

SINIR KOYMA

Anaokulu - İlkokul Veli Bülteni

Sınır Koyma

Bireyin kendi varlığını diğer bireylerden ayırt etmeyi, haklarının nerede başlayıp nerede bittiğini anlamayı sağlayan kurallar bütünüdür.

Çocukların zaman içerisinde değişebilen istenmedik davranışları karşısında, ebeveynlerin uyguladıkları disiplin becerileridir.

Çocuklar Sınıra Neden İhtiyaç Duyar?

- Çocuklar belirgin sınırlar içerisinde dünyalarını sınama ve keşfetme ihtiyacı duyarlar.
- Yaşadıkları ortamın kurallarını anlamak isterler.
- Ebeveynlerinin kendilerinden beklentilerinin ne olduğunu bilmek ister.

Sınır Koyma Türleri

- Fiziksel Sınır
- Duygusal Sınır
- Kişisel Sınır
- Zaman Sınırı

Fiziksel Sınır

Bireyin, alanını ve bedenini koruma amacıyla belirlediği çizgilerdir.

Duygusal Sınır

Çocuğun duygularını tanımasına yardım etmek, olumlu ve olumsuz duygularını fark etmek, kabul etmek, yaşamasına izin vermektir.

Kişisel Sınır

Bireyin diğer bireylerin özel alanlarına, sohbetlerine ve yaşantılarına saygı duyması kişisel sınırları belirler.

Zaman Sınırı

Bireyin aktivite ve etkinliklere ayıracağı zamanı planlama becerisidir.

Sınır Koyma Konusunda Velilere Öneriler

1

Sınırların az, öz ve net olmasına dikkat edin.

2

Kuralları uygularken kararlı ve tutarlı olun.

3

Kurallara uyulmaması durumunda oluşabilecek sonuçlar hakkında çocuğunuzu bilgilendirin.

4

Zamanla konulan sınırların değişebileceğini unutmayın.

5

Kuralların uygulanmasında model olun.

6

Sınırları sakın ve kibar bir ses tonuyla çocuğunuzla paylaşın.

7

Sınırları koyarken uzun açıklama yapmaktan sakının.

8

Çocuğunuzla güç savaşına girmeyin.

9

Çocuğunuz bağımsız davranma isteğine saygı duyun.

10

Çocuğunuz sınırları aştığında 'Seni sevmiyorum, kötü çocuksun...' gibi cümleler kullanmayın.

11

İnternet kullanımı konusunda sınırlar son derece önemlidir. Çocuğunuzun hangi uygulamaları kullandığını takip edin, yaşına ve gelişim düzeyine uygun içerikler kullandığından emin olun ve ekran başında geçirdiği zamanı sınırlayın.

12

Sınır koymanın en etkili yöntemi 'HAYIR DİYEBİLMEK'tir. Çocuğunuzun istenmeyen davranışlar karşısında hayır diyebilme becerilerini geliştirin ve bu konuda ona model olun.

SONUÇ OLARAK;

Etkin sınırlar, etkili ebeveyn çocuk ilişkisinin gelişmesinde anahtar role sahiptir. Sınır koymak çocuğun stresini azaltır, öz güvenini artırır. Sınırlarının farkında olan çocuk toplum ile uyumlu bir birey olur.

Etkili sınır koyabilmek için çocuğumuza karşı geliştirdiğimiz aile tutumu son derece önemlidir. Aşırı tavizkar ya da aşırı otoriter tutumlardan kaçınılarak çocuğunda söz hakkı olduğu, karşılıklı saygının temel alındığı ve çocuğa da sorumluluk veren yetkin aile tutumunu benimseyin.

Sınır koymada güçlük çektiğiniz durumlarda destek almaktan çekinmeyin.



**UNUTMAYIN!!
SINIR KOYMA CEZA DEĞİLDİR.**



AKSARAY İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ
AKSARAY REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ
YEREL HEDEF İÇERİĞİ HAZIRLAMA KOMİSYONU

