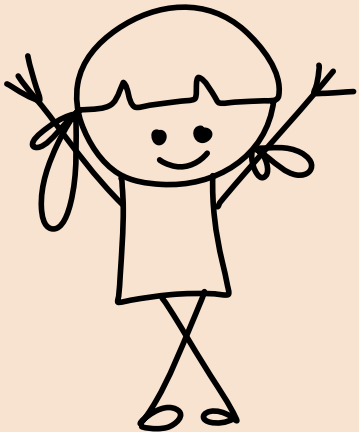




ÇOCUKLAR
SINIRSIZ
ÖZGÜRLÜKTEN
HOŞLANMAZLAR

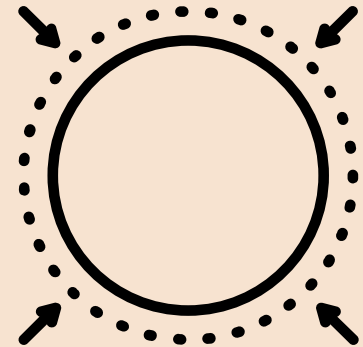


ÇOCUKLARIMIZA SINIR KOYMAK

- Çocuğa sınır koyarken sınırlar anlaşılır ve net olduğu sürece çocuklar için anlamak ve izlemek daha kolay olacaktır.
- Karmaşık mesajlar, çocuğunuzun kendisinden ne istendiğini anlayamamasına ve bu nedenle kuralı uygulayamamasına neden olur.
- Kuralları uygularken anne ve babanın kurala beraber karar vermesi ve kuralı aynı şekilde uygulamaları önemlidir.
- Tutarlılığınızı destekleyecek diğeri bir özellik ise kuralın her zaman geçerli olmasıdır.
- Ebeveynler tutarsız ve istikrarsız davrandıklarında çocukların çıkardığı sonuç "kurallar bir defa bozulabildiyse demek ki tekrar bozulabilir" olacaktır.

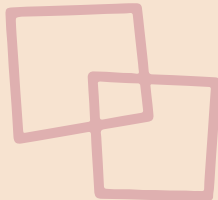
SINIR NEDİR?

- Bireyin kendi varlığını diğeri olanından ayırt etmesini, haklarının nerede başlayıp 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.



ETKİN SINIR KOYMA

- Çocuklarda bazen 'Hayır' kelimesinin arttığı, her davranışa itiraz halinde oldukları dönemler görülebilir. Bu davranışlar karşısında bazen ebeveynler zorlanabilir.
- Çerçevesini çizdiğimiz iki seçenek arasında çocuğa seçim hakkı sunulduğunda çocuğun karar verme becerisi gelişirken çatışma yaşamayı da engellenmiş olur.
- Örneğin; evde sorumluluk almasını istiyorsak 'yemek yapmaya mı yardım etmek istersin yoksa evi mi süpürmek istersin' seçeneği sunduğumuzda birini kendi seçeceği için çizdiğiniz sınırlar içinde iletişiminiz rahatlayacaktır.



ÇOCUĞUNUZ KOYDUĞUNUZ KURALLARA 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 kurmayı ihmal etmeyin.
- Kuralı tekrarlarlarken, "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.
- Kuralı tekrarladıktan sonra, çocuğunuz hala uymayı reddediyorsa, "Peki, üstüne hırkanı giymediğin ve hava çok soğuk olduğu için bu şekilde dışarı çıkmıyoruz" diyerek davranışının sonucunu yaşammasını sağlayın.

