

Kim toplayacak bu odayı?



Evin içine dağılmış oyuncaklar, köşelere atılmış kıyafetler, salonun ortasında duran okul çantası... Anne babaların karşılaşmaktan hoşlanmayacakları görüntüler olsa da bu davranışları çocuğun yaşına göre değerlendirmekte fayda var. Keşfetme ve merak duygularının yoğun olduğu ilk yıllarla, okula başlamış bir çocuğun dağınıklığının nedenleri arasında fark vardır. **DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü'nden Uzman Klinik Psikolog Şeyda Özdalga**'dan konuyla ilgili bilgiler aldık.

Duygu ÖZEL

Düzen nasıl oluşturulur? Çocuklar neden böyle olur?

Bebeklik döneminden çıkan çocuk sosyal, fiziksel, duygusal, bilişsel, dil ve öz bakım becerileri alanlarında gelişimine devam eder. Bir yaşın sonlarında artık kendi başına ayakta durabilen, birkaç adım atabilen çocuk ikinci yaşın başlarında koşma, sıçrama, geri geri yürüme, merdiven çıkma gibi hareket becerilerini geliştirir. Bu hareketlere bağlı olarak da iter, oyuncak çeker, eşya taşır, dengede durur, topa vurur, kapıyı kapatır, sandalye ve koltuğa çıkabilir. Hatta annenin çocuğunu kontrollünün daha rahat olduğu bebeklik döneminde bu durum için annelere halk arasında "bu günler en güzel günler kıymetini bil ayaklanmaya başlayınca görürsün" şeklinde uyarıların zamanı da gelmiştir.

Çocuk bu dönemde gözlediği dünyayı daha iyi tanımak, keşfetmek ister. Arabasına, sandalyesine oturmaktansa onları itmekten, yerlerini değiştirmekten zevk alır. Oldukça hareketli olan bu yaş çocukları sürekli olarak bir yerden diğerine, bir aktiviteden diğerine gider. Dikkati henüz sürekli olmadığından bir şeyle ilgilenirken, kısa bir süre sonra diğerine yönelir. Kendi oyuncaklarıyla oynamaktansa mutfağıdaki tava ve tencereyle oynar. Oyuncaklara ilgisi daha çok çevresindeki eşyaları tanıma gerekçesinden kaynaklandığından tencere, oyuncak bebekten daha fazla dikkatini çekebilir.

Son derece meraklıdırlar, dış dünyada gördüğü her şeye ilgi duyar. Gördüğü eşyaları ellemek, onlarla oynamak, yerlerini değiştirmek ister. Anneler "Her şeyi elliyor, eşyaları başka yerlere taşıyıp orda bırakıyor, evi dağıtıyor, devamlı peşinde biri gerekiyor" şikayetlerinde bulunurlar. Önlem olarak da evin şekli çocuğa göre sadeleştirilir. Eşyaların bir kısmı, belli bir dönem için ortadan tamamen kaldırılır ya da almaları engellenir. Çocuklarını engellediklerinde ise istediği eşyayı alamayan, yerini değiştiremeyen çocuk hayal kırıklığına uğrayarak ağlama, tepinme, tutturma davranışlarını gösterirler. Çocuğun çaresizliğini dile getirdiği bu olumsuz durumu önlemek, çocuğun dikkatini başka bir obje, durum ya da konuya yönlendirerek çözülebilir.

Çocuğun gelişim dönemi özelliklerini iyi bilmek bu durumların dağınıklık olarak yorumlanmasını engelleyecektir. Onların ihtiyaçlarını gerçekleştirmek, çevreyi tanımalarına yardım etmek, doğru yaklaşımla uygun davranışları öğretmek ve sağlıklı ilişki geliştirmek mümkündür.



Odasını toplamayan, dağınık, çantasında hep eksikliği olan çocukla nasıl baş edilir?

Küçük yaşlarda keşfetme amaçlı düzeni değiştiren tutumlar aile tarafından doğru yönlendirilmezse okul döneminde de devam eder. Dağınıklığın birçok başka sebepleri de olabilir. Bazı çocuklar titiz anne ve babalarına tepki olarak veya ebeveyn yaklaşımlarının bedelini ödetmek için, bazıları bağımsız, sanatçı kişilik özelliklerinden, bazılarıysa bu düzeni onlar için sağlayan başkasının olmasından veya planlama, organize olma becerisine sahip olmadığından, dikkat eksikliği hiperaktif özelliğinden dolayı dağınık olabilir.

Bu durumda ilişkileri düzenlemek, toplama becerisini öğretmek, sonrasında denetlemek, "odanı topla", "çantayı kontrol et" gibi emir ve yöneten yaklaşımından durumu tanımlayan kendini yönetmesini sağlayan yaklaşımlarda bulunulmalıdır. "Odanı dağınık, ne zaman toplarsın?", "Çantana tüm ihtiyacın olanları koydun mu?" sorularıyla yar-



dımcı olunabilir. Ayrıca olumsuz odaklanmak yerine, odasının nispeten daha düzenli olduğu, eşyalarını eksiksiz getirdiği zamanlarda takdir ve övgüde bulunmak, olumlu disiplin yaklaşımında olmak bu olumlu durumların artmasını sağlar. Çocuğun motivasyonunu geliştirir.

Ailelerin yanlışları ve almaları gereken olumlu tutumlar nelerdir?

Çocuğun ve çevrenin zarar görmesini engelleyerek, ortamda özel ve küçük değişiklikler yaparak merak ve keşfetme duygusunu geliştirebiliriz. Bunun için küçük yaştan itibaren ebeveynin yapabilecekleri şunlardır;

- Ellemesini istemediğiniz objeleri eline aldığı anda "Hayır" deyiniz. Almakta ısrar

Bazı çocuklar titiz anne ve babalarına tepki olarak veya ebeveyn yaklaşımlarının bedelini ödetmek için, bazıları bağımsız, sanatçı kişilik özelliklerinden, bazılarıysa bu düzeni onlar için sağlayan başkasının olmasından veya planlama, organize olma becerisine sahip olmadığından, dikkat eksikliği hiperaktif özelliğinden dolayı dağınık olabilir.

ederse elinden "hayır" diyerek alınız. Hala istiyorsa ilgisini başka tarafa çekiniz.

❖ Basit ev işlerini taklit edebilen çocuğun bu becerisini kullanması için fırsat veriniz. Havluyu onun asmasını sağlayınız, oyuncakları kutularına nasıl konacağını gösteriniz, çamaşırları sepete koymasına izin veriniz, koyarken silkelemeyi gösteriniz, kırılmaz mutfak malzemelerini bulaşık makinesine, lavaboya koydurunuz, bunları yapınca onu övünüz, ödüllendiriniz.

❖ Oyuncakla nasıl oynayabileceğini gösteriniz. Bebeği biberonla beslemek, kamyonu itmek, küpleri dizmek gibi. Yapınca alkışlayınız.

❖ Arkadaşıyla top oynamayı önce göstererek öğretiniz. Bu, sosyal gelişimine katkı sağlayacaktır.

❖ Evin birçok bölümünde oyuncaklar ve etkinlikler bulundurarak çocuğun sadece annenin bulunduğu yerin dışında, annenin her zaman çocuğun yanında olmayacağı bir odada oynamasını destekleyiniz.

❖ Çocuğunuzu kısa sürelerle yan odada yalnız bırakınız. Eğer huzursuz olursa ona seslenerek sizi görmese bile tekrar yanına gideceğinizi belirtiniz.

❖ Saklambaç oynayınız.

❖ Çocuğunuza güvenle tutup araştırabileceği nesnelere bulunan ilgi çekici bir ortam hazırlayınız.

❖ Başkasını evini ziyaret ettiğiniz zaman ona, etrafı gezdirin ve nesnelere yerlerini gösteriniz. "Burası tuvalet", "Yemek yiyeceğimiz yer burası", "Oyuncaklarınla burada oynamanı istiyorum." deyiniz.



❖ Ondan sizin için tanıdık şeyler bulmasını isteyiniz. Örneğin, "Banyoya gidip saç fırçamı getir." deyiniz. İlk zamanlar, kendi odasından, ona ait şeyleri getirecektir.

❖ Çocuğun iletişim çabasına ilgi gösteriniz. Sizi çekiştirip oyuncaklarını gösterirse sevincinizi gösteriniz.

❖ Çocukla evde dolaşınız ve değişik odalardaki şeylere dikkatini çekin. Pencereden bakıp arabaların nasıl geçtiğini, kuşların nasıl uçtuğunu, çiçeğin nasıl büyüdüğünü anlatınız.

❖ Onun güvenliği için ortamı çocuğa zarar vermeyecek şekilde düzenleyiniz. Çok ince, kırılmaya uygun cam bibloyu erişmeyeceği bir yerde tutmak gibi.

❖ Hangi nesne ve yerlerin çocuk için ya-



sak olacağına karar verin ve çocukla ilgilenen herkesin bilmesini sağlayarak. Çocuk dokunduğunda kararlı bir ses tonuyla "Hayır" deyiniz. Her şeye "hayır" demeyiniz. "Hayır"larınızı mümkün olduğunca sınırlandırınız.

❖ Dökerek bardak ve kaşık kullanımını engellemek için çocuğun tabağına ve bardağına az miktarda yiyecek ve içecek koyunuz.

❖ Kendi kendine yeme çabalarını övünüz, aile bireyleriyle mutlu ve huzurlu bir ortamda yemesini sağlayınız.

❖ Etrafa döker, kirlertirse çocuğu azarlamaktan kaçınınız.

❖ Okul döneminde ev düzeninizle ilgili bilgi veriniz. Odasındaki eşyaların düzenini nasıl istediğinizi anlatınız.

❖ Dağınıklığın sizde yarattığı duygu ve konuda harcadığınız ekstra zaman ve emeğin sizi nasıl etkilediğini anlatınız.

❖ Düzenli olduğu zamanları hiç kaçırmadan, fark ediniz ve bunun için ona teşekkür ediniz.

❖ Odasını, çantasını düzenli olduğunu hayal etmesini isteyip, düzenli olmanın onun yaşamına katacağı kolaylıkları fark etmesini sağlayınız. ■

