

SINIR KOYMANIN AMACI

- İstenmeyen davranışlar karşısında sınır koymak; yanlışlıkla doğrunun fark edilmesini sağlar.
- Sorumluluk sahibi ve öz disiplinli bir birey olmasını sağlar.
- Toplumsal normlara olan uyumun kolaylaştırılmasını sağlar.
- Hakların nerden başlayıp nerden bittiğini hatırlatır.
- Sağlıklı ve olumlu ilişkiler kurulur.
- Kararlı ve kontrollü bir benlik geliştirir.



SINIR KOYMANIN TÜRLERİ

BEDENSEL SINIRLAR

Kişinin bedensel alanıyla alakalı olup o alana kimin girip kimin giremeyeceğine karar vermesidir.

DUYGUSAL SINIRLAR

Karşıdaki kişiye duygu ve düşüncelerimizin eleştirilmesine ya da yok sayılmasına izin vermeme durumudur.

ZİHİNSEL SINIRLAR

Kişinin düşünce, görüş, inanç ve izm'lerine dayatma ya da değiştirilmesine mücadele etmemesidir.

SOSYAL SINIRLAR

Sosyal sınırlar, karşıdaki kişi/lerin beklentilerini istemediğimiz zaman kabul etmeme "hayır" diyebilme yeteneğidir.



SINIR KOYMA (ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ)

Kabul edilebilir davranışlara prensip belirleme, kural ve tanım koyma becerisidir.

Bu beceriler sorumluluk sahibi olmak, güven içinde hissetmek, neden sonuç ilişkilerini anlamlandırmak, duygularımızı düzenlemek, kendimize ve diğerine saygı duymak gibi hayatımızda psikolojik iyi oluşumuzu destekleyecek birçok şeyi barındırır.

SINIR KOYMANIN YARARLARI

- Kurallar içselleştirilerek gerek okulunda gerek yaşadığı toplumda kolay entegre olur.
- Kurallara uyar, kurallara uymanın gerekli ve önemli olduğunu daha iyi anlar.
- Çizilen sınırlar ile sağlıklı bir kişilik ve sosyal ilişkiler/beceriler olumlu gelişir.
- Öğretmen-öğrenci ilişkisini iyileştirerek olumlu bir iklim havası oluşur.



HAMUR
ÇOK
PROGRAMLI
ANADOLU
LİSESİ

REHBERLİK
SERVİSİ



ETKİN SINIR KOYMA ÖNERİLERİ

- Kurallarda kararlı ve tutarlı olunmalı,
- Kurallar zor ve despotça olmamalı,
- Kurallar herkes tarafından açık ve net bilinmeli,
- Kurallar çocuğun yaşına ve gelişimine uygun olmalı,
- Göz kontağı kurulmalı, kurallar anlatılmalı.