

Sınır Nasıl Oluşturulur?

- Çocuğunuzun duygusunu kabul edin.
- Sınırları net ve anlaşılır bir şekilde ifade edin.
- Alternatif sunun.
- Çocuğunuzla sürekli kısıtlamak ya da aşırı kurallar koymak da uygun değildir.
- Aile içinde kurallar çocukla birlikte belirlenmeli ve geri kalan alanlarda çocuğa esneklik sağlanmalıdır.
- Çocuğunuz beraber belirlediğiniz bir kurala uymuyorsa, öncelikle sakın bir ses tonuyla kuralı tekrarlayın. Bunu yaparken, çocuğunuzla aynı seviyede olmayı ve göz kontağı kurmayı ihmal etmeyin.

ŞEFKATLİ SINIRLAR

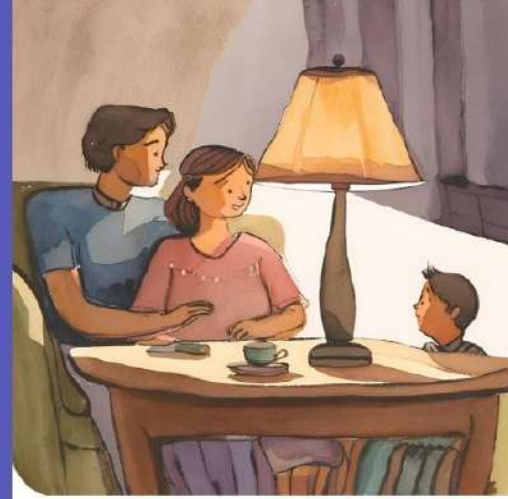
Çocukların acıtmayan ama onları koruyan sınırlara ihtiyacı var.

Sınır koymak denildiğinde aklımıza otoriter ve katı olmak gelse de şefkatin de eşlik ettiği sınırlar oluşturmakta fayda var.



“Bir nehrin oluşabilmesi için su kadar sınırlara da ihtiyaç vardır.”

Rollo May



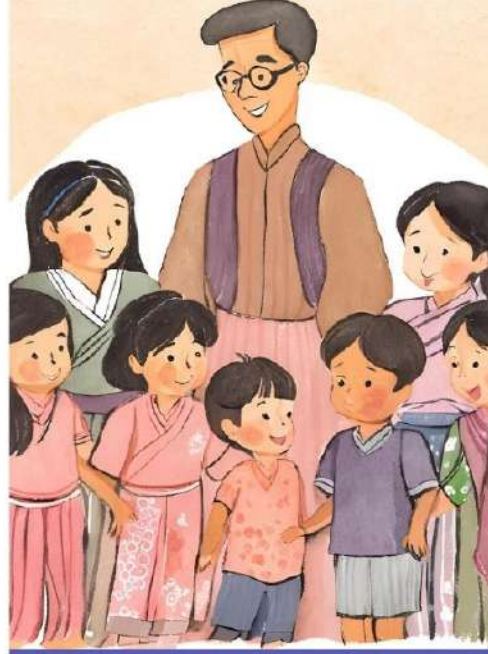
**Rehberlik
Servisi**

Sınır Nedir?

*Sınırlar,
“Çocuğın neyi yapıp
neyi yapamayacağını,
uygun olan davranışın
ne olduğunu,
kendisinden ne
beklendiğini gösterir.”*

Sınır Koymaya Neden İhtiyaç Duyulur?

- ✓ Empati becerisinin gelişmesini,
- ✓ Saygı içerisinde güçlü ilişkiler kurmasını
- ✓ Kendini kontrol edebilmesini
- ✓ Güvenli alanı öğrenmesini
- ✓ Sorumluluk almasını
- ✓ Kişisel alanını tanımasını ve korumasını
- ✓ Ebeveyn çocuk arasındaki çatışmaların azalmasını
- ✓ Çocukların kabul gören ve görmeyen davranışları ayırt etmesini sağlar



Sınır Konulabilecek Alanlar

- Fiziksel Sınırlar
- Duygusal Sınırlar
- Sosyal Sınırlar
- Maddi Sınırlar
- Teknoloji Kullanımında Sınırlar

Ebeveynler Sınır Belirlerken Nelere Dikkat Etmeli?



Anne baba ve çocuk ortak kararı olmalı



Çocuğun yaşına göre güncellenmeli ve genişletilmeli



Ebeveynler kendi aralarında tutarlı ve kararlı olmalı



Açık, net ve anlaşılır olmalı



Sevgi esirgenmemeli ve çocuğa rol model olunmalı



Çerçevesi belli ama çok katı olmamalı



Ebeveynler kendi aralarında tutarlı ve kararlı olmalı