

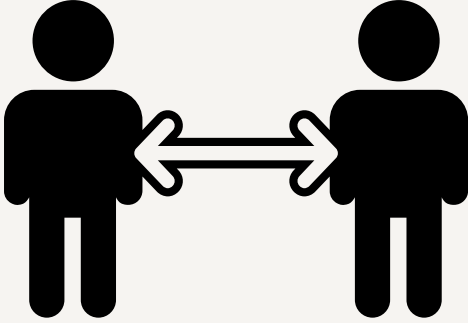
# VELİ BÜLTENİ

KAŞ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ PDR SERVİSİ

MART 2024/SAYI:6

## SINIR KOYMA

**Sınır, bir kişiyi içine alan mülkiyet hattıdır ve bu hat, bir kişinin bitip diğer kişinin başladığı çizgiyi belirler**



### SINIRLAR YETERİNCE BELİRGİN OLDUĞUNDA ÇOCUKLARDA ŞU ÖZELLİKLER GELİŞİR:

- Sınırlar, çocukların hem kendilerini hem de yaşadıkları ortamı kavramalarını sağlar. Onlara keşif ve öğrenme ortamı sunar.
- Bir çocuk sorumluluğunun nerede başladığını, ne için sorumluluk alması gerektiğini ve ne için sorumluluk almasına gerek olmadığını bilmelidir.

- 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



## Sınır koyarken nelere dikkat edilmeli?

### 1. Davranışa odaklanın

Davranışı gerçekleştiren gencin kişiliğine değil, kabul edilemez davranışa yönelmek önemlidir.

Açık ve kesin bir sınırlayıcı mesajla, gençlere onlardan ne yapmalarını istediğinizi, ne zaman ve nasıl yapmaları gerektiğini de söyleyin.

### 2. Belirli ve doğrudan olun

### 3. Normal ses tonuyla konuşun

Yüksek, sinirli ses talebinizin odağını davranıştan duyguya kaydırır. Ses tonunuz kararlı olduğunuzu göstermelidir.

Çocuğunuz kabul edilebilir bir seçim için ihtiyaç duyduğu tüm bilgileri sağladığınızda açık sözlü olursunuz.

### 4. Uyum göstermemenin sonuçlarını belirtin