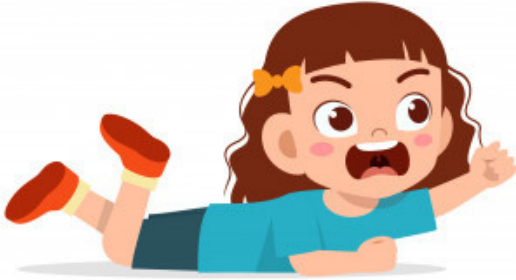




Erzincan Milli Eğitim Müdürlüğü Okulöncesi Öğetmen- El Kitapçığı

“Sınır Koyma”



Sınır Koyma

Sınırlar, çocukların hem kendilerini hem de yaşadıkları ortamı kavramalarını sağlar; onlara keşif ve öğrenme fırsatı sunar.

Sınır Koyma Nedir ?

Çocuğun özgüven gelişimini destekleyerek yerine göre nasıl doğru davranacağı hakkında çocuğu bilgilendirmek, çevresiyle doğru iletişim kurmayı öğretmek ve çocuğun güvende olmasını sağlamak demektir.

Çocuklar Neden Sınırlara İhtiyaç Duyarlar?

- Çocuklar belirgin sınırlar içerisinde dünyalarını sınıma ve keşfetme ihtiyacı duyarlar.
- Yaşadıkları ortamın kurallarını anlamak isterler.
- Ebeveynlerinin kendilerinden beklentilerinin ne olduğunu bilmek ister.
- Kontrolün kimde olduğunu, kuralları ne kadar esnetebileceğini, kuralları esnettiğinde sonuçlarının neler olacağını öğrenmek ister.

“Sınırların etkili bir şekilde belirlenmediği evlerde büyüyen çocuklar, dış dünyaya açıldıklarında çatışmalar, reddedilmeler ve olumsuz tepkilerle karşılaşır. Çocuklar, bizim kurallarımız ve beklentilerimiz konusunda net ve açık mesajlar almalıdır ki doğru davranışlar sergilemeyi öğrenebilsinler. Bunu başarmaları bize bağlıdır.”

Sınır Koymanın Faydaları

- Toplum tarafından onaylanan davranışların yolunu belirler.
- Çocukların öz denetim becerilerinin gelişmesine katkı sağlar.
- Bireyin sosyal ve kişiler arası ilişkilerini belirler.
- Sınırlar güvenlik sağlar.
- Sınırlar sayesinde istedikleri her şeye her an ulaşmalarının mümkün olmadığını öğrenir.



- Sorumluluk duygusunun gelişmesini sağlar.



- Çocukların sosyal becerilerini artırır.

- Çocuk kurallara uymanın önemini öğrendiği için toplumsal normlara da uyum sağlar

Çocuğa Sınır Koyarken Dikkat Edilmesi Gerekenler

- Sınırlar oldukça kısa, az sayıda ve net olmalıdır
- Çocuğun yaşına ve içinde bulunduğu gelişim dönemine uygun olmalıdır.
- Sınırlar tutarlı bir şekilde uygulanmalıdır. Çocuğumuzun evde yalnızca 1 saat ekrana bakmasına izin verirken, dışarda bunu saatlerce yapmasına göz yummak çocuğun kafasının karışmasına ve sınırların önemini yitirmesine sebep olur.
- Anne babanın kendi içinde tutarlı olması da oldukça önemlidir. Ebeveynlerden biri evet derken diğersinin hayır demesi oldukça yanlış bir tutumdur.
- Çocuğu tehdit etmek yerine olayın sonuçlarından haberdar etmek gerekir. (Örn.“ona vurmayı bırakmazsan seni öğretmenine şikayet ederim”, demek yerine bedele odaklamak, “ona vurmayı bırakmazsan, onu elinden almak zorunda kalırım”)



- Sınır koyma sürecinin dinamik bir süreç olduğunu bilin.
- Çocuğunuzun sizi veya başkasını rahatsız eden bir davranışını görürseniz bunu çocuğunuzla paylaşın.
- Kuralların uygulanmasında model olun.

- Çocuklarınızın örnek davranışlarını, başarılarını takdir ederek onları pekiştirin.



- Çocuğunuzla güç savaşına girmekten kaçının.

- Çocuğunuzun sunduğu fikirlere saygı gösterin.



- Olumsuz eleştiriler yaparak çocuğunuzun kendisine veya çevresine öfke duymasına sebep olmayın.

- Çocuğunuzun özerklik hissini destekleyin.

- Çocuğunuzun sorumluluk alarak öz disiplin geliştirmesini sağlayın.



- Ve en önemlisi çocuğünüzü koşulsuz ve şartsız sevdiğinizi söyleyin. Onaylamadığınız davranışın onu sevmemekten değil davranışı sevmediğinizden olduğunu belirtin.

Sınır Belirlemenin Dört Basamaklı Harekete Geçme Metodu



Duyguyu Kabul Edin; Çocuğunuzun duygusunu ve ne istediğini empati kurarak öğrenin.

- Örnek: “Ali duvarı boyamak istediğini biliyorum.”
- Örnek: “Ayşe kumları kum havuzundan dışarı atmak sanırım hoşuna gitti.”

Sınırı İfade Edin; Açık ve net bir şekilde sınırları çizin.

- Örnek Ali: “Duvar boyamak için değil.”
- Örnek Ayşe: “Ancak biz kumları kum havuzundan dışarı atmıyoruz.”

Alternatif Seçenekler Hedefleyin; Çocuğunuza seçenekler sunarak sınır çizmesini kolaylaştırın.

- Örnek Ali: “Boyama yapmak için resim kağıtlarını kullanabilirsin.”
- Örnek Ayşe: “Eğer kumları bir yerden başka bir yere aktarmak istiyorsan, kumları bu kovanın içine doldurabilirsin.”

Son Seçimleri İfade Edin; Bir sınır belirlediğinizde çocuk bu sınıra uyum sağlayamıyorsa çocuğa seçene sunun.

- Örnek Ali: “Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarınla oynamamayı seçmiş olursun.”
- Örnek Ayşe: “Eğer kumları dışarı atmayı tercih ediyorsan bu oyuna devam edemeyiz.”

Sınır Koymada Ebeveynin Rolü

Bütün çocuklar; Daha önce hiç bilmedikleri büyük bir dünyayı keşfe çıkmıştır. Yol göstericilere ve ipuçlarına ihtiyaç duyacaktır. Öğrenmeye istekli ve birçok hedefi gerçekleştirmeye açtır. Ancak bilinmelidir ki iyi bilinmeyen bir dünyada hedefi şaşırması ya da yönünü kaybetmesi muhtemeldir. Bu noktada çocuk kendisine yol gösterecek, tehlikeli alanlara girdiğinde onu durduracak güvenli bir yol gösterene ihtiyaç duyacaktır.

Çocuğun en önemli yol göstericileri anne ve babasıdır.



Sınır Koyma ve Ebeveyn Tutumları

İzin Verici Ebeveynlik

- Bu ebeveynlik tutumuna göre sınırı belirleyen ve uygulayan kimse yoktur.
- Çocuk her istediğini yapabilmektedir.
- Çocuğa ebeveynleri tarafından herhangi bir kısıtlama olmamaktadır.
- Çocuktan kurallara uyması beklenmez, sınırsız özgürlük vardır.
- Çocuklar toplumsal kurallarla uyumsuz davranabilmektedir.
- “Ben yaşayamadım o yaşasın. Canı ne isterse yapsın.”

Otoriter(Cezacı) Ebeveynlik

- Çocuklar birer küçük yetişkin gibi yetiştirilir.
- Sınır koymada çocuğun fikri alınmaz, tüm yetki anne ve babaya aittir.
 - Kurallara uyulmaması durumunda çocuk cezalandırılır.
 - Korkuya dayalı ve baskıcı bir anlayış görülür.
 - Bu yaklaşımda çocuklar dıştan denetimlidir. Çünkü sınırları ebeveynleri belirlenir ve uyması beklenir.



İlgisiz Ebeveynlik

- Çocuklar ebeveynleriyle duygusal bağ geliştirmekte zorlanır.
 - Ebeveynleri rahatsızlık vermediği sürece çocuk özgürdür.
 - Buradaki sınırlar ebeveynlerin rahatsız olacağı durumlarla belirlenir.
 - Çocuk, yalnız kalmaya ve sosyal ilişkilerinde başarısızlığa uğramaya meyillidir.
- 'Beni rahatsız etme, git şu köşede istediğini yap.'

Dengesiz ve Kararsız Ebeveynlik

- Çocuklara ebeveynleri tarafından kural konur ancak bu kuralların uygulanması değişkendir.
- Annenin uyguladığı kuralı baba uygulamamaktadır.(ya da tam tersi)
- Ebeveynler izin verdikleri kurala sonrasında izin vermeyebilir.
- Kuralların uygulanması ve ihlali durumunda tepkileri tutarsızdır.
- Çocuklar, bu tutarsız davranışlar sebebiyle sınırlarını net olarak çizememektedir.

Dengesiz-Kararsız Ebeveyn Stili

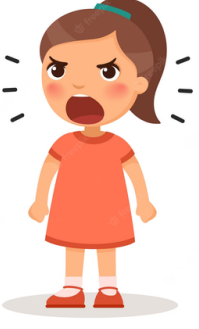


Demokratik ve Güven Veren Ebeveynlik

- Çocuğa, ilgi, şefkat ve hoşgörü gösterir.
 - Sınırlar birlikte çizilir.
- Kurallara ebeveynler de dahil herkes uyar.
- Kuralların uygulanmasında ebeveynler model olur.
 - Çocuğun istek ve düşünceleri önemlidir.
 - Çocuğa şiddet yerine uzlaşma yoluna gidilir.
- Aile kural ve sınırlarla ilgili tutarlıdır ve net mesajlar verir.
 - “Bu kurallar her birimiz için geçerli. Seni kurallara uyup uymamana bağlı olamadan koşulsuz seviyoruz.”
- Bu yaklaşımlardan en sağlıklısı demokratik yaklaşımdır.



Çocuğunuz Kurallara Uymuyorsa



- Çocuğunuz beraber belirlediğiniz bir kurala uymuyorsa, öncelikle sakin bir ses tonu ile ilgili kuralı tekrarlayın.
- Kararlı ve tutarlı olduğunuzu hissettirin.
- Çocuğunuz ve siz sakinleşene kadar bekleyin.

• Çocuğunuz şiddete meyilliyse kendisine ve çevresine zarar vermesini engelleyin.

• Kuralı tekrarlarlarken, “lütfen, nolur, rica ederim, yalvarırım” gibi sözcükler yerine, kararlı ancak sert olmayan bir ses tonu ile, “.....yapmanı bekliyorum” demeyi deneyin. “Eldivenlerini takmanı bekliyorum.”

• Kuralı tekrarladıktan sonra, çocuğunuz hala uymayı reddediyorsa,“Peki, eldivenlerini giymediğin ve hava karlı olduğu için, bu şekilde dışarı çıkmıyoruz” diyerek, davranışının sonucunu yaşamasını sağlayın.

• Kurala uymama, saygısızlık, şiddet, öfke vb. durumlarda mola yöntemini kullanın.

Molanın ne olduğunu açıklayın.

Uygun bir mola yeri belirleyin.

Saat kullanın.

