



BURDUR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

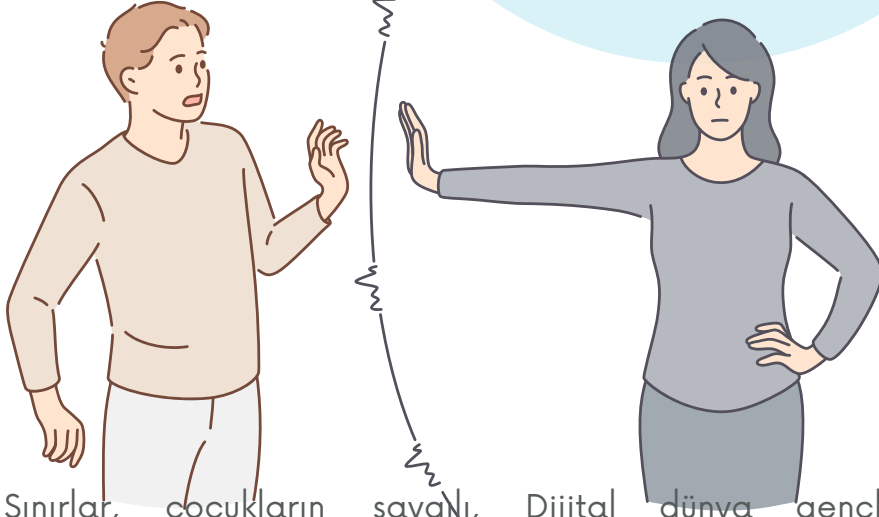
AYLIK BÜLTENİ

Şubat 2024

Sayı 14

İÇERİK

Sınırların Önemi



Sınırlar, çocukların saygı, kendine güvenen yetişkinlere dönüşmelerine yardımcı olmak için gereklidir. Kurallarınız ve sınırlarınız ne kadar gereklilik taşırsa taşınsın, çocuklar genellikle onlara karşı koymaya ve sınırları test etmeye çalışacaktır. Bu, sağlıklı bir gelişim için normal ve gerekli bir durumdur. Sınırlar, çocukların kendilerini güvende hissetmelerine yardımcı olur, ancak genç insanlar aynı zamanda şeyleri deneme, hatalar yapma ve bağımsızlıklarını geliştirme özgürlüğüne ihtiyaç duyarlar. Sınırlar, çocukların kendi sınırlarını belirlemeyi ve öz disiplin geliştirmeyi öğrenmelerine yardımcı olur. Sosyal medya ve teknoloji kullanımı konusunda sınırlar oldukça faydalı olabilir.

Dijital dünya gençler için heyecan verici bir yerdir ve çevrimiçi ve çevrimdışı zaman arasında makul bir denge kurmalarına yardımcı olmaları gerekir. Bazı sınırlar müzakere dışı olabilir, çocuğunuzun ve diğerlerinin güvenliğini sağlamak gibi. Güvenlik dışındaki sınırlar daha esnek olabilir. Sınırlarınızı belirlerken, bunların ailenize özgü olacağını unutmayın:

Çocuğunuzu tanıyın

Yaş önemli bir faktördür, ancak unutmayın ki gelişim sürecinde uzun bir aralık vardır. Sınırlarınızı belirlemenizi çocuğunuzun davranışları için beklentilerinizin gelişimsel olarak nerede olduğuyla eşleşirse, işe yarayan sınırlar belirlemek çok daha kolay olacaktır.



Tutarlı kalın

Çocuklar, sınırlar ve sınırlarla ilgili netlik ister. Bunlar olmadan gelişemezler ve hayatta kalamazlar, aynı şekilde siz de hayatta kalamazsınız! Net ve basit olan kurallara uymak daha kolaydır. Çocukların kuralları hatırlama becerileri pek iyi değildir, bu yüzden kendinizi onları tekrar ederken bulabilirsiniz. Ne beklediğiniz ve kurallarınızın ihlal edilirse neyin olacağından emin olun.

Kendi sınırlarınızı tanımlayın

Kendi sınırlarınızı geliştirmek önemlidir. Bunun için değer verdiğiniz, ne düşündüğünüzü ve nerede durduğunuzu bilmelisiniz. Bu her zaman tanımlanması kolay değildir, ancak çocuğunuzun sizin kim olduğunuzu ve neye inandığınızı bilmesi önemlidir. Bu, katı olmak anlamına gelmez; bu, kişisel değerlerinizi iletişim kurduğunuz ve onlara bağlı kaldığınız anlamına gelir. Örneğin, dürüst olmak bir değer ise, bunu konuşun ve uygulayın. Çocuklar, sizin hayatta yaptıklarınızı izleyerek yönlendirilebilir. Modelleme

öğrenmenin en iyi aracıdır. Eğer telefon sürenizi sınırlıyorsanız ve sizin yanınızda her zaman telefonunuz varsa, bu karışık bir mesaj verir. "Dediğimi yap, yaptığımı değil" anlamına gelir. Bu durumda bir çocuk olsaydınız siz nasıl bir tepki verdiniz?

Çocuklarınızla rehberlik prensiplerinizi tartışın. Ebeveynler olarak iki veya üç temel ilkede anlaşabilir misiniz? Bu listeyi oluştururken dikkat edin, çocuğunuzun kontrol etmeye çalışmıyorsunuz, tam tersine kendinizi kontrol altına alıyorsunuz. Tutarlılık hayati önem taşır.

Müzakereye yer açın

Çocuklar, katkıda buldukları sınırlara daha fazla bağlı kalma eğilimindedir. Kuralların arkasındaki nedenleri bilmeleri, büyüdükçe kendi davranışlarını düzenleme konusunda onlara yardımcı olacaktır. Çocuklarınıza davranışlarıyla ilgili beklentilerinizi konuşun ve onlara fikirlerini ifade etme şansı verin. Savaşlarınızı dikkatlice seçin ve çocuğunuzun fazla kural ile yüklenmeyin. Sınırlar düzenli olarak gözden geçirilmeli ve genç insanın tartışmada yer almalıdır.

İyi davranışları takdir edin

Negatif odaklanmamaya çalışın. Çocuğunuzun kurallara uymasını ve sınırlara bağlı kalmasını - özellikle önce zorlandıkları durumlarda - takdir edin. Övgü, onları teşvik edecektir.

Çocuğunuzun, sınırları aşmanın etkisini hissettirin

Çocuklarınıza sınırları aşmanın etkisini deneyimlemelerine yardımcı olun. Başka birinin sınırını aştığınızı itiraf edin ve bunun için özür dileyin. Çocuğunuz birinin sınırlarını aştıklarında, onlara bildirin ve sorumlu tutun.

Eğer kötü bir seçim yaptılarsa konuyu fazla uzatmayın. Onlara sonucu hatırlatın. Disiplin karşısında negatif tepki verilerse bile, "Biliyorum hayal kırıklığına uğradın ve üzüldün, ama bir sonraki sefer farklı bir seçim yapabilirsin." deyin.



"Terbiyenin sırrı, çocuğa saygı ile başlar"
Ralph Waldo Emerson