



*Davranışları  
sınırlarız; istekleri ya da  
duyguları ise  
sınırlamayız.*

ŞEKERPINAR TOKİ ANAOKULU  
REHBERLİK SERVİSİ



# SINIR KOYMA

KOCAELİ İL MİLLİ EĞİTİM  
MÜDÜRLÜĞÜ





## **SINIRLAR NASIL İFADE EDİLİR?**

- 1-İsteğini/duygusunu anladığınızı ifade edin.**
- 2-Bu durumla ilgili sınırı belirleyin.**
- 3-Alternatifleri belirleyin.**
- 4-Sınırlara verdiği tepkiyi ifade etmesine yardımcı olun.**

**Örnek: Uyku saati geldiği halde yatağa gitmek istemiyor.**

- 1-Oyuncaklarından ayrılmak istemiyorsun.**
- 2-Ertesi gün okul olduğunda bu saatte yatman gerekiyor.**
- 3-Cuma ya da cumartesi gecesini daha geç saatlere kadar uyanık olabilirsin.**
- 4-Bu kuralı sevmeydin. Daha uzun saatler uyanık kalmak isterdin.**

***Sınırlar net ve anlaşılır olmalıdır.***

***Kurallar anne ve baba tarafından ortak belirlenmelidir. Ebeveynler kendi aralarında tutarlı olmalıdır.***

\*

***Sınır, çocuğa kabul edilemeyecek davranışların nelerden oluştuğunu ve bunların yerine hangi alternatif davranışların kabul edilebileceğini açıkça söyler.***

## **SINIR KOYMA**

Sınır koyma; bireyin kendi varlığını diğerlerininkinden ayırt etmeyi, haklarının nerede başlayıp bittiğini anlamayı sağlar. Varlığının ve sınırlarının farkında olan çocuklar kendilerini ve dış dünyayı daha kolay kavrayabilirler. Bunun nedeni ise doğru tanımlanmış sınırların çocuklara keşif ve öğrenmeyi güvenle yapabilecekleri bir alan sağlamasıdır. Çocuklar kuralların uygulanmasında anne ve babalarının yetkin olduklarını hissettiklerinde ve kendilerini koruyabileceklerini bildiklerinde, dış dünyayı bir tehdit olarak görmez ve keşfetmeye başlarlar.