

## SINIRLARI BELİRLEMEK VE AİLE DESTEĞİ



*Sevgili Anne Babalar,*

**T**eknolojik gelişim ve modern yaşamın bizlere sunduğu iletişim, haberleşme gibi olumlu imkanlar, beraberinde olumsuzlukları (çocukla geçirilen zamanının kısıtlı oluşu, değerler çatışması) da getirmektedir. Yaşadığımız toplum hızla değişmekte, bu hızlı değişimde ebeveynler ve çocuklar arasındaki bakış açısı da farklılaşmaktadır. Bazı ebeveynler, bu değişim karşısında sistemi özümseyip değişime ayak uydururken, bazıları çocukları ile çatışma yaşamakta ve çocuklarının davranışları ile baş etmekte zorlanmaktadır. Bazı anne babalar da adeta sınırsızlığı bir özgürlük gibi kabul etmekte ve çocuklarda sınır ve kurallara uyma bilincinin oluşmasında etkili olamamaktadır. Sınır; bir çocuğa sevgiden, destekten, motivasyondan ve sabırdan daha fazlasını sergileyebilmektir. Annelerin babaların çocuğunu benimsemesi, sevmesi onun özelliklerini görmesi, onun büyüdüğüne ve geliştiğine saygı duyması ve onu kabul etmesi sınırları belirlemeden önemli unsurdur. Çünkü çocuklarımızı yetiştirirken, onunla kurduğumuz iletişim biçimi çok önemlidir. Bu iletişim biçimi; yaşam boyu onunla kuracağımız ilişkinin temellerini oluşturacaktır. Çocuğa istenilen davranış ve alışkanlıkları öğretmek, kendi kendini denetleme ya da iç denetim olan ahlak gelişimini sağlamaktır. Evde düzen, disiplin ortamı her zaman işleri daha kolaylaştırır ve kontrol edilebilir hale getirir.

**Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Birimi**

**REHBERLİK  
BÜLTENİ**

**Sayı 4, 2017**



# Evde sınırları belirlemek için neler yapmalısınız?

## 1.GÜNLÜK DÜZEN OLUŞTURUN

Eviniz için bir düzen tablosu hazırlayın. Bu tablo yemek saatlerini, oyun saatlerini uyku saatlerini ve okula giden çocuğunuz için etüt saatlerini detaylı olarak içeren bir tablo olsun. Ekstrem bir durum olmadıkça rutine uymaya özen gösterin. Çocuk düzene mutlaka uyulması gerektiğini kabul etmelidir.

## 2.EV İÇERİSİNDE UYULACAK KURALLARI BELİRLEYİN

Çocuğunuza insanlarla birlikte yaşanılan her ortamda olduğu gibi evin de bazı kuralları olduğunu, bu kurallara uyulmadığı takdirde oluşacak karmaşa durumunu yaş düzeyine uygun bir şekilde açıklayın.

→ *Çocuğunuzla beraber kuralları belirleyin.*

**ÖRNEĞİN: BU EVDE ŞİDDET YASAK. ÇÜNKÜ ŞİDDET HOŞ OLMAYAN BİR DAVRANIŞTIR VE KARŞIMIZDAKİ İNSANA ZARAR VERİR.**

Belirleyeceğiniz kuralların gerçekçi ve uygulanabilir olmasına özen gösterin. Çocuğunuza uygulanması imkansız bir kural koymaktansa, kısa süreli ve sürekli uygulanabilecek kurallar belirlemek daha olumlu sonuçlar doğuracaktır.

## 3.AÇIKLAMADA BULUNUN

→ Çocuğa bir iŖi yapmasını söylerken bunun gerekçesini mutlaka belirtin.

#### 4.SORUMLULUK VERİN

Çocuđun kendisini ev içerisinde bir birey olarak hissedebilmesi için evde yapabileceđi küçük sorumluluklar alması önemlidir.

**ÖRNEĞİN; YEMekten SONRA SOFRAYI TOPARLAMAYA YARDIM EDEBİLİR,  
OYUNCAKLARIN TOPLANMASINDAN SORUMLU OLABİLİR.**



#### 5.KURALLARA UYUN

Ev içerisinde belirlediđiniz kurallara uymak konusunda çocuklara model olun.

#### 6.TUTARLI DAVRANIN

Çocuđunuzun kurallara uyan olumlu davranıŖ özelliklerini takdir etmeyi ihmal etmeyin.

#### 8.ÇÖZÜME DAHİL EDİN

Evde yaŖanan problemlerde çocuğa buna yönelik ne dŖndđn sorun. Fikrini alın ve siz de sorunun çözümüne yönelik ona yardımcı olabilecek alternatif çözümler üretin, seçenekler sunun.

**ÖRNEĞİN; ABUR CUBUR YEMEMESİ GEREKTİĞİNİ SÖYLEDİKTEN SONRA BUNUN SAĐLIĐI  
ÜZERİNDEKİ OLUMSUZ ETKİLERİNİ DETAYLI OLARAK ANLATIN.**

Kaynakça:

- [www.gunceldanismanlik.net](http://www.gunceldanismanlik.net)
- 'Anne-Baba okulu'Seminer el kitabı
- 'Yaygın anne baba tutumları konulu yazı,Pedogog