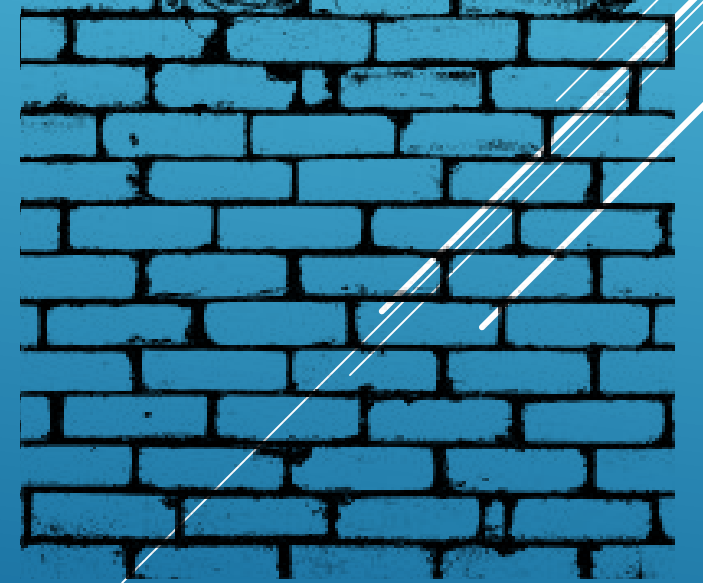
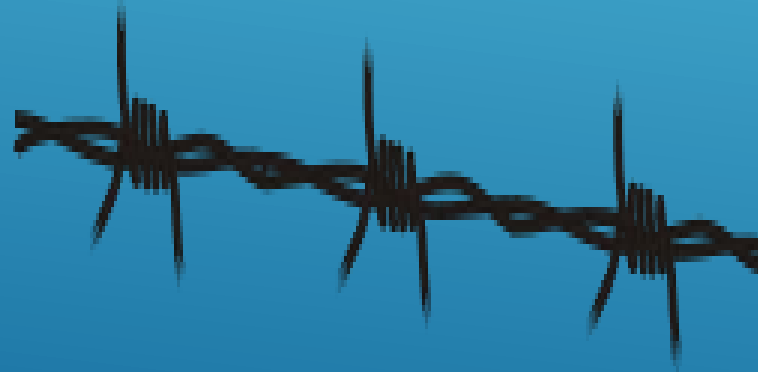
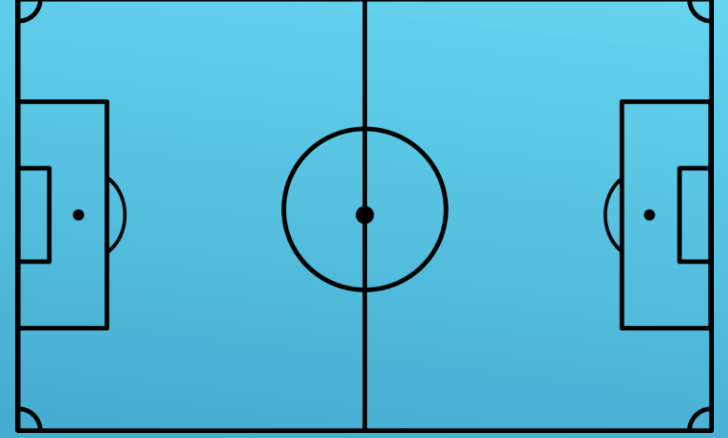
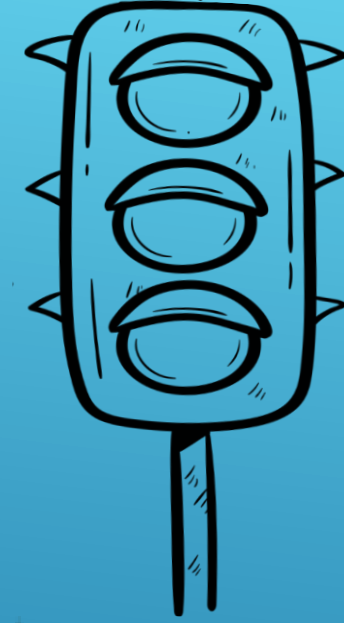
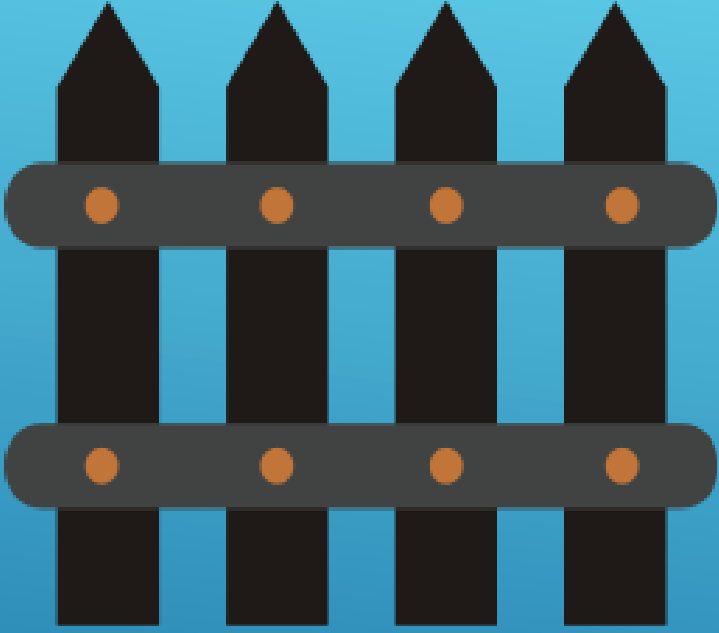


SINIR KOYMA



ORTAOKUL -LİSE VELİ SUNUMU
2024-2025



Bu beş resmin ortak özelliği nedir?
Hayatımızda ne gibi işlevleri var?

BU SUNUMUN SONUNDA ;

- ▶ Sınır Koyma Nedir?
- ▶ Sınırlar Neden Önemlidir?
- ▶ Sınır Türleri
- ▶ Ergenlik Döneminde Sınır Koyma
- ▶ Etkili Sınır Koyma
- ▶ Ergenlere Sınır Koyarken Nelere Dikkat Edilmeli

SINIR KOYMA NEDİR?

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

DAVRANIŞLARININ
SONUÇLARINI
ÜSTLENMELERİNİN ÖNEMİ

HER DAVRANIŐIN BİR SONUCU
OLDUĞUNU

**SINIR
KOYMA**

YAŐLARINA UYGUN BİÇİMDE
SORUMLULUK ALMALARININ
GEREKLİLİĞİNİ

DAVRANIŞLARININ SONUÇLARI
DOĐRULTUSUNDA
GELECEKTEKİ
DAVRANIŐLARINA YÖN
VEREBİLECEKLERİNİ

ÖĐRETME SÜRECİDİR.

- ▶ Ergenler, sınırları bilerek dünyaya gelmezler.
- ▶ Sınırları aile, okul gibi bir parçası oldukları sosyal ortamlardaki yetişkinlerin disiplinli bir anlayışla kendilerine rehberlik etmesiyle içselleştirirler.



SINIR KOYMA NE DEĞİLDİR?

- Sınır koymak ebeveynlerin çocuklara ne yapması gerektiğini söylemesi değildir.



SINIR KOYMA NEDEN ÖNEMLİDİR?

- ▶ Yaş fark etmeksizin herhangi bir sosyal ortamda herkes tarafından kabul edilen, net sınırların olmaması bireyler için kaygı vericidir.
- ▶ Çocukla işbirlikçi biçimde oluşturulan sınırlar çocuğunuza kendisinin doğru olanı seçme özgürlüğünü sağladığınız ve bu özgürlüğü beraber koruyacağınıza dair güvence vermektedir.

SINIR KOYMA NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Ebeveynlerin çocukları ile belirgin sınırlar içeren ancak samimi bir ilişki kurması çocuklarda şu özelliklerin gelişmesini sağlar;

İyi tanımlanmış bir kimlik duygusu

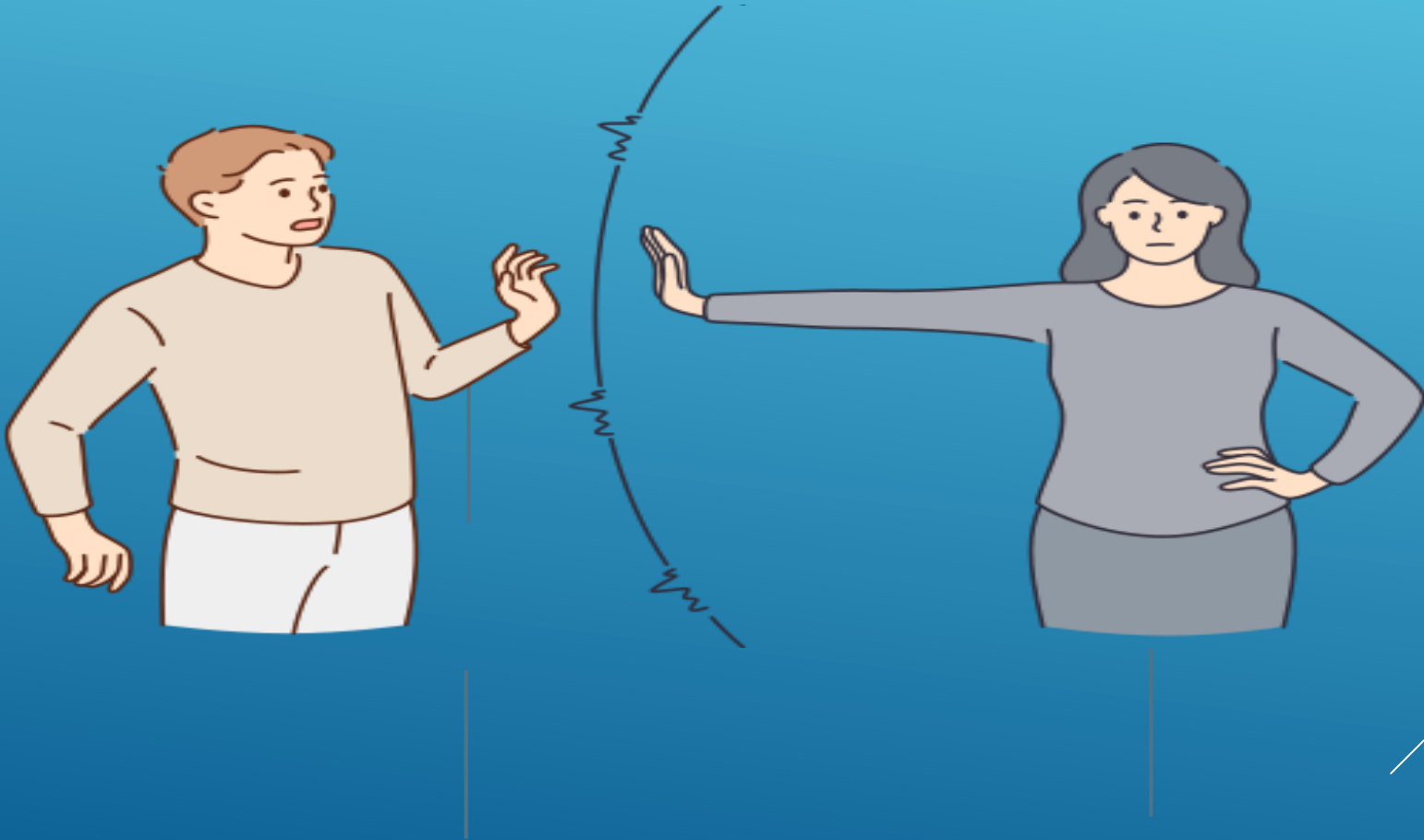
Toplumsal yaşama uyum sağlama becerisi

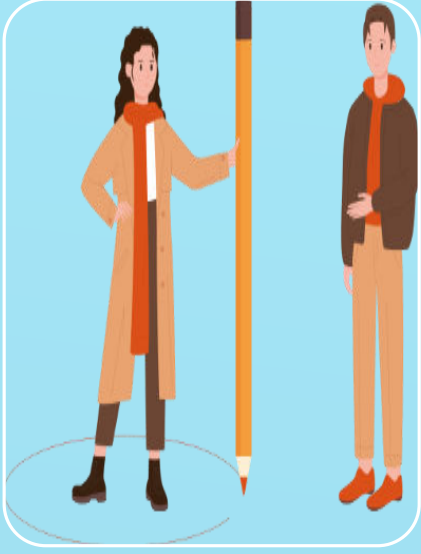
Sorumluluk bilinci ve öz disiplin

Seçim yapma becerisi

Kendisinin ve diğer bireylerin haklarına yönelik farkındalık geliştirme

SINIR TÜRLERİ





KİŞİSEL SINIRLAR

Kişisel alan koruması
(Fiziksel mesafe
koyma)

Dokunma ve fiziksel
temas
davranışlarının
belirlenmesi

DUYGUSAL SINIRLAR

Kendi duygusal
ihtiyaçlarınızı
ifade etme ve
koruma

Saldırgan dil ve
davranışlara karşı
sonuçların
belirlenmesi.

SOSYAL SINIRLAR

Sosyal etkinliklere
katılma veya
katılmama sınırı

Sosyal medya
kullanımı ve
paylaşımlar sınırı

GELELİM ERGENLİĞE...

- ▶ Ergenlik dönemi çocuğun sürekli bir şekilde değişim gösterdiği karmaşık bir süreçtir.
- ▶ Artık çocuğumuz bağımlı ilişkiden çıkıp bireyselleşmeye ve özerkleşmeye başlar.
- ▶ Kendi hayatı hakkında söz sahibi olmak ve sorumluluk almak ister.
- ▶ Ebeveynler ise 'Yeni kurallar nasıl belirlenmeli, ergene ne kadar özgürlük tanınmalı' gibi sorularla sancılı bir sürece girerler.
- ▶ Ergenler de daha özgür ve bağımsız davranırken **SINIRLARI ZORLARLAR.**



► Sınırlar büyümenin ölçütüdür.

► Bu süreçte konulacak doğru sınırlar keşfederken gelişen ergenin gelişimini kolaylaştırır.

SINIR KOYULMADAN ÖNCE CEVAP VERİLMESİ GEREKEN SORULAR

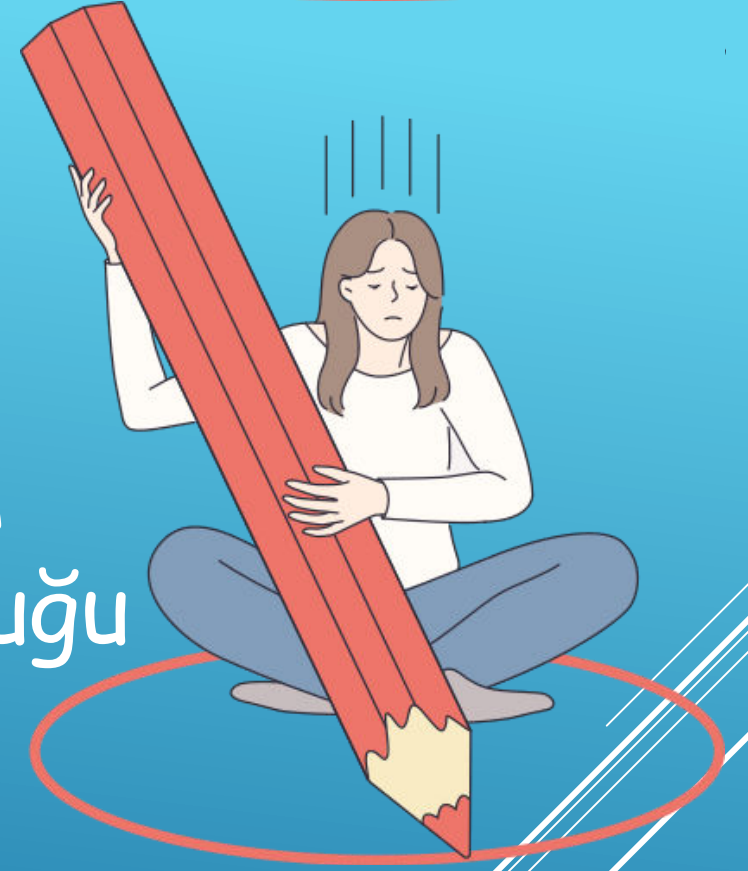
HEDEF NEDİR?

GERÇEKTEN
GEREKLİ
MİDİR?

SINIRLAR
ERGENİN
GELİŞİMİNİ
DESTEKLİYOR
MU?



- Bu sorulara verilecek cevaplar ışığında ilgili konuda sınır koymanın çocuğun gelişimini destekleyici olduğu düşünülüyorsa sınır konulabilir.



ERGENLERE SINIR KOYARKEN
NELERE DİKKAT
EDİLMELİDİR...



SINIRLAR ESNETİLEBİLİR OLMALIDIR

Ergenler kurallar üzerinde söz hakkına sahip olarak daha özgür olmak isterler bu nedenle sınırların esnetilmesi gerekir.

Ergene ne kadar özgürlük tanınması gerektiği ise ne kadar sorumluluk üstlenebileceğiyle doğru orantılıdır.

SINIR KOYULURKEN KARAR AŞAMASINDA ERGENLERDE SÜRECE DAHİL EDİLMELİDİR.

Bu şekilde ergen fikirlerini yansıtabilir ve fikirlerine değer verildiğini hisseder. Ergenlere kuralların sebepleri anlatılır, düşünce ve duyguları alınır. İşbirliği yapılarak, orta noktada buluşulur.

SEÇENEKLERİ KEŞFETMESİNE OLANAK TANINMALIDIR.

Ergenlere seçenekleri kendi kendilerine keşfetmeleri konusunda yardımcı olmak sorun çözme becerilerinin gelişmesine yardımcı olur. Ebeveynlerin yapılması gereken şeyi ergene direkt söylemeleri bu becerilerin gelişmesine engel olabilir.

SINIR İHLALİ GÖRMEZDEN GELİNMEMELİDİR.

Sınır konulmak istenen alan sınır
aşıldığında görmezden gelinirse,
basit bir uyarıyla geçilirse ergen
sınırın net olmadığını ve aşılabildiğini
göreceği için bu davranışı
tekrarlayabilir.

SINIR İHLALİ DURUMUNDA OLASI SONUÇLAR KONUŞULMALIDIR.

Sınırın aşılması durumunda neler olabileceğinin belirtilmesi ergenin davranışlarının sonuçlarını önceden görmesine yardımcı olur.

SINIR KOYARKEN

YANSITIN

SINIRLARI
İFADE
EDİN

ALTERNATİF
SUNUN

► Sınır koyma sürecinde sizin için zorlayıcı geçen anlarda içerisinde bulunduğunuz sürecin geçici bir süreç olduğunu hatırlamanız daha iyi hissetmenizi sağlayabilir.

DINLEDİĞİNİZ İÇİN
TEŞEKKÜRLER

