

## NASIL SINIR KONULUR?

Sınırlar anlaşılır ve net olduğu sürece çocuklar için anlamak ve uygulamak kolay olacaktır. Karmaşık mesajlar, çocuğunuzun kendisinden ne istendiğini anlayamamasına ve bu nedenle kuralı uygulayamamasına neden olur.

SINIR KOYMA

MERKEZEFENDİ RAM

Ebeveynler tutarsız ve istikrarsız davrandıklarında çocukların çıkardığı sonuç “kurallar bir defa bozulabiliyorsa demek ki tekrar bozulabilir” olacaktır. Kuralların net ve istikrarlı olmadığı evlerde büyüyen çocukların okulda da ve sosyal hayatta da sıkıntı yaşamaları muhtemeldir.

Çocuğunuzun sürekli kısıtlamak ya da her durum için kural koymak da uygun değildir. Bu nedenle kuralları koyarken anne ve baba olarak sizler için en önemli kuralları belirlemeniz önemlidir. Kuralları önceden belirlemeniz ve çocuğunuzla hangi kuralınne zaman geçerli olduğunu konuşmanız gerekir.

## Sınır Koymak Nedir?

Sınır koyma, anne babaların çocuklarına; toplumun, kültürün ve ailenin genel kurallarını öğretmek için kullandıkları bir yoldur. Çocuklar kendilerinden ne beklendiğini, diğer insanlarla birlikte durdukları yeri, ne kadar ileri gidebileceklerini ve çok ileri gittikleri zaman neler olacağını bilmek isterler.

## SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR?

Sınır koyma, bireyin; kendi varlığını, diğerlerinden ayırt etmesini, haklarının nerede başlayıp nerede bittiğini anlamasını sağlar. Varlığının ve sınırlarının farkında olan çocuklar kendilerini ve dış dünyayı daha kolay kavrayabilirler. Bunun nedeni ise doğru tanımlanmış sınırların çocuklara keşif ve öğrenmeyi güvenle yapabilecekleri bir alan sağlamasıdır.



## ÇOCUKLARDA SINIR KOYMA





## ★ Sınır Belirlemenin Üç Basamağı:

- 1) **Duyguyu Kabul Edin:** “Şu an dışarı çıkmamanın keyifli olacağını düşündüğünü biliyorum.”
- 2) **Sınırı İfade Edin:** “Karnın açken dışarı çıkamazsın”
- 3) **Alternatif Seçenekler Belirleyin:** “Yemeğini yedikten sonra dışarı çıkabilirsin”



## Çocuğunuz Birlikte Koyduğunuz Kurallara Uymuyorsa;



•ÇOCUĞUNUZ BERABER BELİRLEDİĞİNİZ BİR KURALA UYMUYORSA, ÖNCELİKLE SAKİN BİR SES TONU İLE İLGİLİ KURALITEKRARLAYIN. “SAAT 21.00'DE BİLGİSAYARINI KAPATACAKTIN.”



•KURALI TEKRARLARKEN, KARARLI ANCAKSERT OLMAYAN BİR SES TONU KULLANIN. “BİLGİSAYARI KAPATMANI BEKLİYORUM”



•KURALI ESNETMEYE YA DA SINIRI İHLAL ETMEYE ÇALIŞTIĞINDA, SINIRIN ESNETİLMESİNE MÜSAADE ETMEYİN. “5DAKİKA SONRA KAPATACAĞIM, OYUNUM BİTTİĞİNDEKAPATACAĞIM VB.”

•KURALI TEKRARLADIKTAN SONRA, ÇOCUĞUNUZ HALA UYMAI REDDEDİYORSA, BİLGİSAYARI SİZ KAPATARAK, DAVRANIŞININ SONUCUNU YAŞAMASINI SAĞLAYIN.



## SONUÇ OLARAK;

Sonuç olarak; sınır koyma çocuklara önemli bir öğrenme fırsatı tanır. Sınırların olmadığı bir ortamda yetişen çocuklar, sosyal ortamlara girdiklerinde çatışma, reddedilme ve olumsuz tepkilerle karşılaşır.

