

DISİPLİN VE SINIR KOYMA




Disiplin Nedir?

Disiplin, çocuğa belirli davranış kalıplarını öğretmek için kullanılan yöntemler bütünüdür. Kararlılık, düzen ve kurallar içerir; ancak kızgınlık veya sertlik içermez.

Sınır Koyma Nedir?

Sınır koyma, ebeveynlerin çocuklarına kuralları ve beklentileri öğretme sürecidir. Çocuğun kendi davranışlarını kontrol etmesini, toplum kurallarına uymasını ve güvenli bir ortamda gelişmesini sağlar.

Sınırlar Neden Gereklidir?

-  Çocukların yollarını bulmalarını sağlayan işaret ve tabelalar gibidir.
-  Otokontrol ve problem çözme becerilerini geliştirir.
-  Tehlikelerden korunmalarına yardımcı olur.

Sınır Koyarken Nelere Dikkat Edilmelidir?

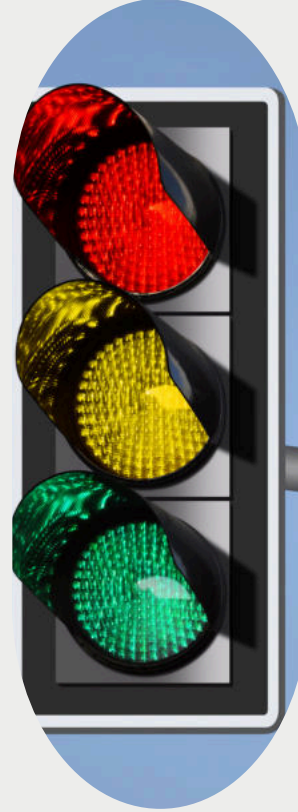
- ✓ Tutarlı ve Net Olun: Kurallar açık ve değişmez olmalıdır. Çocuk, neyin kabul edilebilir olduğunu net şekilde anlamalıdır.
- ✓ Rol Model Olun: Çocuklar ebeveynlerini taklit eder. Siz kurallara uymazsanız, onlar da uymakta zorlanır.
- ✓ Sakin ve Kararlı Davranın: Bağırmadan, net ve anlayışlı bir dille sınırları belirleyin. Güç savaşına girmeyin.
- ✓ Kuralların Nedenini Açıklayın: Çocuğun kurallara uymasını kolaylaştırmak için kuralların neden önemli olduğunu anlatın.
- ✓ Kural İhlallerinde Sonuçları Uygulayın: Fiziksel veya duygusal ceza vermek yerine, mantıklı ve yaşına uygun sonuçlar belirleyin.
- ✓ Çocuğun Duygularını Göz Ardı Etmeyin: Onun zorlandığını anladığınızı gösterin ve destekleyici olun.

Ebeveynlerin Yaptığı Yanlışlar

✗ Tutarsız kurallar koymak.

✗ Kızgın ya da yalvarır dil kullanmak.

✗ Uzun nasihatlerde bulunmak.



Çocuğunuz Kurallara Uymuyorsa Ne Yapabilirsiniz?

- ✓ Kuralı net ve kararlı bir şekilde hatırlatın.
- ✓ Çocuğunuzla birlikte yeni bir karar belirleyin.
- ✓ Kuralın neden önemli olduğunu anlatın.
- ✓ Davranışının sonucunu yaşamasına izin verin.

