallar: Bu masalların çoğunun kahramanları hayvanlardır. Asıl hayvan masallarından onları ayırt eden özellik; ders verme çabası içinde olmayıp sadece eğlendirmek, şaşırtmak maksadıyla anlatılmalarıdır. Bu masallar; küçük, önemsiz bir takım olayların arka arkaya zincirleme olarak sıralanmasından meydana gelmişlerdir. Halkalar arasında sıkı bir mantık bağı vardır.

Güldürücü masallar: Dinleyicileri güldürme amacıyla oluşturulan masallar.

Yapma masallar: Halk masallarına benzetilerek oluşturulan, yazarları belli olan masallar.





Tekerleme(Döşeme)

Bir zamanlar..... varmış/yaşıyormuş.

(Masal başlar, masalın kahramanıyla tanışırız.(özellikleri, yer-mekan)

•3-4 yaş için masalın kahramanı, küçük bir çocuk veya hayvan önerilir

•5 yaş itibariyle peri, sihirbaz, prens prenses, dev, vb.

•5-6 yaş çocukları büyülü masalları tercih eder

Bir gün...../ günlerden bir gün.....(kahraman çocuğun sorunu ile benzer bir sorunla karşılaşır (sorun birebir aynı olmamalıdır, benzer öğeler taşıması yeterlidir)

Kahraman bu durum karşısında ne düşünür, ne hisseder, ne yapıyordur. İşe yarayan, yaramayan davranışlar neler; değişimi engelleyen sorunun avantaj dez avantajları)

Bundan dolayı.....(sorunun çözümü nelerdir? Kahraman nasıl bir çözüm oluşturur?...yapmaya karar verir, ...ya gider....ile karşılaşır)

Kahraman kimlerden yardım ister, neler yapar yardımcı?

Doruk noktası...(kahraman sorunla baş etmiştir)



AYNI ZAMANDA ÇOCUĞUN PROBLEM ÇÖZME SÜRECİNE YARDIMCI OLMAK ADINA ÖYKÜLER OLUŞTURMAKTA MÜMKÜNDÜR.

MASAL TEDAVİ, YÖNLENDİRMELİ BİR TEKNİK OLUP, YETİŞKİNİN EBEVEYN ÖĞRETMEN YÂDA BİR BAŞKA YETİŞKİNİN ÇOCUĞA ANLATACAĞI DURUMLA İLGİLİ SENARYODAN OLUŞAN BİR ÖYKÜ - MASAL OLUŞTURULMASIYLA BAŞLAR. MASAL YÂDA ÖYKÜ BASİT VE KISA OLMALIDIR.

BİR KONU NET OLMALI VE KONUDAN KONUYA GEÇİŞ YAPILMAMALIDIR.

ÖRNEĞİN: TUVALET PROBLEMİ SORUNU OLAN BİR ÇOCUĞA YAĞMUR BULUTU MASALINI ANLATIRKEN HEMEN ARKASINDA BİR BAŞKA SORUNU ANLATAN MASALA GEÇİLMEYELİ



HİKAYE
OLUŞTURMA:

Hikaye Oluşturalım-35

. Aşağıdaki görselleri kullanarak bir hikaye oluşturalım.





Hikaye Oluşturalım-II

• Aşağıdaki gorselleri kullanarak bir hikaye oluşturalım.



A large area with horizontal lines for writing a story, starting from a dashed line.



Hadi Şimdi sizlere bir uygulama değerli veliler:

Etkinlik:

Tadını çıkar: Günde bir kez, genelde aceleye getirdiğin bir Şeyden keyif almak için zaman ayır. (Yemek yemek, duŐ almak, yürümeğ.) Bittiğinde, ne yaptığını, neyi farklı yaptığını ve telaŐla, acele ile yaptığın ile kıyasladığında ne hissettiğini yaz.



T eşekkürler





info@psikologelifkaya.net

www.psikologelifkaya.net



dan_psk.elifkaya

TEŞEKKÜRLER”

