

Sınırlar sayesinde;

- Çocukların özgüvenleri artar.
- Çocukların araştırma ve keşif yapması kolaylaşır.
- Çocuklar, sürekli arkasından koşulan çocuk yerine sorumluluk sahibi çocuk rolüne bürünür.
- Öz disiplin kazanır.
- Ebeveynin yaşadığı stres azalır.
- Sağlıklı ilişkiler geliştirmek kolaylaşır.
- Kendi haklarını ve diğer bireylerin haklarına yönelik yüksek düzeyde farkındalık sahibi olurlar.
- Diğer bireylerle anlamlı ilişkiler kurma becerisi gelişir.
- Duygu düzenleme becerisi gelişir.

(Cloud ve Townsend, 2022).



Sınır Koyma Nedir?

Sınır koyma çocukların davranışlarından hangilerinin kabul edilebilir olduğunu anlamalarına yardımcı olmak için, açık ve anlaşılır kurallar koyma ve tanımlar yapma becerisidir (Jonston, 1987).

Sınır koyma, çocuğa bir beklenti ya da kuralı ona kendini güvende hissettirerek, rahat edebileceği alanları belirleyerek öğretilen pozitif bir süreçtir.

Sınır Koyma Neden Önemlidir?

Yaş fark etmeksizin herhangi bir sosyal ortamda herkes tarafından kabul edilen, net sınırların olmaması bireyler için kaygı vericidir.

Çocukla işbirliği halinde oluşturulan sınırlar çocuğa uygun olanı seçme özgürlüğünü sağladığınıza ve bu özgürlüğü beraber koruyacağınıza dair güvence vermektedir.

SINIR KOYMA

ORTAOKUL EBEVEYN
BROŞÜRÜ



Daha önce hiç bilmediğiniz bir yolda, hiçbir işaret, tabela, ya da navigasyonunuz olmadan yürümeye çalıştınız mı?

Yolunuzu bulmak oldukça zorlaşır değil mi?

**MALAZGİRT REHBERLİK VE
ARAŞTIRMA MERKEZİ**

Hazırlayan:
Psikolojik Danışman Merve DEMİR



<https://malazgirtram.meb.k12.tr>



malazgirtram

Sınır Koyma Süreci

- Yansıt
- Sınırları İfade Et
- Seçenek Sun- Seçenek Belirle
- Son Seçimi Çocuğa İfade Et

Örnek Süreç

Duvarı boyamak isteyen bir çocuk düşünelim...

1. Duvarı boyamak istediğini biliyorum. **(YANSITMA)**
2. Duvar boyamak için değildir. **(SINIRLARIN İFADE EDİLMESİ)**
3. Kağıtları boyayabilirsin. **(SEÇENEK SUNMA)**
4. Duvarı boyamayı seçersen bugün boyalarınla oynamamayı seçmiş olursun. **(SON SEÇİMLERİ İFADE ET)**



- Sınır esnek ve değişken olmamalı (bu yaş ilerledikçe değişebilir)
- Çocuğun sınırlara uyması takdir edilmeli,
- Sınırların aşılması durumunda bir bedel (ceza değil) belirlenmeli,
- Çocukla gereksiz güç mücadelesine girilmemelidir.

Doğru Sınır Nasıl Koyulur?

Doğru sınır koyarken öncelikle şunlara dikkat edilmelidir:

- Bu sınırı koymak gerçekten gerekli mi?
- Bu sınırı koyarak neyi hedefliyorsunuz?
- Bu sınır çocuğun gelişimini destekliyor mu, engelliyor mu?

Çocuklar Neden Sınırlara İhtiyaç Duyar?

Çocuklar kurallarını bilmedikleri bir dünyaya doğar. Kendilerine ait alanları, özgürlüklerinin nerde başlayıp nerde bittiğini bilemezler. Dolayısıyla çocuğunuza sınır koymak onlara güvenli ve çerçeveli bir alan yaratır.

Sınır koymak çocuğa seçim şansının olduğunu ve seçimlerinin sorumluluğunu alması gerektiğini öğretir.

Sınır Koyarken Nelere Dikkat Edilmelidir?

- **Sınır koyarken:**
- Belirlenen sınırlar çocuğun yaş dönemine uygun olmalı,
- Anne ve baba aynı fikirde olmalı, Anne baba kararlı olmalı,
- Sınır iyi tanımlanmalı ve çocuk ile birlikte tartışarak belirlenmeli,