



Lemana
Anaokulu
ATAŞEHİR

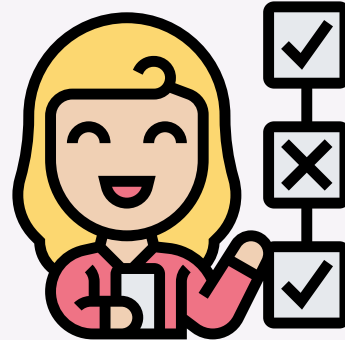


Sınır Koyma Nedir?

Ebeveynlerin bir kural ve beklentiyi öğretebilmek için çocuğun kendisini emniyette hissederek hareket edebileceği alanı belirleyen yardımcı ve yol gösterici işaretleri çocuğa sunmasına sınır koyma denir. (McKenzie, 1999)

Çocuklar Neden Sınırlara İhtiyaç Duyarlar?

- Çocuklar belirgin sınırlar içerisinde dünyalarını sına ve keşfetme ihtiyacı duyarlar.
- Yaşadıkları ortamın kurallarını anlamak isterler.
- Ebeveynlerinin kendilerinden beklentilerinin ne olduğunu bilmek ister.
- Kontrolün kimde olduğunu, kuralları ne kadar esnetebileceğini, kuralları esnettiğinde sonuçlarının neler olacağını öğrenmek ister.
- Bireyin yetişkinlikte kendi sınırlarını koyabilmesi için ayrıca çocukken sınır koymak gereklidir.



BU NEDENLE;

Sınır koymak bireyin kişisel ve sosyal yaşantısı için oldukça önemli bir kavramdır.



Sınır Koyarken Nelere Dikkat Etmeliyiz?

- Sınırları belirgin bir şekilde çizin.
- Kuralların az ve öz olmasına özen gösterin.
- Bir kural koymadan önce koyulan kuralların gerekliliğini sorgulayın. (Bu kurala ihtiyaç var mı?, Bu kural çocuğumun sağlığını ve güvenliğini sağlıyor mu?)
- Kurallar **açık** ve **anlaşılır** olsun.
- Kuralları koyarken **esnek** olun.
- Kuralları uygularken **net** ve **kararlı** olun.
- Kuralların ihlal edilmesi durumunda **olası sonuçları** çocuğunuzla paylaşın.
- Sınır koyma sürecinin **dinamik bir süreç** olduğunu bilin.
- Çocuğunuzla fikir ayrılığı yaşadığınızda duruma olumlu yaklaşın.
- Çocuğunuzun sunduğu fikirlere saygı gösterin.
- Olumsuz eleştiriler yaparak çocuğunuzun kendisine veya çevresine öfke duymasına sebep olmayın.
- Çocuğunuzun özerklik hissini destekleyin.
- Çocuğunuzun sizi veya başkasını rahatsız eden bir davranışını görürseniz bunu çocuğunuzla paylaşın.
- Problemleri biriktirmeyin. Çünkü problemlerin birikmesi öfke ve saldırganlığa sebep olabilir.
- Çocuğunuzun özdenetimini sağlayacak becerileri geliştirmesine olanak sağlayın.
- Kuralların uygulanmasında model olun.
- Çocuklarınızın örnek davranışlarını, başarılarını takdir ederek onları pekiştirin.
- Çocuğunuzla güç savaşına girmekten kaçının.
- Kuralları oluştururken çocuğunuzun da sürece dahil ederek ortak bir anlayış oluşturun.
- Kuralların uygulanmasında diğer aile üyeleriyle tutarlı davranın.
- Çocuğunuzun sorumluluk alarak öz disiplin geliştirmesini sağlayın.
- Ve en önemlisi çocuğunuzun koşulsuz ve şartsız sevdiğinizi söyleyin. Onaylamadığınız davranışın onu sevmemekten değil davranışı sevmediğinizden olduğunu belirtin.