



Sınır koyma; çocuğun kendisini emniyette hissederek, hareket edebileceği alanı belirleyen yardımcı

ve yol gösterici işaretleri çocuğa sunmaktır. Sınır koyma aynı zamanda çocuğa bakım veren kişinin, çocukla aralarındaki güvenli ilişkiye zarar vermeden, çocuğun davranışlarını kısıtlamasıdır.

Sınırlar Neden Önemlidir? Sınırlar çocukların hem kendilerini hem de yaşadıkları ortamı kavramalarını sağlar, onlara keşif ve öğrenme fırsatı sunar. Sınırlar çocuklara korundukları, güvende oldukları ve değer verildikleri duygusu kazandırır. Aile içi kurallara uymalarını, işbirliği yapmalarını, otoriteye saygı duymalarını sağlar. Sorumluluk kazandırır. Sınırlar onaylanan davranışları tanımlayan, çocuğa hatalı davranışlarını düzeltme fırsatı veren eğitici ve öğretici bir etkiye sahiptir.

Sınırlar bebeklikten itibaren konulmalıdır.

Üç yaşında sınırların oluşturulması gerekmektedir. Yaşla birlikte ve çocuk önceki sınırlara uyum sağladıkça sınırlar genişletilmelidir.

DİSİPLİN, CEZA DEĞİLDİR!

Araştırmalar vurmak, tokat atmak veya sözel saldırılarla disiplinin sağlanmadığını gösteriyor. Bu tip cezalar kısa dönemde hızlı sonuç veriyor gibi gözükse de uzun dönemde kalıcı zararlar doğurmaktadır. Fiziksel cezalar, utanç ve umutsuzluk duyguları yükleyerek çocuğun kendisine saygısını yitirmesine neden olabilir. Ayrıca çocuğa şiddetin geçerli ve uygun bir davranış olduğu, güç kullanarak istediklerini elde edebileceği kavramı öğretilmiş olacaktır.



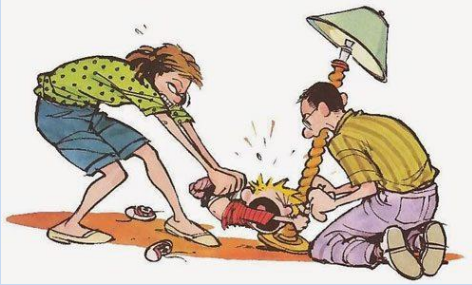
Çocuklara doğru davranışı öğretirken ceza yerine, nasıl davranıp nasıl davranmayacaklarını ve bunların nedenlerini açıklamak gerekir. **Yasaklar yerine, geçerli olan davranışların altını çizilmelidir.** Örneğin, "Giyeceklerini yere atma!" yerine "Lütfen giyeceklerini yerden kaldır çünkü yeri süpürmem gerekiyor." demelisiniz. Ebeveynler olarak mesajımızı vermek için **sözlerimizi ve davranışlarımızı** kullanırız. **Bu iki**

mesajdan biri net değilse iletişimde kopukluk olur. Örneğin; "Oynamadan önce odanı temizle." dediğimizde çocuk odasını temizlemeden oyuna gidiyor ve onun görevini biz yapıyorsak çocuk, konulmak istenen kural hakkında belirsiz, karmaşık bir mesaj almış olur. Sözlerimiz "Odanı temizle." derken davranışlarımız "Odanı temizlemesen de olur." demektedir. Asıl kural hangisi? Asıl kural; "Odanı temizleme zamanı" deyip hemen akabinde davranışımızla "Şimdi odanı böyle temizlemen gerekir." şeklinde ifade edip bunu göstermemiz gerekir. Emir veren ve olumsuz cümle kullanmak yerine, bir yönerge açık, net, olumlu ve anlaşılır bir şekilde ifade edilmelidir ki çocuk kendini bir birey olarak ve değerli hissedebilsin.

Aile İçi Etkisiz İletişimin Dinamikleri

1. Tekrarlama ve hatırlatma
2. Konuşmalar, nasihatler ve nutuk çekmeler
3. Yanlış davranışı görmezden gelme
4. Net olmayan mesajlar
5. Etkili bir model oluşturamama
6. Pazarlık
7. Tartışma ve çekişme
8. Rüşvetler ve özel ödüller
9. Ebeveynler arasındaki tutarsızlık
10. Geriden takipte etkili olamama

“Etkisiz Sözel Mesaj” Örnekleri
“Banyo zamanı geldi, tamam mı?”
“Hiç olmazsa bir kez biraz nazik olmayı deneyemez misin?”
“Bana bir iyilik yapıp, bir kez benimle işbirliği yapmaz mısınız?”
“Telefonda olduğumu görmüyor musun?”
“Daha yumuşak bir sesle konuşsan, bebeği uyandıracaksın”
“Tavrılarını beğenmiyorum.”
“Artık bu kadar yeter!”



“Etkisiz Davranışsal Mesaj” Örnekleri

Çocukların dağınıklıklarını onların yerine toplamak.
Çocuklar kendileri giyinebilecekken onları giydirmek.
Vuran bir çocuğa nasıl bir duygu olduğunu anlaması için ona vurmak.
Sizin keyfiniz yerindeyken, kabul edilemeyecek bir davranışı görmezden gelmek.



Çocuğunuzun uygun davranışlar gösterdiği zamanlar yakalayın. Çocuğunuzun sevdiğiniz ya da istediğiniz, uygun bir davranış sergilediğinde ve bunu tekrarlamasını istediğinizde çocuğunuzun bunu bilmesini sağlayın. Bunun için sözel övgüler kullanın.

- “Bugün benimle çok güzel oynadın ya da çalıştın.”
- “Oyuncağını paylaşman çok hoşuma gitti.”
- “Seninle oyun oynamak, seninle kitap okumak gerçekten çok eğlenceli.”
- “Oyuncaklarını, odanı topladığın için teşekkürler.”
- “Etrafı toplamamda, masayı hazırlamamda bana yardım ettin.”
- “Sessizce okuman, oyuncaklarınla oynaman çok hoş.” vb.



**KEÇİÖREN REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ**

ÇOCUKLARIMIZA SINIR KOYMAK-1

