

**Çocuklarınız kurallarınıza uymuyor, yanlış davranışlarda mı bulunuyorlar? Doğru davranışları konusundaki önerilerinizi önemsemiyor ya da ret mi ediyorlar? Yumuşak ve otoriter eğitim modelleri arasında kararsız mı kalıyorsunuz? Oysa bu modellerden daha eğitici ve daha az çaba gerektiren bir yöntem var. Çocuğunuza Sınır Koyma, çocuklarınızın daha nazik ve saygılı olması için altyapı oluşturmanıza yardımcı olur.**



**ÇOCUĞUNUZA  
SINIR KOYMA**



**Çocuklar nedensiz sınırlara ihtiyaç duyarlar?**

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, çocukların araştırma yapmasını sağlar. Sınırlar etkili ve uygun bir şekilde ise çocukların araştırma yapmalarına yardımcı olur. Çocuklar sınırlarımızı yaklaşık olarak bir yaşlarına doğru keşfetmeye başlarlar ve bu süreçte en önemli araştırmalarının cevabını ararlar.

“Doğru olan nedir?”

“Hangisi yanlıştır?”

“Yetkili kimdir?”

“Ne kadar ileri gidebilirim?”

“Çok ileri gittiğimde ne olur?”

Sınırlar onaylanan davranışları tanımlar. Bir kuralın sonucunda ne oluyor ise o bizim onayladığımız davranıştır. Çocukların ilerlemeleri beklenen yolun hangisi olduğunu anlamaları için net sınırlara ihtiyaçları vardır.



**Çocukların neyin iyi neyin kötü, neyin yararlı neyin zararlı olduğunu bilemedikleri bir dünyada tereddütte kalmalarını önleyerek makul seçenekleri onlara sunmak gerekir.**

Yrd. Doç.  
Dr. Muhammet  
Ü. ÖZTABAK



## ➤➤➤ Sınır koyarken nelere dikkat edilmeli?

Siz sürekli fikirleri değişen birine güvenebilir misiniz? Mesela çocuğunuz aynı anda beş çikolata yemek isterse ne yaparsınız? Anne-baba "Hayır yiyemezsin!" derse; çocuk onu yemek için diretecektir. Bir sonraki aşamada ağlamaya başlayabilir. Burada anne ve babanın bir seçim yapması gerekir. Çok ağlıyor diye çikolataların hepsini çocuğa verirsiniz, şu mesajı verirsiniz: "Sağlığını düşünerek koyduğum sınırlarımı direterek ve inatlaşarak beş çikolataya, ağlayarak altıya, kendini yerlere atarak yediye ve hatta sinir krizi geçirerek sekize çıkarabilirsin. Çünkü benim sınırlarım geçirgen."



Bu dönemdeki tutumlarınızın çocuğunuzun bütün hayatını etkileyebileceğini unutmamalısınız. Çocuklar bir süre sonra evde anne-babasını kontrol edebilir ama dışarıda kontrol edemeyecekleri bir dünyayla karşılaşır. Burada problemler yaşanmaya başlayabilir. Anne veya baba koyulan kuralları aşır, çocuğun istediğini yaparsa, çocuk evin yumuşak karnını belirler ve evin sınırlarının geçirgen ve değişken olduğunu anlar. İsteklerini, inatlaşmalarını, ağlamalarını, krizlerini istediği olmadığı zaman aynı şekilde devam ettirir.

## ➤➤➤ Sınır koyulduğunda çocuklar ne hisseder?

Çocuklar kendini güvende hisseder. Kendini ispatlayabileceği güvenli bir ortama sahip olan çocuklar özgüveni yüksek, gelecekte kendi kararlarını alan ve yaptıkları davranışların sorumluluğunu alabilen çocuklar haline gelir.

## ➤➤➤ Sınır koyan anne-babalar ne hisseder?

Özellikle çalışan anne-babalar için sınır koymak çocuğu "mutsuz etmek" anlamını taşıyabiliyor. Birlikte geçirdikleri kısıtlı zamanda çocuklarının her istediğini yerine getirerek sınır koymaktan kaçınıyorlar. Oysaki yanlış davranış karşısında sınır koymak, olayın mantıksal sonuçlarını anlatmak çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlar.

## Çocuğa nasıl sınır koyulur?

Sınırlar, çocukların yaşlarına ve yapısına uyum gösterecek şekilde olmalı.

Gelişim sürecini engelleyici bir tutum sergilenmemeli.

“Hayır! Yapma! Dur!” şeklinde tepki vermek yerine, ona yanıt vermeyi tercih edin ve bu sınırı neden koyma ihtiyacı hissettiğinizi açıklayın.

“Hayır!” kelimesini gerçekten gerekli olduğu noktada kullanın.

Sınırları belirlerken anlaşılır ve net olun.

Belirsizlik çocuğunuzun zihninin karışmasına neden olur. Çocuğunuz için anlaşılmayan sınır, “sınırsızlık” anlamına gelir.

## BİR ÖNERİM VAR



Çocuğunuzun boyuna eğilerek ve göz teması kurarak sınırları ona anlatın.

Eşler ve aile bireyleri arasında ortak bir dille sınırlar belirlenmeli, kurallar başka kişiler tarafından değiştirilmemeli.

Sınırları bağırarak veya küçük-büyük vurmalarla anlatılmamalı. Mevlana bu durumu çok güzel açıklamıştır; “Kelimelerini yükselt sesini değil; yağmurdur çiçekleri büyüten gök gürültüsü değil.”

Tartışma veya kriz anlarında sınırlar oluşturulmamalı. Herkesin sakin olduğu ve birbirini dinlediği anda yapılmalı.