

ÇOCUKLARA SINIR KOYMAK NEDEN ÖNEMLİDİR?

Sınır nedir?

Sınırlar, nelerden sorumlu olduğumuzu ve nelerden sorumlu olmadığımızı tanımlamamızı sağlar. Dolayısıyla sınırlarımızı belirlemek, seçimlerimizin sorumluluğunu üstlenmeyi içerir. Sınırlar; çocukları destekleyen, koruyan ve yaşama hazırlayan çok önemli işlevlere sahiptir. Örneğin, ebeveynleri tarafından sınırları belirlenmemiş bir çocuk çok geniş bir hareket alanına sahip olur ve o alanda endişelenir, belirsizlik ile kendini güvende hissetmez. Sınırların bir diğer işlevi, çocuklara sorumluluk duygusu ile beraber bağımsız olmayı öğretir ve onları yetişkin olduklarında almaları gereken görevleri üstlenmeleri için hazırlar. Başka bir deyişle, sınırlar bir çocuğun yetişkinliğe geçerken kendi hayatı ile ilgili görevlerini anne babasına ihtiyacı olmadan yerine getirmesine ve kendi hayatının sahibi olmasına olanak sağlar.

Çocuklarda Karşılaşılan Sınır Sorunları

Sınırlar ne çok katı ve sert ne de aşırı esnek olmalıdır. Çocuğun yaşı, gelişimi ve farkındalık durumuna göre esneyip daralabilmelidir.

SINIRLAR NEYİ SAĞLAR?

- Çocuğu kendi davranışından sorumlu tutar?
- Başkalarına saygı duymasını sağlar.
- Sınırlar öfkeyi azaltır.
- Kendini nasıl koruyacağını öğrenir.
- Hoşlanmadığı durumlarda başkalarına hayır demeyi öğrenir.
- Seçimlerine sahip olmayı ve onları başkasının sorumluluğuna yüklememeyi öğrenir.
- Çocuğun sosyal hayattaki kurallara uyum sağlamasını sağlar.
- Ebeveyn-çocuk ilişkisindeki güç savaşını azaltır.
- Çocuğun kendini güvende hissetmesini sağlar.

Çocuklara Sınır Koymakta Neden Zorlanırsınız?

- Anne-babanın çocuğa karşı olan tutum ve davranış, eylemlerinde tutarsız olması ve anne-babanın birlikte iş birliği ile hareket etmemesi.
- Geniş ve kalabalık aile ortamında aile büyükleri tarafından çocuğun sürekli pohpohlanması.
- Aile içerisinde çocuğun uzun süre beklenen bir bebek olması.
- Çocuk merkezli düşünen aile yapısı.

- Çocuğun kendi sınırının nerede bittiğini bilememesi.
- Çocuğun aile sistemi içerisinde otoriteyi ele geçirmesi ve gücü eline almaya çalışması.
- Çocuğun bir başkasının kişisel alanına müdahale etmesi.
- Sınıf ortamının düzenini bozması ve arkadaşlarını rahatsız etmesi.
- Her istediğinin gerçekleşeceğini düşünmesi ve direnç göstermesi.

ÇOCUKLARA NASIL SINIR KOYULUR?

- Sınırları koyarken sözler ve davranışlar bize yardımcı olur.
- Sınırları belirleyen en temel kelime "hayır"dır.
- Çocuk sınırların neden var olduğunu sorguladığında anne-baba açık ve anlaşılır bir dille anlatmalıdır.
- Sınırlar net çizilmeli ve uygulamada tutarlı olunmalıdır. Anne -baba tutarsız ve istikrarsız davrandığında çocuğun çıkardığı mesaj "kurallar bu sefer bozulabiliyorsa demek ki başka sefer de bozulabilir" olmaktadır.
- Bir kural koyarken kurala anne-baba beraber karar vermeli ve kuralı aynı şekilde uygulamalıdır.
- Sınırlara direnç gösteren bir çocuğa tekrar tekrar ne yapması gerektiğini söylemek ebeveyn yetkinliğini azaltabilir bunun yerine çocuğun seçtiği davranışın sonucunu yaşamasına fırsat verilmelidir.



REHBERLİK BÜLTENİ

1.

Aile

Çocuklar anne babasının olaylar karşısında verdiği tepkiyi modellemektedir. Öfkelenildiğinde kavga eden ya da sözlü ve sözsüz şiddete başvuran bir ebeveyn, çocuğuna "Problemlerini böyle çözebilirsin" mesajını verir. Evde fiziksel şiddete tanık olan ya da maruz kalan bir çocuğun, kardeşini veya okul arkadaşlarını dövmesi kaçınılmazdır. Aynı zamanda, çocuğun şiddet içeren davranışları karşısında anne babanın nasıl bir tepki gösterdiği de bu süreci etkilemektedir. Örneğin, çocuk herhangi bir konuda isteğini gerçekleştirebilmek için şiddet içeren davranışlar gösteriyorsa ve anne baba bu isteği yerine getiriyorsa, çocuk isteklerini yaptırmada 'saldırganlığı' ona hizmet eden bir araç olarak kullanmaya başlar. Diğer bir etken ise, katı bir disiplin anlayışına sahip olan anne baba tutumu karşısında çocuğun düşüncesini, duygusunu, kararlarını ifade edememesinden dolayı isyankâr ve saldırgan davranışlar göstermeye başlamasıdır.

3.

Gelişim sorunları

Çocuklarda dürtü kontrolünün olmaması şiddete sebep olan etmenlerden biridir. Bir çocuk vurmanın canı acıttığını anlatsa bile bunu yapmaya karşı koyamayabilir. Kendini nasıl kontrol edeceğini öğrenmesi konusunda aile ile birlikte alınan terapi desteği sonuç

5.

Kendini ifade Etme

Çocuklar duygularını ve düşüncelerini nasıl ifade edeceğini bilemediği zaman şiddetli ve saldırgan davranışlara başvurabilmektedir. Dolayısıyla iletişim becerisi ve problem çözme becerisi zayıf olan çocuklar öfke duygusunu doğru davranışla ifade etmede güçlük yaşarlar. Bu noktada çocuklara, yaşadığı öfke sırasında karşındakine odaklanması yerine soruna odaklanmasını ve var olan sorunu tanımlamasını öğretmek sergileyeceği davranışının sorumluluğunu almasına yardımcı olabiliriz.

2.

Medya & Ekranlar

Çizgi filmlerinde hayali kahramanların şiddet uygulayarak yeni bir maceraya atılmalarını izleyen çocuklar bu kahramanları taklit etmeye ve onlara benzemeye çalışırlar. Çocukların oynadığı şiddet içerikli bilgisayar oyunları, şiddetin normalleşmesine ve çocukların anlama, hissetme ve empati duyma becerilerinin duyarsızlaşmasına sebep olmaktadır. Bu konuda yapılan araştırmalar, medyadaki şiddet sahnelerine maruz kalmanın, çocuklarda saldırgan davranışları arttırdığı bulgusunu ortaya çıkarmıştır.

4.

Sosyal Çevre

Çocukları yetiştirirken çevreyi göz önüne alarak doğru bir sosyal çevre seçmelerine yardımcı olabilir ve seçtikleri sosyal çevre ile sağlıklı iletişim kurmalarına destek olabiliriz. Örneğin, okul ortamındaki arkadaş çevresinde yaşadığı problemlerde çocuklara "Git sen de vur demek" yerine "Kendini koru demek" daha doğrudur. Böylece verdiğimiz sözlü yönerge ile çocuklarımızı şiddete yönlendirmemiş oluruz.

6.

Sınır Sorunu

Saldırganlık, sınır dışı davranışlar ile yakından ilişkilidir. Bir başka deyişle sınırlar öfkeyi azaltır. Sınırlarımız ne kadar doğru ve net olursa o kadar az öfke duyarız. Örneğin, bir çocuk arkadaşı tarafından maruz kaldığı sözlü (küfür, tahrik edici söz gibi) ya da sözsüz şiddet karşısında kendi sınırlarını tıpkı bir mülkiyet çizgisi gibi çizdiği zaman ve bunu karşı tarafa gösterip ilettiği sürece kendi mülkiyet alanını korumayı öğrenecektir.

OYUN OYNAMANIN FAYDALARI



Oyun iletişimden de önce başlar. Duygu ve düşüncelerini ifade etmede güçlük yaşayan çocuklar için oyun, anlaşılmayı sağlayan bir kapıdır. Çocukların oyun sayesinde farkında olmadıkları düşünce ve duyguları ortaya çıkabilir ve problemleri çözüme kavuşabilir.



Oyun öğrenmenin en yoğun gerçekleştiği alandır. Çocukların gerçek hayat ile ilgili deneyimler yaşamalarına olanak tanır. Çocuklar bu sayede kendileri dışındaki dünyayı, kuralları, çevreye uyumu öğrenirler, yaşadıkları durumlarla nasıl baş edecekleri konusunda tecrübe kazanırlar.



Oyun çocukların fiziksel, bilişsel, duygusal, dil ve zeka gelişimlerine katkı sağlar. Bunun anlamı; çocuğun beden kontrolünü sağlaması, okula uyumunun kolaylaşması, dikkat süresinin uzaması, kendini ifade becerisinin gelişmesi, duygularını tanıması, kendi ile ilgili yeni bilgiler edinmesi yani her bakımdan gelişmesi demektir.



Oyun oynayan çocukların yaratıcılıkları daha yüksektir. Örneğin; oyuncuğu mevcut fonksiyonu dışında kullanmayı öğrenirler, birkaç eşyayı birleştirerek yeni bir oyuncak oluştururlar, yeni bir oyun geliştirirler, farklı açılardan bakmayı öğrenirler.



Oyun çocuğun sosyalleşmesi için bir araçtır. Arkadaşları ile bir arada bulunan çocuk, toplum kuralları oluşturmayı ve bu kurallara uygun davranmayı öğrenir. Bir gruba ait olma, birlikte hareket edebilme becerisi kazanır. Kendisinin toplum içindeki yeri konusunda fikir sahibi olur, gerekirse davranışlarında değişiklikler yapar.

OKUMA KÜLTÜRÜ

Okuyazarlık kazanılabilir ve geliştirilebilir bir özelliktir. Kitap okumanın; empatiyi geliştirdiği, anlama ve muhakeme becerilerini güçlendirdiği, stresi azalttığı, yaratıcılığı ve hayal gücünü artırdığını kanıtlayan birçok bilimsel çalışma görülmektedir. Biz yetişkinler kitap okumanın önemini farkındayız, bu nedenle çocuklarımızı sürekli teşvik ediyoruz. Peki ama bu teşvik işi nasıl yapılsa daha faydalı olur? İşte birkaç öneri!

Çocuklar ne yapacaklarını düşündükleri sırada kitaplarla karşılaştıklarında kitap okuma olasılıkları artıyor. Bunu sağlamak için, çocuğunuzun odasına ya da salonunuza bir kütüphane ya da kitap rafı koyabilirsiniz.

Çocukların bilgiyi öğrenmede en sık kullandıkları yolun model alarak öğrenme olduğunu biliyoruz. Bir çocuğa kitap vererek hadi oku demek yerine, kendi kitap okuma davranışınızla örnek olabilirsiniz. Bu davranış, kitap okumanın bir alışkanlık olmasını da sağlayacaktır.

Her gün belli bir saat için tüm aile kitap okuyabilirsiniz. Bu okuma seanslarında bazen sesli okumalar yapar, bazen okuduğunuz kitaplar hakkında tartışabilirsiniz. Evin bir yerine keyifli bir kitap okuma köşesi oluşturmak okumaya dair keyfi artıracak bir yöntemdir.

Kitap okumayı kurallar içine sıkıştırarak zorunlu hale getirmek ondan keyif almayı engelleyebilir. Her okuyucunun istediği kitabı seçme ve kitabı beğenmeme hakkı vardır. Çocuklarınız okumalarından hoşlanmayacağınız kitapları okumak istiyorlarsa, neden o kitabı istediğini konuşabilirsiniz.

KARNE VE TATİL İÇİN AİLELERE ÖNERİLER

Karne öğrencinin okuldaki başarısını göstermektedir. Fakat; önemli olan hayattaki başarıdır. Bir kişinin en büyük başarısı iyi bir akademik kariyerden ziyade iyi bir insan olmaktır. Öğrencilerimiz bir yıl boyunca hem akademik hem de sosyal bir sürecin içindeydiler. Derslerin içerikleri kadar; yardımsever bir insan olmayı, iyi bir arkadaş olmayı, sır tutmayı, adil olmayı, haksızlıklara ses çıkarmayı, istemedikleri şeylere hayır demeyi öğrendiler.

Sene sonunda elinize geçen bu karneler aslında, çocuğun ihtiyaçlarını gösteren bir belgedir. Bu sayede, ders çalışma alışkanlıkları, ilgileri ve yetenekleri, sosyal becerileri konusunda neleri değiştirmesi gerektiği ve neler yapmayı planladığı konusunda fikir sahibi olmanızı sağlar. Unutmayın; karnedeki değerlendirmeler biraz çalışma ile düzeltilebilir.

Bu tatil zamanında; çocuğunuzun kendisini tanımasına yardımcı olun. Kendini anlamak ve anlamlandırmak için keyifler yapmasını teşvik edin. Sosyal sorumluluklar ve sosyal becerilerin kazanılmasının öğretim kadar önemli olduğunu hatırlayın. Hem öğrencilerimizin hem sizin dinlendiğiniz, eğlendiğiniz, güzel anılar biriktirdiğiniz, sevgi dolu tatiller geçirmenizi dileriz. İyi tatiller!