

ÇOCUKLARA SINIR VE KURAL KOYMA

Pek çok ebeveyn çocuklara sınır konulması gerektiği konusunda hem fikir, ancak kafaları karıştıran bir nokta var; o da bunun nasıl yapılacağı...



Sınır koyma, çocuğa bir beklenti ya da kuralı ona kendini güvende hissettirerek, rahat edebileceği alanları belirleyerek öğrettiğimiz, her bireyin gelişiminde önemli rol oynayan pozitif bir süreçtir. Sınır koyma aynı zamanda ebeveynin çocukla arasındaki güvenli ilişkiye zarar vermeden, çocuğun davranışlarını kısıtlamasıdır. Çocuk ve ebeveyn arasındaki güvenli ilişki tüm süreçlerde olduğu gibi bu süreçte de oldukça önemlidir.



Sınırlara hayatımızın her döneminde ihtiyaç duyarız. Bu yüzden sınır koymayı sonlandırmak için bir zaman dilimi yoktur. Sınır koymaya başlamak içinse en uygun dönem 2,5-3 yaş aralığıdır.

Çocuklar doğdukları ilk andan itibaren oldukça konforlu bir yaşam sürerler. Genellikle pek çok ihtiyaçları ebeveynleri tarafından karşılanır.

Çocuk, kendini rahat hissettiği, çok sevildiğini ve değer gördüğünü bildiği, sınırların olmadığı bir ortamda, yaşamın getirmiş olduğu gereklilikleri yerine getirmek istemez. Bunları yaşayarak öğrenmek ister. Sınırları belirsiz olan deneyimleme her zaman olumlu ve zararsız şekilde sonuçlanmayabilir, o yüzden çocuklara daha güvenli ve çerçeveli bir alan yaratırız. Bu alan içerisinde deneyimlerinin sonucuyla daha zararsız bir şekilde yüzleşir.

Çocuklarda Sınır ve Kuralın Önemi

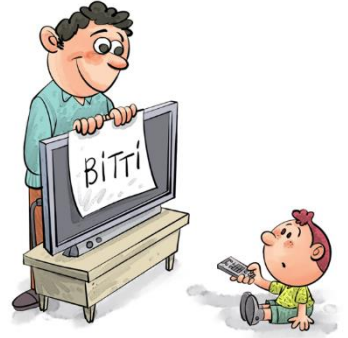
Çocukların gelişimi için sınırların ve kuralların önemi büyüktür. Bu belirleyici yapılar çocukların sabır, sorumluluk ve toplumsal uyum gibi önemli becerileri öğrenmelerini sağlar. Çocuklar için sınırlar ve kurallar güvenlik, disiplin ve öz denetim gibi önemli becerileri öğrenmelerini sağlar. Sınırlar çocukları korurken aynı zamanda onlara yapıcı bir yapı sunar. Kurallar ise doğru ve yanlış arasında bir ayırım yapmalarını öğretir. Bu kapsamda çocuklara sınır ve kural koyma stratejileri üzerine düşünmek oldukça önemlidir.

Çocuklara Sınır ve Kural Koyma Stratejileri

Sözel İletişim: Sözel olarak çocukla kuralları konuşun ve nedenlerini açıklayın.

Modelleme: Kendiniz iyi bir model olun ve kurallara uyum gösterin.

Ödüllendirme: İyi davranışları ödüllendirmek için pozitif takviye kullanın.



Sınır ve Kural Koymada Dikkat Edilmesi Gerekenler



İhtiyaçları belirleme: Çocuğun yaşına ve gelişimine uygun şekilde sınırlar ve kurallar belirleyin.

Anlaşılır ve esnek olma: Sınırlarda ve kurallarda esneklik sağlayın. Böylece çocuklarınıza fırsatlar ve sınırlar konusunu dengeli bir şekilde öğretebilirsiniz.

Tutarlılık: Çocuklarınıza tutarlı bir şekilde

davranarak onlara sınırları ve kuralları öğrenme fırsatı verin. Çocuğunuz koyduğunuz kurallara uymuyorsa nasıl bir sonuçla karşılaşacağını bilsin ve tutarlı olun.



Empati: Çocuklarınızın duygularını anlamaya çalışın. Sınırları ve kuralları onların bakış açısından ele alın.

Gerektiğinde hayır diyebilme: Gerçekten gerekliyse “hayır” deyin. Onunla güç savaşına girmeyin, bağırıp çağırmayın.

Unutmayın çocuklara çok rahat bir hayat sunmak, onlara yarar sağlamaz, aslında onlara zarar vermektedir.

Sınır Seçenek Sunma Örnekleri

- Duvarı boyamak isteyen bir çocuk
 1. Duvarı boyamak istediğini biliyorum.
 2. Duvar boyamak için değil.
 3. Kağıtları boyayabilirsin.
 4. Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarla oynamamayı seçmiş olursun.
- Tablet oynama süresini aşmaya çalışan bir çocuk
 1. Daha çok tablet oynamak istediğini biliyorum, bu hoşuna giderdi.
 2. Tablet, bu kadar uzun süre oynamak için değil.
 3. Daha fazla tablet oynamakta ısrar etmeyi seçersen yarın tablet oynamamayı seçmiş olursun, ısrar etmemeyi seçersen yarın tablet oynamayı seçmiş olursun.

Tüm bunları uygulamama rağmen çocuğuma sınır koyamıyorum, bunun çocuğumun yetişkinlik dönemlerini olumsuz etkileyeceğini düşünüyorum diyorsanız çocuklarla çalışan herhangi bir uzmandan destek alabilirsiniz.

Kdz. Ereğli Rehberlik ve Araştırma Merkezi
Rehberlik Hizmetleri Bölümü