

**NASIL** **SINIR** **KOYMALIYIZ?**





Sınırlar anlaşılır ve net olmalıdır. Kuralları uygularken anne ve babanın kurala beraber karar vermesi ve kuralı aynı şekilde uygulaması gerekir.

* Kuralları koyarken anne ve baba olarak sizler için en önemli kuralları belirlemeniz önemlidir.
* Kuralları önceden belirlemeniz ve çocuğunuzla hangi kuralın ne zaman geçerli olduğunu konuşmanız gerekir.
* Çocuğunuzun duygusunu ya da isteğini kabul edip,sınırı ifade etmek önemlidir.
* Kabul edilebilir alternatif seçenekler

belirlenmelidir.(çocuğun yaşına bağlı

olarak bir ya da daha çok seçenek

sağlayabilirsiniz.)

****

**BAĞLUM MESLEKİ VE TEKNİK ANAOLDU LİSESİ**

SINIR KOYMA VELİ BROŞÜR



***REHBERLİK SERVİSİ***

# SINIR KOYMA

Çocuğa kazandırılmak istenen bir davranışla ilgili kural ve beklentiyi öğretebilme sürecine

sınır koyma denir.

Aynı zamanda çocukla anne-baba ve çocukla öğretmen\yetişkinler

arasındaki güvenli ilişki, güvenli alandır.



İnsanın yaşamı boyunca sınırlara ihtiyacı vardır. Toplumsal yaşama uyum sağlayabilmek için herkesin belirli sınırlara gereksinimi vardır.

ÇOCUĞUNUZ

NEDEN SINIR KOYMALIYIZ?

KOYDUĞUNUZ KURALA UYMUYORSA...

* Çocuğunuz beraber belirlediğiniz bir kurala uymuyorsa, öncelikle sakin bir ses tonu ile ilgili kuralı tekrarlayın. Bunu yaparken, çocuğunuzla aynı seviyede olmayı ve göz kontağı

\*“Sınırlar, çocukların hem kendilerini hem de yaşadıkları ortamı

kavramalarını sağlar; onlara keşif ve öğrenme ortamı sunar.''

* Çocuğu kendi davranışlarından sorumlu tutar. Sorumluluk sahibi bir çocuk olmasına yardımcı olur.
* Aile içinde bireyler arasında karşılıklı saygı atmosferini oluşturur.
* Bireyler arasında karşılıklı güven ve saygı oluşturur.
* Toplumsal yaşama kolay uyum sağlamalarına yardımcı olur.
* Riskli ve zararlı davranışlardan kaçınmalarını sağlar.
* Çocukta sorumluluk ve işbirliği becerilerinin gelişmesine yardımcı olur.
* Okul başarısını arttırır.
* Çocukta kişisel alan bilincini geliştirir.

kurmayı ihmal etmeyin.

* Kuralı tekrarlarken, “lütfen,

rica etsem, yalvarırım” gibi sözcükler yerine, kararlı ancak sert olmayan bir ses tonu ile, “ yapmanı

bekliyorum” demeyi deneyin.

* Yüksek ses, bağırma, şiddet uygulama, aşırı öfkelenme gibi tavırlar çocuğun kurala uymasını kolaylaştırmadığı gibi, anne-babadan korkmasına ve ilerleyen zamanlarda onların anne babalık becerilerine saygı duymamasına sebep olabilir.

Unutmayalım ki; her çocuk farklıdır; bu sebeple aile içerisinde sınır ve kuralları konuşarak çocuğunuzun kişilik özelliklerini göz önünde bulundurarak onun için en güvenli ve destekleyici sınırları belirleyin. Bu süreçte çocuğunuza rol model olmak ve bu sınırlara sizin de uyduğunuzu belirtmek önemlidir. Okulda ve evde paralel bir şekilde uygulanan bu tutum, çocuğunuzun kısa bir süre içerisinde sınırları tanımasına, beklenen davranış ve kavramları içselleştirmesine destek olacaktır.

* Kuralı tekrarladıktan sonra, çocuğunuz hala uymayı reddediyorsa, davranışının sonucunu yaşamasını sağlayın.

