***Özgürlük Bilinci ve Çocuk Gelişimi***

Çocukların, kendilerini sağlıklı olarak geliştirebilmeleri için özgürlüğe ihtiyaçları var. Var ancak, sınırsız özgürlük de yok. Huzurlu ve dengeli bir birlikte yaşamı sağlayabilmek için bazen kuralların ve  sınırların belirlenmesi zorunlu. Kuralların ve sınırların olmadığı ailelerde kaos kaçınılmaz olur. Çocuk, böyle bir ortamda yönünü belirlemekte zorlanır. Ancak, önceden tahmin edilemeyen gelişmelerde, esnek olmalı ve açık bir kapı bırakılmalı. Örneğin; çocuğunuzun yatma saati akşam 9′da. Çocuğunuzu yatağa yatırdınız, masalını anlattınız (veya okudunuz). Kapı çalındı, uzaktan misafirleriniz geldi. Birde çocukları var, sizinki ile aynı yaşta. Harala, gürele, kalabalık, hediyeler, heyecan vs. vs. Böyle bir durumda 9′da yatağa gitme kuralı geçerli olmaz. Kuralı da siz koyun esnetmeyi de siz yapın ama onunla konuşarak.

**Kurallar ve sınırlar neden gerekli?**

Kurallar ve sınırlar (yasaklar)  çocukları tehlikelerden korur. İçinde yaşadığı çevre ne kadar düzenli ve anlaşılabilir olursa, yolunu ve yönünü bulmasında o kadar yardımcı olur.  Ayrıca herkesin kendi haklı isteklerine ulaşmasını ve daha kolay elde etmesini sağlar.

1- **Çocuğa güven duygusu verir.**

2-**Çocuğa, başkalarıyla birlikte yaşarken kendisinden neler beklendiğini ve başkalarından neler talep edebileceğini** **öğretir.**

3- **Günün akışını düzenler**. (kalma saati, oyun saati, yemek saati, yatma saat, vs)

4-**Birlikte yaşamanın koşullarını düzeltmeye yardımcı olur**.

– Ayrıca her bireyin ihtiyacı olan,”**diğerleri tarafından saygı görme**” duygusunun yaşanmasına açıkça olanak tanır. Çocuğun, birlikte konulan bu kurallara ve yasaklara uyması zorunludur, uyulmadığında önceden tespit edilen  yaptırımlar uygulanır. Çocuk, bunlara uymadığı taktirde hangi yaptırımlarla karşılaşacağını öğrenir.

**Kurallar ve sınırlamalar açıklanmalı mı?**

Eğer konulan kurallara ve yasaklara uyulmasını istiyorsak, bunu çocuğumuza açıklamalıyız. Bu çok küçük yaşlardan itibaren başlayabilir. Örneğin: İki yaşında bir çocuk, masanın örtüsünü neden çekilmeyeceğini kavrayabilir yaştadır. 5-6 yaşındaki bir çocuk bilgisayarı kullanmak istediğinde, neden yetişkinlerden izin alması gerektiğini anlayabilecek yaştadır. Bunları çocuğunuzla konuşarak anlamasını sağlamanız mümkün. Fakat bazı durumlarda, çocuk yapmak istediği eylemin sonucunun neler olabileceğini kavrayamayabilir. Örneğin: İki- Üç yaşında bir çocuk, tek başına balkona çıkıp aşağı bak

mak istediğinde  başına gelebilecek olumsuz sonucu kavrayamaz. Siz bunun ne kadar  tehlikeli olduğunu anlatırsanız anlatın, pek işe yaramaz. Burada yapılacak doğru davranış; Açık net ve kararlı bir biçimde HAYIR demektir.

**Kurallara ve yasaklara uyulması için neler yapılmalı?**

Birinci ve en önemli husus, uyulması için konulan kural ve yasakların, yetişkinlerin ortak görüşü olmalı. Ve bir defa açıklandıktan sonra, herkesin buna uyması gerekir.

Eğer buna uyulmazsa, anne-babanın inandırıcılığı çocuğun gözünde çok çabuk kaybolur. Yetişkinler evden çıkmak zorunda olduklarında ,ne zaman eve geleceklerini çocuklarına söylemelidir.Ve bunada uyulmalıdır. Eğer çocuğunuzun yatış saatini belirledi iseniz, o saatte çocuğunuzun yatağa gitmesi sağlanmalıdır.Ve burada süreklilik esastır.  Kural ve yasaklara uyulması için nelere dikkat etmeli?

- Konulan kuralların uyulması konusunda hassas ve titiz davranmalı.

- O günkü duygusal ve ruhsal durumumuza göre kurallarla oynanmamalı. Eşinize “ İki gün belirlediğimiz gibi saat 9′da yatağa gitti, bugün neşem yerinde, bugün yatağa geç de gidebilir.” demeyin.-

-Kurallara uyulmadığında kararsızlık içinde olmayın. Gereksiz açıklamalardan kaçının.Çekingenlik veya tedirginlik göstermeyin. Uyulması gereken kuralı kararlı bir biçimde, açık ve net olarak iletin.

Her çocuk, diğer çocuktan farklı olduğu için uygularken bunu gözününde bulundurmakta yarar var. Bazı çocuklarda sadece kuralı hatırlatmak yeterli olurken, bazı çocukları ise kurala uymadığı takdirde, yaptırımın geleceği uyarısı gerekli olabilir. Çocuğunuzu en iyi tanıyan sizsiniz. Nasıl bir yol izlemeniz gerektiğine siz kendiniz karar verin.

**Kurallar ve yasaklar zaman zaman değiştirilmeli mi?**

Evet. Tüm kurallar ve yasaklar zaman, zaman gözden geçirilerek, çocuğun yaşına uygun olup olmadığı gözden geçirilmeli ve gerektiğinde değiştirilmeli. İki yaşındaki bir çocuğun yatağa gitme saati ile 9 yaşındaki ile aynı olmaz. 14-15 yaşındaki bir çocuğun akşam eve gelme saati 17 yaşındaki çocukla bir olmaz.

Yapılan değişiklikler, kesinlikle çocuklar tarafından anlaşılabilir, açık ve izlenebilir olması çok önemli. Böyle değişiklikleri büyük çocuklarınızla birlikte yapmanız en doğru yoldur.

Bazı kuralların değiştirilmesi isteği çocuklarınızdan geldiğinde, onları ciddiye alın, değişmesi için söylenen argümanları dinleyin, mantıklı buluyorsanız öneriyi kabul edin. Bu yaklaşım, ebeveyn ile çocuk arasındaki güvenin daha da gelişmesini sağlar. Ayrıca, konulan kurala çocuğun severek uymasına da ön ayak olur.

Konulan kural ve yasaklar uyulmadığında ne yapacağız?

Evet, konunun en can alıcı noktası burası bence. Buradaki doğru veya hatalı yaklaşım ve tutumumuz, çocuğun kurallara uyup uymamasını ve ciddiye alıp almamasını belirler. Küçük çocuklarda, ona sevgimizi hissettirerek ama ciddi ve kararlı bir biçimde “HAYIR” yeterli olur. Büyük çocuklar ise, yaptığı yanlış davranışın bir yaptırımı olduğunu bilmeli ve  yaşına uygun olarak belirlenen yaptırım kararlılıkla uygulanmalı. Bu uygulanan yaptırımlar (cezalar) kesinlikle fiziksel ve duygusal içerikli olmamalı. Çocuklar özellikle 2-6 yaş arasında ve ergenlik döneminde konulan yasaklara uymamak için çeşitli yollara baş vurarak sınırları aşmaya çalışırlar. Bu davranışlar gayet normaldir farklı algılanmaması gerekir.

Bu kuralları oturtmak ve uygulanmasını sağlamak, ebeveynler için oldukça zor. Çaba ve sabır isteyen bir iş. Ne kadar zor olursa olsun, ebeveynler bunu mutlaka hayata geçirmeli, ki günlük yaşantıları daha düzenli olsun. Çocukla yapılan tartışmalar, konuşmalar ve sürekli yapılan “yapma, etme, elleme, dokunma” gibi sayısız uyarıların aslında hiç bir işe yaramadığını hepimiz biliyor ve yaşıyoruz.

Bu zor dönemlerde kararlı ve tutarlı olursak, çocuğun direncinin güçlenmesine yardım etmiş oluruz. Çocuk, her ne kadar onun için zor da olsa, hayatta her şeyin kendi istediği gibi olamayacağını öğrenir.

***Yrd.Doç.Dr.Ömer DOĞRU Aile Danışmanı & İletişim Uzmanı***