



ÇOCUKLARDA SINIRLAR

OKUL ÖNCESİ



- ✓ Çocuklar, yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamak isterler ve buna ihtiyaç duyarlar. Kendilerinden ne beklendiğini, diğer insanların gözünde durdukları yeri, ne kadar ileri gidebileceklerini, fazla ileri gittiklerinde neler olacağını bilmek isterler. Büyürlerken artan beceri ve kapasitelerini ölçecek yollar bulmak isterler.
- ✓ Sınırlar, bu öğrenme ve keşfetme sürecinde çok önemli rol oynar.



Çocuklar Neden Sınırlara İhtiyaç Duyarlar?





Yeni bir şehre taşındığınızı varsayın. Kimseyi tanımazsınız ama yeni arkadaşlar edinmek, mahallenize alışmak için can atarsınız. Komşularınızı evinize davet eder, onlara gidersiniz. Ama bu süreçte zaman zaman eski düzeninizden kalma davranışlarınızın bu yeni çevre tarafından yadırgandığını hissettiğiniz olur. Tam anlam veremeseniz de rahatsız hissedebilirsiniz.

Kendi kendinize, *'Ben yanlış bir şey mi yaptım?'* diye düşünebilirsiniz. Hep yaptığınız şeyleri yapmaktasınızdır *ama* garipsenmekte ve reddedilmektesinizdir. Ne yapacağınızı bilemez bir hale gelir ve tedirgin olmaya başlarsınız. Nasıl bir tavır almanız gerektiğini, sizden ne beklendiğini bilemezsiniz.



- Sınırların etkili bir şekilde belirlenmediği evlerde büyüyen çocuklar da tıpkı buna benzer şeyler yaşarlar. Dış dünyaya açıldıklarında çalışmalar, reddedilmeler ve olumsuz tepkilerle karşılaşır. Dünyalarını başarılı bir şekilde idare etmek ve yaşamak için ihtiyaç duydukları net mesajları alırlarsa bu karmaşık durumları engelleyebilirler.
- Çocuklar, bizim kurallarımız ve beklentilerimiz konusunda net ve açık mesajlar almalıdır ki doğru davranışlar sergilemeyi öğrenebilsinler. Bunu başarmaları bize bağlıdır.



Çocuklar Neden Sınırlara İhtiyaç Duyarlar?

- Sınırlar çocukların araştırma yapmasını sağlar.
- Sınırlar, onaylanan davranışların yolunu belirler.
- Sınırlar ilişkileri belirler.
- Sınırlar büyümenin ölçütüdür.
- Sınırlar güvenlik sağlar.



Anne Babalar Neden Sınır Koymakta Zorlanır?





- ***Yaşam tarzı*** (Anne babalar bile her şeye hemen sahip olmak istemekte, tüketim toplumuna uyum sağlamakta)
- ***Bastırılmış istekler ve yetiştirme tarzı*** (Yaşadıklarına benzer deneyimleri kendi çocuklarına yaşatmak istememeleri)
- ***Şefkat ve iyi ilişki isteği***
- ***Suçluluk duygusu*** (anne babalar çocuğun geçirdiği öfke nöbetinden kendilerini sorumlu tutar)
- ***Çocuktan gelen olumsuz tepkiler*** (sen zaten beni sevmiyorsun gibi ifadeler)
- ***Yeterince zaman ayıramama*** (Zaten çocuğumla kısıtlı zaman geçiriyorum en azından bu sürede istediklerini yapayım düşüncesi)



EBEVEYN TUTUMLARININ SINIR KOYMAYA ETKİSİ

- Anne babalar çocuklarına sınır koyarken farklı ve çeşitli yöntemler kullanırlar. Ebeveynlerin sınır koymaya karşı tutumları bu çeşitliliğin temel nedenidir.
- Sınır koymanın tam olarak sağlıklı işleyemediği, sınırlarla ilgili sorunların yaşandığı ailelerde genellikle üç farklı ebeveyn tutumu görülür:



Anne babalar çocuklarına sınır koyarken farklı ve çeşitli yöntemler kullanırlar. Ebeveynlerin sınırlar koymaya karşı tutumları bu çeşitliliğin temel nedenidir.

Sınır koymanın tam olarak sağlıklı işleyemediği, sınırlarla ilgili sorunların yaşandığı ailelerde genellikle üç farklı ebeveyn tutumu görülür:



1. Aşırı Hoşgörülü (Sınırsız) Ebeveynler:

- ✓ Bu ebeveynlerin bulunduğu ailelerde çoğu zaman çocuğun istediği olur, çocuk tam olarak ailenin merkezinde ve karar mekanizmasında yer alır.
- ✓ Çocuklarını anlık mutsuzluklar yaşamaması adına kural ve sınırlardan uzak yetiştirmeyi tercih eden aileler, genellikle okul öncesi ve ilköğretime adım atıldığında çocuklarının okul kuralları ile sorun yaşama, arkadaşlık ilişkilerinde güçlük, motivasyon düşüklüğü, uyum sorunları gibi problemler yaşamaları ile karşılaşır.



2. Baskıcı (Aşırı Sınır Koyan) Ebeveynler:

- ✓ Sınırsız ebeveynlerin zıt kutbunda yer alan ebeveynler ise, çocuğun davranışlarını ve keşif çabalarını fazlaca engelleme girişiminde bulunurlar.
- ✓ Aşırı kontrolcü bu tutum, çocuğun sağlıklı ve gerekli keşifleri yapmasını engeller. Her çocuğun birey olmaya yönelik bir çabası vardır. Bu çabanın anne baba tarafından sürekli olarak engellenmesi çocuğun duygusal ve sosyal gelişimini olumsuz etkiler. Çocuklar bu duruma ya boyun eğip pasifleşerek ya da bununla mücadele etme yolunu seçip agresifleşerek tepki verirler.



3. Tutarsız (Değişken Sınırları Olan) Ebeveynler:

- ✓ Bazı ailelerde sınırlar; zamana, mekana ya da ebeveynin ruh haline göre değişebilir. Sınırları bazen uygularlar bazen bundan vazgeçerler. Bu tutarsızlık durumu çocukta kafa karışıklığı yaratmakla birlikte, sınırlar ve kurallar için bir kesinlik olmadığı mesajını verir.
- ✓ Çocuklar tutarsız ortamlarda olması gereken sınır ve kuralları öğrenmekte, hayatının bir parçası haline getirmekte güçlük çekerler, ısrarcı tavırlar sergileyebilirler.



Tüm bunların yanında;

- Dengeli sınırlar ve tutumlar:
 - Öğrenme ve sorumluluk kazanmayı artırır.
 - İşbirliğini sağlar.





SINIRLARI BELİRLERKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİ?





Sağlıklı Sınırları Koymanın İlk Aşaması Sağlıklı Sınırları Oluşturmaktır.

- ✓ Sınırları oluşturmadan önce:
 - Söz konusu durum ile ilgili sınır koymaktaki hedefinizi ,
 - Bu sınıra gerçekten ihtiyaç olup olmadığını,
 - Koymak istediğimiz sınırın çocuğun yaşına, gelişim özelliklerine ve doğasına uygun olup olmadığını kendimize sormalı ve düşünmelisiniz.
- ✓ Okul öncesi ve ilkokul çağındaki çocuklara konulan sınır ve kuralların olabildiğince yalın, kısa ve net olması gerekmektedir.



Sınırlar Yerleştirilirken Kararlı Ve Tutarlı Olunmalıdır.

- ✓ Çocuğunuzun bir kurala veya sınıra alışabilmesi zaman alabilir. Bu süreçte her defasında aynı sınır ve kuralı uygulamanız, çocuğunuzun yeni karşılaştığı duruma uyum sağlamasını, sınırlara adapte olmasını kolaylaştıracaktır.



Ebeveynler Çocuğa Karşı Ortak Tutum Sergilemelidir.

- ✓ Hayatın her alanında olduğu gibi, çocuğunuza koyacağınız kurallar ve sınırlar konusunda da anne baba olarak fikir ayrılıklarına düşebilirsiniz. Sınırların çocuğun zihninde daha net ve kesin olabilmesi adına, konuyla ilgili önce kendi aranızda ortak bir noktada buluşmanız sonrasında çocuğunuza aynı dil ve ifadeyle yaklaşmanız süreci olumlu etkileyecektir.



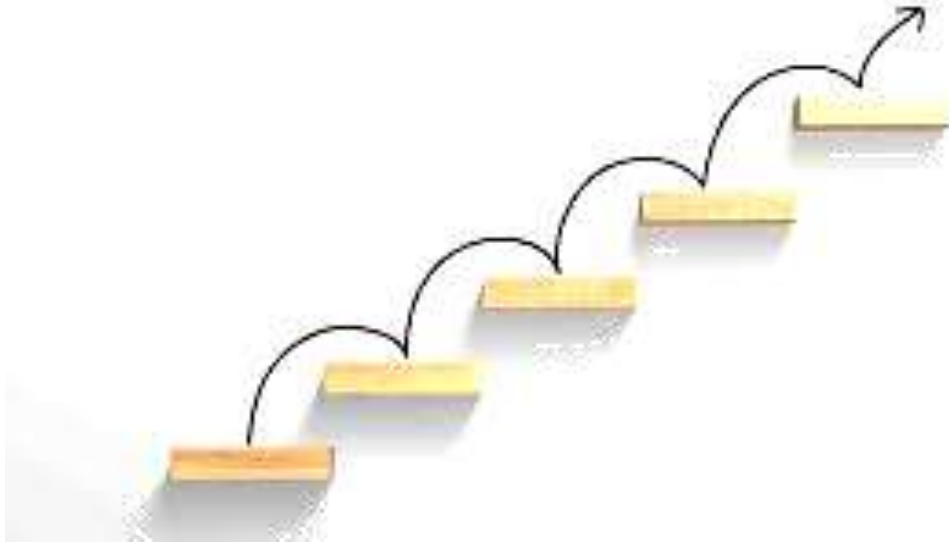
Sınırın Neden Var Olduđu Kısa Ve Net Bir Şekilde Çocuğa Anlatılmalıdır.

- ✓ Yaşanabilecek çatışmaları en aza indirgeyebilmek adına, koyduğunuz sınır ve kuralları neden koyduğunuzu çocuğunuza yaşına uygun bir şekilde aktarmanız gerekebilir.

“Uykunu alman ve okulda daha dinç olabilmen için akşam dokuzda yatman gerekiyor.” cümlesi, yatış saatleriyle ilgili konacak sınırla ilgili çocuğun merakını gidermeye yetecektir.



SINIRLARI HAYATA GEÇİRMEK İÇİN DÖRT ADIM





YANSITIN:

- Çocuğun hislerini, duygularını, arzularını gördüğünüzü ve onu anladığınızı bildirin.
(Örn: bana kızdın)





SINIRLARI İFADE EDİN:

➤ Sınırları oldukça kısa ve net ifade edin.

(Örn: Duvarı boyamak istediğini biliyorum.
Ama duvar boyamak için değil.)





ALTERNATİF SUNUN:

➤ Uygun alternatifler hedefleyin.

(Örn: Duvarı boyamak istediğini biliyorum. Ama duvar boyamak için değil; kâğıdını boyayabilirsin)

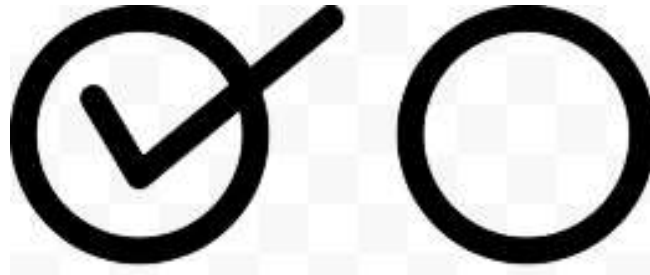




SON SEÇENEKLERİ SUNUN:

- Bir sınır belirlediğinizde çocuk bu sınıra uyum sağlayamıyorsa çocuğa seçenek sunun.

(Örn: Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarınla oynamamayı seçmiş olursun.)





**DİNLEDİĞİNİZ İÇİN
TEŞEKKÜRLER**



KAYNAKÇA:

- Robert J. Mackenzie, Çocuđunuza Sınır Koyma, Yakamoz Kitap-Sonsuz Kitap,1998
- <https://sks.iyte.edu.tr/wp-content/uploads/sites/107/2018/11/OCUKLARIMIZA-SINIR-KOYMAK.ppt>
- <https://tr.linkedin.com/pulse/%C3%A7ocuklar-ve-sinirlar-aleyna-keresteci>