

# ŞİDDETİ ÖNLEMEK İÇİN NELER YAPMALIYIZ?

Çocuğunuz şiddet içeren davranışlar sergiliyorsa,  
Yoğun öfke patlamaları gösteriyorsa,  
Sizinle sürekli tartışıyor ve sözünüzü tutmuyorsa,  
Sorumsuz davranıyor ve genelde mutsuzsa,  
lütfen okuyun...

•Her şeyden önce evde şiddet içeren davranışlar sergilenmemelidir. (Evde fiziksel şiddet gören bir çocuk, varsa kardeşine şiddet uygulamakta, kardeşi yoksa okulda en ufak bir sorunda arkadaşına şiddet uygulamakta yada hayvanlara eziyet etmektedir.)

•Çocuğun istekleri saldırgan davranışlar sergilediğinde yerine getiriliyorsa, çocuk isteklerini yaptırmak için şiddeti araç olarak kullanmaya başlar. Saldırganlık içeren davranışların asla kabul edilemeyeceği çocuğa açık, net bir şekilde belirtilmelidir.

•Çocuğa, saldırgan davranışın olumsuz yanları gösterilmelidir. Şiddet uygulayanların güçlü olmadığı aksine öfke yönetimi ve iletişim becerileri konusunda daha zayıf oldukları çocuğa anlatılmalıdır. Gerçek gücün iletişim kurarak çözüm bulmak olduğu vurgulanmalıdır.

•Saldırgan davranışlar kesinlikle fiziksel şiddetle cezalandırılmamalıdır. Fiziksel cezalar uzun süre devam ettiğinde, çocukta sorumsuzluk, asilik gibi olumsuz davranışlar gelişir. Şiddete şiddetle karşılık verilmemesi gerektiği anlatılmalı ve gösterilmelidir.

• Saldırgan davranışlar ortaya çıktığında, yetişkinler sakin kalmaya çalışmalıdır, çocuğa karşı şiddet uygulamamalıdır. Öfkeliyse öfkesinin geçmesini beklemeli ve sakinleştikten sonra çocukla ciddi bir konuşma yapmalıdır.

•Çocuk yoğun öfke tepkileri gösterdiğinde ebeveyn net bir şekilde 'bu şekilde davrandığında seninle iletişim kuramam ve sana yardımcı olamam' gibi tepkiler vermelidir. Öfkeye öfke ile karşılık vermemeli ve sakinleştikten sonra çözüm aramalıdır.

•Televizyonda ve internette şiddet içeren dizileri,filmleri izlemesine izin verilmemelidir. Şiddet filmlerinin gerçek yaşamın modeli olamayacağı, kurmaca olduğu, gerçek hayatta birçok yaptırımının ve zararının olduğu anlatılmalıdır. Şiddetin toplumsal ve dini açıdan oluşturacağı sonuçlar çocuğa anlatılmalıdır.

•Çocuğun şiddet içeren oyunlar oynamasına müsaade edilmemelidir. Küçük yaşlarda silah gibi oyuncaklar alınmamalıdır.

•Çatışma anında konuşmaya, söylenmeye, bağırmaya başlamadan önce 5-10 dk durulmalıdır. Kendinize ve çocuğunuza düşünmek için zaman vermeniz en doğru olanıdır.

•Çocuk sürekli olumsuz davranışlar sergilemeye başladıysa herhangi bir spor dalına yönlendirilmeli ya da hobileriyle uğraşmasına fırsat tanınmalıdır.

•Çocuğun yoğun olumsuz davranışları varsa ev içerisindeki aile içi iletişime dikkat edilmelidir. Negatif bir atmosferin olduğu,sürekli olumsuz konuların konuşulduğu bir aile ortamında yetişen çocukların uyumsuz davranışlar sergileme ihtimali daha yüksektir.

•Çocuğun yaşı ne olursa olsun ona zaman ayrılmalıdır, eleştirmeden, yargılamadan dikkatle dinlenilmelidir. Çocuk ailesi tarafından her zaman sevildiğini hissetmelidir. *Olumsuzlukları kırmanın en önemli yolunun iletişimi kuvvetlendirmek olduğu unutulmamalıdır.*

•Anne babanın çocuklar arasında kıyaslama yapması çocuğun daha az sevildiğini düşündüreceğinden olumsuz duygu ve davranışlarını artırır. Anne-babanın kardeş çatışmalarında taraf tutmaması önemlidir.