

## BÖLÜM 8

### Küçük Çocuklarda Uygun Sınır Koyma Teknikleri



Arif ÖNDER<sup>1</sup>

Zehra Ece RANDA<sup>2</sup>

#### GİRİŞ

Anne babaların çocukları ile ilgili yaşadığı en önemli problemlerden biri de uygun sınırları oluşturabilmektir. Doğumdan sonra anneye bağımlı olan çocuğun zamanla kendi iradesi gelişmeye başlar. Kendi istekleri ile ebeveynlerin istekleri karşı karşıya gelebilir. Çocuğun bedensel ve ruhsal sağlığı için uygun sınırların bu yaşlardan itibaren oluşturulması gerekmektedir.

Her çocuğun kişiliği kendine özeldir. Bazı çocukları uyutmak, beslemek ve onlarla vakit geçirmek anne babalar için daha az sorun yaratır. Bazı çocuklar ise doğumdan itibaren avutulmakta, beslenmekte ve uyumakta zorluk yaşarlar. Doğumdan itibaren gelen bu özelliklere mizaç adını veriyoruz. Mizaç genetik yapı ile yakın ilişkilidir. Koyulan sınırlar, anne babanın tutumları ise bu mizacı şekillendirir. Nasıl bazı metalleri şekillendirmek kolay, bazılarını şekillendirmek güç ise bazı çocuklara kolayca sınır konabilir. Bazı çocuklar ise çok daha dirençlidir.

Her ne kadar her çocuğun mizacı eşsiz olsa da bilim insanları tarafından çocuklar temel olarak üç çeşit mizaç grubunda sınıflanmıştır. Bunlar kolay, zor ve yavaş ısınan mizaçtır. Kolay mizaca sahip olan çocuklar değişimlere hızlıca adapte olabilen, yeniliklere karşı olumlu yaklaşabilen ve tepkileri de yumuşak

<sup>1</sup> Doç. Dr., Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları AD., arifonder86@gmail.com, ORCID iD: 0000-0003-0571-9295

<sup>2</sup> Uzm. Dr., SBÜ Antalya Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Kliniği, zeceranda@gmail.com, ORCID iD: 0000-0003-3610-842X

## KAYNAKLAR

1. Ashcroft, J., Semmler, C., Carnell, S., Van Jaarsveld, C. H. M., & Wardle, J. (2008). Continuity and stability of eating behaviour traits in children. *European Journal of Clinical Nutrition*, 62(8), 985–990.
2. Bakırcıoğlu, R. (2020). *Çocuk ve ergende ruh sağlığı*. (7th ed.). Anı Yayıncılık.
3. Baumrind, D. (1991). Parenting styles and adolescent development. In J. Brooks, R. Lerner, & A. . Petersen (Eds.), *The encyclopedia on adolescence*. (pp. 758–772).
4. Bowlby, J. (2012). Güvenli bir dayanak. S. Güneri (Çev.) İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Yayınları.
5. Carruth, B. R., Ziegler, P. J., Gordon, A., & Barr, S. I. (2004). Prevalence of picky eaters among infants and toddlers and their caregivers' decisions about offering a new food. *Journal of the American Dietetic Association*, 104, 57–64.
6. Horgis, A. (2018). *Toddler Discipline for Every Age and Stage: Effective Strategies to Tame Tantrums, Overcome Challenges, and Help Your Child Grow Toddler Discipline for Every Age and Stage: Effective Strategies to Tame Tantrums, Overcome Challenges, and Help Your Child Gr*. Rockridge press.
7. Jacobi, C., Agras, W. S., Bryson, S., & Hammer, L. D. (2003). Behavioral validation, precursors, and concomitants of picky eating in childhood. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 42(1), 76–84.
8. Karp, H. (2016). *Mahallenin En Mutlu Yumurcağı* (5th ed.). Yakamoz Kitap.
9. Linscheid, T., Budd, K., & Resnake, L. (2003). *Pediatric feeding problems*. Handbook of Pediatric Psychology. Newyork: Guilford Press.
10. Manikam, R., & Perman, J. A. (2000). Pediatric feeding disorders. *Journal of Clinical Gastroenterology*, 30(1), 34–46.
11. Öner, Ö. (2018). Oyun Çocuğu ve Sınırlar. In E. İşleri, E. Güney, & Y. Taş Torun (Eds.), *Oyun Dönemi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları* (pp. 175–180). Türkiye Çocuk ve Genç Psikiyatrisi Derneği Yayınları.
12. Özmert, E. N. (2005). Erken çocukluk gelişiminin desteklenmesi-I: Beslenme. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 48(2), 179–195.
13. Psychiatry, american child and adolescent. (2020). *Screen Time and Children*. [https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FFF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FFF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx)
14. Robert J., M. (2020). *Çocuğunuza Sınır Koyma*. Yakamoz Yayıncılık.
15. Soğucak, Z. E. (2020). Ebeveyn Tutumları ve Psikopatoloji Üzerine Etkileri. In E. S. Ercan (Ed.), *Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Güncel Yaklaşımlar ve Temel Kavramlar* (pp. 147–152).
16. Spera, C. (2005). A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement. *Educational Psychology Review*, 17(2), 125–146.
17. Steinberg, L., Lamborn, S. D., Dornbusch, S. M., & Darling, N. (1992). Impact of parenting practices on adolescent achievement: Authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed. *Child Development*, 63(5), 1266–1281.
18. Thomas, A. (1968). *Temperament and behavior disorders in children*.
19. Yavuzer, H. (1999). *Çocuğunuzun İlk 6 Yılı: Bedensel, Zihinsel ve Sosyal Gelişimiyle*. Remzi Kitapevi.
20. Yörükoğlu, A. (1998). *Çocuk Ruh Sağlığı / Çocuk Yetiştirme Sanatı ve Kişilik Gelişimi*. Özgür Yayınları.