



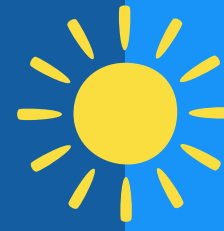
## Kardeşine vurmak isteyen bir çocuk

1. Öfkeli olduğunu ve kardeşine vurmak istediğini biliyorum. (YANSITMA)
2. Kardeşin vurmak için değil. (SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)
3. Hacıyatmaza vurabilirsin. (SEÇENEK SUNMA)
4. Kardeşine vurmayı seçersen seni 5 dakika molaya çıkarmamı seçmiş olursun. (SON SEÇİMLERİ İFADE ET)



## Tablet oynama süresini aşmaya çalışan bir çocuk

1. Daha çok tablet oynamak istediğini biliyorum, bu hoşuna giderdi. (YANSITMA)
2. Tablet, bu kadar uzun süre oynamak için değil. (SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)
3. Diğer oyuncaklarınla oynayabilirsin. (SEÇENEK SUNMA)
4. Daha fazla tablet oynamakta ısrar etmeyi seçersen yarın tablet oynamamayı seçmiş olursun, ısrar etmemeyi seçersen yarın tablet oynamayı seçmiş olursun. (SON SEÇİMLERİ İFADE ET)



VELİ BROŞÜRÜ

## SINIR KOYMA

KEÇİÖREN  
REHBERLİK VE  
ARAŞTIRMA  
MERKEZİ

## Sınır Koymak Ne Demek?

- Sınır koyma, çocuğa bir beklenti ya da kuralı ona kendini güvende hissettirerek, rahat edebileceği alanları belirleyerek öğrettiğimiz, her bireyin gelişiminde önemli rol oynayan pozitif bir süreçtir.
- Sınır koyma aynı zamanda ebeveynin çocukla arasındaki güvenli ilişkiye zarar vermeden, çocuğun davranışlarını kısıtlamasıdır.

## Sınır Koymanın Önemi Nedir?

Sınır koyma, çocuğa hangi davranışın riskli olduğunu, hangisinin güvenli olduğunu, davranışı gerçekleştirdiğinde karşısına hangi sonucun çıkacağını öğretir.

## Ebeveynler Sınır Koyarken Neden Zorlanırlar?

- Hayır demek zor gelebilir.
- Her istediği yapılan çocuğun mutlu olacağını düşünebiliriz.
- Bazen çocuğunun "en iyi arkadaş"ı olduğunu zanneder.
- Yoğun iş temposundan kalan zamanda çocuk ile etkili zaman geçirmeye çalışma isteği oluşabilir.

## Sınır Koymada Demokratik Yaklaşım

- Ebeveynin inancı çocukların sorunlarını kendi başına çözebileceği yönündedir.
- Bu tarz yaklaşımı benimseyen ebeveynler çocuklarına seçenekler sunar ve davranışlarının sonuçlarından ders almalarına izin verirler.
- Cesaret vermek iş birliğini arttıran bir tutumdur.
- Çocuklara, sorumluluğunu taşıyabilecekleri kadar güç ve kontrol verilmelidir.
- Çocuklar da daha çok iş birliğine yatkın olurlar, sınırları daha az test ederler, kendi başlarına sorun çözmeye daha hevesli olurlar.
- Aile kural ve sınırlarla ilgili tutarlıdır ve net mesajlar verir.
- Sözler ve davranışlar birbiri ile uyumludur.



## Duvarı boyamak isteyen bir çocuk

1. Duvarı boyamak istediğini biliyorum. (YANSITMA)
2. Duvar boyamak için değil. (SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)
3. Kağıtları boyayabilirsin. (SEÇENEK SUNMA)
4. Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarla oynamamayı seçmiş olursun. (SON SEÇİMLERİ İFADE ET)

