

## ÇOCUKLARDA İNATLAŞMA

İnatlaşma hemen hemen her insanda duruma bağlı olarak ortaya çıkabilecek bir davranış biçimidir. Çocuklarda gözlemlenen inatçılık ise altında yatan belli bir sebebi olmadan bir harekette, davranışta veya düşüncede ısrar etmesidir. Aslında inatlaşma çocuğun duygusal gelişiminin bir parçasıdır ve özellikle benmerkezci sürecin baskın olduğu okul öncesi sürecinde sıklıkla gözlemlenebilir.

### **Kritik dönemler...**

Bebeklikten çıkmaya başlayan çocuk etrafında olan olayların farkına varmaya, bilinçlenmeye başlar ve onun için artık 'bu evde ben de varım' düşüncesi gelişir ve kendisini kabul ettirmeye çalışır. Bu nedenle aslında çocukta görülen inatlaşma kimlik gelişiminin bir parçasıdır. Bu dönemde çocuklarda söz dinlememe, her şeyi reddetme, direnç gösterme, istediği bir şey olmadığında ağlama krizleri gözlemlenebilir. Bebeklik döneminde oldukça uyumluken aniden agresif, ne istediğini bilemeyen zorlayıcı bir kişiliğe bürünebilir. Özellikle 2- 4 yaşları arasında çocuk yardım istemez, her şeyi kendi başına yapmak ister, ancak anne ve babaya ihtiyacı olduğunun da farkındadır. Bu yüzden farklı kutuplar arasında gidip gelir, çoğu zaman çocukların yaşadığı ani duygu değişimlerinin sebebi budur.

Çocuklar kurallı ortamlarda kendilerini daha güvenli hissetseler de genelde sınırları zorlama ve ailelerinin sabırlarını ölçme eğiliminde olabilirler, kendilerince sınırlarını ne kadar zorlayacaklarını test etmek isterler. İnatlaşma sürecine giren çocuk kimi zaman neyi ne için istediğini bilmemesine rağmen direnç göstermek adına inatlaşabilir. Bu durum çocuk ve ailenin karşı karşıya gelmesine ve aralarındaki ilişkinin bozulmasına neden olabilir. İnatlaşma döneminin süresi ve şiddeti her çocukta değişkenlik gösterebilir ve aile tutumlarıyla oldukça ilgilidir. İnat tutumunun isteklerinin gerçekleşmesinde işe yaradığını gören çocuk bu davranışa devam eder. Burada ebeveynlerin çocuğuna karşı tutarlı davranması önem taşımaktadır. Bu nedenle önceden 'hayır' dediğiniz bir şey için 'sırf çocuğunuz ağlıyor diye 'evet' dememeye özen gösterin. Tabi ki bunu sadece bir kişinin değil, çocuk ile ilgilenen herkesin aynı şekilde uygulaması gerekmektedir. Aksi takdirde çocuk tutarsızlığı fark ettiğinde direnmeye devam edecektir böylece istenilen olumlu davranışın kazanılmasına ket vurulmuş olunacaktır. Böyle

bir durumda çocuğunuza kararlı ve yumuşak bir ses tonuyla istediği şeyi neden yapamayacağını açıklayın ve tıpkı onun gibi kendinizin de üzülüğünü belirtin. Burada çocuğun karşısındaki yetişkinin kendisiyle empati kurduğunu ve anlaşıldığını hissetmesi son derece önemlidir. Bunu hisseden çocuk uzlaşma eğiliminde olacaktır.

### **Dikkat çekme...**

Bazen çocuk anne ve babasına karşı tavır alma ya da onların ilgisini üzerine çekmek için inatlaşma davranışını gösterebilir. Annesi ve babasından yeterli düzeyde ilgi göremeyen çocuklar bir süre sonra inatlaştığı zamanlarda fark edildiğini görebilir ve dikkat çekme amaçlı inatlaşma davranışını göstermeye başlar. Böyle durumlarda çocuğun duygularını dinlemek ve anlamaya çalışmak, duygusunu anlatmasına yardımcı olmak ve öfke duygusunu hissetmesinin doğal olduğunu anlatabilmek önem taşımaktadır. Burada anne ve babanın duygularını konuşabiliyor, anlatabiliyor olması çocuğa rol model olma açısından son derece kıymetlidir.

Çocuklara her konuda olduğu gibi inat tutumu ile ilgilide model olmak çocuğun bu dönemi kalıcı etkiler olmadan atlattığı adına oldukça önemlidir. İnat davranışı karşısında benzer ya da daha kuvvetli bir tepki ile karşılaşan çocuk bu durumun doğal olduğunu görmeye başlar. Böyle durumlarda ortamı sakinleştirecek kişi her zaman yetişkin olmalıdır, 3 yaşında olan bir çocuktan böyle bir olgunluk beklemek gerçekçi ve adil olmayacaktır. İşte tam da bu yüzden aileler bu dönemde gerçekten sabırlı olmalı, ani tepkiler vermekten kaçınmalıdır. Bu dönemde ailelere düşen en önemli etken bu inatlaşmalar karşısında sabırlı olabilmektir. Çocuklarının gelişim döneminin bir parçası olan inatlaşma sürecinde olduğunu ve bunun doğal bir süreç olduğunu hatırlamak ebeveyni rahatlatacağı gibi sabırlı olmalarını kolaylaştıracaktır.

### **Öneriler**

- Çocuğunuza kuralları net bir şekilde açıklayın, bazı kuralları çocuğunuzla birlikte koyun. İçinde kendi fikirlerinin olduğu bir kurala uyması çocuk için daha kolay olacaktır.
- Açıklama yapmanıza rağmen inat davranışı devam ediyorsa görmezden gelebilirsiniz yine de vazgeçmiyorsa dikkatini başka bir yöne çekmeye çalışmak uygun olacaktır.

- İstemediğiniz bir durumu konuşurken çocuğunuza değil yaptığı davranışa odaklanın örneğin 'beni sinirlendiriyorsun' demek yerine, 'oyuncaklarını toplamadığında sinirleniyorum' diyebilirsiniz. Böylece aslında rahatsız olduğunuz şeyin çocuğunuz değil onun davranışı olduğu mesajını vereceksiniz. Bu durum çocuğunuzun sizi anlamasını kolaylaştıracaktır.
- Evdeki genel atmosferin olumlu olması önemli, çocuğunuzla konuşurken olumlu cümleler kullanmaya çalışın 'ağlamayı bitir' demek yerine 'ağlayarak konuştuğunda seni anlayamıyorum' demek daha etkili olacaktır.
- İnat davranışı devam ettiği takdirde yaptığı davranışın sonucunu yaşamasına izin verin. Örneğin oyuncaklarını toplamaması ve kaybetmesi gibi.
- Ev içerisinde kural ve sınırların yanında özgürce hareket edebileceği alanlar yaratın, bazı konularda kendi kararlarını almasına olanak sağlayın, böylece çocukta 'birey olarak görülüyorum' hissi yaratılacağı için uzlaşması kolaylaşacaktır.
- Sürecin bir otorite savaşına dönmesine izin vermeyin uzlaşmacı yaklaşımınızla çocuğunuza örnek olun, özellikle bu dönemde ebeveynlerin kendi inatçı yönlerini bulup çözümleneleri çocuğun gelişimi açısından da olumlu bir etki yaratacaktır.

## Kaynakça

1. <https://okul.com.tr/aileler-icin/makaleleri/cocuklarda-inatlasma-nedir-cozum-onerileri-nelerdir-400>
2. Bu makale [Andaç Öztürk](#) tarafından 14 Mayıs 2018 tarihinde yazılmıştır.
3. <http://www.maviailedanismamerkezi.com/makale/irem%20f%C4%B1rat/%20%C3%87ocuklard a%20%C4%B0natla%C5%9Fma%20/137/3>
4. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/197987>
5. Zorlutuna, Ebru. Okul öncesi psikoloğuna sorulan 100 soru cevap. İstanbul: Sola Yayınları, 2018. Baskı.