

ÇOCUKLARDA ÖFKE VE SALDIRGANLIK

Dünyada hiçbir canlının yavrusu yeni doğan bir bebek kadar bakım ve korunmaya muhtaç değildir. Bebeğin insan çevresinin, özellikle de annesinin olumlu olumsuz davranışları onun üzerinde yaşam boyu kalıcı izler bırakabilir.

Saldırganlık, cinsel dürtü gibi, hayvanda ve insanda doğuştan var olan bir dürtüdür. Doğuştan beraberimizde getirdiğimiz bir içgüdüdür ve bireyin yaşaması için gereklidir.

Çocuk içinden gelen saldırganlığı, başlangıçta bütün çıplaklığı ve yalınlığı ile dışa vurur. Vuran, kıran, bağırıp çağıran, arkadaşını ısırarak bir çocuk erişkin gibi güçlü olsaydı yırtıcı bir hayvandan ayırt edilemezdi. İstekleri engellenen çocuk daha bebekliğinde amaçsız diyebileceğimiz bir öfke tepkisi gösterir. Ağlar, tepinir, altını ıslatır, terler, soluğunu tutar, morarır. Ayaklanmaya başladığında, atarak, vurarak, ısırarak saldırganlığı boşaltır. Daha da ileri gider, dışa vuramadığı düşmanca duyguları kendisine yöneltir, başını duvara vurur.

Çocukta güven duygusu geliştikçe, beklemeyi ve tepkisini dizginlemeyi öğrenir. Gereksinimleri doyuruldukça yatıştır. Başkaldırma yerine uysal davranmanın, kendi yararına sonuçlandığını görür. Kendisine sevgiyle yaklaşıldıkça, bu sevgiyi sürdürmek amacıyla kendini kısıtlamaya başlar.

"Sevgiden acılar tatlılaşır; sevgi yüzünden bakırlar altın olur; sevgi yüzünden tortular durulur; arınır; sevgiden dertler şifa bulur; sevgi yüzünden padişah kul kesilir."

Ancak saldırganlığın, bir davranış bozukluğu şekline gelmesi asla istenilen bir durum değildir. Eğer çocuklarda öfke ve saldırganlık eğilimleri dozu

artarak devam ediyorsa temelde iki durumdan söz etmek mümkün. Birincisi " Yanlış Eğitim" ikincisi " bastırılmış duygular,kızgınlık ve ruhsal gerginlik" tir.

Çocuğun öfke nöbetleri ve saldırganlığının nedeni; EĞİTİM HATALARI İSE; nöbetler çocuğun seçkin seyirciler karşısında özellikle de anne baba önünde sergilediği dramatik bir gösteri haline gelir. Aslında çocuk görüldüğü kadar kendinden geçmiş ya da öfkeli değildir. Tüm bunlar anne, babayı etkilemek ve anne, babanın fikrini değiştirmek için çocuk tarafından ortaya konulan bir sahnenin oynanmasından ibarettir. Bu durum her isteği yapılmış, aşırı şımartılmış, kural tanımayan çocuklarda sık görülür.

Fakat çocuğun öfke nöbetlerinin ve saldırganlığının nedeni RUHSAL bir sorundan kaynaklanıyorsa, çocuk birikmiş saldırganlık duygularını uzun süre taşıyamaz. Bir olayı ya da yerine getirilmeyen bir isteği bahane ederek birikmiş sıkıntılarını öfke patlaması şeklinde boşaltabilir. Ağlayarak kendini yerlere atabilir, başını duvarlara vurabilir, katılana kadar ağlayabilir. (Anne, babanın sorunlarını konuşarak halledememesi, kavga etmesi, birbirlerine ve çocuğa karşı saldırgan bir tutum sergilemesi Ruhsal nedenler olarak sayılabilir.)

Çocuğun saldırgan davranışlarda bulunmasının nedenleri arasında Hatalı Anne-Baba Tutumları yer almaktadır.

BU TUTUMLAR;

1. Çocuğun davranışlarını gereksiz yere engellemek.
2. Çocuğun davranış ve isteklerini eleştirmek ve alay etmek.
3. Çocuğu sıklıkla cezalandırmak.

Çocuğun Davranışlarını Gereksiz Yere Engellemek; Bütün çocuklar davranışlarında özgür olmak ister. Kısıtlanmak ve engellenmek çocuğun

hoşuna giden davranışlar değildir. Özellikle oyun çağındaki çocukların engellenmesi saldırganlık dürtülerini yavaş yavaş besleyen bir durumdur. Evde gürültü yaptığı için oyun oynaması engellenen ya da ev dağılacak diye oyuncakları ile oynamasına izin verilmeyen çocuklar zamanla saldırgan davranışlar ve öfke nöbetleri göstereceklerdir. Bu yüzden çocuğun davranışları olur olmaz bir şekilde engellenmemelidir. Disiplin ile çocuğu gereksiz yere hırpalamayı birbirine karıştırmamak gerekir. Oyun ile çocuk her türlü olumsuz duygusuyla da baş etmeyi öğrenir. Uygun yollarla saldırganlığını boşaltamayan çocuk, basıncı gittikçe artan bir buğu kazanı gibidir. Sonunda ya kendine ya da çevresine zarar verir. Kısaca; dıştan gelen baskı ve kısıtlamalar ne denli büyük olursa çocuğun tepkisi de o denli güçlü olur.

Çocuğun Davranış Ve İsteklerini Eleştirmek Ve Alay Etmek; Çocukla kurulmaya çalışılan iletişimde sözel eleştiriler ve aşağılamalar daima iletişimi engelleyen faktörlerdir. Devamlı olarak davranış ve istekleri eleştirilen, alay edilen çocuklarda " Saldırganlık" bir davranış bozukluğu olarak yer eder.

Çocuğun attığı her adım desteklenmeli, bulunduğu girişimler küçümsenmemelidir.

Çocuğu Sık Sık Cezalandırmak; Ceza istenmeyen davranışı ortadan kaldırmada etkin bir yöntem olarak kabul görse de yine de uygulanması çok da istenen bir yöntem değildir. İstenmeyen davranışı çocukla empati kurarak, iletişime geçerek, ona örnekler göstererek o davranışın yanlışlığını kendisinin görmesini sağlayarak önlemek daha kalıcı davranış değişikliği yaratacaktır.

Çocuk yaramazlık yapıyor diye onu odasına kilitleyebilirsiniz, böylece yaptığı yaramazlığı önlemiş olursunuz. Ancak onun size olan kızgınlığını ve öfkesini de beslemiş olursunuz.

Cezalandırılmaya ve ceza vermeye alışık bir toplumuz. Ayrıca disiplin ile cezayı da birbirine karıştırıyoruz. Ceza vererek kendine ve çevresine saldıran, zarar veren çocuklar yaratıyoruz.

Çocuğun saldırganlığı ve öfkesi kendisine yönelik olsa da, onun yaşamında derin izler yaratan bir davranış bozukluğudur. Onun içsel enerjisinin patlaması ve dışa vurmasıdır.

Çocuk Saldırganlığını kendisine Yönelttiğinde;

- Öfke nöbetleri geçirir,
- Kendisine vurur,
- Başını duvarlara vurur,
- Saçlarını çekerek koparır,
- Yanaklarını çekiştirir, aynı zamanda bağırır,
- Üstünü, başını yırtar,
- Kendini ısırır.

Çocuk Saldırganlığı Çevresine Yönelttiğinde;

- Elindeki her şeyi atar,
- Yanındakini itme, vurma, ısırma v.b. davranışlar gösterir,
- Yemeklerini yemez, döker,
- Kendinden küçükleri döver,
- Oyuncaklarını kırar,
- Evdeki eşyaları kırar,
- Küfür eder,
- Tepinir, ağlar, bağırır.

Çocukta Öfke Ve Saldırganlığı Önleme, Düzeltme Yolunda Dikkat edilmesi Gereken Koşullar;

- Anne, baba ve eğitimciler çocukta "Saldırgan" davranışlara model olmamalıdır. Sürekli bağırarak, vuran, küfür eden bir baba, korkutan ve engelleyen bir anne ve cezalandıran öğretmen çocuk için olumsuz modellerdir.
- Çocuğun saldırgan davranışlarına duyarsız kalmak da bir çözüm değildir.
- Çocuk saldırganlaşıyor diye her isteği yapılmamalıdır. Yeter ki sussun, sakinleşsin mantığı ile hareket etmek asla çözüm değildir. Bunlar geçici ve anlık çözümlerdir. Hiçbir iyileştirici yanı yoktur.
- Çocuklar saldırgan davranışlarından dolayı "dövülerek" asla cezalandırılmamalıdır. Dayak da o an için sizin bulduğunuz geçici bir çözümdür. Ancak beraberinde çocuğun daha yoğun düşmanlık ve öfke duyguları yaşamasına neden olur. Çocuğun bir sonraki saldırganlık nöbeti daha da şiddetli olur.
- Çocuk saldırgan davranışlara başladığı zaman ona mantıklı bir şey anlatılmaya çalışılmamalıdır. Çünkü çocuk o an büyük bir öfke boşalımı yaşamaktadır. Ancak çocuk sakinleştikten sonra, anlatılmak istenen her ne ise anlatılmalıdır.
- Ev ve okul şartları çocukların saldırganlık davranışını destekleyici zeminler olmamalıdır.
- Anne ve babalar çocuklarına saldırgan davranışların sonuçlarını onların anlayabileceği bir dille sohbet şeklinde anlatılmalıdır.
- Çocuk başıboş bırakılmamalıdır. Belirli sorumluluklar verilmelidir.
- Saldırgan davranışları olan çocuklar mutlaka grup etkinliklerine sokulmalıdır. Bu çocuklara grup içinde "liderlik" rolünün verilmesi daima iyileştirici bir etken olmuştur.

- Çocuk başka çocuklarla kıyaslanmamalıdır, yarışa sokulmamalıdır.
- Anne, babalar çocukları kaç yaşında olursa olsun onun temel ihtiyaçlarını mutlaka zamanında ve duyarlılıkla karşılamalıdır.
- Anne, babalar ve eğitimciler çocukların istek, merak ve girişimciliklerine saygı duymalıdır. Onları engellememeli, aksine desteklemelidir.

Aslında insanda var olan "saldırganlık" yok olmaz ya da tümüyle bastırılmaz, ancak biçim değiştirir. Taşkın sellerin suyollarına akıtılıp, sulama ve elektrik üretme işlerinde kullanılması gibi olumlu ve verimli alanlara yönlendirilir. Beden gücünün kavgada değil spor alanında yarışmaya araç olarak kullanılması bu yararlı dönüşüme bir örnektir.

Yararlanılan Kaynaklar:

Prof. Dr. Engin Geçtan (İnsan Olmak)

Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu (Çocuk Ruh sağlığı)

İlkim Öz (Çocuk Olmak- Çocukta Uyum Ve Davranış Bozuklukları)