



SİLOPİ

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

OCAK 2025



ÇOCUKLARDA SINIR KOYMA



E BÜLTEN SAYI -3



İÇİNDEKİLER

Giriş.....	3
Sınır Koyarken Nelere Dikkat Edilir?	5
Hangi Konularda ve Nasıl Sınır Koyulur?.....	7
Çocuk Sınırlara Uymuyorsa Yapılması Gerekenler	11
Ebeveyn-Okul İşbirliğinin Önemi.....	11
Sonuç.....	12
Kaynakça.....	13



SİLOPİ

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

ÖNSÖZ

Günümüzde ebeveynler ve eğitimciler için belki de en önemli sorumluluk alanı çocuk yetiştirme sürecidir. Ebeveynlerin ve eğitimcilerin, çocukların hayata sağlam temellerle başlamasını sağlamak için onların fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişimleri konusunda yapacağı doğru rehberlik oldukça etkilidir. Çocukların büyüme sürecinde sınır koyma, sadece onların doğru davranışlarla hareket etmelerine katkı sunmaz; aynı zamanda onların kendilerini tanıma, sorumluluk alma ve başkalarının haklarına saygı duyma gibi becerileri kazanmalarını da sağlar. Fakat ne yazık ki sınır koyma, bazen yanlış anlaşılan ya da uygulanması zor bir süreç olarak karşımıza çıkar.

Buradan hareketle bu kitapçık, çocuklara sınır koyma sürecinde ebeveynler ve öğretmenlere rehberlik etmek amacıyla hazırlanmıştır. Kitapçık boyunca çocukların dünyasını daha iyi anlamana yardımcı olacak teorik bilgilere yer verilmiştir. Fakat yalnızca teorik bilgilerle yetinilmeyip bunun yanında ebeveynlerin ve eğitimcilerin günlük yaşamda karşılaşılabileceği durumlara yönelik pratik örnekler de sunulmuştur. Burada sınır koymanın sadece bazı kuralların çocuklara dayatılmasından ibaret olmadığı, bilakis sevgi, tutarlılık ve empatinin sınır koyma sürecinde ve çocukların sağlıklı gelişimindeki rolüne özellikle vurgu yapılmıştır.

Sınır koyma sürecine yardımcı olma gayesinin yanı sıra çocukların sağlıklı bir şekilde büyümesine katkı sağlamayı da amaç edinen bu çalışmanın, siz değerli anne-babalara ve eğitim çalışanlarına bu yolda rehber olması dileğiyle.

Şükrü KAÇMAZ
Psikolojik Danışman

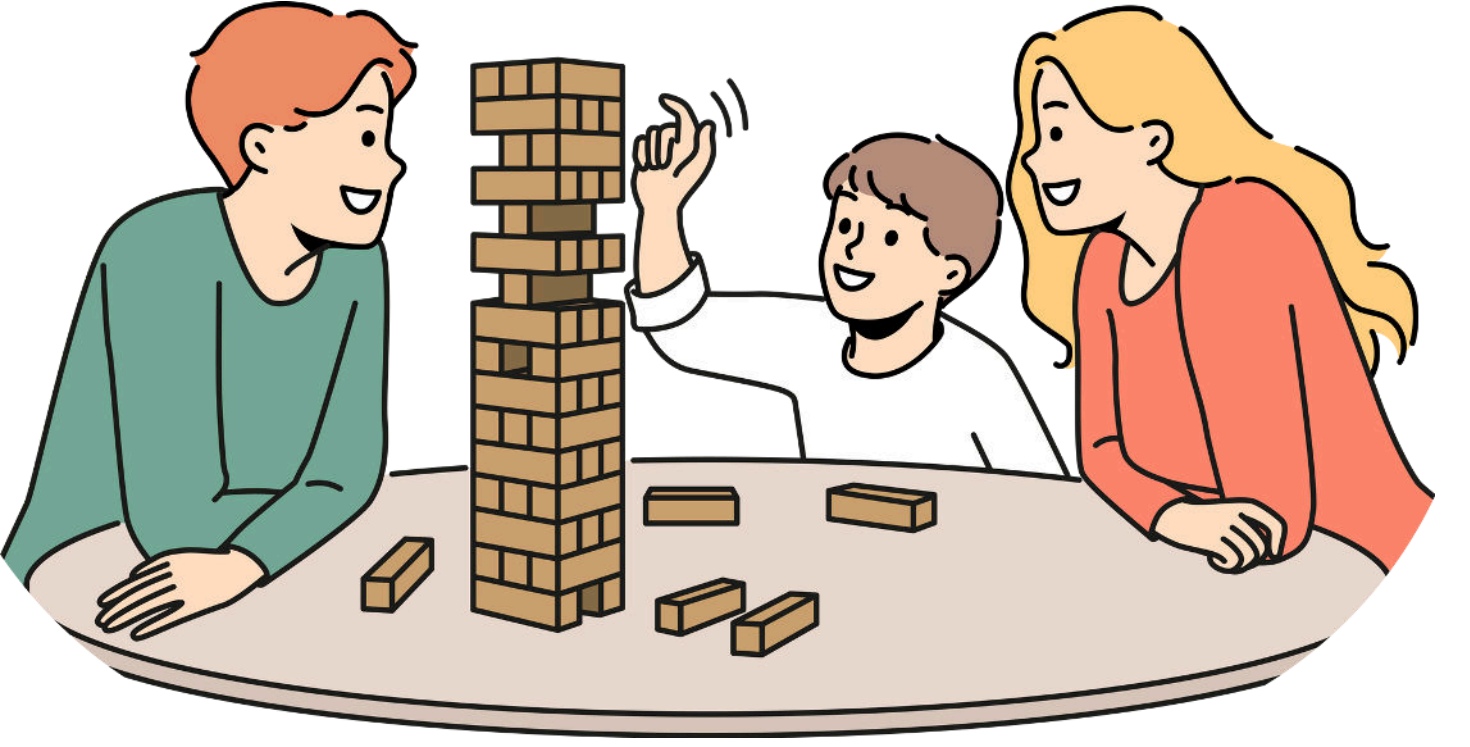
GİRİŞ

Çocukların, büyüme sürecinde dünyayı anlamlandırma ve sosyal ilişkiler geliştirme çabası içerisinde girdiklerini biliyoruz. Bu süreçte çocuklar, çevrelerindeki insanları gözleme ve onları rol model alma yoluyla öğrenir. Aslında bu öğrenme süreci, çocukların kişilik gelişimi ve toplumsal kuralları içselleştirmeleri için oldukça önemlidir. Fakat zaman zaman birçok ebeveyn ve öğretmenin, çocukların bazen kurallara uymakta zorlandığını, kendi isteklerinde direttiklerini ve yaramaz olarak tanımlanabilecek davranışlar sergilediklerini ifade ettiklerine ve bu durumdan yakındıklarına şahit oluyoruz. Aslında bu tür davranışlar, çocukların doğasında var olan keşfetme, sınırları test etme ve çevrelerini anlama arzularının bir yansımasıdır.

Çocuklara rehberlik etme ve onların keşfetme duygularını sağlıklı bir şekilde yönlendirme konusu oldukça önemlidir. Bu noktada ebeveynlere ve öğretmenlere önemli görevler düşer. Bakıldığında çocuklar, sınırlar olmadan neyin kabul edilebilir ya da neyin kabul edilemez olduğunu anlamakta zorlanırlar. Bu noktada sınır koymanın gerekliliği ortaya çıkar. En yalın haliyle ifade edecek olursak sınır koyma, ebeveynlerin ve öğretmenlerin çocuklara istenen davranışlarla ilgili kuralları öğretmek için kullandıkları bir beceridir.



Sınırlar, kişinin haklarını, sorumluluklarını ve diğerleriyle girdiği etkileşimlerini düzenleyen kurallardır. Fakat bu kurallar, sadece ebeveynlerin ya da öğretmenlerin çocukların davranışlarını kontrol etmesi için gerekli değildir. Aynı zamanda çocuğun kendisini, başkalarını ve çevresini daha iyi anlaması için de gereklidir. Temelde sınırlar, çocuklar için güvenlik hissi oluşturur. Ayrıca çocukların sosyal ilişkilerinin güçlendirilmesine ve sorumluluk bilinci geliştirmelerine de yardımcı olur.



Sınır koyma, bu bağlamda çocuğun sağlıklı kişilik gelişimini destekleyen temel bir yaklaşımdır. Sevgi, tutarlılık, açıklık ve netlik ile uygulandığında, sınırlar çocuğun özgüvenini artırır, sosyal becerilerini geliştirir ve başarılı bir birey olması için ihtiyaç duyulan zemini oluşturur. Bu nedenle açık bir şekilde ifade edebiliriz ki sınır koyma, yalnızca bir disiplin aracı değil, aynı zamanda çocukların gelecekteki hayatlarında başarılı ve mutlu bireyler olması için atılan önemli bir adımdır.

Çocukların sağlıklı gelişiminde bu kadar önemli bir yere sahip olan sınır koymanın pratikte nasıl yapılacağı birçok ebeveyn ve öğretmen için zaman zaman bazı soru işaretlerine yol açabiliyor. Şimdi çocuklar için sınır koyarken nelere dikkat etmeliyiz ve hangi konularda nasıl sınırlar koyabiliriz hep birlikte bakalım.



Sınır Koyarken Nelere Dikkat Edilir?

- **Açık, Net ve Tutarlı Olunmalı**

Çocuklar, sınırların açık, net ve tutarlı olmasını bekler. Sınırların ve kuralların muğlak olduğu zamanlar çocuğun kafası karışabilir ve bu durum da çocuğun sınırları kolayca ihlal etmesine sebep olabilir.

Örnek: Bir çocuk, her akşam yatmadan önce 30 dakika kitap okuma kuralına alıştırmışsa, bu kuralın bir gün uygulanmaması çocuğun rutinini bozabilir. Yani belirlenen kuralın bir gün uygulanıp bir gün uygulanmaması doğru olmaz.

- **Sevgi ve Empatiyle Yaklaşılmalı**

Çocuğun duygularına hassasiyetle yaklaşmak, onu anlamaya çalışmak ve ona sevgi dolu bir dille yaklaşmak, çocuğun sınırları daha kolay kabul etmesini sağlayabilir. Ebeveynlerin bu noktada dikkatli olmasında fayda vardır.

Örnek: "Oyuncaklarını toplamak istemediğini anlıyorum, çünkü çok eğleniyordun. Ancak oyuncaklarımızın zarar görmemesi için onları yerine koymalıyız."



- **Çocuğun Yaşı ve Bulunduğu Gelişim Dönemi Göz Önünde Bulundurulmalı**

Çocuğun yaşı ya da gelişim düzeyine uygun olmayan sınırların, uygulanabilirliği pek olası değildir. Bu yüzden oluşturulacak sınırların çocuğun yaşına ve gelişim dönemine uygun olmasına dikkat edilmelidir.



- **Olumlu Seçenekler Sunulmalı**

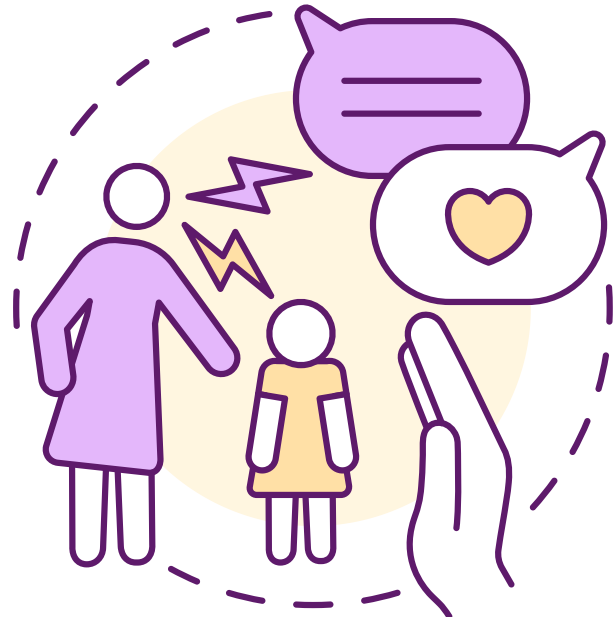
Zorlamak ya da yasaklamak yerine, çocuklara farklı olarak ne yapabileceklerini göstermek daha etkilidir.

Örnek: "Odanın duvarlarını boyamak yerine, senin için büyük bir kağıt çıkarayım ve kağıdı istediğin kadar boyayabilirsin."

- **Çocuğun Kişiliğini Eleştirmek Yerine Onun Davranışına Odaklanılmalı**

Sadece sınır koyma konusunda değil, konu ne olursa olsun çocuğun kişiliğini eleştirmek yerine yaptığı davranışa dikkat çekmek daha önemlidir.

Örnek: "Sen çok dağınıksın" demek yerine, "oyuncaklarını topladığında odan çok daha düzenli olacak" denilebilir



Hangi Konularda ve Nasıl Sınırlar Koyulur?

1. Kişisel Sorumluluklar

- **2-4 Yaş:**

Bu tarz küçük yaş grubu için sınırların, basit yönlendirmelerle ve özellikle görsel materyallerle desteklenmesi daha etkili olmaktadır.

Örnek: Çocuk oyuncaklarını toplamıyorsa, "Şimdi bu arabayı kutuya koyalım, ardından seninle bir kitap okuyalım" diyerek oyunla teşvik edilebilir.

- **5-7 Yaş:**

Bu yaşlarla birlikte çocuk, artık sorumluluk almayı öğrenmeye başlar. Bu yüzden çocuklara neden düzenli olmaları gerektiği konusu açıklanabilir.

Örnek: "Oyuncaklarını toplamazsak yeni oyun oynayacak alanımız kalmaz. Hadi birlikte toparlayalım."



- **8-12 Yaş:**

Bilişsel kapasitesi bu dönemde biraz daha ilerlemiş olan çocuk, sınırların nedenlerini daha iyi anlayabilir ve bireysel sorumluluk alabilir.

Örnek: "Odanın düzenli olması senin işlerini daha kolay yapmanı sağlar. Akşam yemeğinden önce odanı toparlamayı bekliyorum."



2. Teknoloji Kullanımı (Ekran Süresi)

- **2-4 Yaş:**

Ekran süresi oldukça sınırlı ve ebeveyn gözetiminde olmalıdır. Hatta mümkünse özellikle telefon ve tablet gibi teknolojik aletlerin başında hiç zaman geçirmemesi çocuğun yararına olur.

Örnek: "Şimdi 10 dakika video izleyeceğiz, sonra oyuncaklarımızla oynama zamanı."



- **5-7 Yaş:**

Çocukların ekran süresini kontrol etmek her dönemde olduğu gibi bu dönemde de önemini korumaktadır. Çocuğun ekran başında gereğinden fazla zaman geçirmemesi için ekran yerine başka aktiviteler koymak önemlidir. Çünkü genellikle bir çok çocuk ekran yerine ilgileneceği başka bir şey bulamadığı için ekran başında fazla vakit geçirmektedir.

Örnek: "Tablet kullanım süren bitti. Şimdi bahçeye çıkıp biraz oynayalım."



- **8-12 Yaş:**

Bu yaşlar çocuğun, kendi zaman yönetimini öğrenmeye başladığı zamanlar olabilir. Fakat yine de ebeveynlerin rehberliği oldukça önemli olduğu için ebeveynlerin bu konuda dikkatli olması gerekir.

Örnek: "Ödevini tamamladıktan sonra bir saat bilgisayar oyunu oynayabilirsin."



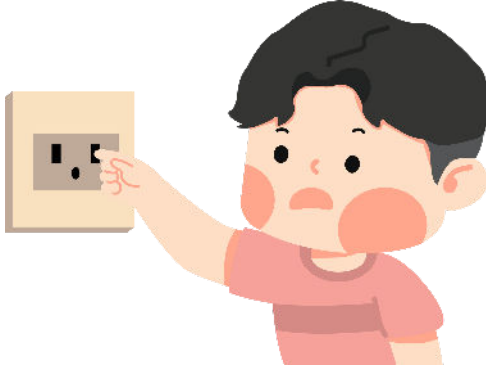
3. Güvenlik Kuralları

- **2-4 Yaş:**

Bu tarz küçük yaş grubu için güvenlik ile ilgili sınırlar koyarken belirlenen kuralları görsellerle ve oyunlarla desteklemek daha etkili olabilir.

Örnek: "Caddede elimi tutarak yürümelisin, çünkü arabalar bizi göremeyebilir."

Örnek: "Prizlere dokunma, elektrik seni çarpar."



- **5-7 Yaş:**

Çocuğa yaşına uygun bir dille, anlayabileceği şekilde kuralların nedenlerini anlatılabilir.

Örnek: "Bisiklet sürerken kask takmalıyız, çünkü düşersek başımız zarar görebilir."



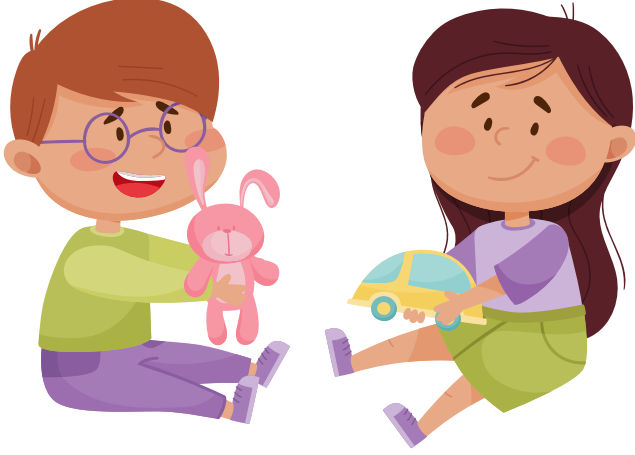
- **8-12 Yaş:**

Belirlenecek olan sınırlar ile çocuğun davranışları arasında bağlantı kurulması sağlanabilir.

Örnek: "Geç saatlerde dışarıda kalmak tehlikeli olabilir, bu yüzden belirlenen saatte evde olmalısın."



4. Sosyal Davranışlar



• 2-4 Yaş:

Bu yaş grubu aslında çocuğun paylaşma kavramını yavaş yavaş öğrenmeye başladığı zaman olabilir. Bu süreçte çocuğun çevresindekilerin çocuğa rol model olmaları oldukça önemlidir.

Örnek: "Arkadaşınla oyuncağını paylaşırsan, o da seninle kendi oyuncağını paylaşabilir."

• 5-7 Yaş:

Çocuk, bu yaşlarda empati becerisini geliştirebilir.

Örnek: "Arkadaşına bağırdığında onun üzüldüğünü fark ettin mi? Şimdi gidip özür dileyebilirsin."



• 8-12 Yaş:

Bu yaş grubu sosyal kuralların daha iyi anlaşıldığı ve uygulanabildiği bir evre olabilir.

Örnek: "Arkadaşlarının fikrine saygı duymazsan, onlar da seninkine saygı göstermeyebilir."



Çocuk Sınırlara Uymuyorsa Yapılması Gerekenler

Eğer çocuk evde belirlenen sınıra uymuyorsa öncelikle bunun nedeni anlaşılmalıdır. Bunun için de sınıra uymama sebebi çocuğa sorulmalıdır. Birçok ebeveynin ya da eğitimcinin çocuk sınırlara uymadığında kolay bir şekilde ceza yöntemine başvurduğu bilinmektedir. Fakat bu kalıcı bir çözüme yardımcı olmamaktadır. Bunun yerine çocuğun yaptığı davranışın sonucunu gözlemlemesine yardımcı olunabilir. Örneğin çocuğa: "Oyuncaklarını toplamazsan onlara çarpıp zarar görebilirsin" denilebilir. Ayrıca çocuğa tekrar fırsat verilmesi önemlidir. Çocuk hata yapabilir fakat davranışını düzeltmesi için ona şans verilmelidir.



Ebeveyn-Okul İşbirliğinin Önemi

Okul ve ev arasında işbirliğinin önemi diğer tüm konularda olduğu gibi burada da karşımıza çıkmaktadır. Okulda ve evde uygulanan sınırların birbiriyle tutarlı olması çocuğun bu sınırları benimsemesini oldukça kolaylaştırabilir. Bunun için öncelikle okul ve evde uygulanan kuralların birbirinden farklı olmamasına dikkat edilmelidir. Örneğin okulda yemeğini bitiren çocuğun evde de bunu yapması için teşvik edilmesi önemlidir. Ayrıca okulların, sınır koyma konusunda ailelere yönelik eğitimler düzenlemesi yararlı olabilir.

SONUÇ

Sınır koymak, çocukların çevrelerine uyum sağlamaları ve sağlık bir kişilik gelişimi için oldukça önemlidir. Sınırlar çocuklara sadece ne yapmalarını ya da ne yapmamalarını gerektiğini söylemekle kalmaz, ayrıca onlara kendi haklarını korumayı, sorumluluk almayı ve başkalarının haklarına saygı duymayı da öğretir.

Sınır koyma sürecinde tutarlılık, kararlılık ve sevgi dolu bir yaklaşımın önemi yadsınamaz. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin bu noktada mümkün olduğunca hassas davranmaları gereklidir. Ayrıca ebeveynlerin ve öğretmenlerin bu süreçte işbirliği içinde hareket etmeleri süreci oldukça kolaylaştıracaktır. Çocukların bu süreçte zorlanabilecekleri unutulmamalıdır ve süreç boyunca çocuğa yapıcı ve sabırlı bir yaklaşımla rehberlik edilmelidir.

Elbette her çocuk farklıdır ve bir çocuğa uygun olan bir sınır koyma yöntemi bir başka çocuk için uygun ya da etkili olmayabilir. Bu sebeple çocukların kişilik özellikleri ve bulunduğu yaş grubu özellikle göz önünde bulundurulmalıdır. Ve bu süreçte çocukların görüşlerinin de dikkate alınmasının süreci kolaylaştıracağı unutulmamalıdır.

Son olarak sınır koymaya bir disiplin yöntemi değil de çocukların kendi potansiyellerini keşfetmelerine ve ileride bağımsız bireyler olarak hayata atılmalarına katkıda bulunan bir süreç olarak bakılmasında yarar vardır.





SILOPI

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

KAYNAKÇA

- Adler, A. (1998). Çocuk Eđitimi, Ankara: Cem Yayınevi
- Axline, V. (2023). Oyun Terapisi, Ankara: Panama Yayıncılık
- Güneş, A. (2014). Çocuk Neyi Neden Yapar, Ankara: Nesil Yayınları
- Macit, E. (2023). İlişki Sanatı, Ankara: Psikoloji Eğitim Akademisi
- Yavuzer, H. (1999). Çocuk Psikolojisi, Ankara: Remzi Kitapevi
- Yavuzer, H. (2020). Okul Çađı Çocuđu, Ankara: Remzi Kitapevi

Silopi

REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ



Daima Yanınızda...

SILOPI REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

🌐 www.silopiram.meb.k12.tr

✉ silopiram@gmail.com

☎ 0486 518 58 28

📷 [silopiram](https://www.instagram.com/silopiram)