

Anne Babalar İçin Sınır Koyma Önerileri

İyi örnek olun. Eğer çocuğunuzun problem çözmek için şiddete başvurmasını istemiyorsanız siz de şiddete başvurmayınız.

Sınırları çizin; ama çok sayıda kural koymayınız.

Kurallar basit ve anlaşılır olmalıdır.

Bir kural koymadan önce kendinize şunları sorun: Bu gerekli mi? Bu kural çocuğun sağlığını ve güvenliğini sağlıyor mu? /Başkalarının haklarını ve mallarını gözetiyor mu?

Unutmayın, her çocuk farklıdır. Onların kendilerini kontrol etme becerilerini geliştirmelerine izin verin.

Çocuklarınızın iyi davranışlarını, başarılarını övün, takdir edin.

Çocuğunuzla güç savaşına girmekten kaçının.

Bağımsızlık duygusunu ve sorumluluk almasını destekleyin.

Onları ne kadar çok sevdiğinizi söyleyin. Uygun davranmadıklarında çocuğunuzun değil, sadece o davranışı sevmediğinizi açıkça belirtin ki sevginizden şüphe duymasın.



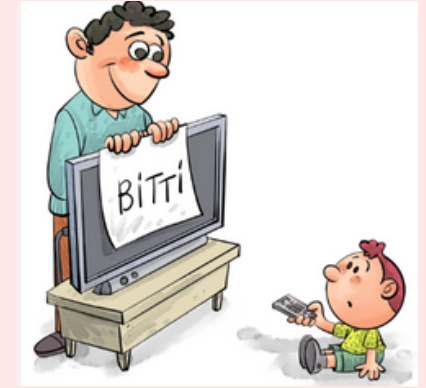
Sofraya gelmesi için 5 kez O'na seslenmek yerine, birlikte yemek yemeyi neden önemsedığınızı belirtip 2. hatırlatma sonrası hala gelmiyorsa sofrayı kaldırmak daha net bir mesaj olacaktır.



Sınırların çok katı, tartışılmaz ve değiştirilemez olduğu ailelerde de sıkıntı yaşanır. Sürekli "şu saatte yatacaksın, şuraya gidemezsin, bunu yapamazsın" yönergelerini duymaya alışan çocuk iki türlü davranış sergiler ya her şeye boyun eğerek ya da isyankâr olur.



ÇOCUKLARDA SINIR KOYMA



**MART AYI
VELİ BROŞÜRÜ**

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Servisi

Çocukların uygun yaşam becerileri geliştirebilmeleri ve sorumluluk sahibi olabilmeleri için; açık, dengeli, tutarlı ve net kurallara ihtiyaçları vardır.



SINIR KOYMA

*Çocuklar, yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamak isterler ve buna ihtiyaç duyarlar.

*Kendilerinden ne beklendiğini, diğer insanların gözünde durdukları yeri, ne kadar ileri gidebileceklerini, fazla ileri gittiklerinde neler olabileceğini bilmek isterler. Sınırlar, bu öğrenme ve keşfetme sürecinde çok önemli rol oynar.

ÇOCUĞA SINIR KOYMANIN FAYDALARI NELERDİR?

Sınırlar çocuğa güvende olduğunu hissettirir.

Sınırlar çocuğun sosyal becerilerini ve uyumunu artırır.

Sınırlar çocuğun sorumluluk duygusunu geliştirir.

Sınırlar aile ilişkilerini iyileştirir!



“

UNUTMAYINI!

Çocuklar sınırlarla doğmazlar!

”

SINIRLAR, KURALLAR NASIL KOYULMALI?

- ✓ Sıcak, şeffaf, ilgili ve tutarlı bir anne babanın varlığı, en önemli şartlardan biridir. Çocukların, kabul gördükleri, sevildikleri ortamda kuralları kabul etmeleri kolaylaşır.
- ✓ Sınırlar bebeklikten itibaren konmalı ve yaş ilerledikçe yeniden düzenlenmelidir.
- ✓ Sınırlara uymanın önemi çocuklara net ifade edilmelidir. Sınırlar gerektiğinde değişebilir ve esnek olmalıdır.
- ✓ Amaca yönelik sınırlar konmalıdır. Sınır koyacağım diye her şeye “hayır” dememek gerekir.
- ✓ Çizilen sınırlar tutarlı uygulanmalıdır. Sınırların çığnenebilir olduğunu öğrenen çocuğun her ortamda sınırları zorlaması kaçınılmazdır.
- ✓ Çocuğa neyi yapamayacağı açıklanırken buna karşılık neleri yapabileceği de belirtilmelidir.
- ✓ Sınırları belirlerken çocukları da işin içine katmak durumu sahiplenmelerini sağlar. Sınırı/kuralı koyanın “baba” yada “anne” olduğu mesajı verilmemelidir.

