

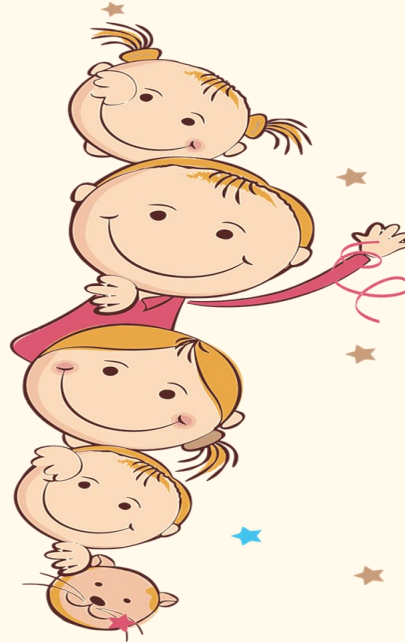


SINIR KOYMAK NEDEN ÖNEMLİDİR?

Sınırların açık ve anlaşılır bir şekilde ifade edildiği çocuklar;

- Sağlıklı bir kimlik duygusu geliştirirler,
- Doğru ve yanlış birbirinden ayırt edebilme kapasiteleri gelişir ve kendileri için güvenli olanı tercih edebilirler,
- Hangi davranışın hangi sosyal ortamda uygun olacağını ayırt edebildikleri için sosyal ilişkileri daha sağlıklı olur,
- Sağlıklı sınırlar koyulan bir çocuğun öz disiplini de gelişir ve bu sayede çocuk yeteneklerini geliştirme ve başarılı olma konusunda daha çok çaba gösterir.

Sınırlar aynı zamanda kararlarımız, isteklerimiz, değerlerimiz ve sorumluluklarımız konusunda hem kendimize hem de diğer insanlara duyduğumuz saygının temsili olan göstergelerdir.



ÇOCUKLARDA SINIR KOYMA -VELİ BROŞÜRÜ-



Sınırlar, diğer insanlarla iletişimimizde belirlediğimiz isteklerimizi, ihtiyaçlarımızı ve tercihlerimizi ifade eder. Sınırlara duyduğumuz ihtiyaç iyiye içeride, iyi olmayana dışarıda tutabilme ihtiyacımızdan doğar.

SAĞLIKLI SINIR KOYMA YÖNTEMLERİ NELERDİR?



Çocuğunuzun duygularını ve isteklerini anlayıp kabul edin.
«Parkta oynamayı çok sevdiğini biliyorum. Şu an buradan ayrılmak sana çok zor geliyor.»



Kısa, açık ve anlaşılır bir şekilde sınırı ifade edin.
«Parkta geçireceğimiz süre bitti. Artık eve gideceğiz.»



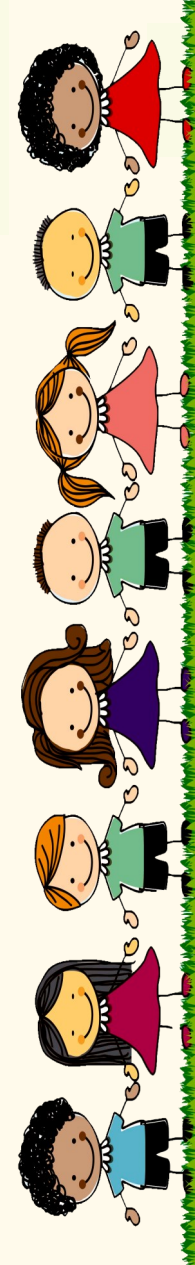
Seçenek sunun.
«İstersen evde yemek yaparken bana yardım edebilirsin ya da kitap okuyabilirsin.»

SINIR KOYARKEN ÇOCUĞUMUZLA NASIL İLETİŞİM KURMALIYIZ?

-Sınırların çocuğa anlaşılır ve açık bir şekilde ifade edilmesi gerekir. Üstü kapalı ya da imalı ifadeler sınırlarla ilgili yanlış anlaşılmalara sebep olabilir.

-Sınırlar ebeveynler tarafından uzlaşmayla belirlenmelidir ve çocuğa belirlendiği şekilde ifade edilmelidir. Ebeveynlerin sınırlarla ilgili birbirlerinden farklı tutumları olması çocukta kafa karışıklığı yaratır.

-Bağırarak ya da yüksek ses kullanmak sınır koymayı kolaylaştırmasın. Bu davranışlar ebeveynlerin kontrolünü kaybettiğinin işaretidir.



EBEVEYNLERE SINIR KOYMA ÖNERİLERİ

Çocuğumuz bir sınırı ihlal ettiğinde bir cezaya başvurmamalıyız. Çocuğumuz bir sınırı dikkate almadığında dikkate almama gerekçesini konuşmalıyız ve bu sınırın neden gerekli olduğunu ona hatırlatmalıyız.

Çocuklar iyi davranışlarının ve başarılarının görülmesini beklerler. Bu anlamda çocuğa olumlu geri bildirimlerde bulunmak kurallara uyma ve sınırları dikkate alma noktasında daha motive olmalarını sağlar.

Çocuğumuza onu ne kadar sevdiğimizi hatırlatmamız değerlidir. Sevildiğini bilen bir çocuğun sınırlarla ilgili uygun davranmadığı bir durumda onu değil, yaptığı davranışı sevmediğimizi anlaması çok daha kolay olacaktır.

