

Çocuklara Uygun Davranışlar Kazandırmada «Davranış Değiştirme Yöntemi»

Y. Doç. Dr. Süleyman ERİPEK (*)

Giriş

Anne, baba ve öğretmenlere, çocuklardaki uyumlu davranışları sürekli kılmak ve uygun olmayan davranışları iyileştirmek (düzeltmek) konusunda bugüne değin pek çok yöntem önerilmiştir. Son yıllarda «Davranış Değiştirme», bunlar içerisinde adından en sık söz edilen ve uygulanan bir yöntem olarak dikkati çekmektedir.

Davranış biçimlendirme (behaviour modification), davranış yönetimi (behaviour management) ve davranış terapisi (behaviour therapy) yaklaşık aynı anlamlarda kullanılan terimlerdir. Hepsi de bireyin davranışlarını etkileme ya da değiştirme yönünde yapılan sistematik girişimleri tanımlamaktadır.

Bu yazıda, davranış değiştirmenin temel kural ve yöntemleri üzerinde durulacaktır.

Temel Kurallar

Davranış değiştirmenin temel kuralları beş ana grup altında toplanabilir. Bunlar :

1. Belirli bir davranış, çocuk için hoşnutluk ya da ödül getiriyorsa, çocuk o davranışı tekrarlayacaktır. Hakan, öğretmenin eteğini çekiyor. Öğretmen onunla ilgileniyor. Hakan ne zaman öğretmenin kendisiyle ilgilenmesini isterse onun eteğini çekecektir.

2. Eğer bir davranış, olumlu ya da olumsuz hiçbir sonuç getirmez ise çocuk bir daha bu davranışı tekrarlama eğiliminde olmayacaktır. Gülce, bağırarak ağlıyor. Ağlamasının nedeni, annesinden bebek istiyor. Annesi ona bebeği vermiyor. Gülce, bir daha ki sefere bebeği istemek için ağlamak yolunu seçmeyecektir.

3. Eğer belirli bir davranış, çocuk için hoş olmayan olumsuz sonuçlar getiriyorsa, çocuk bu davranışı tekrarlamaktan kaçınacaktır. Önder, kedinin kuyruğuna çekiyor. Kedi onu tırmalıyor. Önder bir daha kedinin kuyruğunu çekmeyecektir.

(*) Açık Öğretim Fakültesi, Eğitim İletişimi ve Planlaması Bölümü.

4. Eğer bir davranış bazan olumlu sonuçlar getiriyor, bazan da olumlu ya da olumsuz hiçbir sonuç getirmiyorsa, çocuk davranışını olumlu sonuç alana değin ısrarla sürdürmeye devam edecektir. Gözde, ne zaman canı bir şey istese, bunu bağıracak dile getiriyor. Annesi genellikle onu umursamıyor. Ama bazan sabrı taşıdığında Gözde'nin isteğini yerine getiriyor. Gözde bundan sonra canı bir şey istediğinde daha sıklıkla ve daha yüksek bir sesle bağıracaktır.

5. Çocuk tarafından sıklıkla ve sürekli olarak tekrarlanan bazı davranışların sonuçları, yetişkinler tarafından açıklıkla görülmesi de durum çocuk için hiç de öyle olmayabilir. Hakan, sınıfta sürekli olarak ayağından ayakkabısını çıkarıyor. Öğretmeni her defasında onu ayakkabısını ayağına giymesini için uyarıyor. Bu örnekte ayakkabı eğer Hakan'ın ayağını rahatsız etmiyorsa, Hakan öğretmenin uyarısından ilgi çekmenin bir yolu olarak hoşlanıyor olmalıdır. Aksi halde ayakkabısını ayağından çıkarması için bir nedeni olmazdı.

Bütün bu temel kural ve örnekler, çocuğun davranış sonuçlarının, onun davranışlarını etkileme ve biçimlendirmede ne denli önemli rol oynadığını göstermektedir. Dolayısıyla **davranış değiştirme bir bakıma, çocuğun davranış sonuçlarını kontrol etmek olmaktadır.** Eğer öğretmen, Hakan eteğini çektiğinde onunla ilgilenmeseydi, Hakan bu davranışını terk edecekti. Eğer Gülce'nin annesi, Gülce ağladığında ona istediği oyuncakı verse idi. Gülce her oyuncak istediğinde ağlamak alışkanlığını edinecekti. Eğer kedi, Önder'i tırmalamasaydı, Önder büyük bir clasılıkla kedinin kuyruğunu çekmeye devam edecekti. (Kedi Önder'i tırmalamakla, bilinçsiz de olsa Önder'in davranışını kontrol altına almış oldu). Eğer Hakan'ın öğretmeni, onun ayakkabısını çıkardığını görmemezlikten gelseydi ya da onu bu konuda uyarmasaydı, Hakan ayakkabısını çıkarmaktan bir süre sonra vazgeçecekti.

Yöntem

Görüldüğü gibi çocukların gösterdikleri çoğu davranışlar, belirtilen bu davranış sonuç ilişkileri içerisinde öğrenilmektedir. Anne, baba ve öğretmenlerin bu durumu gözünde bulundurarak çocuklardaki uygun davranışları değerlendirmeleri ve cesaretlendirmeleri, uygun olmayan davranışları ise tersine cesaretlendirmemeleri gerekir. Bu konuda temelde şu iki yöntem önerilmektedir :

1. Çocuğun uygun davranışlarının olumlu karşılanması ve ödüllendirilmesi. Bu ona ilgi gösterilmesi, sorularına yanıt verilmesi, bulunduğu davranıştan hoşlanıldığının söylenmesi, kucaklanması, gü-

lünmesi, okşanması, kendisine hoşlandığı bir yiyeceğin verilmesi ya da bunların birleşik şekilleri olabilir.

2. Çocuğun uygun olmayan davranışlarının olumsuz karşılanması ve cezalandırılması. Bu çocuğa olumsuz yaşantılar kazandıran pek çok şekilde olabilir. Hoşlandığı etkinliklerden yoksun bırakılabilir, imtiyazları kısıtlanabilir, bir köşede ayakta dikilmesi istenebilir, eline ya da kaba yerine vurulabilir. Kısacası çocuk olumsuz yaşantılarla yüz yüze getirilir ya da onun için iyi olandan hoş olandan uzaklaştırılır.

Şunu daima akılda bulundurmak gerekir : **Davranışın gelişimini etkilemek, öğrenilmiş davranışı etkilemekten çok daha kolaydır.**

Yararlanılan Kaynaklar :

Johnson, V. M. ve Roberta A. Werner. **A Step-by-Step Learning Guide for Older Mental Retarded Children.** New York : Syracuse University Press, 1977.

Press, A. O. **Psychological Disorders of Children «A Behavioral Approach to Theory. Research and Theory,** Tokyo : Mc Graw-Hill Kogakusha LTD. 1981.