

ÇOCUK EĞİTİMİNDE SINIRLAR



SINIR KOYMA NE DEMEKTİR?

Bireyin kendi varlığını diğer bireylerden ayırt etmeyi, haklarının nerede başlayıp bittiğini anlamayı sağlayan kurallar bütünüdür.



SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR?

Sınırların belirlenmesi çocuklara güçlü mesajlar verir. Ben senin annemim, babamım. Güçlüyüm, becerikliyim. Bana güvenebilirsin, sana doğru yolu gösteririm.

Sınırlar, çocukların becerilerini geliştirmelerini, sorumluluk almalarını sağlar, hayatlarını kontrol etmelerini kolaylaştırır.

Günümüzde çocukların serbest bırakıldığında özgüvenleri yüksek olan bireyler olacaklarına dair düşüncelere sahip aileler de vardır. Kural koyan anne babalar, sanıldığığının aksine çocuklarına daha az ilgi ve sevgi göstermezler, onların hayatını düzene sokarak kendilerini güvende hissetmelerini sağlarlar.

ÇOCUK EĞİTİMİNDE SINIRLAR

Sınırlar çocuğu destekler,
korur ve yaşama hazırlar.

Ayrıca sınırları olan bir çevre, çocuğun kendisi ve dış dünya hakkında bilgiler edinmesine yardımcı olur. Çünkü çocuklar kuralların uygulanması sırasında anne ve babalarının yetkin olduklarını hissettiklerinde ve kendilerini koruyabileceklerini bildiklerinde, dış dünyayı bir tehdit olarak görmez ve keşfetmeye başlarlar



Çocuklar sınırları zorlamayı sevseler de, hayatı anlamak için istikrarlı ve tutarlı sınırlara ihtiyaç duyarlar. Çocuklar anne ve babalarının rehberliğine güvenmek isterler. Ebeveynler tutarsız ve istikrarsız davrandıklarında çocukların çıkardığı sonuç « **kurallar bu sefer bozulabildiyse demek ki başka sefer de bozulabilir** » olur.

SINIR TÜRLERİ NELERDİR?

ÇOK KISITLAYICI OLAN SINIRLAR

1- Aşırı Kontrol

Denemek ve keşfetmek için çok az özgürlük vardır.

Sonuçları:

Öğrenme ve sorumluluk kazanmayı engeller, isyanı artırır

ÇOK GENİŞ OLAN SINIRLAR

2- Kontrolsüzlük

Denemek ve keşfetmek için çok fazla özgürlük vardır.

Sonuçları:

Öğrenme ve sorumluluk kazanmayı engeller, aşırı denemeyi artırır

TUTARSIZ OLAN SINIRLAR

3- Karışık Kontrol

Tutarsız özgürlük vardır.

Sonuçları:

Öğrenme ve sorumluluk kazanmayı engeller, deneme ve isyanı artırır

DENGELİ SINIRLAR

4- Dengeli Kontrol

Sorumluluklara dayanan özgürlük vardır.

Sonuçları:

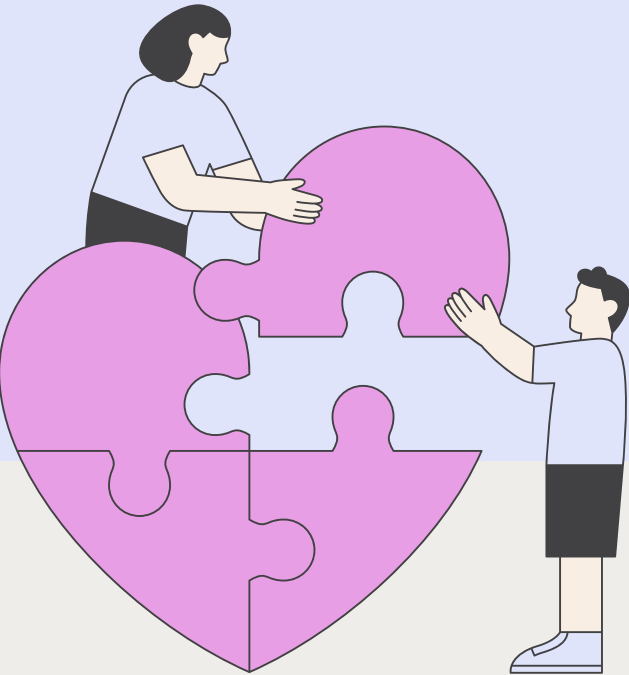
Öğrenme ve sorumluluk kazanmayı artırır, işbirliğini yüreklendirir.





SINIRLARI BELİRLERKEN NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?

Çocuklar için sınırların anlamı açık olmalıdır. Böylece sosyal aidiyet, güvenilirlik, güçlü olma ve kendine özgü olmayı öğrenebilirler.



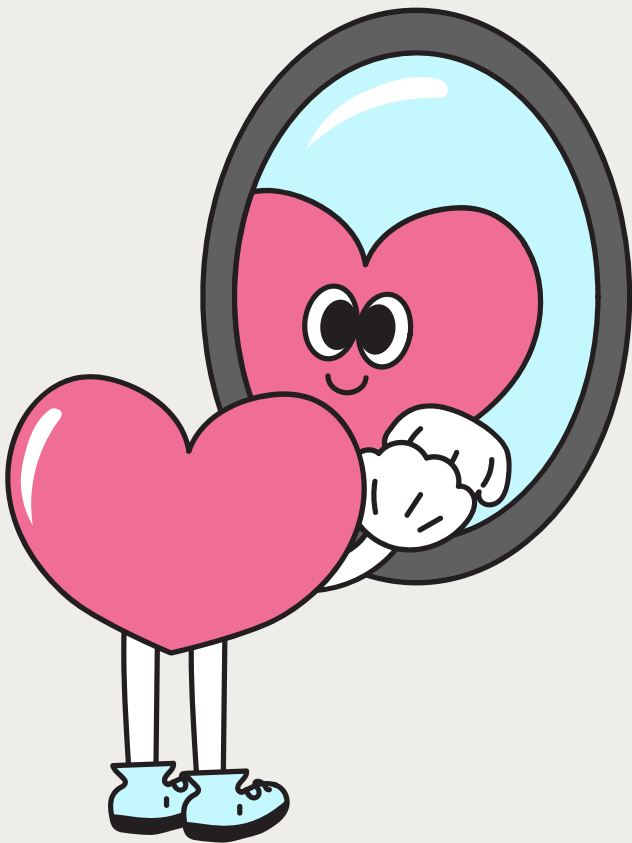
- Sınırlar anlaşılır ve net olduğu sürece çocuklar için anlamak ve izlemek daha kolay olacaktır. Karmaşık mesajlar, çocuğunuzun kendisinden ne istendiğini anlayamamasına ve bu nedenle kuralı uygulayamamasına neden olur.
- Kuralları uygularken anne ve babanın koyulan kurala beraber karar vermesi ve kuralı aynı şekilde uygulamaları önemlidir. Tutarlılık konusunda bir diğer önemli husus kuralın her zaman geçerli olmasıdır. Eğer bir kural bazen uygulanıyor, bazen esnetilebiliyorsa bu çocuk için kafa karıştırıcı bir mesaja dönüşür.
- Tek bir **'evet'**, binlerce **'hayır'**,ın yerine geçer. Çocuğunuzun inanılmaz bir hafızası vardır. Yalnızca bir kez fikrinizi değiştirip evet dediğiniz anı asla unutmaz. Bunu yapmayın. Eğer evet deme olasılığı varsa hayır yanıtı vermeyin. Koyduğunuz sınırlamanın arkasında duracak kararlılığınız yoksa bunu dayatmayın.



Sınırları olmadan yetişen çocuklar yalnız hissedebilirler. Sınırlar, çocukların kendilerini güvende ve kabul edilmiş hissettikleri alanlar yaratır

SINIRLARI BELİRLERKEN NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?

- Kurallar koyarken anahtar noktalardan biri anne ve babanın çocuğa model olmasıdır. Çocuklara verilmek istenen değerler öncelikle anne ve baba tarafından uygulanırsa değerlerin çocuk tarafından benimsenmesi daha kolay olacaktır.
- Belirlediğiniz kuralları çocuğunuzla paylaşmak için bir aile toplantısı düzenleyebilirsiniz. Bu toplantıda çocuğunuz da istediği kuralları paylaşabilir. Aile içinde ona da söz hakkının tanınması, kuralları benimsemesi için oldukça önemlidir. Bu durum kuralları uygularken de size yardımcı olacaktır. Çocuklar sizin aklınızdan geçenleri okuyamazlar; onlar sadece yaşadıkları deneyimlerden öğrenirler.
- Çocuktan istenilen sınırın üzerine konuşulmalı ve bu sınır aşılsa ne gibi sonuçla karşılaşılır, çocukla tartışılmalıdır. Kuralın amacının yaşamımızı düzenlemek olduğu çocuğa anlatılmalıdır.
- Kurallar olmazsa neler olur? sorusu, çocuğa sorulmalıdır. Çocuğun olabilecek olumsuz durumlar üzerinde düşünülmesi sağlanmalıdır.



SINIRLARI BELİRLERKEN NELERE DİKKAT ETMELİYİZ?

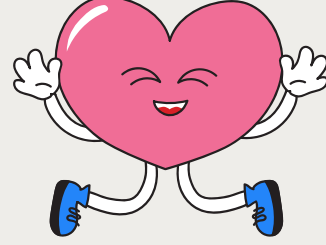
Sınırları olmadan yetişen çocuklar yalnız hissedebilirler. Sınırlar, çocukların kendilerini güvende ve kabul edilmiş hissettikleri alanlar yaratır

- Çocuğa kendisini sosyal yaşamda rahatsız eden davranışlar sorulmalıdır. Bu davranışların kendisinde yarattığı duygular sorulmalıdır.
- Çocuğa kendisi ile sınırları hakkında konuşulmalı ve en rahatsız olduğu davranışları anlatması tarif etmesi ve drama etmesi istenmelidir
- Çocuğa sınırlarına giren bir kişiye karşı nasıl davranması gerektiği sorulmalı ve cevaplarına göre de adım adım bu durum örneklerle anlatılmalıdır.
- Her yaş düzeyinin kurallarının farklı olduğu bilinmelidir.
- Kural koymak konusunda bazı çocuklara karşı zorluk yaşayabiliriz. Kural net olmalı ama çocuğun kişiliğine göre küçük esneklikler yapılabilmelidir.
- Anne babanın da çocukların sınırlarına girmeme konusunda dikkatli davranmalı.



ÇOCUĞUNUZ KOYDUĞUNUZ KURALLARA UYMUYORSA...

- Çocuğunuz beraber belirlediğiniz bir kurala uymuyorsa, öncelikle sakın bir ses tonu ile ilgili kuralı tekrarlayın. Bunu yaparken, çocuğunuzla aynı seviyede olmayı ve göz kontağı kurmayı ihmal etmeyin
- Kuralı tekrarlarırken, “lütfen, rica etsem, yalvarırım” gibi sözcükler yerine, kararlı ancak sert olmayan bir ses tonu ile, “ yapmanı bekliyorum” demeyi deneyin
- Yüksek ses, bağırma, şiddet uygulama, aşırı öfkelenme gibi tavırlar çocuğın kurala uymasını kolaylaştırmadığı gibi, anne babadan korkmasına ve ilerleyen zamanlarda onların anne babalık becerilerine saygı duymamasına sebep olabilir
- İstenmeyen davranış karşısında fiziksel ceza kullanılması da söz dinlememe davranışını artırır. Ceza, çocuklara nasıl davranmaları gerektiğini öğretme konusunda etkili bir araç değildir.
- Çocuğunuzla sorun çıkmadan önce kurduğunuz iletişim, koyduğunuz kurallara uyulması konusunda da etkili olacaktır. Ancak çocuğunuzla iyi bir iletişim kurduğunuzda çocuğunuz sizi dinlemeye ve istediğinizi yapmaya istekli olacaktır. Aksi halde “söz dinlememek” anne- babaya duyulan öfkenin bir ifadesi olarak ortaya çıkan bir sonuç olabilmektedir.
- Kurallara uymamak bazen anne babaya karşı tavır, bazen ilgi ihtiyacı, bazen ise uygun olmayan ebeveyn tavırlarından kaynaklanabilir. Bu nedenle, sorunun esas çözümü, çocuk kurala uymadığı anda değil, genel hayatında yapılacak düzenlemelerdedir.





HAYIR DİYEBİLME BECERİSİ

Bireyin kişisel hak ve sınırlarının ihlal edildiği ya da ihlal edilme ihtimalinin bulunduğu durumlarda kendisine yöneltilen talep, teklif ve davranışları, hayır diyerek reddedebilmesi ve potansiyel güdüleme çabaları karşısında direnebilmesidir

Hayır diyebilme becerisi riskli davranışların öz irade ve seçimler yoluyla reddedilebilmesine yönelik bir kapasitenin oluşturulması sürecini ifade eder.

Hayır diyebilme üç aşamadan oluşur.

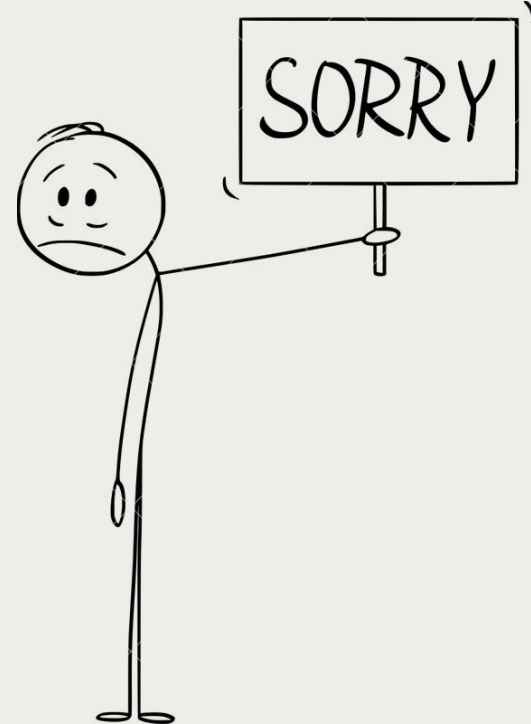
- Birinci aşamada becerinin hayata geçirilmesi konusunda karar alma söz konusudur.
- İkinci aşama olan reddetme aşaması bireyin en uygun sözel ifadeleri ve bunlarla uyumlu beden dilini kullanarak hayır deyip kabul etmediğini belirtmesidir. Ancak bireyin reddetme davranışı karşı tarafın ısrarı gibi çeşitli yönlendirme çabalarına neden olabilmektedir.
- Üçüncü aşama olan direnme aşamasında bireyden , karşı taraftan gelebilecek olan yönlendirme çabaları karşısında hayır deme konusunda aldığı karardan vazgeçmemesi beklenmektedir.



HAYIR DEMEK NEDEN ÖNEMLİ



- Özellikle çocukları madde kullanmak, cinsel istismar, zaman yönetimi ile ilgili sorun yaşamak, ahlaki ihlallerde bulunmak (kopya çekme verme, haksızlık yapma, yalan söyleme vb.) ve çevrim içi ortamların risklerine maruz kalmak gibi sorunlardan koruyabileceği, çocuğun kişisel güvenliğini koruyacağı için önem kazanmaktadır.
- Potansiyel olarak riskli davranışlar konusunda akran baskısına hayır demeyi, benliğini geliştirmeyi ve bir tercihi uygun şekilde dile getirmeyi öğrenmeyi öğrenirler.
- Başkalarının haklarını gözeterek kendi haklarını koruyabilmelerini ve özgürce davranabilmelerini kolaylaştırır.
- Kişisel değerlerin, ideallerin, kimliğin korunmasını sağlar. Çocukların kişisel tercihleri ve görüşlerini belirtmeleri için gereklidir. Çocuklara hayır demeyi öğretmek, kendi eylemlerini düzenlemelerine, kişisel tercihlerini belirlemelerine ve kendi fikirlerine bağlı kalmalarına olanak tanır. Çocuğun hayır diyebilmesi güçlü, bağımsız, kendine saygılı ve öz güvenli bir birey olmasına, olumlu bir benlik imgesi geliştirmesine katkıda bulunur.
- Çocuğun zamanını daha iyi değerlendirmesini, zamanını nasıl geçireceğine kendisinin karar vermesini sağlar. Böylece hedefleri için gerekenleri yapmaya odaklanabilir.



HAYIR DEMEK NEDEN ÖNEMLİ

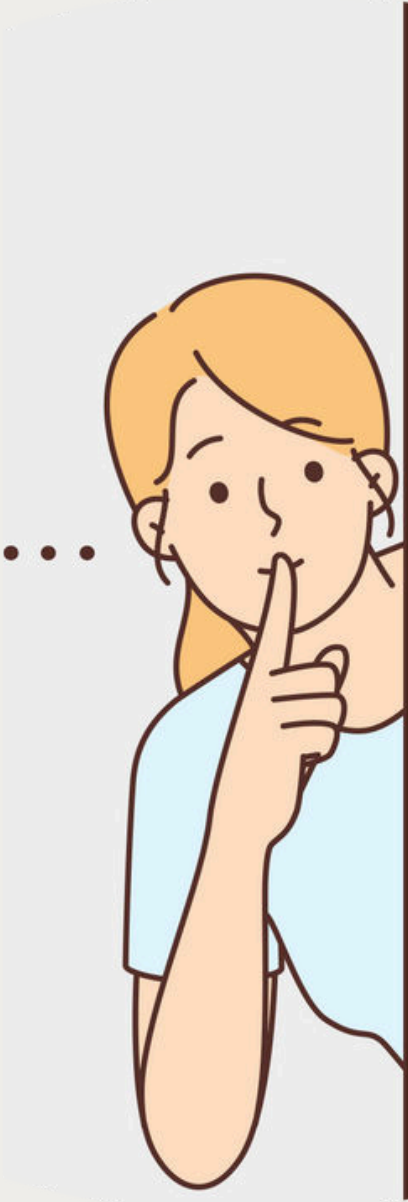


- Hayır diyebilmek, kişinin kendi hayatı üzerinde kontrol sahibi olduğunu hissettirebilir ve kendine olan güvenini artırabilir.
- Gerçekten yapmak istemediği eylemlere evet demek kaygı yaratacağı için hayır diyebilmek kaygıyı önler.
- Duyguları, istekleri, ihtiyaçları ve sınırları konusunda açık olduğunda gerçekten yapmak istemediğinde hayır diyebilmek uzun vadede daha sağlıklı, daha dürüst arkadaşlık ilişkileri geliştirmesini sağlar.
- Hedeflerine veya değerlerine uymayan isteklere evet dediğinde pişmanlık duyabilir. Hayır diyebilmek, pişmanlığı önleyebileceği gibi hedefleriyle uyumlu faaliyetlerde bulunmasını sağlar. İhtiyaçlarının ve duygularının önemli olduğunu ve göz ardı etmemesi gerektiğini fark eder.



NASIL KAZANDIRILABİLİR?

- Çocuğun hayır diyebilme becerisini kazanması için sizinle konuştuğunda çocuğu dinleyin, anlamaya çalışın ve onun duygularını kabul edin. İhtiyaç duyduğu bilgi ve desteği ona verin. Sizinle her şeyi konuşabileceğini bilmesini sağlayın. Çocuğunuza nasıl hayır demesi gerektiğini ve ne zaman söylemesi gerektiğini öğretin. Onlara hayır demeyi öğretmek, saygılı olmayı ve saygı duyulmayı öğretmekle ilgilidir. Kendi bedenleri, duyguları veya kişisel alanları söz konusu olduğunda başkalarına hayır demeleri gerektiğini, aynı zamanda başkalarının da aynı şeyi yapmasına izin vermeleri ve buna saygı duyulması gerektiğini öğretin.



- Tutarlı ve net sınırlar belirlemek önemli olmakla birlikte, çocuğun hayır demesine saygı duymak da aynı derecede önemlidir. Daha da önemlisi, bir çocuk kendisini rahatsız hissettiren durumlara hayır diyebileceğini öğrendiğinde kendi sınırlarını belirlemeyi de öğrenecektir. Ebeveynler ve öğretmenler onlara hayır demelerine nasıl saygı duyduklarını gösterdiklerinde, başkaları da hayır dediğinde onların nasıl saygı duyabileceklerine dair bir örnek oluştururlar. Çocuklar en iyi, onları etkileyen şeyler hakkında seçimler yapmaya katılabildikleri zaman öğrenirler. Yetişkinlerin görüşleri ve yargılarıyla karar verirlerse kendilerini korumayı öğrenemezler, kendilerine değil onlara güvenirler. Eylemlerinin doğal sonuçlarını deneyimlemelerine izin verilirse hayır diyebilme becerisini kazanacaklardır.
- Çocuklar, evde seçim yapma özgürlüğüne sahip olduklarını öğrendiklerinde kendilerine güvenmeye değerli hissetmeye başlarlar. Böylece erken yaşlardan itibaren seçim yapabileceklerini öğrenirler. Daha da önemlisi kendi yaşamları hakkında seçimler yapabilirler. Ebeveynler de çocuklarıyla birlikte sınırları nasıl belirleyeceklerini öğrenirler. Aynı zamanda çocuklarına aile meseleleriyle ilgili görüşlerini ve seçimlerini dile getirmeleri için alan tanımış olurlar. Seçim yapmak, bir seçeneğe evet derken diğerine hayır demektir. Cezalandırılmaktan, alay edilmekten veya utanmaktan korkmadan çocukların düşüncelerini söylemelerine izin verin. Böylece utanç, korku veya suçluluktan değil kendi istedikleri için başkalarının isteklerini karşılamayı, istemediklerinde hayır demeyi öğrenirler.