

# Otokontrol

## Velilere Öneriler

### Koşulsuz Sevgi

Eğer bir genç sevildiğini hissederse, ebeveynini mutlu etmek için istedik yönde davranış geliştirecektir.



### Duygusal Bağ

Çocuklara duygularını açıkça ifade edebilmesi için fırsat verin. Ebeveynle güçlü bir bağ kurmak, gençlerin duyguları yönetebilmesine destek olacaktır.



### Sınır Koyma

Gençlerin her istediklerinin her zaman olmayacağı öğrenmeleri sağlanmalıdır. Anlaşma yaparak telefon ve bilgisayara sınır koyulabilir.



### Seçenek Sunma

Gençlerin problemler karşısında kendi çözümünü bulabilmesi için fırsatlar verilmelidir. Onların yerine probleme müdahale edilmemelidir.



### Kural Koyma

Belirlenen kurallar konusunda net olunmalıdır. Gençlere tutarlı davranışlar gösterilmelidir.



### İhtiyaçların Karşılanması

Çocukların duygusal ya da fiziksel gereksinimleri belirlenmeli ve davranışlarının altındaki nedenler fark edilerek ihtiyaçları karşılanmaya çalışılmalıdır.



### Rol Model Olma

Doğru davranış tepkileri geliştirme konusunda rol modeli olunmalıdır. Sorumluluklarınız bilerek görevlerinizi yerine getirmeniz gençlere örnek olacaktır.

