



Öfke Duygusu ile ilgili film ve kitap önerileri:



**YILDIRIM BEYAZIT
ÖZEL EĞİTİM
ANAOKULU**

Özel Gereksinimli Çocuklarda Öfke Yönetimi

Zihinsel Yetersizlikte Öfke Yönetimi

Kendilerini ifade etme karşındaki anlama, olayları anlama ve anlamlandırmada güçlükler, oyun ve toplum kurallarına uymakta zorluklar, kendilerine olan güvenlerinin azlığı Kendisine olan olumsuz tutum ve davranışlar bireyde öfkeyi tetikleyebilir.

Ne Yapabiliriz?

- Kendilerini ifade etmelerine fırsat tanımak
- Bireyle anlaşılır ve net şekilde iletişim kurmak
- Akademik yaşantısını bireye göre uyarlamak
- Öz güveni arttırıcı etkinlikler düzenlemek
- Bireyin topluma kazanımını kolaylaştıracak etkinlikler düzenlemek ve katılımını sağlamak
- Gelişimsel düzeyine uygun davranmak
- Gelişim yaşına göre beklenti oluşturma

REHBERLİK SERVİSİ



Otizimde Öfke Yönetimi

Otizimli çocukların öfke nöbetler ve saldırgan davranışları, genellikle istedikleri bir şey yapılmadığında, rutinler ve düzenler bozulduğunda, kendilerini baskı altında hissettiklerinde, bazen de nedenini yetişkinlerin bilemediği ya da anlamadığı zamanlarda ortaya çıkabilmektedir.



Öfke Nedir?

Öfke kavramını genel bir ifade ile belirtme gerekirse insanoğlunun doğuştan getirdiği ve yaşamının ilk yıllarında gelişmeye devam eden, sosyal hayatın akışı içerisinde sık sık oluşan, karşılanmayan beklentilere, doyurulmamış isteklere ve istenmeyen sonuçlara karşı verilen, saldırganlık ve şiddet doğurmadığı sürece bireyin hayatını zenginleştiren, bireyin yaşamını sürdürülmesi için gerekli olan doğal ve evrensel duygusal bir tepkidir.



Ne Yapabiliriz?

- Mümkünse çocuk yalıtılmış, güvenli bir ortama alınmalıdır.
- Öfke nöbetine sebep olan etmenler varsa bulunmalı ve mümkünse ortadan kaldırılmalıdır. Bunun bir ifade biçimi olduğu unutulmamalı çocuğa kendini ifade edecek doğru kanallar öğretilmelidir.
- Çocuk öfke nöbeti yaşadığı için cezalandırılmamalı.
- Öfke nöbeti ve geçinceye dek, sözel müdahalede bulunmadan sakinleşmesi beklenmelidir.
- Öfke nöbeti sırasında çocuk kendine ve çevresine zarar veriyorsa, sıkıca sarmak yoluyla kontrol edilmelidir.
- Öfke nöbeti bitince sakinleştiği için ödüllendirilmelidir.

