



**ŞEHİT MURAT  
COŞKUN  
ORTAOKULU  
REHBERLİK  
SERVİSİ**

# OKUL BÜLTENİ SINIR KOYMA

## SINIRLAR NEDEN GEREKLİDİR?



Sınırlar çocuğa güvende olduğunu hissettirir  
Sınırlar çocuğun sosyal becerilerini ve uyumunu artırır  
Sınırlar çocuğun sorumluluk duygusunu geliştirir!  
Sınırlar aile ilişkilerini iyileştirir

**Belirlenen sınırlar, esnek ama gevşek olmayan;  
Belirli ama tartışılmaz olmayan;  
Tutarlı ama gerektiğinde değişebilir;  
Zorlayacak ama incitmeyecek ve örselemeyecek nitelikte olmalıdır**



### Sınır Koymada Altın Kurallar Nelerdir?

1. Gerçekten gerekliyse ve kararlıysanız “hayır” deyin.
2. Çocuğunuz koyduğunuz kurallara uymuyorsa nasıl bir yaptırım uygulayacağınıza karar verin ve tutarlı olun.
3. Çocuğunuza uzun nasihatlerde bulunmayın.
4. Güç savaşına girmeyin. Kendinize hâkim olun.
5. Unutulmamalıdır ki çocuklara “çok rahat” bir hayat sunmak, onlara uzun vadede “yarar” değil, “zarar” vermektir.



**ŞEHİT MURAT  
COŞKUN  
ORTAOKULU  
REHBERLİK  
SERVİSİ**

# OKUL BÜLTENİ SINIR KOYMA



## SINIR KOYARKEN YAPILAN HATALAR

- \*Belli belirsiz limitler
- \*Uyarılar ve sık verilen ikinci şanslar
- \*Kötü davranışları görmezden gelmek
- \*Zamanla değişeceğini, büyüyünce düzeleceğini ümit etmek
- \*Açık ve net olmayan talimatlar
- \*Yalvarmak, tatlı sözle ikna etmeye çalışmak
- \*Pazarlık etmek
- \*Tartışma ve çekişmeye girmek
- \*Özel ödüller vermek
- \*Anne-baba arasındaki tutarsızlık
- \*Söylemler ile davranışlar arasında tutarsızlık
- \*Aile büyüklerinin (dede, nine, vb.)konulan sınırları çiğnemesi
- \*Değişimi ve gelişimi göz ardı etmek
- \*Olumlu davranışları pekiştirmeme



# OKUL BÜLTENİ

# SINIR KOYMA

ŞEHİT MURAT  
COŞKUN  
ORTAOKULU  
REHBERLİK  
SERVİSİ

## SINIR KONUSUNDA ÖNERİLER

- \*Sınırlar ihtiyaç dahilinde ortak kararla belirlenmelidir.
- \*Sınırlar oldukça kısa, az sayıda ve net olunmalıdır.
- \*Sınır koyarken model olunmalıdır.
- \*Ergenin yaşına ve içinde bulunduğu gelişim dönemine uygun olmalıdır.
- \*Sınırlar ebeveynler tarafından tutarlı bir şekilde uygulanmalıdır.
- \*Gençlerin seçimlerinin sorumluluğunu almasına izin verilmelidir.
- \*Eğer çocuğunuz uyumlu olmak niyetindeyse fakat yine de hataya giriyorsa bu durumun sonucunu söylediği gibi yerine getirilmelidir.

