

ÇOCUKLARDA EĞİTİMİNDE SINIRLAR

VELİ BÜLTENİ

SINIR KOYMA

→ Sınır koyma; bireyin kendi varlığını başkasından ayırt eden, nerede başlayıp nerede bittiğini gösteren her şeydir. Sınır koyma çocuğun kendisini güvende hissederek hareket edebileceği alanı belirleyen yardımcı ve yol gösterici işaretleri çocuğa sunmaktır. İyi bir aile dinamiği oluşturmak için aile içerisinde etkin kural ve sınırlara ihtiyaç vardır.



→ Çocuklar, yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamaya çalışırken aynı zamanda kendi sınırlarını da anlamaya çalışırlar. Zaman zaman sınırları zorlamayı deneseler de aslında ihtiyaç duydukları, hayatı anlamlandırabilmek için istikrarlı ve tutarlı sınırlardır. Çünkü sınırları belirlenmiş bir dünyada kendilerini güvende hissederler.

→ Çocuklar, kendilerinden ne beklendiğini, diğer insanların gözünde durdukları yeri, ne kadar ileri gidebileceklerini, fazla ileri gittiklerinde neler olabileceğini bilmek isterler. Bu noktada sınır koyma çocuklarda istenilmeyen davranışları önleme ve aile kurallarını en net ve anlaşılır şekilde çocuğa öğretme aşamasında ihtiyaç duyulan yöntemler bütünüdür.



EBEVEYNLER SINIR KOYARKEN NEDEN ZORLANIRLAR?

- ✓ Çocuklara **hayır demek** zor gelebilir.
- ✓ Kendi anne babamızdan farklı yetiştirmeye çalışma çabasında olabiliriz.
- ✓ Anne-babaların çoğunlukla çocuklarıyla geçirecekleri **sınırlı zaman dilimini şefkatli, iyi ilişkiler içinde geçirmek** istemeleri
- ✓ **Her istediği yapılan** çocuğun **mutlu** olacağını düşünebiliriz.
- ✓ Yoğun çalıştığımız için **kalan zamanı güzel değerlendirelim** gibi düşünceler.
- ✓ Sınır koymanın **sert bir dil kullanmak ve çocuğa karşı negatif davranışlar** sergilemek olduğunu da düşünüyor olabiliriz.

SINIR KOYMA STRATEJİLERİ



NET VE ANLAŞILIR KURALLAR KOYMA

Çocuklar, sınır ve kuralların net ve anlaşılır olduğu ortamlarda daha rahat hissederler. Bu nedenle, ebeveynlerin doğru kuralları koyması ve net bir şekilde ifade etmesi gerekir.



ÖRNEK DAVRANIŞLAR GÖSTERMEK

Ebeveynlerin, çocuklarına sınır koymadan önce, örnek davranışlar sergilemesi önemlidir. Çocuklar, model aldıkları davranışları kendilerine daha çabuk benimserler.





TUTARLI VE KARARLI OLMAK

Tutarlılık kural ve sınırlar konusunda olmazsa olmazdır. Eğer bir kural bazen uygulanıyor, bazen esnetilebiliyorsa bu çocuk için kafa karıştırıcı bir mesajla dönüşür.

SAĞLIKLI ÇOCUK GELİŞİMİNİ DESTEKLEYEN KURALLAR KOYMAK

Çocukların teknolojik alet kullanım süreleri, oyun oynama süresi, Çocukların yemek ve uyku düzenleri, öz bakım konuları, vurma itme vb. gibi zarar verici davranışlar konusunda kurallar ve sınırlar belirlenerek çocuğa açıklanır. Ayrıca mülkiyet duygusu, izin isteme, yabancılarla olan ilişkiler gibi konularda da anne-baba kendi aile kültürlerine uygun kurallar koyabilirler. Böylece, çocukların sağlıklı bir gelişim süreci yaşamaları desteklenir.



ANNE BABALAR İÇİN SINIR KOYMA ÖNERİLERİ

➤ Gerek dikkat sürelerinin azlığı gerekse zihinsel becerilerinin soyut kavramları anlamak için yeterli olmayışı nedeniyle çocuklar anne babalarının yaptığı açıklamaları dinlemekte, akılda tutmakta ve anlamakta zorlanabilirler. Bu nedenle fazla açıklama yapmak yerine çocuğa neyin uygun olup, neyin uygun olmadığı kısa ve basit bir şekilde anlatılmalıdır



➤ Sınırları belirlerken çocukları da işin içine katmak durumu sahiplenmelerini sağlar. Kuralları ve sınırları belirlemek için bir aile toplantısı düzenleyebilirsiniz. Aile içinde ona da söz hakkının tanınması kuralları benimsemesi için oldukça önemlidir. Bu durum kuralları uygularken de size yardımcı olacaktır.



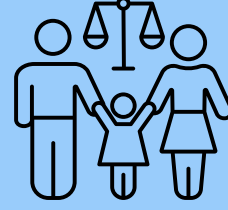
➤ Çocuklar, uydukları kuralların fark edilmesini, iyi davranışlarının ve başarılarının övülmesini beklerler. Bu anlamda çocuğa olumlu geri bildirimlerde bulunmak kurallara uyma ve sınırları dikkate alma noktasında daha motive olmalarını sağlar.



➤ Çocuklar kuralları hatırlamakta zorluk çekiyorsa; okul öncesi dönemde resimli tablolar, büyük yaşlarda ise yazılı anlaşmalardan faydalanabilirsiniz.



➤ Çizilen sınırlar tutarlı uygulanmalıdır. Sınırların çiğnenebilir olduğunu öğrenen çocuğun her ortamda sınırları zorlaması kaçınılmazdır. Dolayısıyla belirlemiş olduğunuz sınırları taviz vermeden uygulamak gerekir.



➤ Çocuğa, sınırı ya da kuralı koyanın tek bir ebeveyn olduğu mesajı verilmemelidir. Anne babanın ortak tutumu, genel duruşu ve davranışları en iyi sınır belirleyicisidir.



➤ Çocuğunuza, onu ve kararlarını önemseydiğinizi hissettirerek yapması beklenen davranışı nedenleriyle birlikte eleştirmeden anlatmaya çalışan taraf olmanız ilişkinizin daha sağlıklı ilerlemesini sağlayacaktır. Bitirilmesi için zorlanan yemekler, oturması için tekrar tekrar hatırlatılan ödevler ve dersler, çocuk istemedikçe adına verdiğiniz kararlar onun penceresinde tamamen sınır ihlali örnekleridir.



ÖRNEK SINIR KOYMA SÜRECİ

***Duvarı boyamak isteyen bir çocuk**

1. Duvarı boyamak istediğini biliyorum. (YANSITMA)
2. Duvar boyamak için değil. (SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)
3. Kağıtları boyayabilirsin. (SEÇENEK SUNMA)
4. Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarınla oynamamayı seçmiş olursun. (SON SEÇİMLERİ İFADE ET)

ÖRNEK SINIR KOYMA SÜRECİ

***Tablet oynama süresini aşmaya çalışan bir çocuk**

1. Daha çok tablet oynamak istediğini biliyorum, bu hoşuna giderdi. (YANSITMA)
2. Tablet, bu kadar uzun süre oynamak için değil. (SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)
4. Daha fazla tablet oynamakta ısrar etmeyi seçersen yarın tablet oynamamayı seçmiş olursun, ısrar etmemeyi seçersen yarın tablet oynamayı seçmiş olursun. (SON SEÇİMLERİ İFADE ET)

ÖRNEK SINIR KOYMA SÜRECİ

***Duvarı boyamak isteyen bir çocuk**

1. Duvarı boyamak istediğini biliyorum. (YANSITMA)
2. Duvar boyamak için değil. (SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)
3. Kağıtları boyayabilirsin. (SEÇENEK SUNMA)
4. Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarınla oynamamayı seçmiş olursun. (SON SEÇİMLERİ İFADE ET)