



Siz ve aileniz Kanada'ya yeni gelen bireyler olarak çok sayıda değişimden geçiyorsunuz. Bu durum tüm ailede strese ve kaygıya neden olabilir. Çocuklar kaygılandıklarında genellikle güç davranışlar sergiler. Söz dinlemeyebilir, kolaylıkla ağlayabilir, sizi hiç bırakmayabilir ya da uyumakta ve yemek yemekte sorun yaşayabilirler.

Çocuğunuz nasıl davranırsa davranışın tutarlı ve aynı zamanda anlayışlı, sabırlı ve sevgi dolu olmanız önemlidir.

Farklı Yaşlara Göre Farklı Davranışlar

BEBEKLER

- Bebekler duygularını bize söyleyemezler ancak bir şeyler ters gittiğinde bunu bize ağlayarak bildirirler. Ayrıca bebeğiniz sizinle "konuşmak" için sesler çıkarabilir.
- Ses tonunuz bebeğinizin yatışmasına yardım eder.
- Bir bebek bir şeyi döktüğünde ya da kırdığında bunda bir kasıt yoktur.
- Daha büyük bebekler yabancılarla birlikteyken kaygılı olurlar. Bu daha önce ebeveynlerinden hiç ayrı kalmadıysa daha doğrudur.

YÜRÜMEYE BAŞLAYAN ÇOCUKLAR (1-3 YAŞ)

- Yürümeye başlayan çocuklar duygularını pek fazla yönetemezler. Bir şeyler ters gittiğinde sizin onlara her şeyin yolunda olduğu konusunda güven vermenize ihtiyaç duyarlar. Göz yaşlarına hakim olamaz ya da sizden ayrılamazlar.
- Çocuğunuz kısa bir süreliğine de olsa onu bırakmaya çalıştığınızda bozulabilir. Geri gelip gelmeyeceğinizden emin olamaz ve siz yokken kaybolmuş gibi hisseder.
- Yürümeye başlayan çocuklar kendi dünyalarını keşfetmek ve yönetmek için bütün bedenlerini kullanırlar. Çarpabilir, vurabilir, çimdik atabilir, ısrabilir veya saç çekebilirler.
- Sözüünüzü dinleyebilmelerini beklemeyin.

OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLAR (3-6 YAŞ)

- Okul öncesi çocuklar sakinleşmeyi ve kendilerini yönetmeyi yavaş yavaş öğrenirler.
- Çocuğunuz istediğini almak için iletişim kurmayı zamanla öğrenir ancak kaygılı olduğunda bu yeni beceriler kaybolur.

Çocuklar Ne Zaman Yaramazlık Yapar?

Çocuklar genellikle bir şekilde stres altındayken yaramazlaşırlar. Stres yaratan durumlar şunlardır:

- anlayamadıkları güçlü duyguları olduğunda (örn. hayal kırıklığı, korku, kızgınlık, çaresizlik),
- güçlü ihtiyaçları olduğunda (örn. yorgun, aç, hasta olduklarında ya da acı duyduklarında),
- çevreleri kaotik olduğunda (örn. çok gürültülü, bunaltıcı olduğunda, diğer insanlar öfkeli olduğunda),
- yetişkinler ihtiyaçlarına ya da hislerine cevap vermediğinde (ya da cevap veremediğinde),
- kendilerini başka türlü nasıl ifade edebileceklerini bilmediklerinde ve
- sosyal güçlüklerle karşılaştıklarında (örn. bir oyuna katılmak paylaşmayı, yönetmeyi ya da takip etmeyi öğrenmek).

Çocuğunuza Davranışlarında Yardım Etmek için 10 Öneri

1. Eviniz sakin, rahat ve güvenli olsun, dağınık olmasın ancak oyun oynanabilsin.
2. Çocuğunuzun sakince dinleyin ve onunla konuşun.
3. Çocuğunuzla oyun oynarken göz hizasına inin ve ona tüm dikkatinizi verin.
4. Çocuğunuzun yaşına, becerilerine ve günün hangi saatinde olduğuna göre gerçekçi beklentilere girin.
5. Tahmin edilebilir bir rutininiz olsun. Herhangi değişikliğe gittiğinizde birkaç dakika öncesinde çocuğunuza haber verin. Rutininizde bir değişiklik olduğunda çocuğunuzun buna tepki verebileceğini dikkate alın. Güç zamanlar için önceden plan yapın (örn. alışverişe çıkmadan önce atıştırma ya da kısa uyku).
6. Çocuğunuzun davranışını ve yaramazlığa neyin neden olduğunu gözlemleyin. Çocuğunuz üzgün olduğunda erkenden fark edin ve onu rahatlatın.
7. Yaramazlığa yol açan durumlardan kaçının (örn. acele etmek, dikkat eksikliği, acıkmalarına ya da yorulmalarına izin vermek).
8. Net ve tutarlı sınırlarınız olsun ve bunları takip edin. Yaramazlığa sakince ve hemen müdahale edin.
9. Çocuğunuzda görmek istediğiniz davranışlar için model olun. Çocuğunuza vurmak yaramazlık yapmasını önlemez. Bu çok zararlıdır.
10. Çocuğunuzun bir durumla daha iyi başa çıkmasına yardım edin. (Örn. bir çocuğın oyuncasını aldığı anda ona bir başka oyuncayı teklif etmeyi ya da "Bununla oynayabilir miyim?" diye sormayı öğrenmesine yardım edin.)

Daha fazla birden çok dildeki ebeveyn bilgisi için cmascanada.ca/cnc/parents adresini ziyaret edin



SUPPORTING CHILD CARE IN THE SETTLEMENT COMMUNITY / SOUTIEN DE LA GARDE DES ENFANTS DANS LA COMMUNAUTÉ DE RÈGLEMENT

Funded by: Immigration, Refugees and Citizenship Canada / Financé par : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada