

ÇOCUKLARDA İNAT

“HAYIRRRRR! HAYIRRRRR! HAYIRRRRR!...”

“Olmaz..., giymeyeceğim..., Yatmayacağım..., yapmayacağım..., istemiyorum... yemeyeceğim... vb” sürer gider.

Anne baba olarak herhalde en çok duyduğumuz kelimelerdir. Sanki otomatiğe bağlanmışçasına, hiç dinlemeden ya da anlamadan çocuklarımızın söyledikleri tek kelime “Hayır” olabilmektedir. Bazen de bu durum karşısında anne baba olarak kendimizi kilitlenmiş, çaresiz hatta sinirlenmiş hissederiz. Kendi kendimizi çocuğumuzun ne kadar inatçı olduğunu düşünürken buluruz.

Her çocuk bu dönemden geçer fakat çocuğun mizacına, anne-babanın tutumlarına bağlı olarak bazı çocuk bu dönemi daha sakin atlatırken, bazı çocuk da inatçılığın sınırlarını zorlayarak sık sık anne-babanın sabrını zorlar.

Bu “kriz” döneminde çocuklar; isyankâr, dengesiz, kararsız ve çoğunlukla olumsuzdurlar. Kısıtlanmayı sevmeyiz, çevrelerinden yardım istemezler, çabuk öfkelenirler, ağlarlar, söylenenin tam tersini yaparlar ve en önemlisi kendi başlarına başarmayı hedeflerler.

Bu dönemde çocuklar özerkleşmeye ve ailesinden bağımsız bir birey olmaya ve kendi tercihlerini kendilerinin yapabileceğini kanıtlamaya çalışırlar. Bu durum çok normaldir ve olması gereken bir gelişim özelliğidir.

İnatçılık dönemi; anne-baba olarak gerçekten de zorlanılan bir “kriz” dönemidir. En çok yakınılan ve baş etmekte güçlük çekilen bu dönem, çocuğun bireysel özelliklerine ve anne-babanın tutumlarına bağlı olarak kısa sürede azalabileceği gibi ileri yaşlara kadar aynı yoğunlukta devam edebilmektedir.

Doğal inatçılık döneminde çocuğun çok fazla üzerine gidilmesi, inadının kırılmaya çalışılması, annenin çocukla iletişiminin gergin olması, tuvalet eğitiminde hatalar yapılması, yemek yemesi konusunda fazla üzerine gidilmesi, anne-babanın genel olarak baskıcı ve ısrarcı olması, özellikle annenin aşırı titiz davranması ve ayrıntılara önem vermesi, mükemmeliyetçi anne baba tutumları, kardeşler arasında ayırım yapılması gibi tutum ve davranışlar, çocuklarda inatçılığın uzun yıllar devam etmesine sebep olabilmektedir.

Çocuklarımızdaki inatçı tutum devam ettiğinde anne baba olarak sanki bir çıkmaza girmiş gibi bazen çok zorlandığımızı hissederiz. Çocuğumuzun inatçı tutumuyla baş etmeye çalışırken anne-baba olarak işimizi kolaylaştıracak öneriler neler olabilir?

- Ailede ortak bir disiplin anlayışı oluşturmak yani anne-baba olarak işbirliği yapmak ve birlikte bir konuda aynı fikirde olduğunu göstermek net olduğunu mesajını verecektir.
- “Hayır” denilen bir konuda zorlamalara karşın pes edip “evet” demek çocuklara zorlayarak her şeyi yapabileceğinin mesajını vereceği için kararlı ve tutarlı davranmak gerekmektedir.
- “Hayır” denilen konuda, neden “hayır” denildiğini açıklamak; istenilen konunun neden yapılamayacağını net ve kısa bir şekilde anlatıp uzun ve tekrarlayıcı açıklamalarda uzak durmak gerekir. Aynı zamanda bu konuda çocuğun duygusunun da anlaşıldığının ifade edilmesi tepkinin azalmasını sağlayacaktır.
- İnatlaşmanın dışındaki zamanlarda çocuklara anne-baba olarak gerçek duygulardan bahsedildiğinde çocuklar kendini ifade etme yollarını öğrenmeye başlayacaklardır.
- Bazı durumlarda emir cümleleri kullanmadan seçenekler sunmak, çocuklarda karar verme becerilerinin gelişmesine yardımcı olacaktır. Aynı sonuca giden iki seçenek sunulduğunda çocuk kararı kendi verdiği için inatlaşma zemini oluşmadan çözüme gitmek kolaylaşacaktır. Örneğin; “Odanı çabuk topla” yerine “Odanı şimdi mi? Yemekten sonra mı toplayacaksın?” denildiğinde iki seçeneğin sonucunda da odanın toplanması vardır ve çocuk burada kararı kendi verdiği için inatlaşmaların sayısı azalacaktır.
- Sakin ve soğukkanlı olmakta çok önemlidir. Bir durum karşısında öfkeye yenik düşerek soğukkanlılığı yitirmek kesinlikle uzak durulması gereken bir davranıştır. Sakin ve kararlı bir ses tonu ile konuşmak çocuklara karşı tarafta olunmadığını, yanlarında ve kararlı olduğunu mesajını vermektedir.
- Tüm bunlara rağmen çocuk ağlayıp, tutturacaktır. Hatta zaman zaman öfkeli tepkiler gösterebilecektir. Anne babanın normal hayatına devam etmesi, “Ağlaman bittiğinde tekrar konuşabiliriz” gibi uzlaşmacı yaklaşması zaman içindeki ısrarcı tutumların azalmasını sağlayacaktır.

Sonuç olarak, bir davranışı değiştirmek için, tutarlı davranarak, sabırlı olmak gerekmektedir. Davranış değişikliği bugünden yarına kısa sürede kolaylıkla değişebilecek bir durum değildir. Tutarlılıkla, net bir duruş sergileyip sabırlı olmak püf noktasıdır.

Terakki Vakfı Okulları

Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi

Kaynakça:

Baldık Ömer, Ansiklopedik Eğitim ve Psikoloji Rehberi, Timaş Yayınları 2004
 Beil Brigitte, İyi Çocuk Zor Çocuk, Arkadaş Yayınları 2003
 Saygılı Sefa, Çocuklarda Davranış Bozuklukları, Elit Kültür Yayınları 2009
www.e-psikoloji.com
www.cocukvegelisimi.com