

Sınır Koyma

**GENÇLER
SINIRSIZ
ÖZGÜRLÜKTEN
HOŞLANMAZLAR!**

- 
-
- **SINIRA GEREK
DUYANA KADAR
SINIRA GEREK
YOKTUR.....**



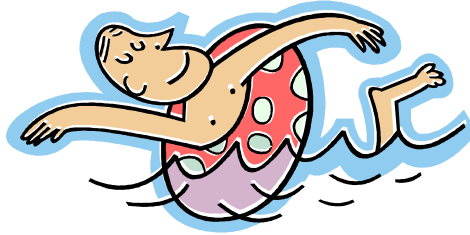
“Ben bu sınırı neden koyuyorum”


sorusunu kendine sorma

- Çocuğun güvenliği için mi gerekli,
- Öğretmenin/anne ve babanın rahatlığı için mi,
- Alışkanlık mı sorgulanmalıdır.

**Gereğinden fazla sınır
koyulmamalıdır,
asgari boyutta tutulmalıdır.**

-
- Çocuk boğuluyorsa yüzme öğretmeye kalkışmayın.....
 - Önceden kurallar koyulmalı ve bazı beceriler öğretilmeli



- 
-
- Gerek duyulduğunda sınır ve kurallar belirtilmelidir,
 - Yapacağını var sayma-güvensizlik
 - Sınır koyarken çocuğun duygularına önem verilmeli
 - **Açıklama çok önemlidir.**

Sınır Koymanın Amaçları


- Gençlerinm kendini kontrol etmesini, karar vermesini ve kendi davranışlarının sorumluluğunu almasını sağlamak
- Oyun ortamı ve oyuncakları korumak
- Karşılıklı saygı
- Gençlerin ve yetişkinin duygusal ve fiziksel güvenliğini sağlamak, hareket alanını somutlaştırmak.


Sınır koyulabilecek durumlara örnekler:

- Gençlerin eve/derse geç gelmesi vb. bir şeyler fırlatması
 - Zamanı uzatma isteđi
 - Arkadaşları ve ailesine karşı kaba konuşmak istemesi
- Öğretmenin/anne ve babanın ihtiyaç duyduğunda koyabileceği diğer bireysel sınırlar ve kurallar.

Sınır koymanın işe yaramadığı durumlarda yapılması gerekenler:

- **Fiziksel nedenlere bakma:** Yorgunluk, açlık, hastalık vb. Çocuğun fiziksel ihtiyacı giderilmelidir.
- **Kontrolü sürdürmek:** Tüm çocuklar sınırları zorlamayı denerler, bu durumda başarısız hissedilmemeli ve çocuk negatif özellikte algılamamalıdır.

- 
- **Şiddete kesinlikle göz yummama:** Çocuk sözel/fiziksel/duygusal şiddet uygulamaya devam ederse çocuğa öfkelenmeden engellenir.
 - Çocuğun öfke ve yalnızlık isteğine her zaman saygı gösterilir.
 - Ancak her türlü şiddet uygulamasına izin verilmez.

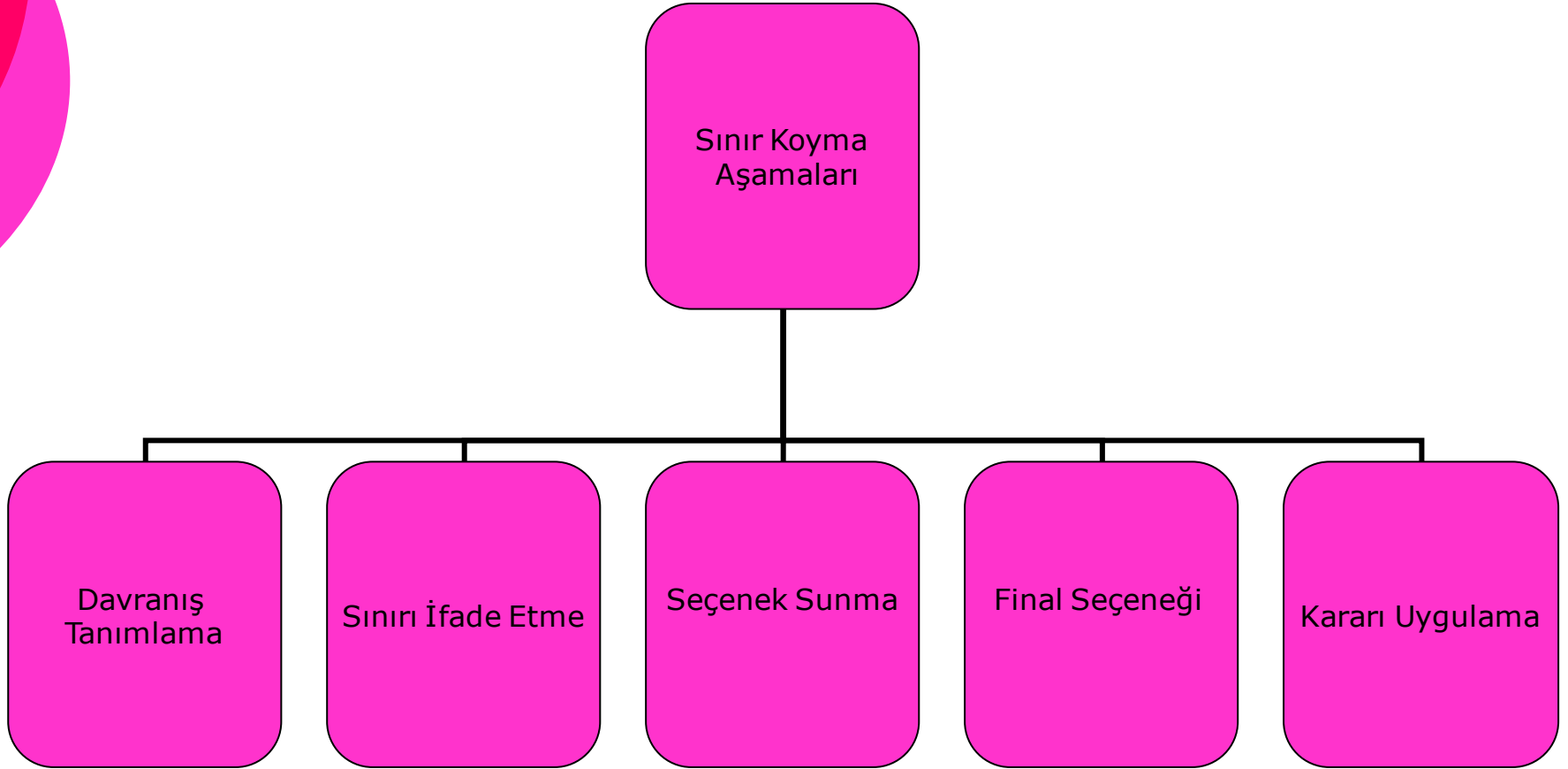
- 
- **Davranış problemlerini tanıma:** Kronik öfkeli davranışlar sergileyen ya da sürekli karşı koyan çocuklarda duygusal problemler olabilir, **uzman yardımına başvurmak gerekebilir..**

Sınırlar,

- Esnek olmalı,
- Belirli olmalı,
- Tutarlı olmalı,
- Katı, değişmez, zorlayıcı olmamalı.

Dođru sınırlar, sağlıklı gelişimi ve keşfi destekler.

Sınır Koyma Aşamaları



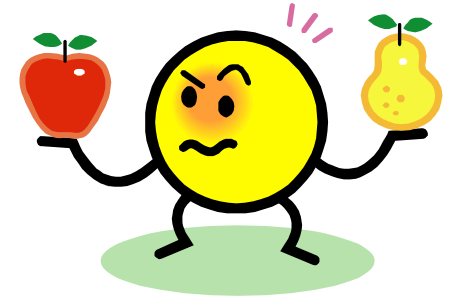
-
- **Davranışı Tanımlama:** Çocuğun anlaşıldığını ve hangi davranışından dolayı uyarıldığını daha net anlaması amacıyla yapılır.
 - Kısa cümlelerle görülen şey söylenir, tahmin ve yorum yapmaktan kaçınılır.




-
- **Sınırı İfade Etme:** Kural çocuğa net ve açık şekilde söylenir. Ses tonunun sakin olmasına dikkat edilmelidir.
 - *Sınırları açıklarken BİZ denilmesi sınırların herkes için olduğunu çocuğun anlamasını sağlar!*



-
- **Seçenek Sunma:** Yeni bir davranış seçeneği verilir. Verilen seçenek;
 - Doğal
 - Mantıklı
 - Ceza anlamı olmayan
 - Kabul edilebilir
 - Olumlu cümlelerle ifade edilmelidir.



- 
-
- **Final Seçeneği/Yoksunluk Verme:** Eğer daha önce uyarı yapıldıysa ve ocuk sınıra uymamaya devam ediyorsa uygulanır.
 - Sınırlara uyma ya da uymama çocuğun kendi kararı olacaktır.

-
- **Kararı Uygulama:** Çocuk sınıra uymamaya devam ediyorsa hemen sonuçlarına katlanması sağlanmalıdır.
 - Nazik, sevecen ve kararlı olunmalıdır.



- ÖRNEK; Telefonda fazla zaman harcaması
- **Davranış Tanımlama:**
- “Muratcım, telefonda zaman geçirmek hoşuna gidiyor.”
- **Sınır:**
- “Ama evde telefonda bir saatten fazla zaman geçirmiyoruz.”
- **Seçenek:**
- “Eğer sıkılıyorsan santraç oynamak/kitap okuyabilirsin.”
- **Final Seçeneği:**
- Eğer telefon ile zaman geçirmeye devam ediyorsan benim yanımda oturmayı seçiyorsun demektir.
- **Kararı uygulama:** Çocuk verilen seçeneklerden sonra sınıra uymamaya devam ediyorsa hemen sonuçlarına katlanması sağlanmalıdır,

Kaynaklar

- A'dan Z'ye Pozitif Disiplin, Jane Nelsen, Lynn Lott, Stephen Glenn
- Her Çocuk Kuralları Öğrenebilir, Annette Kast-Zahn
- Çocuğa Hayır Demek Çözüm Değil, Mark L. Brenner
- Sınır Koyma ve Okul Öncesinde Disiplin , Ar. Gör. Dr. Ege Akgün ders notları
- Pozitif Disiplin Tekniğı, Prof. Dr. Çağlayan Dinçer ders notları