**ÖFKE NÖBETLERİ VE SALDIRGANLIK DAVRANIŞLARIYLA BAŞ ETME**

 Otizmli ve zihin engelli çocukların öfke nöbetleri ve zarar verici davranışları, genellikle istedikleri bir şeyi elde edemediklerin, günlük rutinleri bozulduğunda, kendilerini baskı altında hissettiklerinde, kendilerini ifade etmedeki zorluklarda, mide ağrısı gibi sağlık sorunları olduğunda bazen de tam olarak bilinemediği zamanlarda ortaya çıkabilmektedir. Öfke nöbetleri ve zarar verici davranışların, otizmli çocukların çevrelerinde olup biteni anlayamamalarından dolayı yaşadıkları kaygı nedeniyle de ortaya çıktığı düşünülmektedir. Öfke nöbetleri ve zarar verici davranışlar sonucunda çocukların öğrenme yaşantıları ve sosyal ilişkileri de olumsuz yönde etkilenmektedir.

Peki çocukların öfke nöbetleri ve saldırgan davranışlarıyla karşılaştığımızda ne yapmalıyız?

**1-** Öncelikle öfke nöbetini tetikleyici etmenler varsa bulunmalı ve mümkünse ortadan kaldırılmalıdır.

**2-** Çocuğun davranışları karşısındakileri asla korkutmamalıdır.

**3-** Çocuğun bunu başkalarına zarar vermek için yapmadığı, bunun kendini ifade etme biçimlerinden biri olduğu düşünülmelidir.

**4-** Çocuğa kendini ifade edecek beceriler kazandırılmalıdır. Konuşamayan bir çocuğa, istek ve ihtiyaçlarının resimlerinin olduğu bir defter hazırlanabilir (PECS yöntemi gibi).

**5-** Öfke nöbeti süresince mümkün olduğunca sakin kalınmalıdır. Öfke nöbeti bittikten 2-3 saniye sessiz kaldıktan sonra çocuğun bu davranışı dikkate alınmalı ve övülmelidir ( Aferin, şimdi sakin oturuyorsun gibi) Yani çocuk öfke nöbeti yaşamasından dolayı cezalandırılmamalı, öfke nöbeti bitince de sakinleştiği için ödüllendirilmelidir.

Öfke nöbeti sırasında çocuk kendine ve çevresine zarar veriyor ise:

**1-** Mümkünse çocuk etrafta sivri ve kesici şeylerin olmadığı sakin bir ortama alınmalıdır.

**2-** Çocuk yetişkin tarafından kucağa alınmalıdır. Sırtı yetişkinin göğsüne gelecek, kafası yetişkinin çenesine 10 cm. altında kalacak – eğer çocuk kafa atarsa, yetişkinin çenesine ve kafasına zarar vermesin- şekilde bacakları yetişkinin bacaklarının arasında kalacak şekilde, sımsıkı tutulmalı, sıkıca sarmak yoluyla kontrol edilmelidir. Öfke nöbeti ve saldırganlık geçinceye dek, çocuğun enerjisi bitip sakinleşinceye kadar tutmaya devam edilmelidir. Bu arada unutulmaması gereken önemli bir faktör , yetişkinin çocuğa sözel müdahalede bulunmayıp sakin tutumunu sürdürmesidir.

 **Seda SÜRME**

**Rehberlik Öğretmeni**