**ÇOCUKLAR VE SINIR EĞİTİMİ**

 **Çocuklar sınır bilmeden dünyaya gelirler.Sınırsız olduklarında ebeveynlerinin onları kapsayıp koruyamadığını düşünerek onlara tepkili olurlar.Sınırsız bir evde kendilerini güvende hissetmezler.**

 Çocuklara çok konuşup (özellikle de hep aynı şeyleri söyleyerek) ikna etmeye çalışarak sınır koymak doğru değildir.Birkaç küçük açıklama yapmak yeterlidir.Çocuklara sınır söylemle değil eylemle,kelime ile değil bedenle koyulur. Sofradan sürekli kalkan bir çocuğu sofrada kalmaya ikna etmek yerine her kalktığında alıp geri oturtmak daha doğrudur.Yataktan kalkan çocuklar için de aynısı yapılır.Ekranı(telefon,tablet,televizyon zamanında bırakmayan çocuklara 5 dakika daha süre verilip sonrasında ekran alınabilir.KELİMEYİ AZALTIP EYLEMİ ARTTIRMAK EN ÖNEMLİ ADIMDIR:Sınır koyarken katı kızgın tutum yerine şefkatli kararlı tutum gerekir.Bedeni kullanmak dayak anlamına gelmez.Sınırları çocukların anlayacağı dilden açıklamak çocuk seviyesine inerek anlatmak gerekir.

 Büyük çocuklarda "1 Günlük Mahrumiyet" yöntemi ile de sınır koyulabilir.Kardeşine vuran,zamanında yatmayan,odasını toplamayan bir çocuk o gün ya da ertesi gün önemsediği bir etkinlikten örneğin ekran(telefon,tablet,televizyon)hakkından mahrum kalabilir.Önünde iki seçenek olur ya sınıra uyacak ya da sevdiği bir şeyden mahrum kalacaktır.Tüm devletlerin sınır koyma yolu budur.Kişi sınırı aştığında ya parasından ya da özgürlüğünden mahrum kalır.Mahrumiyet ile sınır koyulduğunda "Sana bir hafta ekran yok" diyerek süreyi uzatmak yanlıştır.Takibi zordur.Yine bu ilkede çocuk özür dilese, pişman olsa,öfkelense de mahrumiyet kararlı şekilde uygulanmalıdır.Öfke ve ısrarla mahrumiyeti delen çocuklar sınır alamazlar.Unutmayalım sonucu değiştiren çocuk kendini değiştiremez.

 Çocuklar sınır koyulduğunda öfkelenirler bu normaldir.Çatışmadan kaçınmak için sınır koymamak yanlıştır.Kararlı duruş bir süre sonra çocukların sınır almasını sağlar.

***UNUTMAYIN***

***SINIRIN OLMADIĞI YERDE BOL SİNİR OLUR***

 SEDA ÇETİN

 Okul Psikolojik Danışmanı ve Rehber Öğretmeni