

# Sınır Koyma Nedir?

## Sınır Koyma



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

## Sınır Koymanın Amacı



Sınır koymanın amacı çocuklara otokontrolü öğretmektir. Sınırlar ebeveyn tarafından tekrar edildikçe çocuklar yavaş yavaş bunu içselleştirir.

## Sınır Koyma Türleri



-Fiziksel Sınırlar

-Sosyal Sınırlar

-Maddi Sınırlar

-zaman Sınırı

-Duygusal Sınırlar

-Cinsel Sınırlar

-Teknolojik Sınırlar

## Sınırlar Belirlenirken Nelere Dikkat Edilmeli?

### DAVRANIŞA ODAKLANIN

Sınırları ihlal eden çocuğa değil, ortaya koyduğu davranışa yönelik tepkide bulunun.

### AÇIK VE NET OLUN

Sınırlar belirlenirken, nedenlerini çocuğunuzun gelişim dönemi özelliklerine göre açıklayın.

### SES TONUNUZU DOĞRU KULLANIN

Sınırlar belirlenirken, sakin ve kararlı bir ses tonu kullanmaya özen gösterin.

### SINIRLARIN İHLAL EDİLMESİNİN SONUÇLARINI KONUŞUN.

Çocuğun sınırları ihlal etmesi durumunda ortaya çıkabilecek sonuçlar hakkında önceden bilgilendirin.

Rehberlik Servisi

# Sınır Koyma

Veli Bilgilendirme



Mehmet Ferit AKÇAY  
Psk. Dan. Reh. Öğrt.



### Ortak karar

Sınırları çocuğunuzla konuşarak birlikte belirleyin.

### Açık - Net

Sınırları açık, net ve anlaşılır bir şekilde ortaya koyun.

### Amaç

Sınırların hangi amaçla konulduğunu mutlaka ifade edin.

### Yaşına uygun

Sınırların çocuğunuzun gelişim dönemlerine uygun olmasına dikkat edin.

Sınır koyma ile ilgili çocuğunuzla problem yaşadığınız durumlarda Rehberlik Servisinden yardım alabilirsiniz.



### Ebeveynlere öneriler



### Alternatifler

Sınırları belirlerken mutlaka çocuğunuza farklı alternatifler sunun.

### Ortak tutum

Koyduğunuz sınırlarla ilgili anne baba olarak kararlı davranın ve ortak bir tutum sergileyin.

### Örnek olun

Sınırları uygularken çocuğunuza rol model olun.

### Sevgi

Bu süreçte çocuğunuza sevgi göstermeyi ihmal etmeyin.