



okul öncesi dönemde çocuklarda tırnak yeme davranışı



KAYNAKÇA

**-Azak, M. & Mutlu, B. (2020).
Çocuklarda Tırnak Yeme
Davranışı: Onikofaji . Balıkesir
Sağlık Bilimleri Dergisi , 9 (3) ,
227-232 . Retrieved from
<https://dergipark.org.tr/tr/pub/balikesirsbd/issue/58555/749884>**

**-Aile - Evlilik Terapisi, Çocuk ve
Ergen Psikolojisi, Yetişkin -
Bireysel Psikoterapi, Kişilik
Bozuklukları, Cinsel Terapiler**

Tırnak yeme bir veya daha fazla parmağı ağza sokmak ve tırnağı dişlerle ısırarak tanımlanmaktadır 4-6 yaşlarında daha fazla görülmektedir.

YENİŞEHİR
ANAOKULU

PSİKOLOJİK DANIŞMAN
MEDİNE TUNCAY



OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA TIRNAK YEMEYE SEBEP OLAN DURUMLAR

1. Kardeş kıskançlığı
2. Otoriter ve titiz ebeveyn tutumu
3. Medya içerisinde yer alan şiddet
4. Ayrılma korkusu
5. Güven eksikliği
6. Anne- baba ilgisizliği

Çocuklarda Tırnak Yeme Davranışı

Tırnak yiyen çocuklarda en sık dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (%74.6), ayrılma anksiyetesi (%20.6), enürezis (%15.6), tik bozukluğu (%12.7) ve obsesif kompulsif bozukluk (%11.1) gibi psikiyatrik bozuklukların görüldüğü bildirilmiştir. Genellikle davranış terapisi ile tedavi edilen tırnak yeme davranışı parazitoz, diş kökü hasarı, maloklüzyon ve çene bozuklukları gibi hastalıklara da zemin hazırlayarak çocuk sağlığını birçok alanda olumsuz etkileyebilmektedir. Tedavide aile desteği, tırnakların kısa kesilmesi, bakımlı olması, tırnakların sarılması, bilişsel davranışçı terapi, rekabetçi yanıt, caydırıcıların kullanımı ön plana çıkmaktadır.

Tırnak Yeme nasıl Önlenebilir ?

- İlk etapta görmezden gelinmeli çocuğun bu hareketi yaptığına dair ilgisi çekilmemelidir.
- Tırnak yemeye sebep olan davranışlar gözlemlenmelidir.
- Hangi durumlarda bu davranışa başvurduğunu bilerseniz önlemek çok daha kolay olacaktır.
- Örneğin : Tv izlerken yapıyor ise izlediği programlar ve içerikleri sizin için ipucu olacaktır.
- Tırnak yemenin en büyük nedenlerinden biri de ilgi eksikliği olduğunu bilmelisiniz. **Eğer çocuğunuza ihtiyaç duyduğu ilgi ve özeni gösterirseniz bu davranışta azalmalar oluşunu göreceksinizdir.**
- Tırnak yeme başladığında çocuğu oyalayacak aktiviteler bulunmalıdır. Örneğin bir puzzle yapmasını sağlayabilirsiniz.
- **Aktiviteler çocuğunuzun hem tırnak yemesini önleyecek hemde el becerilerine katkıda bulunacaktır.**