

İ.D.V. ÖZEL BİLKENT İLKOKULU
OKUL ÖNCESİ BÖLÜMÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ VELİ BÜLTENİ-2

ÇOCUKLARA SINIRLAR VE KURALLAR KOYMADA
EBEVEYNLERİN SORUMLULUĞU



❖ Çocuk, kendisi için neyin gerekli, neyin daha yararlı ve önemli olduğunu başlangıçta bilemez. Çocukların kişilik gelişimlerinin ilk dönemlerini tamamlayana kadar çeşitli düzenlemelerle hayatlarını güvenli hale getiren ebeveynlere ihtiyaçları vardır. Anne-babalar birtakım kurallar ve sınırlar koyarak çocuğu korumak ve kendisine zarar vermeden iyi alışkanlıklar geliştirerek sosyal uyum için gerekli becerileri kazandırmak durumundadırlar. Çocuğun hayatla ilgili birçok şeyi öğrenmesi ve kendi kendine yetecek hale gelmesi hem anne-babanın doğru yönlendirmesini hem de çocuğa fırsat vermesini gerektirir.

❖ Günümüzde çocukların serbest bırakıldığında özgüvenleri yüksek olan bireyler olacaklarına dair düşüncelere sahip aileler de vardır. Kural koyan anne babalar, sanıldığı gibi aksine çocuklarına daha az ilgi ve sevgi göstermezler, aksine onların hayatını düzene sokarak kendilerini güvende hissetmelerini sağlar, sevgilerini de başka yollardan göstermeyi tercih ederler.

❖ Çocuklar yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamaya ihtiyaç duyarlar. Onlardan ne beklendiğini, ne kadar ileri gidebileceklerini ve ileri gittikleri zaman neler olacağını, yani kendi sınırlarını bilmek isterler. Çocuklar sınırlara ihtiyaç duyarlar. Çünkü sınırları belirlenmiş bir dünyada kendilerini güvende hissederler.

- ❖ 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 aslında ihtiyaç duydukları, hayatı anlamlandırabilmek için istikrarlı ve tutarlı sınırlardır. Çocuklar anne ve babalarının rehberliğine güvenmek isterler. Ebeveynler tutarsız ve istikrarsız davrandıklarında çocukların çıkardığı sonuç « kurallar bu sefer bozulabiliyorsa demek ki başka sefer de bozulabilir » olur. Bu gerçek onlara geçici bir zafer duygusu hissettirse de uzun vadede onların kişilik gelişimleri için çok da destekleyici bir durum değildir. Kuralların net ve istikrarlı olmadığı evlerde büyüyen çocukların okulda da sıkıntı yaşamaları muhtemeldir. Ayrıca güvenilir, rehber anne-baba figürleri yaşanan istikrarsızlıktan dolayı zamanla eski güvenilirliklerini kaybeder ve sorgulanmaya başlarlar; bu da uzun vadede çocuk gelişimi açısından duygusal ve sosyal problemleri beraberinde getirebilir.
- ❖ Sınırlar aynı zamanda ilişkileri tanımlar. « Burada yetkili olan kimdir? Ne kadar ileri gidebilirim? Çok ileri gidersem ne olur? » gibi soruların cevaplarını çocuklar çizilen sınırlar ve koyulan kurallar sayesinde bulurlar. Topladıkları bilgiler yetişkinlerle olan ilişkilerinde nasıl davranmaları gerektiği konusunda onları yönlendirir. Ancak toplanan bilgilerde tutarsızlık olduğunda çocuklar da nasıl davranacaklarını şaşırırlar.

Sınırları Belirlerken...

- ❖ Sınırlar onaylanan davranışları tanımlar. Hiç işaret ve levhaların çok az olduğu bir yolda ilerlemeye çalıştınız mı? Sizi doğru yönde tutacak net levhalar olmaksızın, yanlış dönüşler yapıp sorunlar yaşama olasılığınız çok yüksektir. Kabul edilebilir davranışları öğrenmeye çalışan çocuklar için de durum böyledir. 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 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. Başlanan ve yarım bırakılan kural ve sınırlar çocukların anne babaya olan güvenini sarsar ve anne babanın yetkinliğine gölge düşürür. Bu tip bir uygulama ile çocuk, evde verilen sözlerin yerine getirilmediğini öğrenir.
- ❖ Kurallar koyarken anahtar noktalardan biri anne ve babanın çocuğa model olmasıdır. Çocuklara verilmek istenen değerler öncelikle anne ve baba tarafından uygulanırsa değerlerin çocuk tarafından içselleştirilmesi daha kolay olacaktır. Çocuklar baktıklarını düşünmediğiniz zamanlarda bile davranışlarınızı gözlemler ve kendilerine model alırlar. Dolayısıyla, kural ve sınırlara sizin nasıl yaklaştığınızı dikkate alarak kendi yaklaşımlarını şekillendirirler.
- ❖ Kurallar konusunda çocuğunuzla güç savaşına girmekten kaçının. Örneğin tekrar tekrar bir şeyi yapmamasını söylemeyin. Bu durum çocuğunuzun gözünde yetkinliğinizin azalmasına neden olur. Bu tarz durumlarda daha yaratıcı olmayı deneyin.
- ❖ Çocuğunuzun sürekli kısıtlamak ya da aşırı kurallar koymak da uygun değildir. Bu nedenle kuralları koyarken anne ve baba olarak sizler için en önemli ve olmazsa olmaz kuralları belirleyin.
- ❖ 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.
- ❖ Kuralları önceden belirlemeniz ve çocuğunuzla hangi kuralın ne zaman geçerli olduğunu konuşmanız gerekir. Böylece anne babanın beklentileri karşılıksız kalmaz.
- ❖ Çocuklar sizin aklınızdan geçenleri okuyamazlar; onlar sadece yaşadıkları deneyimlerden öğrenirler. Örneğin eşinizle konuşurken çocuğunuzun sözünüzü kesmesinden hoşlanmıyor, bunu ona söylüyor, ancak yine de her sözünüzü kestiğinde durup onu dinliyorsanız o zaman çocuğunuzun bunun kabul edilebilir bir davranış olduğunu düşünmesi kadar doğal bir şey yoktur.
- ❖ Çocuğunuz koyulan kuralları hatırlamakta zorluk çekiyorsa okul öncesi dönemde resimli tablolarla, büyük yaşlarda ise yazılı anlaşmalardan faydalanabilirsiniz.



Sağlıklı Çocuk Gelişimini Destekleyen Kurallar...

- ❖ Bu dönemde ebeveynler yemek yeme, uyku düzeni ve öz bakım konularında kurallar belirlemeli, bu kuralları çocuğa kısaca açıklamalıdır.
- ❖ Vurma ve itme gibi zarar verici davranışlara izin olmadığı konusunda kurallar olmalı, anne baba önleyici bir tavır izlemelidir.
- ❖ Mülkiyet duygusu, izin isteme, yabancılarla olan ilişkiler gibi konularda da anne-baba kendi aile kültürlerine uygun kurallar koyabilirler.
- ❖ Bu kurallara ek olarak aileler kendi ihtiyaçlarına uygun olan kuralları evlerinde belirleyip takibini sağlayabilirler.

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 çocuğunuzun kurala uymasını kolaylaştırmadığı gibi, anne babadan korkmasına ve ilerleyen zamanlarda onların anne babalık becerilerine saygı duymamasına sebep olabilir.
- ❖ Kuralı tekrarladıktan sonra, çocuğunuz hala uymayı reddediyorsa, "Peki, üstüne hırkanı giymediğin ve hava çok soğuk olduğu için, bu şekilde dışarı çıkmıyoruz" diyerek, davranışının sonucunu yaşamasını sağlayın.

Bunların Yanısıra...

- ❖ 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.
- ❖ İstenmeyen davranış karşısında fiziksel ceza kullanılması da söz dinlememe davranışını arttırır. Ceza, çocuklara nasıl davranmaları gerektiğini öğretme konusunda etkili bir araç değildir. Ceza yapılmaması gereken davranışı öğretir, istenen davranışı değil.
- ❖ Çocuklar bir kuralın uygulanmasındaki tutarsızlığı fark ettiklerinde anne-babanın başka konularda söylediklerine uymakta da problem çıkarabilirler.
- ❖ Çocuğunuz koyulan kurallara uyduğunda onu, "Sözümü dinlediğin için seninle gurur duyuyorum " şeklinde sözel olarak motive edebilirsiniz. Anne-babası tarafından kabul gördüğünü ve davranışının beğenildiğini gören her çocuk, aynı davranışı tekrarlamak isteyecektir.
- ❖ 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 ve anne-babaya tepki biçiminde 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.

KAYNAK: Mackenzie, R.J. "Çocuğunuza Sınır Koyma"