**ÖZEL GEREKSİNİMLİ ÇOCUKLARDA PROBLEM DAVRANIŞLARIN KONTROLÜ**

 Pandemi sürecinin günlük yaşamdaki rutinlerimizi değiştirmesi, normal gelişim gösteren çocuklarla birlikte özel gereksinimli çocukları da etkiledi. Pandemi döneminde eğitim öğretime ara verilmesiyle özel gereksinimli çocukların rutinlerinin bozularak evde daha fazla vakit geçirmesi, problem davranışları da beraberinde getirdi. Tüm dünyayı etkisi altına alan bu süreci özel gereksinimli çocuğa sahip ebeveynler olarak sağlıklı ve sorunsuz bir şekilde atlatabilmenizde çocuğunuzun problem davranışlarını kontrol edebilmeniz önemli bir rol oynuyor.

 Özel gereksinimli çocukların sergilediği problem davranışlar başta siz aileleri daha sonra çocuğunuzun öğretmenlerini ve akranlarını zorlayıcı nitelikte oluyor. Bir ebeveyn olarak çocuğunuzun problem davranışları karşısında nasıl bir tutum sergilemeniz gerektiğiyle ilgili bilgileri bu yazımızda sizler için derledik.

* Çocuğunuz bu davranışı neden sergiliyor?

Bu sorunun cevabını doğru tespit edebilmeniz davranış kontrolü açısından çok önemli. Çocuğunuz problem davranışı sergileyerek bir şey elde edebiliyor ya da bir şeyden kaçıyor olabilir. Elde ettiği veya kaçındığı şeyler, birinin ilgisi, herhangi bir nesne, kişi veya etkinlik olabilir. Siz ebeveyn olarak problem davranış sonucunda bilerek veya bilmeyerek çocuğunuzun amacına ulaşmasını sağlıyorsanız onu pekiştirmiş olursunuz ve çocuğunuzun problem davranışları artar. Bu noktada yapılması gereken problem davranış sonucunda çocuğunuzun amacına ulaşmasını önlemektir.

* Problem davranışı görmezden gelmelisiniz.

Göz ardı edebileceğiniz özellikteki davranış sorunlarıyla ilgilenmemelisiniz. Eğer çocuğunuz kendisine ve çevresine ciddi zararlar vermiyorsa bu yöntemi uygulamanız etkili olacaktır. Ama unutmamalısınız ki çocuğunuza yönelttiğiniz ‘Çok ayıp!’, ‘Ne yaparsan yap ilgilenmeyeceğim’, ‘Neden böyle yapıyorsun?’ gibi sözler ve sorularda ilgilenmek demektir. Eğer çocuğunuz ilginizi çekmek için problem davranışlarda bulunuyorsa söyleyeceğiniz her söz, yaptığınız her uyarı çocuğunuz için ilgi niteliği taşır. Bu yüzden hiç istifinizi bozmadan ortamda bulunmaya devam etmeniz çok önemli.

* Sabırlı olmalısınız.

Problem davranışı görmezden gelmek sabırla kullandığınız zaman davranışın azaltılmasında çok etkili olur. Siz çocuğunuza hikaye okuduğunuzda çocuğunuz mırıldanarak sizi sabote etmeye çalışabilir. Hikayeyi yarıda kesip çocuğunuza neden mırıldandığıyla ilgili soru sormanız, çocuğunuzu anlık bile olsa hikaye dinlemekten uzaklaştıracaktır. Bu tuzağa düşmemek için her ne kadar zor olsa da çocuğunuzun mırıldanmasını yok sayarak hikaye okumaya devam etmelisiniz. Çocuğunuz mırıldanmasının etkisiz olduğunu anlayınca bu davranışa devam etmeyecektir.

* Çocuğunuza kendisini ifade edebilmesinin uygun yollarını öğretmelisiniz.

Özel gereksinimli çocuklar iletişim becerilerinde ve kendilerini ifade etme konusunda güçlük yaşar. Çocuğunuz kendisini ifade edemediği ve anlaşılamadığı için öfkelenebilir, problem davranışlarda bulunabilir. İstemediği, hoşlanmadığı durumlardan kurtulmak için öfkelenmek yerine sözel olarak, jestlerle, resimlerle neyi isteyip istemediğini belirtmeyi öğretmelisiniz. Çocuğunuza kendisini nasıl ifade edebileceğini öğretmeniz problem davranışların önüne geçebilir.

* Seçenekler arasından seçim yaptırabilirsiniz.

Yemek yeme yada ders çalışma gibi durumlarda çocuğunuza seçim şansı tanımanız olası problemleri önler. Bu şekilde çocuğunuzun yiyeceği yemeği yada çalışacağı dersi sorunsuz olarak kabul etme olasılığını artırabilirsiniz.

 Eliz KAHRAMAN

 Özel Eğitim Öğretmeni