



# OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME

VELİ OTURUMU

# Olumlu Davranış Nedir?

# Olumlu Davranışta Amaç Nedir?

Olumlu davranış bireyin iş, toplum ve aile ortamlarında başarısını ve sosyal doyumunu artıran becerilerin tümüne denilmektedir.

Olumlu davranış geliştirmede amaç gençlerin istendik davranışlarının arttırılarak bu davranışları geliştirmek, desteklemek kabul edilebilir davranışları benimsemelerini sağlamaktır.

# Olumlu Davranışları Geliştirmek İçin;

- Kural koyarak sınırları belirlemek
- Hayır diyebilmek
- Tutarlı olmak
- Olumlu davranışları görmek
- Her zaman iletişim kurmak
- Öfke ile baş etme yollarını fark ettirmek
- Ceza yerine farklı yöntemler kullanmak
- Şiddetten uzak durmak
- Seçenekler sunmak
- Kişiliğe değil davranışa yorum yapmak

# Kural Koyarak Sınırları Belirlemek

konulan kuralların mutlaka mantığı olmalıdır.  
Olumlu dil kullanılarak kurallar anlatılmalı ve yapılması istenen şey belirtilmelidir.



# Kural Koyarken Dikkat Edilmesi Gerekenler

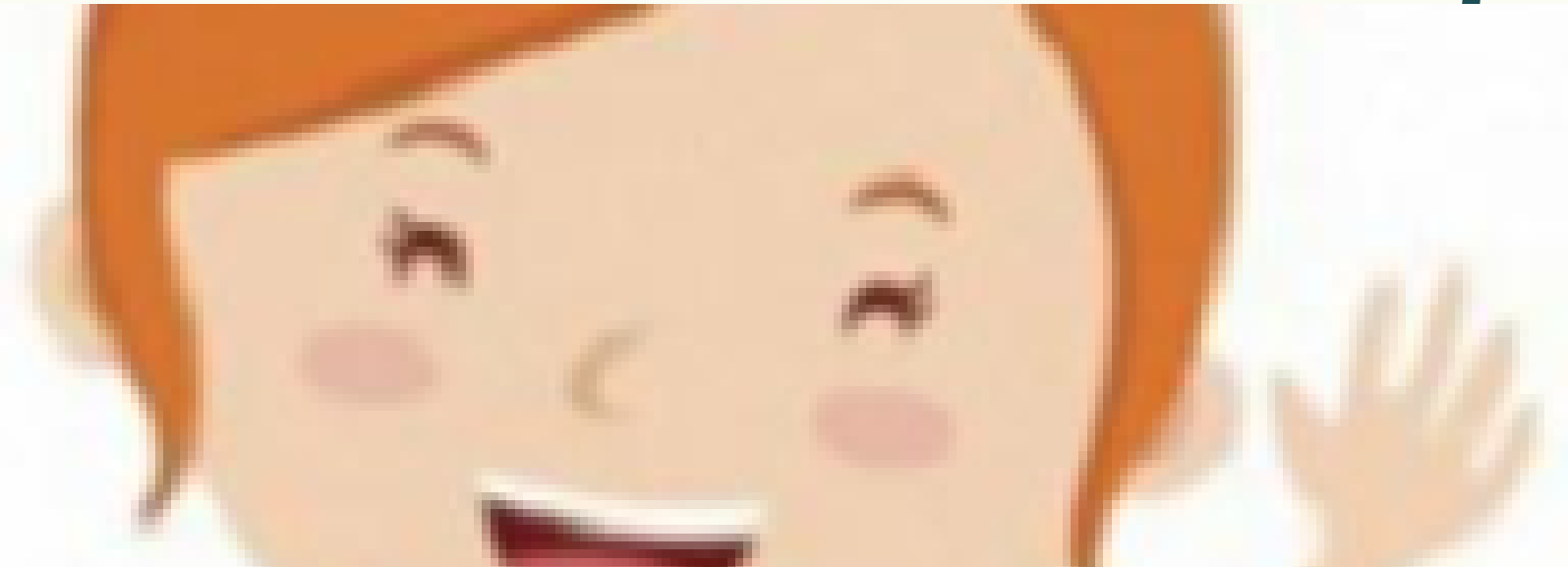
Her konuda kural konulmamalıdır.  
Fazla sayıda kural konulması  
kuralların hatırlanmasını  
güçleştirir.

Kurallara uygun hareket  
eden çocuk takdir  
edilmelidir.

Kurallara her zaman değil  
çoğunlukla uyulması  
gerektiği düşünülerek  
hareket edilmelidir.

Kural koyarken gerçekten  
ihtiyaç olup olmadığı  
sorgulanmalıdır.

Uyulmayan kurallar sakın ve  
net bir şekilde  
hatırlatılmalıdır.



# Hayır Diyebilmek

Çocuğunuzun mutluluğunu istiyorsanız bazı isteklerine hayır diyebilmelisiniz. Hayır denilen konularda net olmalı çocuğın tepkisine göre tavrınızı değiştirmemelisiniz.

HAYIR!



# Tutarlı Olmak



Ebeveynler kararlarda ortak bir anlayışa sahip olmalı, birinin koyduğu kuralı diğer ebeveyn bozmamalıdır.

# Olumlu Davranışları Görmek

Olumsuz davranışları görmek her zaman çok daha kolaydır. Önemli olan olumlu davranışları yakalamaktır.

Yakalanan olumlu davranışlar takdir edilmeli ve neden takdir edildiği anlatılmalıdır.

Takdir edilen davranışların görülme olasılığı daha yüksektir bu nedenle küçük olumsuz davranışlar görmezden gelinebilir.

Çocuğun iyi yönlerini, olumlu davranışlarını gösterebilmesi için ortamlar oluşturulmalıdır.



# İletişim Kurmak

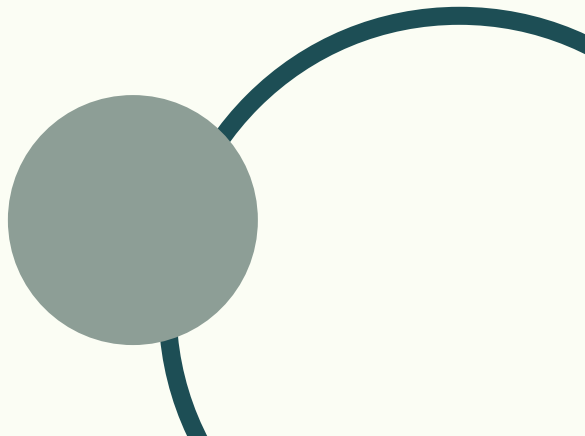
Anne babalar çocukla sadece problem durumlarında değil her zaman iletişim halinde olmalıdır. Sadece sorun halinde konuşmak problem davranışların görülme olasılığını pekiştirebilir.



Bu nedenle çocuklarla her zaman sağlıklı bir iletişim kurmak çok önemlidir.

# Öfke ile Baş Etme Yolları

Birlikte nefes egzersizleri yapabilirsiniz.



# Ceza Yerine Farklı Yöntemler

Ceza kısa vadede çözüm gibi görünse de uzun vadede sorunu çözmez ve doğru davranışı öğretmez.



Ceza yerine ödülden mahrum bırakma yöntemiyle çocuğun olumlu davranışı göstermesi için fırsat sağlanabilir.



# Şiddetten Uzak Durmak



Çocuğun olumsuz davranışında şiddet uygulamak ve bunun doğal olduğunu söylemek çocukta karşılaştığı sorunlarda şiddete başvurmanın normalleştirilebilir olduğu kanısına neden olabilir. Ayrıca çocukla iletişimde şiddete başvurmak benlik saygısının azalmasına ve çocukla aranızda duvar oluşmasına neden olabilir.

# Seçenekler Sunmak



**Çocuklar hayatlarında kontrol sahibi olmak isterler. Bu nedenle onların da söz hakkın olduğunu hissettirerek ve belli sınırlar çerçevesinde seçenekler sunarak karar verme sürecine destek olabiliriz.**

Çocuklarla ilgili konularda çocuk yok sayılmamalı onun da söz hakkı olduğu unutulmamalıdır. aksi taktirde çocuk ebeveyn çatışmalarını ortaya çıkabilir.

# Kişiliğe Değil Davranışa Yorum Yapmak

Çocuğun kendisinin değil davranışının yanlış olduğu belirtilmeli ve eleştiriler davranışlar üzerinden yapılmalıdır. Kiřilik üzerinden yapılan değerlendirmeler çocuğun özgüvenini zedeler. Çocuk kendi değerini ailesinin düşüncesine göre oluşturur.



**TEŞEKKÜR EDERİZ...**