



## SEÇENEK SUNMAK İNATLAŞMANIN DİRENCİNİ FRENLER

UNUTMAMALIYIZ Kİ TUTUMLARIMIZ ÇOCUĞUN GELECEKTEKİ KARAKTER YAPISINI OLUŞTURUR. SİZ BÜYÜKLER, ONLARIN İNATLAŞTIĞI KONULARDA ONLAR GİBİ DAVRANIP SÜREKLİ İNATLAŞIRSANIZ ÇOCUĞUNUZ İLERİKİ YAŞLARINDA İNATÇI VE TUTTURAN YAPISINI DEVAM ETTİRİR. İNATLAŞMA DURUMUNUN SIKLIKLA YAŞANDIĞI KIYAFET GİYME, YEMEK GİBİ KONULARDA ALTERNATİF SUNMAK İNATLAŞMANIN DİRENCİNİ CİDDİ ŞEKİLDE FRENLER. SEÇENEK SUNMAK, UZLAŞMA İÇİN EN ETKİLİ YÖNTEMDİR.

UZMAN PSİKOLOG VE PEDAGOG EBRU ŞEN  
Ekol Psikolojik Danışmanlık ve Eğitim Merkezi Kurucusu

Çocuk, aileye doğumdan itibaren adım attığında anne-baba için de uzun soluklu bir maraton başlamış olur. Yeni hayatlarına alışmaya çalışan çiçeği burnunda aile, baştaki zorlu süreçleri (bebeğin gazı, uykusu, beslenmesi vb.) atlattıktan sonra daha dingin ve sakin bir döneme erişir.

Bebeklik döneminin huzuru 18 ve/veya 24 ay civarı sekteye uğramaya başlar. Ebeveynler için her şey yerinde giderken çocuklarının davranışlarında gördükleri bu tersliğe başta anne babalar anlam veremezler. Karşılarındaki çocuk bir anda öfkelenip sinirlenmeye başlamış, istekleri konusunda aşırı inatçı davranıp tutturma nöbetlerine giren bir çocuk hâlini almıştır.

### Negativizm dönemi

Aslında bu dönem çocuğun gelişiminde önemli evrelerden biridir. 18 aydan 36 aya (hatta bazı çocuklarda 4 yaşa uzanan) kadar sürebilen bu döneme “negativizm dönemi” de denir. Aşırı ısrarların ve inatçılığın görüldüğü bu dönemde ebeveynler kendilerini kısıp almış gibi hissedebilirler. Gerçek şu ki; aslında bu inatçılık dönemi korkulmaması gereken geçici bir dönemdir. Bir çocuk dünyaya gelip bebeklik çağını atlattıktan sonra dünyada neler olup bittiğini anlamaya,



bunlardan bir anlam çıkarmaya, çevresini, kendini ve gücünü keşfetmeye çalışır. 18 ay itibarıyla artık çocuk çevresini keşif için kendi olanaklarını da kullanmaya başlar. İşte bu dönemde çocuklarınızın tepkilerindeki ve davranışlarındaki değişiklikler sizin için bir sürpriz oluşturmuş olabilir. Sürekli her dediğinize itiraz eden, her şeyi yardım istemeden inatla yapmaya çalışan, tutturan ve öfke krizine giren, bir türlü ikna edilemeyen çocuğunuz karşısında kendinizi yetersiz ve çaresiz hissedebilirsiniz.

Bu dönemin çocukları huysuz, inatçı ve katı olduğundan arzularının gerçekleşmesini anında isterler. Tuturmaya eğilim yüksektir. İkna edilmesi ve çevresindekilerle uzlaşması da zordur. Kendi istekleri ön planda olduğundan paylaşımları ve uyumlu geçinmeleri ise mümkün değildir. Bu yüzden bu dönem çocukları sıklıkla öfke nöbeti geçirip ağlarlar.

### **Benmerkezci dönem**

Çocuğun kendini dünyanın merkezinde gördüğü bu dönemi uzmanlar, “benmerkezci dönem” olarak

## **SİZ DE İNATLAŞMAYIN**

Peki, ebeveynler olarak çocuğun inatlaşmasında bizler ne yapacağız? Öncelikle unutmamalıyız ki bu dönemdeki tutumlarımız çocuğun gelecekteki karakter yapısını oluşturur. Siz büyükler, onların inatlaştığı konularda onlar gibi davranıp sürekli inatlaşırsanız, çocuğunuz da ileriki yaşlarında inatçı ve tutturan yapısını devam ettirir.

adlandırılır. Çocuğun kendisini başkalarının yerine koyamadığı, yaptığı olumsuz davranışların karşısındaki nasıl etkilediğinin farkına varamadığı bir dönemdir. Kendi duyguları ve istekleri ön planda olduğundan sizin ve çevrenin duyguları, beklentileri ile ilgilenmez. Ayrıca kendi düşünceleri ile başkalarının düşüncelerinin farklı olabileceğinin de farkında değildir. Çocuğun hareket kabiliyeti 2 yaş civarında hızla artar ve çocuk, çevreyi keşfe başlar. Merak, yüksek bir ivme kazanır. Gördüğü eşyaları ellemek, dokunmak, hissetmek ister. Elindeki tanıdık bir eşyayı bırakıp başka bir eşya almakta da tutucudur. Bu yüzden elindekini vermek istemeyerek her şeye “benim” diye inatla sarılır.

Aslında çocuğun bu zorlu döneminin ve bu dönemde yaptığı davranışların, onun kişiliğine önemli katkıları bulunmaktadır. Çocuğunuz yavaş yavaş bağımsızlaşmaya adım atar ve kendi kimliğini oluşturmaya başlar. Zamanla yalnızca kendisinin isteklerinin var olmadığını, çevresindeki kişilerin de duyguları ve düşünceleri olduğunu anlayacaktır. Bu da birey olma yönünde varlığının bilincine varacağı ilk adımlardandır.

### **Nasıl bir yol izlemeli?**

- 1- Her şeyden önce bu dönemin geçici ve önemli bir gelişim basamağı olduğunu aklınızdan çıkarmayınız.
- 2- Sabır ve tahammül ile ilgili sizin de bir sınavdan geçtiğinizi düşününüz; ki bu sınavda çocuğunuz sizi en iyi izleyen ve gözlemleyen kişi olacaktır. Model alma açısından lütfen bunu kendinize sıklıkla hatırlatınız.
- 3- Çocuğunuzun “çocuk” olduğunu unutmadan beklentilerinizi ayarlayın. Örneğin çocuğun zarar vermesine veya bizim ona sinirlenmemize neden olacak durumları ortadan kaldırmak, yine bizim görevimizdir. Kısaca buna “çevre düzeni” de diyebiliriz. Yani bizim için kıymetli bir eşyayı salonun ortasında çocuğun kolayca kırabileceği bir yerde bırakmak, karşılıklı ilişkiye zarar vermeye neden olur. Bazı anne babaların “Şimdiden görerek alışsın; ne kıymetli, ne değil bilsin.” gibi düşüncelerinde eksik olan kısım karşılıklarının “çocuk” olduğunu unutmalarıdır. Bu yaş grubu çocuk için pahalı-ucuz, değerli-değersiz





ÇOCUĞUN 2 YAŞ DÖNEMİNDE YAPTIĞI DAVRANIŞLARIN, ONUN KİŞİLİĞİNE ÖNEMLİ KATKILARI BULUNMAKTADIR. ÇOCUĞUNUZ BU ZORLU DÖNEMDE YAVAŞ YAVAŞ BAĞIMSIZLAŞMAYA ADIM ATAR VE KENDİ KİMLİĞİNİ OLUŞTURMAYA BAŞLAR. ZAMANLA YALNIZCA KENDİSİNİN İSTEKLERİNİN VAR OLMADIĞINI, ÇEVRESİNDEKİ KİŞİLERİN DE DUYGULARI VE DÜŞÜNCELERİ OLDUĞUNU ANLAYACAKTIR. BU DA BİREY OLMA YÖNÜNDE VARLIĞININ BİLİNCİNE VARACAĞI İLK ADIMLARDANDIR.

gibi kavramlardan haberdar olmak henüz gelişim basamağı açısından mümkün değildir.

- 4- İnatlaşmayı önlemek için önemli bir ipucu da günlük planınızın olmasıdır. Bu plan mutlak ve kati suretle çizgi dışına çıkılmamasını içermez. Ancak size ve çocuğunuza günlük rutin bir harita çizer ve aktiviteler arasında kolay geçiş sağlanır.

- 5- Çocuğumuzla konuşma dilimiz de çocuğun negativizmini ve inadını kırar. Sürekli “bunu elleme”, “hayır yapma”, “elindekini bırak”, “bununla oynama” gibi uyarılar yerine seçenek sunarak konuşmak fayda sağlar. Örneğin; çocuğunuzun elinde olmaması gereken bir eşyayı almak için “Topunu mu yoksa legolarını mı sana vereyim?” diyerek ilgiyi

ve dikkati farklı yöne kaydırıp elindeki istenmeyen eşyanın kolayca bırakılmasını sağlayabilirsiniz. Ya da çocuğunuzun elindeki önemli eşyayı yere vurduğunu, fırlattığını gördüğünüzde bunu bir oyuna çevirip “Haydi gel seninle yere tahta kaşık vurmaca oyunu oynayalım.” diyerek yine dikkati farklı bir noktaya çekip aynı heyecanı alabileceği sizin tarafınızdan daha kabul edilebilir bir oyuna geçebilirsiniz. Burada çocuğun amacının yaptıklarından aldığı haz olduğunu unutmadan, aynı hazı alması için sizin yönlendirmenize ihtiyaç duyduğunu kendimize hep hatırlatalım.

- 6- Çocuğunuzun yalnızca olumsuz tavırlarında değil, aksine olumlu davranışlarında da sözel geri bildirimler yapmayı ihmal etmemek de bu dönemin kolay atlatılmasında etkindir.
- 7- İnatlaşma durumunun sıklıkla yaşandığı kıyafet giyme, yemek gibi konularda seçenek sunmak inatlaşmanın direncini ciddi şekilde frenler. Seçenek sunmak, uzlaşma için en etkili yöntemdir. Örneğin; “Önce köfteni mi yoksa patatesini mi yemek istersin?”, “Kırmızı kazağımı mı yoksa mavi çiçekliyi mi giymek istersin?” tarzındaki konuşma dili ile çocuğunuzun inadı törpülenmeye başlayacaktır. Olası farklı durumlarda zaman zaman çocuğunuzun da bir kimliği oluştuğunu düşünerek kendi seçeneğiniz yerine onun seçimine de saygı duymalısınız.
- 8- Anne-babalık her çocuğunuzda yeniden keşfedilen bir serüvendir. Bu yolculuğunuzda amacınızın bağımsız, kendine yetebilen ve çevresiyle uyumlu ilişkiler kuran çocuk yetiştirmek olduğunu anımsayıp çocuğunuzun kendi kimliğini, karakterini oluştururken en önemli modelin de bizler olduğunu her daim hatırlayalım. Olaylar karşısındaki davranış ve tutumlarımızı çocuklarımızın rol model alacağını da unutmayalım. Çocuklarınızla geçireceğiniz neşeli günler dilerim...