

SINIR ÇEŞİTLERİ



1. MEKANSAL SINIR

2. FİZİKSEL SINIR

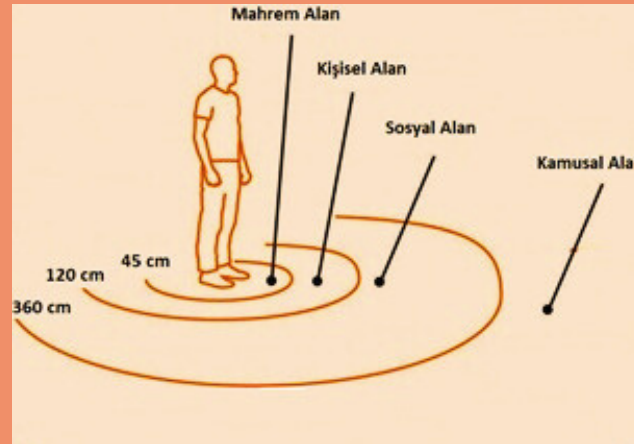
3. ZAMANSAL SINIR

4. KİŞİSEL SINIR



SINIR KOYMA NEDİR ?

Bireyin kendi varlığını diğerlerinininkinden ayırt etmesini, haklarının nerede başlayıp bittiğini anlamasını sağlar. Varlığının ve sınırlarının farkında olan çocuklar kendilerini, dış dünyayı daha kolay kavrayabilirler ve kendilerini daha güvende hissederler.



SINIR KOYMA



GİRESUN İL MİLLİ EĞİTİM
MÜDÜRLÜĞÜ

İSTEMEDİĞİNİZ HER KONUDA HAYIR DİYEBİLMİYİ BİLİN !

Hayır diyebilmek hayatımızda güçlü bir silecek rolündedir; görüş alanımızı genişletir, daha berrak görmemizi sağlar. Hayır demek, sağlıklı bir kişisel sınır koyma davranışıdır ve herhangi bir kişinin kendisine saygı göstermesinin önemli bir parçasıdır.

"Hayır" diyerek koruduğunuz kendi sınırlarınız, yönetimini eline almaya çalıştığınız kendi yaşantınızdır.



SINIR KOYMANIN ÖNEMİ

GÜVENLİ İLİŞKİ:

Güvenli bir ilişkide kişiler birbirlerine karşı saygılı, güven dolu, dürüst ve eşittir.

Birbirlerinin ihtiyaç ve duygularına değer verirler, ilgi alanları ve hedefler konusunda birbirlerini desteklerler.

GÜVENSİZ İLİŞKİ:

Güvenli olmayan bir ilişkide, kişiler sadece birbirleriyle zaman geçirmeleri gerektiğini hissedebilirler. Saygı, güven, dürüstlük ve açık iletişimin eksikliği; kontrol, baskı ve eşitsizliğin varlığı güvenli olmayan bir ilişkiye işaret edebilir.

SINIR KOYMA AŞAMALARI

Davranışı Tanımlama: Çocuğun anlaşıldığını ve hangi davranışından dolayı uyarıldığını daha net anlaması amacıyla yapılır. Çocuğun davranışları, sözleri, duyguları yansıtılır.

Sınırı ifade Etme: Kural çocuğa net ve açık şekilde söylenir. Sınırları açıklarken 'Biz' denilmesi sınırların herkes için olduğunu çocuğun anlamasını sağlar. Ses tonunun sakin olmasına dikkat edilmelidir.

Seçenek Sunma: Doğal, mantıklı, kabul edilebilir, ceza anlamı olmayan olumlu cümlelerle ifade edilmelidir.

Final Seçeneği: Eğer daha önce uyarı yapıldıysa ve çocuk sınıra uymamaya devam ediyorsa uygulanır.

Kararı Uygulama: Çocuk sınıra uymamaya devam ediyorsa sonuçlarına katlanması sağlanmalıdır.