



ÇOCUĞUMA NASIL SINIR KOYABİLİRİM?

1.

Yansıtın: Çocuğun hislerini, duygularını, arzularını gördüğünüzü ve onu anladığınızı bildirin. (Örn: bana kızdın)

2.

Sınırları oldukça kısa ve net ifade edin. (Örn: Duvarı boyamak istediğini biliyorum. Ama duvar boyamak için değil.)

3.

Alternatif sunun, uygun alternatifler hedefleyin. (Örn: Duvarı boyamak istediğini biliyorum. Ama duvar boyamak için değil; kâğıdını boyayabilirsin)

4.

Son seçimleri mutlaka ifade edin. Bir sınır belirlediğinizde çocuk bu sınırı uyum sağlayamıyorsa çocuğa seçenek sunun. (Örn: Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarınla oynamamayı seçmiş olursun.)