

DAVRANIM BOZUKLUĞU

Çocuk ve ergenlerdeki yıkıcı davranışlar, geçtiğimiz yüzyıl boyunca klinik araştırmalarda temel odak noktalarından biri olmuştur. Davranım bozukluğu(DB), karşı gelme/karşı olma bozukluğu(KGB) ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu (DEHB) ile birlikte çocuklukta ve ergenlikte yıkıcı davranış bozuklukları(YDB) içinde ele alınır.

Davranım bozukluğu bireyi, aileyi ve toplumu olumsuz yönde etkileyen, diğer insanların temel haklarının çiğnendiği, yaşa uygun toplumsal norm ve kuralların hiçe sayıldığı davranışlardan oluşan bir bozukluktur. Başkalarının temel haklarının ve yaşa uygun toplumsal norm ve kuralların sürekli ve tekrarlayıcı bir biçimde saldırıya uğratılması ayırıcı özelliğidir. Davranım bozukluğu olan çocuk ve ergenlerde, insanlara ve hayvanlara yönelik saldırgan davranışlar, güvenliği tehdit, hırsızlık ve kuralların ciddi biçimde ihlal edilmesi gibi davranış bozuklukları vardır. Tedavisi çok zor olup, çok yönlü bir terapi uygulanmasını gerektirir. DSM-4-TR Davranım Bozukluğuna İlişkin Tanısal Kriterler ise şu şekildedir:

- Genellikle kaba davranır, başkalarını tehdit eder, gözlerini korkutur.
- Genellikle kavga başlatır.
- Başkalarına ciddi bedensel zarar verebilecek silah kullanmıştır.
- Diğer insanlara fiziksel şiddet uygulamıştır.
- Hayvanlara fiziksel şiddet uygulamıştır.
- Kurbanını rahatsız ederek hırsızlık yapmıştır.
- Birini cinsel davranışa zorlamıştır.
- Büyük çapta zarar vermek için kasten kundakçılık yapmıştır.
- Birinin evine, dairesine ya da arabasına izinsiz girmiştir.
- Bir şeyleri ya da birilerinin desteğini kazanmak veya mecburiyetlerden kaçmak için sıklıkla yalan söylemiştir.
- Mağdurla yüz yüze gelmeden değerli eşyaları çalmıştır.
- 13 yaşından itibaren ailesinin yasaklarına rağmen çoğunlukla geceleri dışarda geçirmiştir.
- Ailesiyle yaşarken evden en az iki kere birer geceliğine ya da bir kez uzun süreliğine kaçmıştır.
- 13 yaşına gelmeden sık sık okuldan kaçmaya başlar.

Bu kriterlerden üç veya daha fazlasının 12 ay boyunca ya da sadece bir kriterin en azından 6 ay boyunca sergilenmesi gerekir.

Bu bozukluk semptomları ve gidişatı itibarıyla bireyi, ailesini ve sosyal çevresini önemli derecede etkiler. Belirtileri 5-6 yaş gibi hayatın erken yıllarında başladığı gibi DSM-IV kriterlerine göre çocuklukta ve ergenlikte başlayan (10 yaş altı ve üzeri) tip olarak ikiye ayrılmıştır. Başlangıç yaşı, süreci ve sonucu görmek açısından önemlidir. Ergenlik başlangıcı türü 10 yaştan sonra ve genellikle buluş çağının başlangıcıyla birlikte görülür. Erken başlangıç yaşı 8 yaş ve öncesidir. Ergenlik başlangıç türünde 20 yaşından sonra %85'inde antisosyal davranışların yok olduğu görülmektedir. Erken başlangıç yaşayanların %50'sinden fazlasında ise erişkinlik döneminde uygunsuz ve kötü ilişkiler, mesleki problemler, madde bağımlılığı, antisosyal kişilik bozukluğu görülmektedir. Erkeklerde çoğunlukla kavga, çalma, mala zarar verme, saldırganlık

yoğun olarak görülürken kızlarda yalan söyleme, okuldan kaçma, evden kaçma, madde kullanımı daha sık gözlenmektedir. Saldırganlık kızlarda daha azdır. Davranım bozukluğu olan çocuklara ilişkin okulda öğretmenlerin algıları; ilgisiz, kayıtsız ve pervasız şeklindedir. Sosyal açıdan kişilerarası ilişkileri ve sosyal becerileri zayıf, akranları tarafından reddedilmiş, akademik açıdan ise sınıfın gerisinde, başarı düzeyi düşük, okuldan ayrılma sıklığı şeklinde problemler tespit edilmiştir. Literatürde davranım bozukluğu için iki kat risk faktörü olarak belirlenen etkenler şu şekilde ele alınmaktadır:

- Biyolojik (genetik, hormonal, nörotransmitter disfonksiyonu, nörolojik, doğum öncesi toksine mazruz kalma, nöropsikolojik etmenler),
- Elverişsiz çevre özellikleri (güç, toplumdaki düzensizlik, suç işleme oranlarının yüksek olması, uyuşturucu satıcılığı, çeteler ve kötü barınma koşulları, uyuşturucu ve silahlara ulaşabilme, etrafında suç işlemiş birilerinin olması, şiddete, ırkçı önyargıya, medyada şiddet gösterilmesine maruz kalma gibi).
- Üvey anne ya da babaya sahip olma,
- Suç işlemiş, sabıka kaydı olan aile bireylerinin olması,
- Erkek çocuk ve tek ebeveynli olma,
- Çocuk istismarının ve eş istismarının yaşandığı aileler,
- Eşler arasında evlilik uyumsuzluğu,
- Annede depresyon olması,
- Olumsuz anne-baba tutumları,
- Sosyo-ekonomik düzeyin düşük olması,
- İşsizlik,
- Ebeveyn stres düzeyinin yüksek ve öz yeterlilik düzeyinin düşük olması,
- Sosyal destek yetersizliği,
- Geniş aileler, yetersiz meskenler,
- Madde kullanımı.

Bir çocuğun daha sonraki suç davranışlarının en güçlü yordayıcılarından biri olumsuz anne-baba tutumlarıdır. Örn. Tutarsız ve sıkı disiplin, yetersiz ilgi, beklentilerin açık olarak ifade edilmemesi gibi. Çocuğa karşı düşmanca, olumsuz ve umursamaz tavırlar sergilenmesi, şiddet uygulanması, çocuğun aile ve evlilik çatışmalarına çok fazla maruz kalması çocukların akıl sağlığı sorunları geliştirmesine ve zamanla sosyal olmayan şiddet içeren davranışlar sergilemelerine neden olabilir.

Davranım bozukluğu madde bağımlılığı, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, karşı gelme bozukluğu ve depresyon ile birlikte görülebilmektedir. Aynı zamanda davranım bozukluğu ile suça eğilim, erken okuldan atılma, düşük akademik performans, anne baba ile bozuk ilişki, kabadayılık ve şiddet davranışı, erken yaşlarda madde kullanımı, adölesan dönemde gebelik gibi bireyi ve çevresini önemli derecede etkileyen durumlar sık sık birlikte görülmektedir. Tedavi edilen olguların çoğunda davranım bozukluğu belirtileri azalabildiği gibi daha az orandaki davranışlar yetişkinlikte de görülmeye devam etmekte ve anti-sosyal kişilik bozukluğu tanı ölçütlerini karşılamaktadır. Tedavi edilmeyen olgular ise anti-sosyal kişilik bozukluğu ile birlikte duygu durum bozukluğu, anksiyete bozukluğu, somatoform bozukluk ve madde

kullanım bozuklukları için yüksek risk taşımaktadır. Davranım bozukluğu dağılımı erkeklerde % 6-16 kızlarda ise, % 2-9 olarak bilinmektedir. Bu bozukluğun sıklığı ve belirtilerinin şiddeti toplumsal ve ırklar arası farklılıklar göstermektedir.

Türkiye’de yapılan bir araştırmada (Abalı vd., 2006) ilköğretim çağı çocuklarında davranım bozukluğu belirtilerinin sıklığı ve sosyo-demografik verileri incelenmiştir. Farklı sosyoekonomik derecelerden üç ilköğretim okulunda toplam 2.998 öğrenci örnekleminde yapılan çalışmada elde edilen sonuçlar şu şekildedir; anne babaların verilerine göre eğitim düzeyi davranım bozukluğu belirtilerini etkilemektedir. Ayrıca aylık geliri düşük olan ailelerde davranım bozukluğu belirtilerinin yüksek çıktığı ifade edilmiştir. Anne babaların çocuklarına ayırdığı zaman anne baba çocuk ilişkisinin kalitesi açısından bir değer ifade etmektedir. Davranım bozukluğu belirtilerini fazla gösteren grupta anne babaların çocuklarına daha az zaman ayırdığı göze çarpmaktadır. Anne babanın zaman ayırmasının davranım bozukluğu yönünden koruyucu bir etken olduğu düşünülmektedir.

Davranım bozukluğunun tedavisi çok zor olup, çok yönlü terapi uygulanmasını gerektirir. Davranım bozukluğunun tedavisinde çocuk ve ergenle birlikte sorunlu davranışlarda etkisi olan çevrenin (aile, okul, toplum) hedef alındığı multisistematik terapiyle daha etkin sonuç elde edilebilmektedir.

Davranım Bozukluğunda Psikolojik yaklaşım ve Tedavi

- Bilişsel-davranışsal tedavi: Öncelikle düşünme süreçlerine odaklanılır ve sorunlu davranışın sebebi olarak görülen bu süreçleri değiştirmek üzere davranışsal teknikler kullanılır. Saldırganlık gösteren çocuklar diğer bireylerin eylemlerinin düşmanca olduğunu düşünmeye meyillidirler. Bu nedenle bu tedavide çocukların algılarıyla ilgili olarak çalışılır ve yeni duygu ve davranış biçimleri kazanmaları için çaba gösterilir. Sorun çözme becerileri ve gevşeme tekniği de kullanılır. Sorun çözme tekniği şu adımları içerir:
 - Sorunun tanımı ve çözüme yönelik temel hedefler
 - Alternatif çözümlerin genellenmesi
 - Bu alternatiflerin, hedefe ulaşmada ne derece yardımcı olabilecekleri bakımından değerlendirilmesi
 - Belirlenen en iyi yöntemin seçimi ve kabulü
 - Sonucun başarı derecesinin değerlendirilmesi.
- Aile odaklı müdahaleler:
 - Ebeveyn yönetimi eğitimi
 - Aile sistemleri terapisi.
- Çok sistemli tedavi: Farklı tedavi yöntemlerinin bir arada kullanılması gerektiğini öne sürer. Örneğin sadece aile odaklı müdahale değil aynı zamanda akranlar, okul ve çevre etkenlerini de dikkate alarak çok odaklı tedavi süreci uygulanır.
- Psikofarmakolojik müdahale: Yıkıcı davranış bozukluklarında ilaç genellikle ilk basamak değildir. Örneğin aynı zamanda DEHB tanısı varsa uyarıcılar kullanılmaktadır.

OKUL TEMELLİ MÜDAHALELER

Davranım bozukluğu çocuk ve ergenlik döneminde sıkça görülür. Davranım bozukluğu olan öğrencilerin geneli okul talimatlarına uymayı, sosyal olarak kabul gören davranışlar sergilemeyi reddeden çoğunlukla zeki ve becerikli öğrencilerdir. Bu öğrenciler çoğu zaman başı sürekli olarak belaya giren “kötü çocuklar” olarak bilinir. Bu öğrencilerin genellikle taciz, travmatik deneyimler, gelişigüzel ebeveynlik ve okulda başarısızlık gibi yaşantıları vardır. Geçmiş yaşantılarında da başkalarına karşı fiziksel olarak saldırgan davranışlar sergileme, kabadayılık, tehdit, gözdağı, mala zarar verme gibi davranışlar görülebilir. Başkalarıyla empati kurma, onlarla ilgilenme, onla için bir şey hissetme ve dilekte bulunma düzeyleri düşüktür. Ayrıca bu öğrenciler kendi davranışlarının suçluları olarak başkalarını sorumlu tutarlar. Bu öğrenciler öğretmenlerinin yoğun ilgi ve yönetimine ihtiyaç duyan öğrencilerdir.

ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER

1. Öncelikle öğretmenlerin bu çocuklarla ilgili olarak bilgi sahibi olması ve destek alması gerekmektedir. Ayrıca kendi önyargılarının farkına varmaları ve bu öğrencilerle eğitim-öğretim yılı boyunca uğraşmak için istekli olmaları gerekmektedir.
2. Farklılıkları kabul etme: Öğretmen her öğrenciden aynı davranışı beklememeli, gelebilecek her türlü farklı davranış ya da tepkiye hazır olmalıdır. Ayrıca öğrencinin gösterdiği olumsuz davranışın altında geçmişte yaşanmış engellenme ve çatışma duygularının yattığının bilincinde olmalı ve öğrenciye uygun davranışlar/tepkiler kazandırmak için çaba sarf etmelidir. Örneğin işlevsel davranış analizinde belirli çevresel faktörlerin problem davranışla doğrudan bağlantılı olduğu kabul edilir. Bu faktörleri ortaya çıkarmak problem davranışı düzenli bir biçimde azaltabilir. Ayrıca öğretmenler bu değerlendirme ile davranışın amacını da saptayabilir.
3. Öğrencinin sosyal güç ve zayıflıkları, kişisel tercihleri gibi kişiler arası dinamikleri bilinmelidir.
4. Davranım bozukluğu olan bir öğrenci ile çalışırken öğrenciyi karar sürecine dahil etmek ve sınıfta ortaklık hissi yaratarak dayanışma ortamı yaratmak önemlidir. Sınıf içinde güvene dayalı bir ortam oluşturmak için çeşitli etkinlikler yapılabilir.
5. Öğrenciler hakkında bilgi sahibi olmak gerekmektedir. Öğrenci bilgi kartlarının titizlikle doldurulması ve güncellenmesi kolaylık sağlayacaktır.
6. Duygusal ve davranışsal sorunları olan çocuklar için öğrenme isteği ve kendine güven duygusu çok önemlidir. Öğrencinin öğrenme isteğini arttırmak için:
 - a) Kendilerine verilen görevi-ödevi tamamlayabileceklerini hissetmeleri gerekir.
 - b) Verilen görevi/ödevi yapmaya değer bulmalıdırlar.
 - c) Bu görev/ödevi temel ihtiyaçlarını destekleyen bir ortamda tamamlayabilirler.
7. Öğrencinin “başarılı bir öğrencinin” nasıl olduğunu net bir biçimde anlaması sağlanmalıdır. Örneğin başarılı öğrenci; sıkı çalışır, başkaları ile işbirliği yapar, risk alır, hedefini net olarak koyar, yoğun bir çaba gösterir, ihtiyacı olduğunda yardım ister, vazgeçmez ve hatalarından ders çıkarır vb.
8. Davranım bozukluğu olan bir öğrencinin katılım ve etkin öğrenmeyi içselleştirebilmesi gerekmektedir. Bunun için örneğin, gözlerin konuşmacıya odaklanması, soru

sorabilmek, ihtiyaç duyduğunda yardım istemek, başkaları ile işbirliği yapmak gibi davranışları kazanması önemlidir.

9. Öğretmenler öğrencilerin bireysel öğrenme güçlüklerini ve aynı zamanda yetenekli olduğu alanları fark etmelerine yardımcı olmalıdırlar. Örneğin davranım bozukluğu olan bir öğrenci kişiler arası ilişkilerde başarısız olabilir ama sanatsal/mekânsal yeteneklere sahip olması ona öğrenmeyi keşfetmede farklı olanaklar sunabilir. Ayrıca DB’li öğrencilerin farklı öğrenme tarzlarını anlamak öğrenmelerini kolaylaştırmak açısından önemlidir. Mesela bir öğrenci yazılı bir kaynaktan okuyarak bilgi edinemezken, bu metnin başkası tarafından okunması onun anlamasını kolaylaştırabilir. Böyle bir durumda sözlü okuma, ders tekrarı, banda alınmış ders kaydı bu çocuğun öğrenmesinde faydalı olacaktır. Öğrencinin yetenekli olduğu alanların tespiti için çoklu zekâ ölçeği ve ilgi ve yetenek envanterleri kullanılabilir. Öğretmenler bu konuda rehber öğretmenlerden destek alabilirler.

Öğrencilerin okula bağlanmasını ve başarısını arttırmanın en etkili yollarından biri de özellikle müzik, resim ve beden eğitimi gibi derslerde yetenekli olduğu alanda teşvik etmek ve bu branş öğretmenleri ile işbirliği içinde çalışmaktır.

Öğrencilere olanaklar elverdiği ölçüde çalışma ortamını düzenlemeleri için fırsat verilebilir. Mesela davranım bozukluğu olan öğrenciler, dikkatleri kolay dağıldığı için tek kişilik çalışma odasında çalışmayı tercih edebilir.

10. Davranış problemleri olan öğrencilere doğru öğrenme stratejilerinin anlatılması gerekmektedir. Örneğin:
- Önemli yerleri vurgulama, altını çizme
 - Anımsatıcılar kullanma
 - Anahatları belirleme
 - Özetleme gibi.
11. Davranışsal ya da duygusal bozukluklar gözlemlenen öğrencilerle yapılan araştırmalar akademik müfredatın gerçek hayatta uygulanabilir ve uyumlu olması gerektiğini göstermektedir. Öğrencilerin yaşamlarına ve topluma ilişkin sorunları çözmek için bir arada çalıştıkları “gerçek dünyada problem çözme çalışması” bu yaklaşımın bir örneğidir.

Burada ana okulu, ilkokul 1. ve 2. sınıflarda uygulanabilecek “Kral ve Kraliçe” etkinliği de örnek verilebilir.

Etkinliğin Adı:	KRAL VE KRALİÇE ETKİNLİĞİ
Amaç:	Problem çözme becerisini geliştirme
Sınıf:	Anaokulu - 1.ve 2. sınıf
Öğrenci Sayısı:	Tüm Sınıf
Süre:	40 Dakika
Ortam:	Sınıf
Sınıf Düzeni	Oturma Düzeni
Materyal	Kral ve Kraliçe tacı.
<p>Süreç: Öğretmen sınıfta şu açıklamaları yapar:</p> <p>Çok eski zamanlarda bir ülke varmış. Bu ülkenin adı Çiçekler Ülkesiymiş (başka isimlerde olabilir). Bu ülkenin halkının seçtiği bir Kral ve Kraliçesi varmış. Kral ve Kraliçe her hafta halkını toplar ve onlara bir problemleri olup olmadığını sorarmış. Ama bu problem halkın gerçekten yaşadığı bir problem olmalıymış. Kral ve Kraliçe ile birlikte halktan kişilerde kendi çözüm önerilerini parmak kaldırarak söylerlermiş. “Şimdi bizde sınıfımızdan bir kral ve kraliçe seçelim. Yaşadığımız sorunları konuşalım. (Burada dikkat edilmesi gereken nokta, çocukların evde, okulda ya da başka yerlerde yaşadıkları gerçek sorunlar olmasıdır. Hayali, gerçek olmayan sorunlar olmamalıdır).”</p> <p>Etkinlik bu şekilde farklı öğrencilerin de kral ve kraliçe seçilmesi ile devam ettirilir. Etkinlik sonunda öğretmen hepimizin hayatta karşılaşılabileceği sorunlar olabileceğini, bazılarını kendimiz çözerken bazılarının da yardım almamız gerektiğini ve yardım alınabilecek kişileri (aile, öğretmen, arkadaşlar, rehber öğretmen vb.) söyleyerek etkinliği sonlandırır.</p>	

12. Özellikle davranım bozukluğu olan öğrencilerde etkili bir öğretim için uyum sağlama, uyma ve biçimlendirmenin sağlanması önemlidir. Öğrenen kişinin başarısını arttırmak için onun özelliklerine uygun çevre, müfredat, ders ve değerlendirme de uygun değişikliklerin (kaynaştırma) yapılması, öğrencilerin bildiklerini göstermek için fırsat verilmesi gerekmektedir.

Uyum çalışmasına elverişli olan özel alanlar şunları içerir:

- Görevin büyüklüğü (ör. Aşırı çalışma yoğunluğundan kaynaklanan bıkkınlığı ve baskıyı en aza indirmek için ödevler azaltılabilir).
- Öğrenme, uygulama ve analiz etme için verilen süre arttırılabilir.
- Öğrenciye çalışmalarında diğer arkadaşlarından yardım almaları ya da öğretmenden destek alması için daha fazla olanak sağlanabilir.
- Öğrencilere daha çok örnek verilebilir ya da ders konusu tekrarlanarak pekiştirme sağlanabilir.

- Öğrenciler daha kolay izleyebilecekleri adımlardan oluşan görev ve becerileri yerine getirebilirler.
- Öğrenciler proje, grafik modeli, uygulama ve raporlama gibi araçları kullanabilirler.
- Derse geleneksel yollarla katılım sağlayamayan öğrenciler için farklı yollar geliştirilebilir. Örn. Rapor yazmak yerine model geliştirmek gibi.

13. Araştırmalar davranım bozukluğu olan öğrencilerin temel iletişim becerilerinde eksiklikleri olduğunu saptamıştır. Kişiler arası iletişimin en temel ögesi durumunda olan dilin etkili kullanımı, hem bireylerin toplum içinde diğer bireylerle iyi bir iletişim kurmasını, hem de temel dil becerileri olarak kabul edilen dinleme, konuşma, okuma ve yazma becerilerinin geliştirilmesine bağlı olarak, eğitim alanındaki öğrenmelerin daha etkili bir şekilde gerçekleşmesine olanak sağlar. Bu anlamda öğrencilere etkili bir dil bilgisi öğretimi sağlanmalıdır. Örneğin bilinmeyen bir kelime öğretilirken kelime bir karta yazılır, kartın arkasında kelimenin anlamı yazılır, kelimenin altına da onu çağrıştıracak bir kelime yazılır ve bir cümle kurmaları istenir (Üzgün kelimesi için üzüm çağrıştıracı olarak kullanılabilir).

14. Öğrencilere ne öğrenecekleri kadar nasıl öğrenecekleri de anlatılmalıdır.

15. Sınıfta olumlu hava yaratma: Öğrenciler değer ve saygı gördükleri bir sınıf ortamında arkadaşlarını ve öğretmenlerini önemserler. Destekleyici ve dahil edici bir sınıf ortamı çocukların rehabilitasyon sürecinde çok önemli bir yere sahiptir.

16. Büyük beklentiler yaratma: Davranım bozukluğu olan öğrencilerin çoğu zaman tehdit, baskı ya da pazarlık yapma gibi yöntemlere başvurarak öğretmenlerini düşük standartlara razı etmeye eğilimleri olduğu bilinmektedir. Öğrencilerin bu yöntemlerin işe yaramadığını öğrenmeleri ve sınıftaki diğer arkadaşları gibi kendilerinden de daima yüksek nitelikli bir çalışma beklendiğinin anlamaları gerekmektedir.

17. Yapılandırılmış öğrenme ortamı: Öğretmenler ve okul idaresi öğrenciler için kendilerinden ne beklediğini, sosyal ve akademik konularda kimlerden yardım almaları gerektiğini bildikleri, idari yapısı etkili bir şekilde işleyen öğrenme ortamı sağlamalıdır. Araştırmalarda karmaşık aile yapıları nedeniyle çoğu zaman gergin bir ortama maruz kalmış ve bu nedenle davranış problemleri olan çocuklar için yapılandırılmış bir yaşam oluşturma çok önemli olduğunu desteklemektedir.

18. İşbirlikçi Öğrenme: Öğrenciler, birbirleri ile etkileşim içinde oldukları, sorunlara çözüm ürettikleri ve ortaklaşa beceriler geliştirdikleri küçük grup çalışmalarına dahil edilmelidir. DB'li öğrenciler çoğunlukla **“bana karşı onlar”** anlayışına sahiptirler. Bu nedenle bu çocukları uyumlu olan ve empati kurabilen öğrencilerin yer aldığı gruplara dahil etmek bu öğrencilerin değer gördüklerini ve bağ kurabildiklerini hissetmelerine ve gerekli sosyal becerileri edinmelerine yardımcı olacaktır.

19. Pozitif pekiştirme: DB'li öğrencilerin davranışlarında ortaya koydukları küçük ilerlemelerin takdir edildiğinin gösterilmesi oldukça önemlidir. Bu çocuklar başarısız ve beceriksiz olarak etiketlenip sürekli azarlandıkları ve eleştirildikleri için belirli bir başarı ve ilerlemeye bağlı teşvik ve övgü onlar için güçlü birer pozitif pekiştirme olur. Aynı zamanda öğretmenlerin bu çocukları önemseyip ve kişisel gelişimlerine gerçekten önem verdiklerini gösterebilir.

20. Sosyal beceri eğitimi: Doğal ortamda ve uygulamalı olarak gerçekleşmesine dikkat etmek gerekmektedir. Örneğin hedeflenen beceri öğrenci ile otorite figürleri arasındaki iletişimi geliştirmekse, öğrencilerin ebeveynler, öğretmenler ve idarecilerle gerçek diyaloglara girerek, pratik yapma imkânlarının olması gerekmektedir.

Sosyal beceri eğitimi şu alanları kapsamalıdır.

- Dayanışma: Başkalarına yardım etme, kurallara uyma.
- Onay: Başkalarının bilgisine danışma.
- Sorumluluk: Kendisinin ya da başkasının eşyasına ya da çalışmasına özen gösterme.
- Empati: Başkalarının duygularına ve fikirlerine saygı gösterme.
- Özdenetim: Lakap takılması ve alay edilmesi durumunda uygun tepki verme ve uzlaşmacı olma.

Sosyal beceri eğitiminde üç yaklaşım kullanılır:

1. Koçluk: Sosyal kavramları tanıtmak, hedeflenen sosyal becerileri uygulama fırsatı verme, öğrencinin performansını değerlendiren, bilgilendirici geri bildirim verme. Kısacası koçluk bir öğrenciye belli bir sosyal beceriyi nasıl yerine getireceğini söylemek ve performansı konusunda geri bildirimde bulunmaktır.
2. Model Olma: Gözlemsel öğrenme ve temsili pekiştirme ilkeleri üzerine kuruludur. Davranım bozukluğu olan öğrenci modeli yani öğretmeni ya da anne babasını gördükçe etkili bir sosyal beceri performansı göstermesi için dolaylı yoldan pekiştirilerek doğru davranışı öğrenmiş olur. Öğrenme doğal şekilde olmalıdır. Örneğin, öğretmen okul müdüründen ders zamanında sınıfı ziyaret etmesini isteyerek, daha sonra da bilgi alışverişi hakkında konuşarak, bir otorite figürüyle saygılı uygun bir biçimde iletişimin nasıl kurulabileceğinin modeli olabilir.
3. Davranış provası: Yeni edinilen sosyal bir becerinin yapılandırılmış rol oynama ile pratik edilmesini içerir. Bu yaklaşımın avantajı, olası hatalardan kaynaklanabilecek olumsuz sonuçlar konusunda endişelenmelerine gerek kalmaksızın, öğrencilere sosyal becerilerini ifade etme şansı vermesidir. Üç şekilde gerçekleştirilebilir: Kapalı provada öğrencinin bir sosyal beceriyi belirli bir durumda düşünmesi ve hayal etmesi istenir. Sözlü provada öğrenci sosyal becerileri uygulamaya dökerek konuşması istenir. Açık prova ise öğrencinin varsayımsal bir durumda sosyal beceriyi gerçekten sergilediği davranış provası yöntemidir.

22. Davranış bozukluğu olan öğrenciler yaşantılarından dolayı çoğunlukla yetişkinlere karşı güvensizlik ve korku yaşarlar. Onların alışkın oldukları şey başarısız olmak ve başlarını belaya sokmaktır. Bu nedenle bu davranışlarını ve duygularını değiştirmek oldukça önemlidir. Davranış değişikliklerini yapabilmek için uygulanabilecek yöntemlerden biri de çocuğun yapmaktan gerçekten hoşlandığı ve becerebildiği şeylerin “haritasını” çıkarmaktır (yetenek haritası).

23. Bu öğrencilerle çalışırken olabildiğince kısa sürede başarılı olabilir hedefler belirlemek ve hedeflere ulaşıldığında ise somut, olumlu ödüllendirmenin kullanılması önemlidir. Kısa süreli hedefler gerçekleştikçe zaman içinde daha uzun süre gerektiren hedefler

konulmalıdır. Olumlu pekiştireç kullanmak bu çocuklarda cezalandırmadan çok daha etkili olmaktadır çünkü alışık oldukları yaşantı da zaten çok sık cezalandırılmaktadırlar. Önemli olan bu kalıbı değiştirmek ve çocukların keyif alabilecekleri yeni deneyimler yaşamasını sağlamaktır.

ÖĞRETMENLER İÇİN KISA İPUÇLARI

1. Sınıfınızda her öğrenciyi kapsayacak şekilde topluluk ve ait olma anlayışı geliştirin.
2. Sınıf olarak davranış kuralları belirleyin ve kendinizi ve sizden beklentileri de tartışmaya dahil edin.
3. Kayda değer ve doğru seçim olanakları sağlayın.
4. Ortaya çıkan krizleri öncelik sırasıyla halledin. Örneğin yumruk kavgası gibi bazı sorunların derhal halledilmesi gerekirken sözlü tartışmalar sonraya bırakılabilir.
5. Değerli övgülerde ve olumlu teşviklerde bulunun. Belirsiz ya da gelecekteki bir olasılığı değil de somut bir başarıyı ya da davranışı övün.
6. Sınıftaki her öğrenciyi övmek için bir sebep bulun. Her öğrencinin olumlu ya da güçlü olarak görülebilecek bir özelliği mutlaka vardır.
7. Öğrencilerinizin hoşlandıkları, hoşlanmadıkları şeyleri, hobilerini, zaman geçirdikleri aktivitelerini ve hayallerini öğrenin. Bu ilişkinizin gelişmesini sağlayacaktır. Kimse gerçek ilişkiler kurmadıkça yardım sağlayamaz. Davranış bozukluğu öğrencisi olan bir öğretmen hem umursamaz hem de etkili olamaz.
8. Öğrencileriniz için kayda değer öğrenme deneyimleri sağlayın. Dersi gerçek yaşam uygulamaları ile birleştirmeye çalışın.
9. Rahatsız edici, küçük, önemsiz şeyleri ve aksamaları görmezden gelin. Davranış bozukluğu olan öğrenciler öğretmenlerinin sinirlendirmeyi denerler, sevilmemeyi isterler. Onlarla kesinlikle güç savaşına girmeyin.
10. Her öğrencinize karşı adil ve tutarlı olun.

AİLELERE ÖNERİLER

1. Davranış bozukluğu olan çocukların anne babaları, öncelikle bu problemi kabul etmeli, uzmanlardan ve çocuğun öğretmenlerinden gizlemeye çalışmamalıdır.
2. Çocukta bazı davranış bozuklukları olduğu belirlenmişse, çocuğa karşı soğukkanlı ve sakin davranılmalı, davranışlarından dolayı çocuğu etiketlemekten, örneğin bazı yaramazlıkları olan çocuğa hemen “hiperaktif” etiketi vurmaktan kaçınılmalıdır.
3. Anne babalar çocuğun olumsuz davranışları bilinçli olarak yaptığını düşünmemelidir. Bu davranışları ile çevrelerine bir mesaj vermeye çalıştıklarını ya da rahatsız oldukları bir durumu ifade etmek için yaptıklarını unutmamalıdır.
4. Davranışların kendiliğinden geçmesi beklenmemelidir. **Uyum ve davranış bozuklukları altında yatan sebepler ortadan kaldırdıktan sonra geçer.**
NOT: Burada dikkat edilmesi gereken nokta gelişim dönemi özellikleri olarak ortaya çıkan sorunların zaman içinde düzeleceğidir. Bunlar normal dönemsel sorunlardır. Davranış bozukluğuna bağlı sorunlar ise ortadan kalkmış gibi bile görünse de ileriki yaşlarda ya başka biçimlerde ya da tekrarlanarak ortaya çıkabilir.
5. Bazı davranış bozukluklarının nedeni biyolojik olabilir. Bu tıbbi muayene ile belirlenebilecek bir şeydir. Ancak çoğu davranış bozukluğunda olumsuz aile ortamı ve karı koca çatışmalarının büyük rol oynadığı bilinmektedir. Bu nedenle, anne babalar, çocuklarında görülen davranış bozukluklarında kendi aile ortamlarının, eşler arasındaki çatışmaların veya anne-baba-çocuk ilişkisinin niteliğinin etkili olabileceğinin farkında olmalıdır. Anne babanın çocuğa yeterince ilgi ve sevgisini gösterememesi, ihmal, aile içi şiddet vb. durumlar davranış bozukluklarının aileden kaynaklanan en önemli nedenleri arasında sıralanmaktadır.
6. Unutulmamalıdır ki, çocuktaki bir davranış bozukluğunu ortadan kaldırmak için çocuğa müdahale etmekten çok, çocuğun anne babası veya ailesine müdahale ederek anne babayı eğitmek, aile ortamını yumuşatmak daha isabetli olabilmektedir. Bu nedenle anne babalar ihtiyaç duyduklarında, çözemedikleri bir sorunla karşılaştıklarında bir evlilik ve aile danışmanına başvurmalı, **gerekli yardımı almalıdırlar.**
7. Hangi tür davranış bozukluğuna sahip olursa olsun çocuğa karşı şiddet kullanmak, çocuğu suçlamak, utandırmak, azarlamak, aşağılamak gibi davranışlardan anne babalar özenle kaçınmalıdır. Çocuğa yönelik bu tür davranışlar, çocuktaki davranış bozukluğunu ortadan kaldırmadığı gibi, **davranış bozukluğunun daha ağır olarak yaşanmasına neden olabilmektedir.**
8. Anne babalar, çocukta bazı davranış bozukluklarının ortaya çıkmaması için, davranışlarıyla çocuğa iyi model olabilmelidir. Sadece yanlış davranışın ne olduğunu söylemekle yetinmeyip doğru davranışın ne olduğu çocuğa anlatılmalı, daha doğrusu davranışlarla çocuğa gösterilmelidir.
9. Anne babalar çocukla etkili iletişim kurmanın yollarını öğrenmeli ve gerektiğinde bunun için destek almaya açık olabilmelidir.
10. Çocuk sinirliken onunla tartışmaya girilmemelidir. Anne baba hem kendisi hem de çocuğun sakinleşmesi için mola vermeli, beklemeli ve daha sonra yaptığı davranış ile ilgili konuşmalıdır.

11. Çocuğa sosyal gelişimine uygun çeşitli sorumluluklar verilmelidir. Böylece çocuğa başarma duygusu yaşatılmış olur.
12. Sorumluluk almadığı durumlarda, çocuk iğnelenmemelidir, çocuk davranışıyla yüzleştirilmeli fakat “ben demiştim, bak gördün mü? Kim yalancı” gibi yorumlar yapılmamalıdır.
13. Çocuğa yaptığı bu davranışların dezavantajları gösterilmelidir. Saldırgan davranış göstererek isteklerini elde edemeyeceği anlatılmalı ve olumsuz davranışlarının sonucunda maddi ya da manevi kazanç elde etmesi engellenmelidir.
14. Eğer çocuk okula gidiyorsa, çocuğun okuldaki ve ailedeki davranışları benzer ve farklılıklarıyla incelenmeli, öğretmenlerle mutlaka işbirliği yapılmalıdır. Davranış bozukluğu olan çocukların anne babaları öğretmenle ortak anlayış ve işbirliği içinde hareket etmelidirler. Gerekirse çocuğun ve anne babanın yardım alması amacıyla, anne babalar uzmanlara başvurmadan kaçınmamalıdır.
15. Davranış problemi olan anne babalar bir araya gelerek sorunlarını paylaşabilir ve deneyimlerini, gözlemlerini, çocuğun davranış problemlerinin nasıl düzeltilebildiğini birbirlerine aktarabilir, birbirlerine destek olabilirler. Anne babalar benzeri önerilerde bulunabilirler. Bu önerilerini öğretmenlerle ve diğer anne babalarla paylaşabilirler.
16. İlk etapta çocuğunuz, sizdeki değişime katılmaya/sizinle işbirliği yapmaya pek istekli olmayabilir. Zaman zaman engellerle ve geriye gitme ile karşılaşabilirsiniz. Aslında çocuğunuzun davranışları yeni sınırlar ve beklentiler koyduğunuzda daha da kötüleşebilir. Bununla birlikte sabır, sebat ve tutarlı bir tutumla zaman içinde olumsuz davranışlarda azalma görülecektir.

ANNE BABALARA KISA NOTLAR

- Evde koyduğunuz her kuralı emir tarzında olmadan, açık bir şekilde ifade edin ve nedenlerini açıklayın.
- Tartışmaktan kaçının, olayları güç savaşına çevirmeyin
- Duyguları ile olumsuz davranışları arasında bağlantıyı görün ve dile getirin.
- Eşiniz ile aranızda fikir birliği oluşturarak, sizden tek ses çıkmasını sağlayın.
- Kimlerle arkadaşlık ettiğini bilin.
- Çocuğun olumlu davranışını gördüğünüzde pekiştirin. Örneğin; arkadaşıyla oynarken, kavga etmediğinde ve bağırmadığında bunu sözel olarak ödüllendirin.
- Çocuğun sportif faaliyetlerde bulunmasına ve belirli bir süre dışarıda oynamasına izin verin. Bu enerjisini boşaltmasını sağlayacaktır.
- Ailecek yapabileceğiniz etkinlikler planlayın (yemek yeme gibi) ve çocuğunuzla birlikte yapabileceğiniz özel etkinlikler oluşturun.
- Çocuğun sergilediği saldırgan davranış başkalarının güvenliğini ciddi bir şekilde tehdit etmedikçe bu davranışın üstünde durup çocuğa baskı yapmayın.

Kaynakça:

1. Abalı, O., Onur, M. Gürkan, K., Çelik, Ö., Tüzün, Ü. (2006). İlköğretim Çağı Çocuklarındaki Davranım Bozukluğu Semptomlarının Sosyodemografik Verilere Göre Değerlendirilmesi. *Düşünen Adam*, 19(1):14-19.
2. Arkan, B. Ve Üstün, B. (2009). Davranım Bozukluğu Olan Çocuklara Psikiyatrik Yaklaşımda Anne-Baba Eğitim Programları: İki Örnek Bağlamında Bir Değerlendirme, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1:155-174.
3. Austin, V.L., (2012). Çocuk ve Ergenlerde Duygusal ve Davranışsal Bozukluklar. Editör. Mustafa Özekez. Nobel Yayınevi.Ankara.
4. Ögel, K., Taner, S., Eke, C., (2003). Çocuk Dostu Okul-Riskli Davranış Gösteren Çocuğun da Dostu Okul. Unicef.
5. Ögel, K., Eke, C.Y., Tarı, I., Erol, B. (2005). Zor Çocuk ve Gençler, Rehber Öğretmenler için Öğretmen Eğitimi Kılavuzu
6. www.mebk12.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/06/.../19111516_uyum.doc
7. <http://notoku.com/problemi-olan-cocuklarin-anne-babalarina-oneriler>