



Nevřehir Olcay saėlam rehberlik ve arařtırma
merkezi

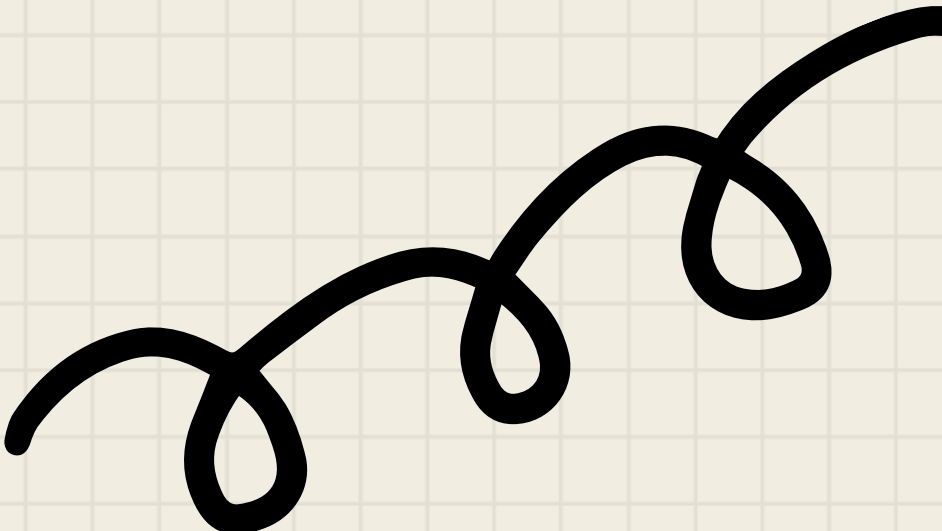
Ergen ocuėa sınır koyma

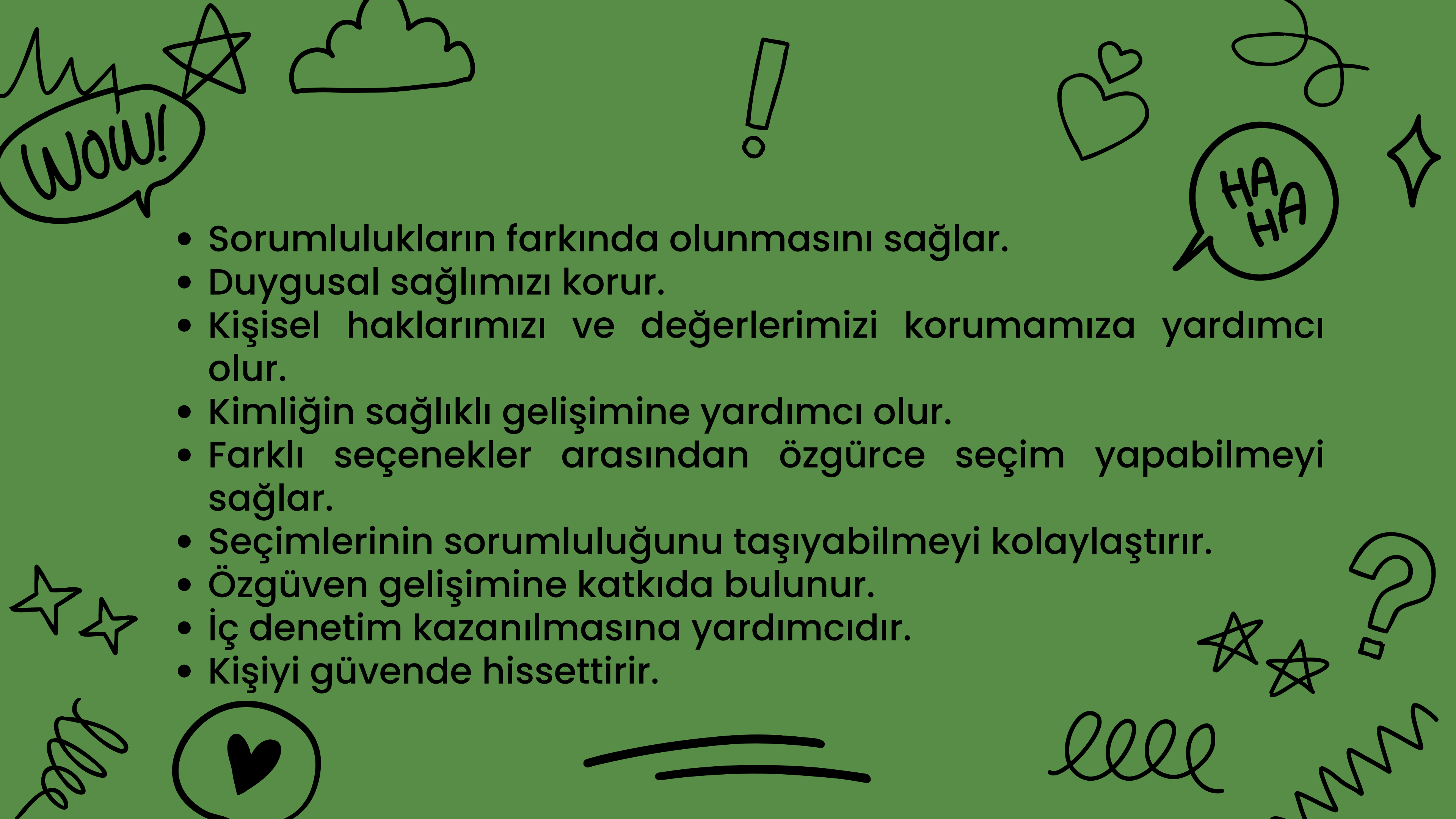
Sınırları zorlayan gençlerle başa çıkma rehberi





Öğrencilerimizin sınır
koymayı neden
öğrenmesi gerekir



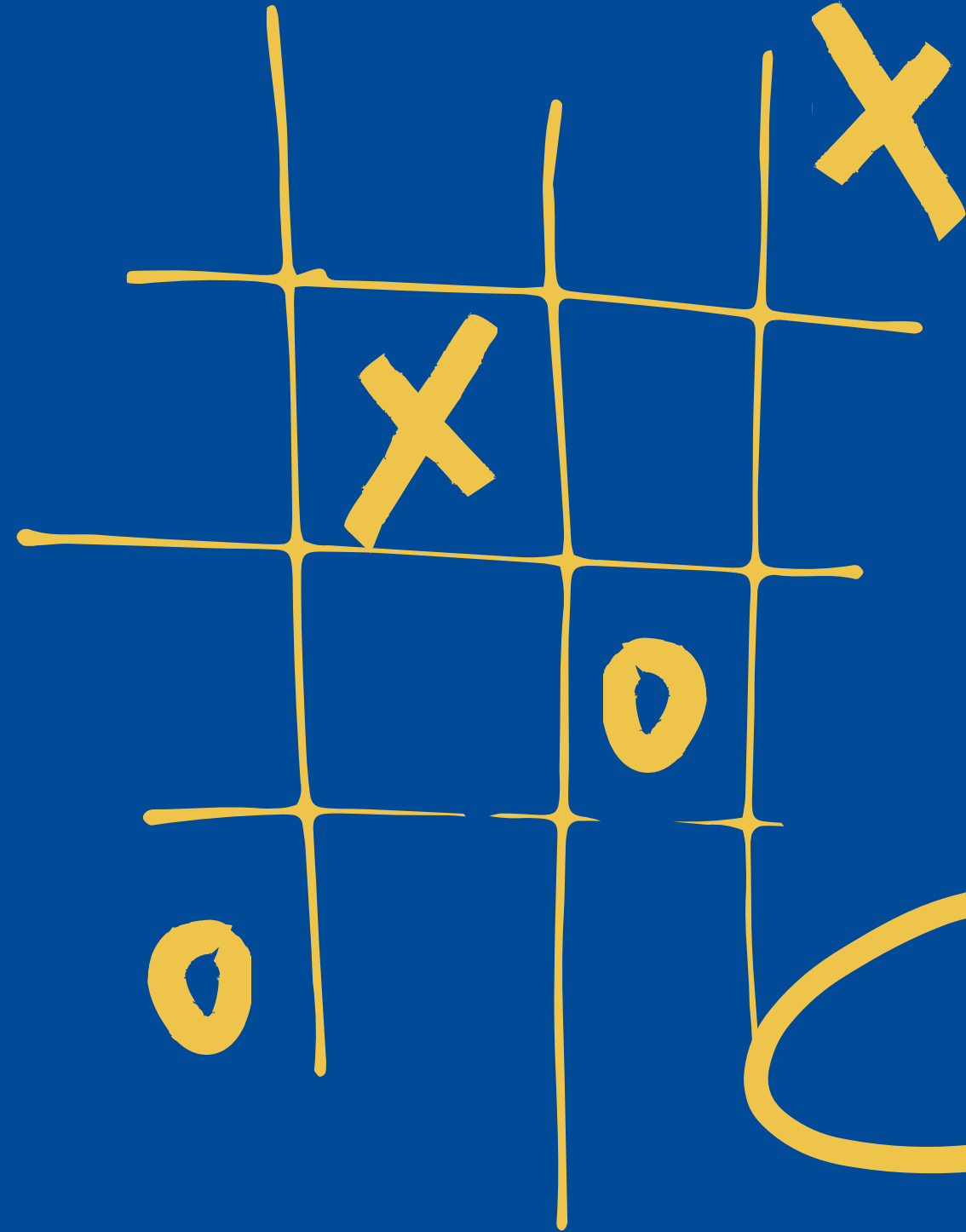


- Sorumlulukların farkında olunmasını sağlar.
- Duygusal sağlığımızı korur.
- Kişisel haklarımızı ve değerlerimizi korumamıza yardımcı olur.
- Kimliğin sağlıklı gelişimine yardımcı olur.
- Farklı seçenekler arasından özgürce seçim yapabilmeyi sağlar.
- Seçimlerinin sorumluluğunu taşıyabilmeyi kolaylaştırır.
- Özgüven gelişimine katkıda bulunur.
- İç denetim kazanılmasına yardımcıdır.
- Kişiyi güvende hissettirir.

Sınırlarımız dört farklı türe sahiptir

fiziksel, duygusal, sosyal,
maddi ve zamanasal sınırlar





“SINIRLARI BELİRLİ
ÖZGÜRLÜKLER,
GÜVENDE
HİSSETTİRİR”

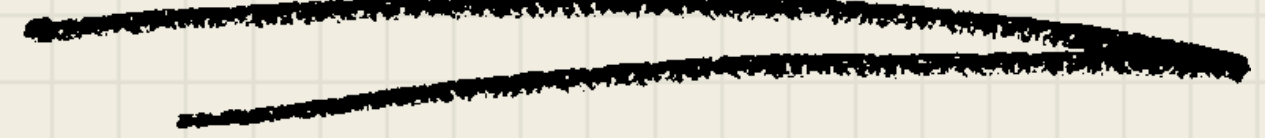
Bugünden itibaren

**Nasıl davranıyor
olabilirsin?**

empati kurun
dinleyin
açık iletişim kurun
geri bildirim verin



*Gençlerin Tepkileri
İle Nasıl Baş
Edebiliriz?*



sabırlı olun
alternatifler sunun
yapılabilir
seçenekleri gösterin

Şu anda

**Nasıl görünüyor veya
davranıyor olabilirsin?**

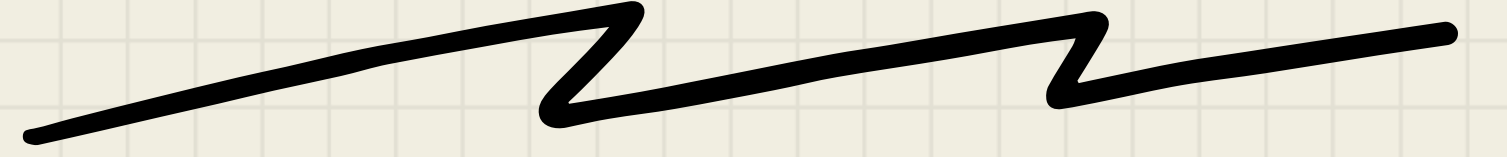
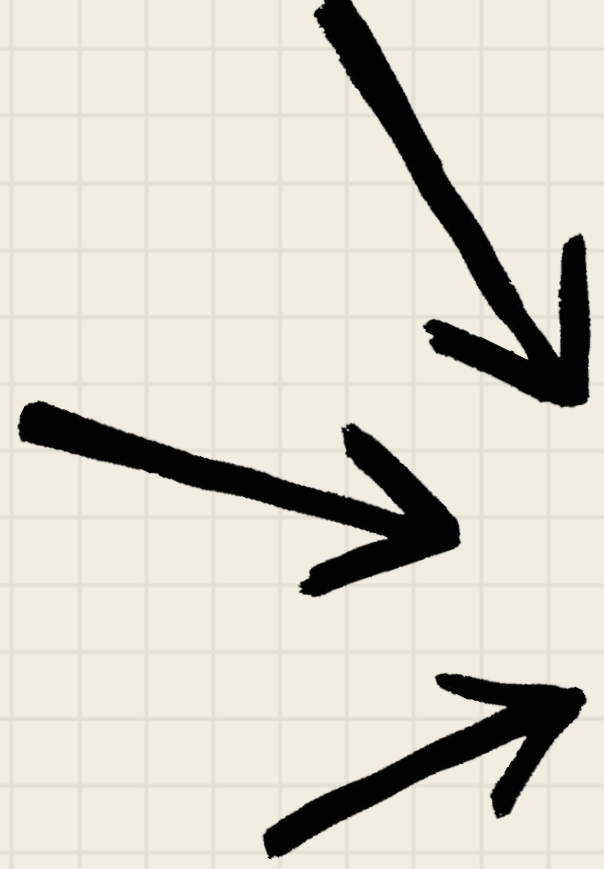
Empatik dinliyorum
Her şeyi net bir şekilde
görüyor ve duyuyorum.

Gülümsüyor ve kibarca
yanıt veriyorum.

*Laten bunları yapıyor
muşun ?*

**Yapmanız
gerekkenler**

Böyle devam edin.
Harika gidiyorsun.



Kaçınılması Gereken Davranışlar

Çelişkili Kurallar:
Tutarsız uygulamalar
çocukların kafasını
karıştırır

Sınırların Belirsizliği:
Net sınırlar
koymamak, karışıklığa
neden olabilir.

Aşırı Sertlik: Fazla
sertlik, çocuğun güven
duygusunu tehlikeye
atabilir.

SINIR KOYMADAN ÖNCE CEVAP VERİLMESİ GEREKEN SORULAR



HEDEF NEDİR ?

GERÇEKTEN
GEREKLİ MİDİR ?

SINIRLAR ERGENİN
GELİŞİMİNİ
DESTEKLİYOR MU ?
ENGELLİYOR MU ?

ERGENLERİN SINIRLARI
ÖZGÜRLÜK VE
SORUMLULUK ARASINDA
DENGESAYILAYARAK
DÜZENLENMELİDİR
ROBERT J. MACKENZE



Ebeveynlere etkin sınır koymada üç strateji önermiştir :

Çocuk ile ebeveyn arasında olumlu ve çocuğu destekleyen bir ilişkinin oluşturulması,

İstenilen davranışların öğrenilmesinde ve geliştirilmesinde sistematik bir strateji oluşturulması,

İstenilmeyen davranışların azaltılması ya da ortadan kaldırılması için uygun stratejilerin belirlenmesi gerektiği vurgulanmıştır.



Katıldığınız için teşekkürler!



Harika bir gün geçirmeniz dileğiyle.

