

AİLELER İÇİN BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ

Kurallara uymayan çocuklar, Aileler olarak bilmemiz gerekenler

Kurallara uymayan çocuklar, (Disruptive Disorder) Nedir?

Disruptive Disorder, çocuklarımızın çoğu, başka çocukların kabul ettiği kurallara uymakta zorluk çekmesi problemini tanımlamak için kullanılan bir terimdir.

Bu problemle ilgili bazı örnekler:

- Çocukların öğretmenlerinin, ebeynlerinin veya başka yetişkinlerin söylediklerini yapmamaları. Çocukların çoğu, zaman zaman kurallara uymayabilirler. Fakat yukarıda tarif ettiğimiz problemi olan çocuklar hemen hemen hiç bir zaman kuralları dinlemezler ve sonunda çok ciddi cezalarla karşılaşır.
- Kendi yaşlarına kıyasla, çok daha sık ve şiddetli öfke nöbetleri geçirmeleri,
- Saldırganlaşmaları ve kendilerine zarar verecek davranışlarda bulunmaları, bu durum başkalarının eşyalarına zarar vermekten tutun da, tehdit etmek veya çalmak gibi çok daha tehlikeli davranışlar içerebilir.
- Herşeye karşılık vermeleri, bu duruma örnek olarak, herşeye her zaman karşı çıkmayı, tartışmayı, küçük olayları olduğundan fazla abartmayı, daima en son sözü söyleme isteğini örnek verebiliriz.
- Ev ödevlerini, el yüz yıkama, diş fırçalama gibi günlük görevlerini reddetme, ergenlik çağındaki çocukların, çoğunun odası dağınık olabilir. Bu çağlardaki çocuklar ev işlerine yardımcı olmaya da pek istekli değildirler. Fakat her konuda en ufak birşeye bile yardımcı olmayı reddetmek ya da en temel temizlik kurallarını bile gözardı etmek, olağan değildir.
- Tüm çocuklar, özellikle korktuklarında, başları derde girdiğinde veya birşeyi çok istediklerinde yalan söylerler. Fakat bu problemi olan çocuklar, sürekli gerekmediği hallerde bile yalan söylerler.
- Diğer toplum dışı davranışlar, örneğin aşırı öfke ve küfretme, tükürme veya başkalarının duygularını hiçe sayma gibi saldırgan tutumlar.

Bu davranışların aşırılarına verilen bazı isimler:

- **Karşı çıkmış olmak için karşı çıkma, her şeye muhalefet olma:** (Oppositional Defiant Disorder) Bu tanım eğer çocuk çok alıngan, öfkeli ve tartışmacı ise kullanılır. Bu durum öğretmenleri ve ailerine karşı koyan ve de onları sinir etmeyi amaçlayan, genç çocuklarda daha yaygındır. Bu gibi çocuklar genellikle zalim, tehditkar, kinci veya toplum dışı değildirler fakat sorunlarına çözüm aranmazsa, öyle de olabilirler.
- **Davranış Bozukluğu:** (Conduct Disorder) Bu tanım çocukların tüm kuralları çiğnemek gibi bir sorunları varsa kullanılır.
- **Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB): (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) (ADHD)** Bu problemler konsantrasyon ve diğer öğrenme güçlükleriyle de bağlantılı olabilir. Bu tanım, diğer çocuklara kıyasla aşırı hareketli ve atılgan, düşünmeden hareket eden çocukları tarif etmek için kullanılır.

Gençleri ya da çocukları idare etmek bazen zor olabilir. Bazı çocuklarda bu durum, içinde buldukları sıkıntılı bir duruma bir tepki olabilir. Örneğin eğer ailede boşanma gibi bir sorun varsa veya ilkokuldan ortaokula geçiş dönemi yaşıyorsa çocuklar çok stresli olabilirler ve onlarla hayatı paylaşmak güçleşebilir. Fakat, yukarıda sözünü ettiğimiz türden sorunlar, daha uzun süreli ve daha güçlü durumları ifade eder. Bu durumdaki çocuklar kendileri için endişelenen bizlerin ya da başkalarının yardım taleplerine de her zaman cevap vermeyebilirler. Aksine yardımcı olmak isteyenleri, kendilerinden uzaklaştırırlar.

Eğer çocuklarımızın bu tür problemleri varsa problemlerini artıracak şeylerin farkında olmamız faydalıdır:

Aile Sorunları

- Eğer aile içinde başka sorunlar yaşıyorsa çocuklarımızın sorunlarına dikkatimizi vermemiz güçleşir,
- Aile bireyleri arasında çocuğun sorununa nasıl yardımcı olabilecekleri konusunda fikir ayrılığı varsa,
- Bizler ana baba olarak birbirimizle kavga edersek,
- Çocuklarımızı da kavgamıza ortak edersek,
- Çocuklarımız bizim güvenliğimiz ve mutluluğumuz konusunda, endişe duyuyorsa.

Alkol ve uyuşturucu kullanımı

- Eğer çocuklarımız alkol ve uyuşturucu kullanıyorsa, bu onların en kötü yanlarını ortaya çıkaracaktır,
- Biz alkol ve uyuşturucu kullanıyorsak, bu bizlerin en kötü yanlarını ortaya çıkaracaktır,
- Bizler uygun bir yardım aramak yerine, alkol ve uyuşturucuya başvuruyorsak,

Arkadaş baskısı

- Eğer arkadaşları, çocuklarımıza alkol ve uyuşturucu kullanmaları için baskı yapıyorsa,
- Bizim çocuklarımızdan beklentilerimizle, arkadaşlarının beklentileri farklıysa,
- Çocuklarımızın üstünde, yanlış şeyler yapmaları için baskı varsa,

Okul baskısı

- Eğer bir öğretmen, diğer öğretmenlerin beklentilerini göz önüne almadan, çocuklarımızdan çok fazla şey istiyorsa,
- Biz çocuklarımızdan çok fazla şeyler bekliyorsak ve böylece onları dahada endişelendiriyorsak,
- Kendimizden çok fazla beklentimiz varsa ve çocuklarımızın da bizi örnek almasını istiyorsak,
- Çocuklarımız, başka çocuklar tarafından alaya alınıyorsa ve diğer çocuklarla da sorunlar yaşıyorsa,

Çocuğun kendi baskısı

- Çocuklarımızın hassas olduğu dönemlerde, başlarına dert açmamaları için kendilerini nasıl koruyabileceklerini, öğretmemiz gerekir. Bazı gençler, kendilerini korumak için kaba kuvvete başvuracak gibi davranabilir hatta tehditkar bile olabilirler. Bunalımda olan çocuklar, zaman zaman huzursuz hatta saldırgan olabilir.

Kimi zaman çocuklarımızın, bu tür problemleri olduğunda, bu problemlerde kendi kendimize başa çıkmak çok zor olabilir. Çocuklarımız için, elimizden gelenin en iyisini yapmayı istesek bile bunu nasıl yapabileceğimizi bilemeyebiliriz.

Yardım beklerken, bu tür sorunu olan çocuklarımızla başa çıkmanın bazı yolları:

- Çocuklarımızın zayıflıklarına ve olumsuzluklarına dikkatimizi yöneltmek yerine onların, iyi ve güçlü yönlerini takdir etmek,
- Sadece yanlış yaptıklarında ceza vermek yerine, iyi ve doğru şeyler yaptıklarında da ödüllendirmek,
- BİZİM istediğimiz şeyleri yapmalarını istemek yerine ONLARIN, istediği şeyleri yapmaya çalışmak. Birlikte geçirdiğimiz hoşça vakitler, anlaşmazlığa düştüğümüz anlarda bizi daha çok dikkate almalarını sağlar,
- Çocuklarımızı dinlemek. Eğer çocuklarımızın bizi dinlemesini istiyorsak bizde onları dinlemeyi öğrenmeliyiz,
- Açık ve adil olmak. Çocuklarımız hakkında en iyi şeyleri düşünsek bile, okulda ya da yasalarla ilgili bir yanlış şey yaptıklarında, bunu kabul etmek ve onlara dürüstlük konusunda örnek ve yardımcı olmak,
- Çocuklarımıza kendi yanlışlarımız veya şans eseri kötü giden şeylerden dolayı, başkalarını suçlamadığımızı gösterme ve bu konuda örnek olmak,
- Çocuklarımıza suçu başkalarına yüklemeye uğraşmak yerine, dikkatimizi sorunlara çözüm aramaya yoğunlaştırmayı göstermek ve bu konuda örnek olmak,
- Çocuklarımızı baskıyla doğru şeyler yaptırmaya zorlamak yerine, onlara yaptığımız doğru şeylerle örnek olma ve teşvik etmek,
- Yanlış birşey yaptıklarında, çocuklarımızla konuşmaya çalışmadan önce, sinirimiz yatışana kadar beklemek,
- Eşlerimizle, bütün aileyi rahatsız edecek ve çocukları endişelendirecek bir biçimde tartışmamak,
- Çocuklarımız sinirlendiğinde, kendimiz sinirlenmeden onların konuşmasına izin vermek. Bu onların, sinirlenmenin doğal birşey olduğunu ve bu konuda durumu kolaylaştırıcı bir şekilde konuşabileceklerini anlamalarına yardımcı olur;
- Çocuklar için adil ve tutarlı kurallar koymak,

Ne zaman uzman yardımına ihtiyacımız vardır?

- Eğer aile, olarak, bu sorunlarla başa çıkmakta zorlanıyorsak ve yapabileceğimiz şeyler konusunda kendimize güvenimizi yitirmişsek,
- Çocuğun rahatsız edici davranışları, eğitimine engel olursa veya kendilerinin ya da başkalarının zarar görmesine yol açarsa veya başları polisle derde girerse.

Çocuklarımızın yardıma ihtiyacı varsa ve biz onlara nasıl yardım edeceğimizi bilmiyorsak, neler yapabiliriz?

- Kendi dilinizde öneriler için, Transcultural Mental Health Centre Transcultural Akıl Sağlığı Merkezini arayınız,
- Öneri ve bilgi için, Westmead Çocuk Hastanesini arayınız,
- Çocuğunuzun okul danışmanı ile konuşunuz,
- Yerel toplum sağlık merkezini arayınız,
- Bölgenizdeki çocuk doktorları veya çocuk psikologları hakkında bilgi almak için, bir doktorla görüşünüz.

Transcultural Mental Health Centre

Tel: (02) 9912 3850 (during business hours)

Freecall for rural and remote areas of NSW 1800 648 911

Kids Help Line Free Call

Tel: 24hr 1800 55 1800

Printed August 2002