

Adnan Menderes MTAL Rehberlik Servisi

SINIR KOYMA
VELİ BÜLTENİ

Sınır Koyma

Sınır koyma; ebeveynlerin çocuklarına istenilen davranışlarla ilgili kural ve beklentilerini öğretmek için kullandıkları süreci ifade eder.



Sınır koymanın amacı çocuklara otokontrol sağlamaktır.

Çocuklar kendileri için belirlenen sınırlar tekrar edildikçe, uygulandıkça, zaman içerisinde bunları öğrenirler ve hatırlatmalara ihtiyaç duymazlar.

Sınır Koymanın Önemi

Çocuklar yaşadıkları dünyanın kurallarını öğrenmek isterler bu yüzden de sınırlara ihtiyaç duyarlar.

Çünkü sınırlar;

- Onayladığımız davranışları tanımlar
- İlişkileri tanımlar
- Çocukların araştırma yapmalarına yardımcı olur
- Güvenli bir ortam sağlar.

Sınır Koymada Dikkat Edilecekler



- ✓ Çocuğa sınır koyarken sınırlar anlaşılır ve net olduğu sürece çocuklar için anlamak ve izlemek daha kolay olacaktır.
- ✓ Karmaşık mesajlar çocuğunuzun kendisinden ne istediğini anlayamamasına ve bu nedenle kuralları uygulamamasına neden olur.
- ✓ Kuralları uygularken anne ve babanın kurala birlikte karar vermesi ve aynı şekilde uygulaması çok önemlidir. Tutarsızlığı destekleyecek bir diğer özellik ise kuralın her zaman geçerli olmamasıdır. Var olan kural her zaman uygulanmalıdır.



Ebeveynlere Sınır Koyma Önerileri

- ✓ Çocuğunuza iyi bir örnek olun. Eğer çocuğunuzun problem çözmek için şiddete başvurmasını istemiyorsanız sizde şiddete başvurmayın.
- ✓ Aile kuralları oluşturulurken çocuk da katılırsa onları daha dikkatle uygulayacaktır.
- ✓ Çocuğunuzun iyi davranışlarını övün, başarılarını takdir edin.
- ✓ Ergenlere sınır koyarken var olan sınırları düzenlemek, özgürlük ve sorumluluk arasında bir denge sağlamak gereklidir.
- ✓ Ergenlerde daha esnek sınırlar koyulur. Karar vermede söz sahibi olmaları sağlanır. Böylece seçenekleri keşfetmelerine yardımcı olunur.
- ✓ Çocuğu sürekli kısıtlamak ya da aşırı kurallar koymakta uygun değildir. Bu yüzden kuralları belirlerken hangi kuralın ne zaman geçerli olduğunu konuşmanız gerekir.

Aileler tutarsız ve istikrarsız davrandığı zaman çocukların çıkardığı sonuç "kurallar bir kez bozulduysa demek ki tekrar bozulabilir" olacaktır.



Doğru sınırlar, sağlıklı gelişimi ve keşfi destekler.

Çocuklarda bazen hayır kelimesinin arttığı her davranışa itiraz halinde oldukları bir dönem görülebilir. Bu davranışlar karşısında ebeveynler zorlanabilir. Çerçevesini çizdiğimiz iki seçenek arasından çocuğa seçim şansı sunulduğunda çocuğun karar verme becerisi gelişirken çatışma yaşanması da engellenmiş olur.