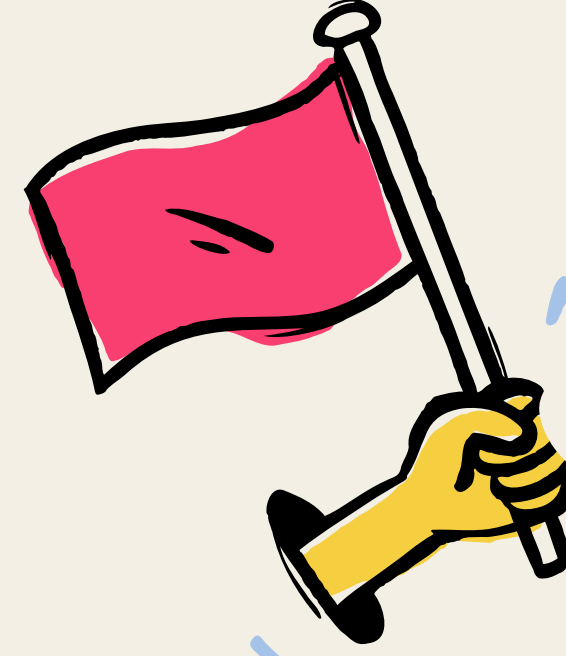


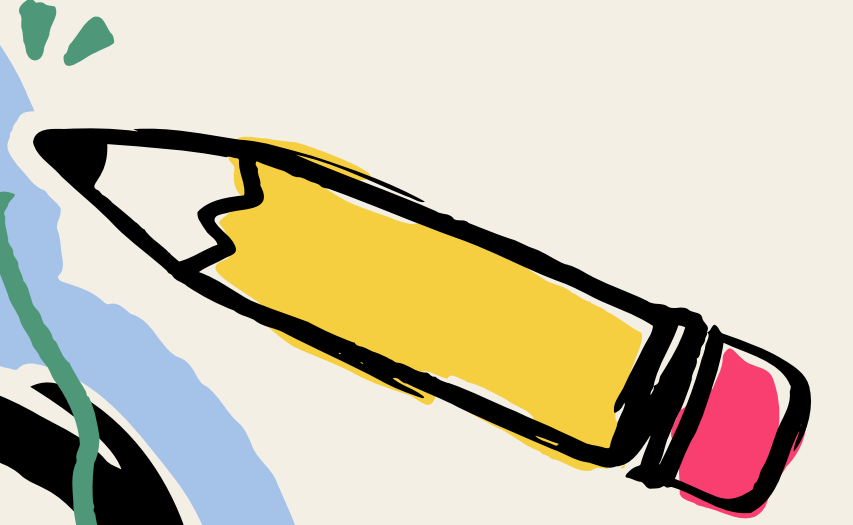


SINIR KOYMA



Sınır Koyma Nedir?

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



SINIR KOYMA TÜRLERİ

- Fiziksel Sınırlar
- Duygusal Sınırlar
- Kişisel Sınırlar
- Zaman Sınırları



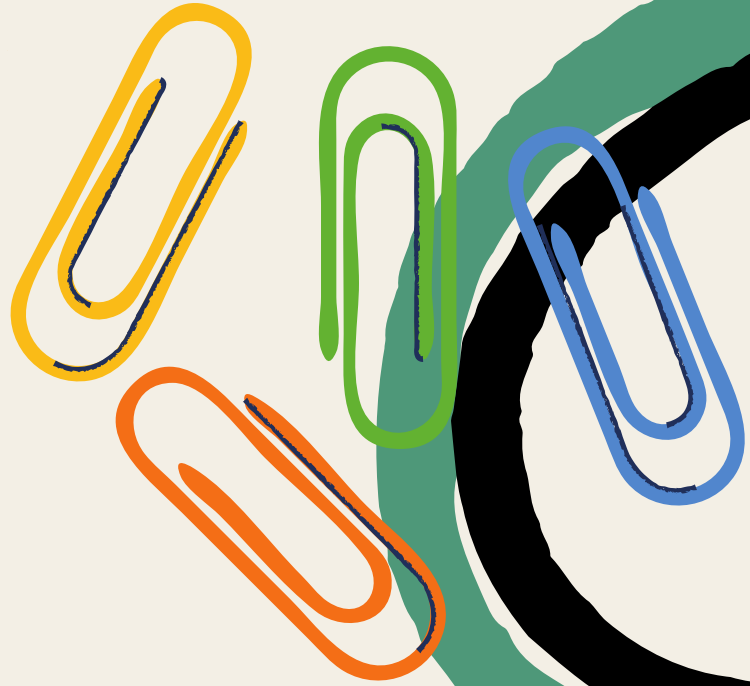
HAYIR DIYEBİLME

Hayır diyebilmek kişinin kendisine olan saygısını artırırken, başkalarını kırmamak için uygun görmediği şeyleri yapmak kişiyi kendi gözünde değersiz kılabilir.



Demokratik ve Güven Veren Ebeveynlik

'Sınır koyarken sevgi ve tutarlılığı elden bırakmayın. Kurallar net, ama esnek ve anlayışlı olun. Çocuğunuzu sevdiğinizi her an hissettirin, ama aynı zamanda onlara sorumluluk ve güven duygusu kazandırmak için tutarlı bir şekilde sınırları hatırlatın.'



Çocuklara Sınır Koyarken Dikkat Edilmesi Gerekenler



Bir kural koymadan önce koyulan kuralların gerekliliğini sorgulayın.

Kurallar esnek, açık ve anlaşılır olsun. Kuralların uygulanmasında model olun.

Kuralları uygularken net ve kararlı olun. Kuralların ihlal edilmesi durumunda olası sonuçları çocuğunuzla paylaşın.

Problemleri biriktirmeyin. Çünkü problemlerin birikmesi öfke ve saldırganlığa sebep olabilir.

Kuralları oluştururken çocuğunuzu da sürece dahil ederek ortak bir anlayış oluşturun.

Çocuğunuzun sorumluluk alarak öz disiplin geliştirmesini sağlayın.

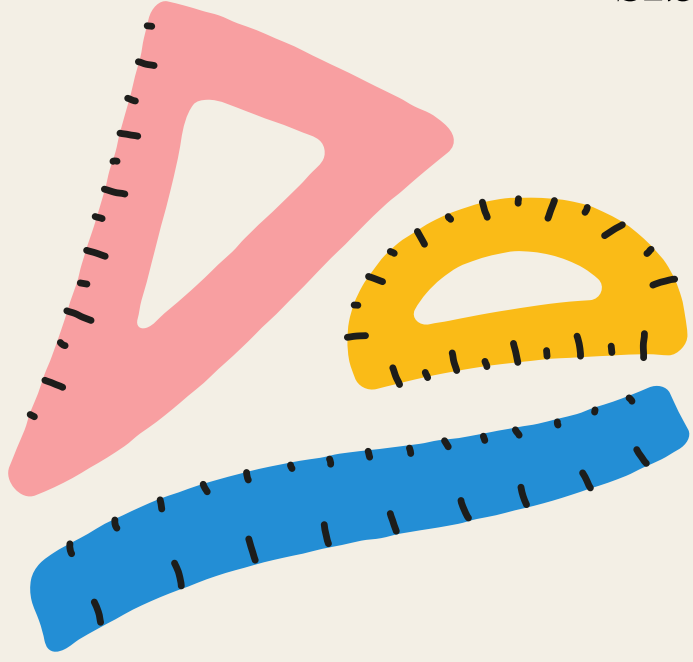
En önemlisi çocuğunuzun koşulsuz ve şartsız sevdiğinizi söyleyin.

Onaylamadığınız davranışın onu sevmemekten değil davranışı sevmediğinizden olduğunu belirtin.



SANAL ORTAMLARDA SINIR KOYMA

İnternetin yanlış kullanımı; sağlıksız yaşam, ihmal ve istismar, dolandırıcılık, kötü niyetli insanlara maruz kalma ve siber/sanal zorbalık gibi olumsuz yaşam olaylarına sebep olabilmektedir.



Değerli Veliler ;

- Ebeveyn denetleme programı kullanın.
- Bulunmadığınız ortamlarda ekran kullanımına izin vermeyin.
- Çocuğunuzun yaşına ve gelişime uygun içeriklere izin verin.
- Ekran kullanım süresini sınırlayın.

