



**DİDEM IŞIKLI İLK VE ORTA OKULU**  
**REHBERLİK BÜLTENİ**

# ETKİN SINIR KOYMA

**KASIM/2023**



# ARAŐTIRMALAR DİYOR Kİ;

- **Sınırlar güven verir.**
- **Sınırlar gerçek hayata uyumlarını artırır.**
- **Kardeşler arasındaki ilişkileri de düzenler.**

Sürekli değişen, gelişen, olağan üstü durumların her an yaşanabildiği bir dünyada, sınırları daha belirgin olan biraz daha yapılandırılmış bir ortam yaratmak çocuklarımıza özellikle bu dönemde daha güvende olduklarını ve her şeyin eskisi gibi normal olduğunu hissettirecektir.

## **NEDİR SINIR KOYMA?**

**Etkin sınır koyma, ebeveynlerin çocuklarına istenilen davranışlarla ilgili kural ve beklentilerini öğretmek için kullandıkları süreçleri ifade eder. Çocuklarda istenilmeyen davranışları önleme ve aile kurallarını en net ve anlaşılır şekilde çocuğa öğretme aşamasında ihtiyaç duyulan yöntemler bütünüdür sınır koyma. (Mackenzie.2003)**

## **SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR?**

**Çocuklar büyür ve değişir. Değiştikçe de daha çok özgürlük, ayrıcalık ve sorumluluk yüklenmeye hazır hale gelirler. Çocuklar; çevrelerini keşfetmeye, becerilerini geliştirmeye, yeni yetenekler kazanmaya ve bağımsız olmaya fırsat bulmalıdır. Onların işi budur. Bizim işimiz de bu normal gelişim sürecini engellemeden onlara destek olacak SINIRLAR KOYMAKTIR. (Mackenzie.2003)**

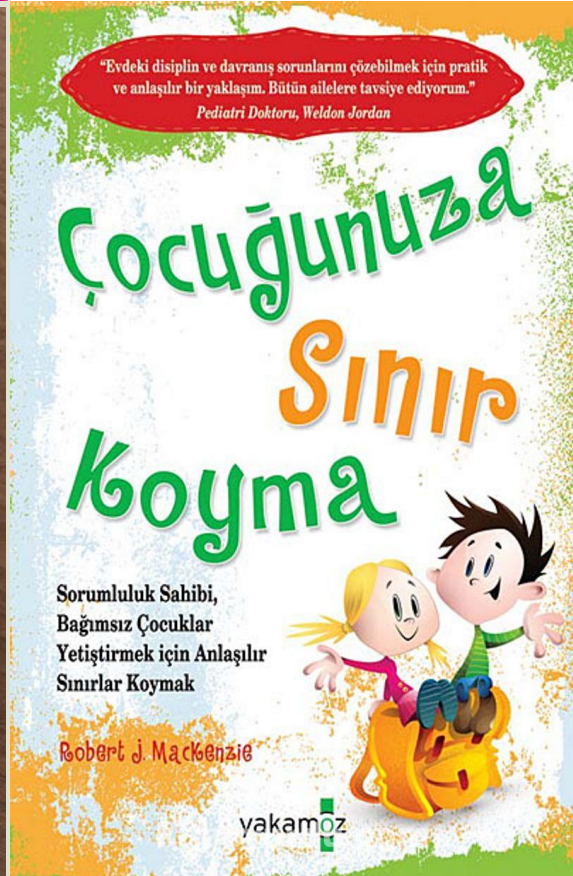
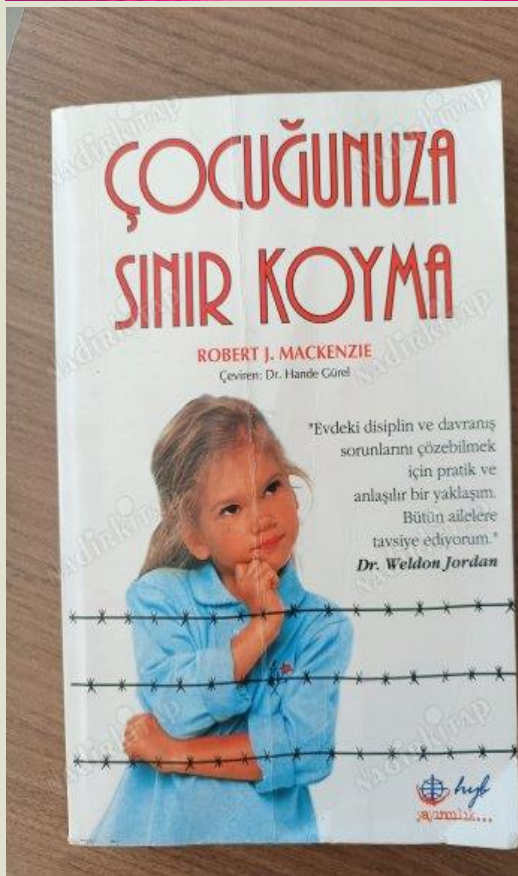
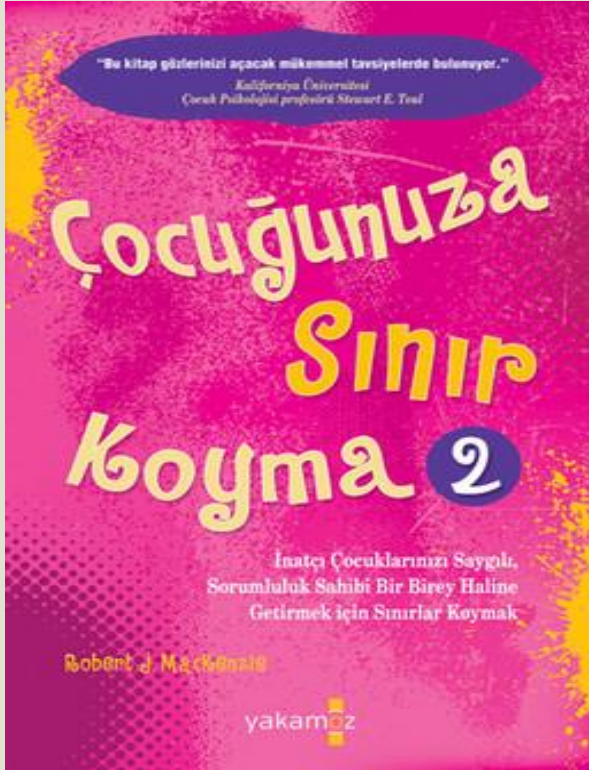
**Etkin sınır koyma, ebeveynler açısından çocukların büyüme sürecindeki oldukça önemli ve zorlayıcı konulardan biridir. Çünkü, çocukların zaman içerisinde değişebilen istenmedik davranışları karşısında ebeveynlerin uyguladıkları disiplin becerileri ile bu beceriyi sürdürebilme ve yeni sorunlar karşısında yeni çözümler üretebilme yeteneğine karşılık gelmektedir.(Dibenedetto, 2016; akt. Yılmaz, 2020)**

**Sınır koymanın amacı, çocuklara otokontrolü öğretmektir. Sınırlar ebeveynler tarafından tekrar edildikçe çocuklar yavaş yavaş bunu içselleştirir. Çocuklar farklı yaşlarda farklı gelişim özelliklerine sahip olacakları için, farklı sınırlara ihtiyaç duyarlar. (Jonston ve ark.,1987, akt. Yılmaz, 2020)**

**Değerli velilerimiz;**

**Sınırların etkili bir şekilde belirlenmediği evlerde büyüyen çocuklar Dış dünyaya açıldıklarında çatışmalar, reddedilmeler ve olumsuz tepkilerle karşılaşır. Dünyalarını başarılı bir şekilde idare etmek ve yaşamak için ihtiyaç duydukları net mesajları alırlarsa bu karmaşık durumları engelleyebilirler. Çocuklar, bizim kurallarımız ve beklentilerimiz konusunda net ve açık mesajlar almalı ki doğru davranışlar sergilemeyi öğrenebilsinler. Bunu başarmaları bize bağlıdır(Mackenzie,2003).**

## Kitap Önerileri



Hazırlayan : Yasemin Pınar GÜRTEKİN