

SINIR TÜRLERİ

1. Bedensel Sınırlar: Rahatsızlık hissettiğiniz hiçbir temas, kim tarafından gerçekleştiriliyor olursa olsun, hoş görülmemesi gereken bir ihlaldir. Bedensel sınırlarınızı korumaya hakkınız var.

2. Kişilik Sınırları: Aileden, okuldan, kültürel ve sosyal çevreden, deneyimlerden gelen özelliklerimiz kişiliğimizin sınırlarını belirler ve bundan biz sorumluyuz.

3. Duygusal Sınırlar: Duygularımız kişisel sınırlarımızdandır. Bu nedenle duyguların ifade edilmesi önemlidir, yok sayılmaması da haklarımızdandır.



Sınırlar, çocukların hem kendilerini hem de yaşadıkları ortamı kavramalarını sağlar; onlara keşif ve öğrenme ortamı sunar. (Mackenzie, 2014, s.16)



Bir çocuk; sorumluluğunun nerede başladığını, ne için sorumluluk alması gerektiğini, bunun hayatına etkilerini ve ne için sorumluluk almasına gerek olmadığını bilmelidir. (Cloud ve Townsend, 2022, s.22)

SINIR KOYMA (VELİ BROŞÜRÜ)

Sınır, bir kişiyi içine alan 'mülkiyet hattıdır' ve bu hat, bir kişinin bitip diğer kişinin başladığı çizgiyi belirler. (Cloud ve Townsend, 2022, s.22)



Hamur Çok Programlı Anadolu Lisesi
Rehberlik Servisi

Ergenlerde Sınır Koymanın Önemi

Ergenlik en başta bir dönüşüm, değişim ve gelişim dönemi olduğundan bu yıllarda bazı problemlerin ortaya çıkması beklenir, bunlar doğaldır. Çünkü bu problemler hem anne-baba hem de gençler için, insani ilişkilerinde yenilikler yapabilecekleri fırsatlar ortaya çıkarır. (Saygılı, 2002, s.9)

- Sınırlar gençlerin araştırma yapmasına yardımcı olur.

- Sınırlar kabul edilebilir davranışı tanımlar.

- Sınırlar problem çözme becerilerini öğretir.

- Sınırlar güven üzerine dersler verir.

- Sınırlar gelişmeyi ölçen ölçütlerdir.

- Sınırlar hazırlığı netleştirir.

- Sınırlar güvenlik sağlar.

- Sınırlar ilişkileri tanımlar.

- Sınırlar çocuğunuzla birlikte gelişmelidir. (Mackenzie, 2022, s.54-68)

SINIRLAR YETERİNCE BELİRGİN OLDUĞU TAKDİRDE, ÇOCUKLARDA ŞU ÖZELLİKLER GELİŞİR:

- İyi tanımlanmış bir kimlik duygusu
- Sorumluluklarını görebilme yeteneği
- Seçme becerisi
- İyi seçimler yaparlarsa her şeyin yolunda gideceği, yanlış seçimler yaparlarsa sıkıntı çekecekleri anlayışı
- Özgürlüğe dayalı olarak gerçek sevgi ihtimali bulunduğu anlayışı (Cloud ve Townsend, 2022, s.23)

