

Zorlayıcı Davranışlar

(Challenging Behaviours)



Zorlayıcı Davranışlar

Bütün çocuklar, özellikle yürümeye yeni başlayanlar zaman zaman güç ve talep edici olurlar. Zorlayıcı veya aksatıcı davranışlar, aileler veya toplumlar için büyük sorunlar yaratacak ölçüde ciddi olan sorunlardır.

Aşırı aksatıcı veya saldırgan davranışlar, hangi yaşta olursa olsun ciddiye alınmalıdır. Bunlar bir 'dönem' ya da 'büyüdükçe düzelir' gibi görülüp göz ardı edilmemelidir. Çocuklarda ve gençlerde böylesi davranışlar sık sık kontrolü kaybetme, sinirlilik, tepisel davranış veya kolaylıkla bunalma ile başlar.

Ana baba veya çocukla sık ilişkide bulunan bir kişi çocuğun davranışları hakkında endişe duyarsa, profesyonel bir kişiye danışılmalıdır. Profesyonel danışmanlar gibi sağlık profesyonelleri ana babaların, sorunların ne olduğunu ve çocuklarının güçlüklerle nasıl baş edebileceğini belirlemelerine yardımcı olabilir.

Saldırgan davranışlar şunları içerebilir:

- birden patlayan öfke nöbeti
- fiziksel saldırganlık
- dövüşme, tehditler veya başkalarını incitme girişimleri
- silâh kullanma
- evcil hayvanlara veya başka hayvanlara gaddarca davranma
- kasıtlı olarak kırıp dökme, veya
- mala zarar verme.

Disiplinin öğrenme amaçlı olması ve çok sert veya adaletsiz olmaması gerekir.

Fiziksel cezalandırma çok kez çocuğun davranışlarını daha da güçleştirir. Ev içi şiddeti görmek veya duymak çocukları ve gençleri kendileri saldırıya uğramış kadar etkileyebilir. Şiddet içeren televizyon programları veya video oyunları da kolayca etki altında kalan küçük çocukları etkileyebilir. Şiddet çok kez şiddet doğurur.

Öfke nöbetleri

Öfke nöbetleri, çocuklar kendilerini bunalmış veya stresli hissettikleri zaman olur. Arada bir öfke nöbeti tutması küçük çocukların gelişmelerinin normal bir aşamasıdır. Bu nöbetler aşırı veya sürekli olursa ana baba endişe duymalıdır.

Çocukların öfke nöbetlerinin üstesinden gelmelerine yardımcı olmak için ana babaların yapabileceği bazı şeyler şunlardır:

- kendileriyle düzenli ve rahat zaman geçirmek
- yaptıkları iyi şeylerin ayırında olduğunuzu kendilerine göstermek, ve
- yuvaya gitmeye başlamak, ailede yeni bir çocuk olması veya ana babanın tartışmaları gibi, çocuğu etkileyen diğer etmenleri göz önüne almak.

Davranış sorunları çocuğun veya gencin sorunları çözme, yaşamın stresleriyle baş edebilme ve aile ve arkadaşlarıyla normal etkinliklerin keyfini çıkarma yeteneğini etkileyebilir. Eğitimi aksatabilir. Aksatıcı davranışlar çocuğun arkadaş edinmesini güçleştirebilir ve aile ilişkilerini etkileyebilir.

Tedavi görmezlerse, çocuklar ve gençler ileride okulda, yasalar karşısında, çalışma yaşamında ve kendi ailelerini yetiştirmede sorunlar yaşayabilirler.

ADHD nedir?

Çok küçük çocukların dikkatlerini toplama süreleri kısadır ve tepisel davranırlarsa da bu çoğu kez büyüdükçe düzelir. Bu sorunlar ciddi boyuttaysa ve devam ederse nedeni Dikkat Toplayamama Aşırı Hareketlilik Bozukluğu (ADHD) olabilir. ADHD'den etkilenen çocuklar söylenenlere dikkatlerini toplamakta, başladıkları işleri bitirmekte, başkalarıyla ilişki kurmakta ve sâkin kalmakta çok kez sorun yaşarlar.

Aşağıdaki belirtiler çocuğunuzda altı aydan uzun bir süre mevcutsa, bir profesyonele danışılmalıdır:

- çevresindekiler veya başka düşünceler kolaylıkla dikkatini dağıtıyor
- uzun bir süre bir etkinlik üzerinde odaklanamıyorsa
- fazla etkinse, hareketsiz veya konuşmadan duramıyorsa, veya
- yaptığı şeyin sonucunu düşünmeden tepisel olarak davranıyorsa.

Bu tip çocuklar arkadaş edinmede zorlanabilir, okulda güçlük çekebilir ve yanlış olarak 'kötü kişi' diye etiketlenirler.

Çocuğunuzun yardıma gereksindiğini düşünüyorsanız, bir profesyonele danışmaktan çekinmeyin.

Zorlayıcı davranışlarla baş etmek

Çocuğunuz nasıl davranırsa davranın, kendisine zarar vermeyeceğinizi ya da terk etmeyeceğinizi bilmesi gerekir. Çocukların, duygularını ele almada ana babalarının kendilerine yardımcı olabileceğini bilmeleri gerekir.

Büyük stres yaratan şeylerin neler olduğunu anlamaya çalışın ve bunları ele alın. Çocuğunuza, duyguların idare edilebileceğini ve yararlı biçimlerde ifade edilebileceğini öğretin. Çocuğunuz aile içindeki, arkadaşları ile ve okuldaki gündelik sorunlarla baş edebilme konularında yardıma gereksinebilir. Davranış sorunlarının erken tedavisi çocuğunuza şu konularda yardımcı olabilir:

- Davranışlarını nasıl kontrol edeceğini öğrenmek
- Öfkesini ve bunalımını zararsız biçimlerde nasıl ifade edeceğini öğrenmek
- Eylemlerinin sorumluluğunu üstlenmek, ve
- Yaptıklarının sonuçlarını kabullenmek.

Avustralya'nın her Eyâlet ve Bölgesinde çeşitli anababalık programları yürütülmektedir. Bunlar, anababalık becerilerini ve tatmini artırmak ve aile içinde uyumu güçlendirmek için bilgi ve danışma sağlarlar. Bu programlar ayrıca ana babalara çocuklarının davranışlarını yapıcı biçimlerde nasıl ele alabileceklerini de gösterebilir.

Bölgenizde hangi programlar ve diğer ne tür yardım bulunduğunu öğrenmek için yerel Bölge Sağlık Servisi ile ilişkiye geçin.

Nereden yardım sağlanabilir

- Aile doktorunuz
- Toplum sağlık merkezleri veya çocuk ve gençler için uzman akıl sağlığı servisleri dahil olmak üzere (çalışma saatlerinde) yerel Bölge Sağlık Servisiniz.
- Çocuk doktoru, çocuk psikologu ve okul danışmanı gibi çocuklar ve gençlerle çalışan diğer uzmanlar.

Bu broşürün ilâve kopyaları 1800 066 247 numaraya telefon edilerek veya 1800 634 400 numaraya faks çekilerek Avustralya Hükümeti, Sağlık ve Yaşlılık Bakanlığı, Akıl Sağlığı ve İntiharları Önleme Şubesinden (*Mental Health and Suicide Prevention Programs Branch, Australian Government Department of Health and Ageing*) sağlanabilir. İnternet sitesi: www.mentalhealth.gov.au

Tercümana gereksiniyorsanız **13 14 50** numaradan TIS'i arayın.

Diğer dillerde kopyaları için :(02) 9840 3333 numaradan Avustralya Çokkültürlü Akıl Sağlığı'nı (Multicultural Mental Health Australia) arayın. www.mmha.org.au

Bu broşür, NSW Sağlık Bakanlığının Aile Yardım Paketinden yararlanarak hazırlanmıştır.

Yayımlanma numarası 2782

© Commonwealth of Australia

Insert your local details here

