

Çocuk ve Ergen Danışmanlığı

Çocuk ve Ergen danışmanlığı 0-18 yaş arası çocuk ve ergenlerin gelişimsel, ruhsal, bilişsel, akademik ve sosyal alanlardaki zorlukları ile ilgilenen bir gelişim psikolojisi dalıdır. Oldukça geniş bir görev alanı olan çocuk ve ergen psikolojisi doğumdan ergenlik döneminin bitimine kadar sağlıklı gelişimin sağlanması ve var olan bozuklukların rehabilitasyonu veya terapötik müdahaleler üzerine kurulu bir danışmanlık modelini içerir.

Okul öncesi dönemde çocuk ve ergen psikolojisinin en çok karşılaştığı sorunlar arasında gelişimsel problemler yer alır. Özellikle konuşma problemleri bu dönem sık karşılaşılan sorunlardandır. Konuşmasının akranlarına göre geç başlaması, konuşma akıcılığının ve içeriğinin geride kalması ailelerin en sık dikkatini çeken gelişimsel problemlerdir.

Konuşma geriliği ile getirilen bir çocukta bu durum hafif bir gelişimsel gecikmenin yansıması olabileceği gibi, otizm gibi önemli bir nörogelişimsel bozukluğun ilk belirtisi olabilir. Çocuğun konuşma geriliğinin yanında göz teması kuramaması, ismini seslendiğinizde hemen bir tepki vermemesi, kendi dünyasında yaşıyor gibi görünmesi, akranlarına ve diğer insanlara ilgi göstermemesi, el çırpma ya da kanat çırpma gibi tekrarlayıcı hareketler yapması otizmden şüphelenmeye sebep olan belirtilerden en önemlileridir. Böyle bir şüphenin varlığı durumunda vakit kaybedilmeden terapi ve eğitim oturumlarının düzenlenmesi önemlidir.

Bazen aileler çocuklarının özellikle 1,5-2 yaş sonrasında çok inatlaşmasından, söz dinlememesinden, istediği olmadığı durumlarda öfke nöbeti geçirmesinden yakındıkları için çocuk ve ergen danışmanlığına başvurabilirler. 1,5-2 yaş sonrası bireyleşme, anneden ayrılma, kendi vücudunu tanıma ve kontrol etme özelliklerinin gelişmesine bağlı olarak bu dönem çocukları daha inatçı ve baş edilmesi zor olabilirler. Bu

durumlarda anne ve babaların ya da bakım verenlerin çocuk gelişimi ile ilgili bilgilendirilmeleri, kriz dönemlerinde neler yapabilecekleri ile ilgili yönlendirilmeleri son derece önemlidir. Durumu nasıl kontrol edebileceğini bilen anne babalar bu dönemi daha rahat ve çocuklarının gelişimini keyifle izleyerek yönetebilirler.

Anaokulu ve ilkokul dönemlerinde çocukların artık belli toplumsal kurallara uyabilmeleri, sorumluluk duygularının yavaş yavaş gelişmeye başlaması, ödev yapma gibi becerileri yerine getirmeye başlaması beklenir. Bu dönemde çocuklar arasında en çok dersleri dinleyememe, sırasında oturamama, ödev yaparken çabuk sıkılma gibi belirtiler yaşanabilir. Ayrıca arkadaş ilişkisini sürdürmemeye, arkadaşlarına zarar verme gibi davranışsal zorluklar bu döneme eşlik edebilir. Çocukların dikkat dağınıklığı, hareketlilik ve dürtüsellik gibi bozukluklar açısından bu dönemde değerlendirilmeleri gerekebilir.

Okula başlamada ailelerin ve çocukların sık karşılaştığı sorunlardan biri de anne ve babadan ayrılma zorluğudur. Normal gelişen bir çocuğun okula başlamasının ardından yaklaşık bir ay kadar zorluk yaşaması, annesini yanında istemesi, sınıfa girerken kaygılanması hatta ağlaması normal karşılanır. Ancak zaman içinde çocuğun bu zorluğa da uyum sağlaması ve okula devamını sürdürebilmesi, arkadaş ilişkileri kurması beklenir. Çocuk bu becerileri göstermekte zorlanıyorsa mutlaka bir psikolog tarafından değerlendirilmelidir.

Bazı çocuklar yapısal olarak diğerlerinden daha kaygılı bir mizaca sahip olabilir, daha temkinli, bir işi yapmadan önce durup düşünen çocuklar vardır, bu bir mizaç özelliği olarak kabul edilebilir. Ancak çocuğun sürekli kaygı içinde olması, her an çevreden bir zarar göreceği gibi hissetmesi, gelecekle ilgili kaygılanması, huzursuz ve tedirgin görünmesi, gece uykuya dalmakta ve sürdürmekte zorluk yaşaması normal değildir. Mutlaka kaygı bozuklukları yönünden değerlendirilmelidir.

Bazı çocuklarda takıntılı olurlar. Ellerini sık sık yıkaması, çantasını birçok kez kontrol etmesi, kapıdan geçtikten sonra bir kez daha geçmesi ya da sık sık yaptıklarını kontrol etmesi gibi takıntılı davranışlar geliştirebilirler. Takıntılar bir çocuğun zamanını, enerjisini ve işlevselliğini bozuyorsa mutlaka rahatsızlık olarak kabul edilmesi ve psikoloğa başvurulması gerekir. 6-7 yaş ve sonrasında tikler de çocuklarda daha sık görülmeye başlar, hafif ve arada sırada oluşması çocuk için sorun oluşturmayabilir, ancak çocuğun uyumunu bozacak, işlevselliğini etkileyecek şiddette olması durumunda geç kalınmamalıdır.

Ergenlik, çocuğun eski çocuksu özelliklerinden yavaş yavaş sıyrıldığı, hızlı bir beyin yapılanmasına girdiği ve yetişkinliğe adım atmada kilit önem taşıyan bir dönemdir. Bu dönemde çocuklar bedenen olduğu kadar, zihinsel ve davranışsal olarak da değişirler. Duygularını daha yoğun yaşamaya, onları kontrol etmekte zorlanmaya başlarlar. Kendilerinin ayrı bir birey olduğu ve bir kimlik geliştirmek durumunda oldukları bir döneme girerler. Anne ve babalar için de bu yeni ergene alışmak zor olabilir, küçük ve kontrol edebildikleri, sözlerini dinleyen çocuklarının asileştiğini, yalnız kalmak istediğini ve kendilerinden uzaklaştığını fark edebilirler. Aslında bu dönem beynin yeniden yapılanması nedeniyle çocuğun birçok değişim yaşadığı bir dönemdir ve aile bu değişimlere hazırlıklı olmak durumundadır. Anne ve baba bu dönemde neler yapmaları gerektiğini öğrenmek için çocuklarıyla birlikte bir değerlendirme ve bilgilendirilmeden geçmek isteyebilirler.

Çocuk ve ergenlik yaş dönemlerinde daha ciddi ele alınması gereken durumlar da vardır. Bunlar çocuğun ve ergenin davranışlarının, konuşmasının ve görünüşünün büyük oranda değişmesi ile gelişen durumlardır. Daha küçük yaşta olan çocuklar için kazanılmış olan bilgi ve becerilerinin zaman içinde kaybolmaya başlaması, çocuğun konuşma içeriğinin azalması, söylenenleri anlamıyor gibi görünmesi, kontrolsüzce davranmaya başlaması, bilinçsizce evden çıkıp gitmesi gibi

belirtiler ciddi psikolojik problemleri akla getirir ve bu çocukların tedavi ve terapi oturumları düzelenmelidir. Ergenlik dönemindeki bir çocuğun içine kapanması, temizliğine hiç önem vermemesi, sürekli bir şeylerden şüpheleniyor gibi davranması, geceleri uyuyamaması, yemek yemeyi reddetmesi gibi durumlar da ciddi psikolojik problemleri beraberinde getirir.

Görüldüğü gibi çocuk ve ergen psikolojisi çok geniş bir alana sahiptir ve yukarıda sayılanlar dışında pek çok durumda çocuk ve ergen psikoloğuna başvurmak gerekli olabilir. Çocuk ve ergen yaş grubu gelişimsel özellikleri nedeniyle erişkinlerden farklı olarak değerlendirilmeli ve değerlendirmeyi bu alanda uzmanlaşmış psikologlar yapmalıdır. Çocuk ve ergenlerin psikolojik-pedagojik değerlendirmesi, çocuk, aile ve öğretmenlerden alınan bilgiler, çocuk için gerekli bir takım test ve tekniklerin uygulanması çocuk ve ergen danışmanlığını içermektedir. Tüm değerlendirmeden sonra çocuk ve ergen için uygulanacak bir yol haritası çizilir ve çocuk ve aile bilgilendirilir.

Çocuklarda ortaya çıkabilecek duygusal, davranışsal ve gelişimsel sorunların fark edilmesi ve çözülebilmesi için psikolojik destek almak çocukların sağlıklı gelişimini desteklemek açısından oldukça önem taşır. Danışmanlık ve terapi süreci çocukların duygularını ve düşüncelerini fark etmesi ve ifade etmesi, yaşadıkları sorunları tetikleyen faktörlerin belirlenmesi ve çocuklara yaşadıkları sıkıntılarla başa çıkma becerisi kazandırmayı amaçlar. Randevu ve danışmanlık için 0212 537 61 60 numaralı telefonumuzdan, bizimle iletişime geçebilirsiniz.