

# SINIR KOYMA

## ORTAOKUL ÖĞRETMEN BÜLTENİ



### Sınır Koyma Nedir?

- Bireyin kendi varlığını diğer bireylerden ayırt etmeyi, haklarının nerede başlayıp bittiğini anlamayı sağlayan kurallar bütünüdür.
- Etkin sınır koyma, çocukların kabul edilebilir davranışların neler olduğunu anlamaları ve bu davranışlarını geliştirmeleri ve uygulayabilmeleri için fırsatlar oluşturmaktadır.

### Sınır koymada amaç;

Çocuğun kendine ve çevresindekilere karşı farkındalık geliştirmesi, öz düzenleme ve sorumluluk alma becerilerinin gelişmesi, empati ve anlayışa dayalı etkili iletişim kurabilmesidir.

### Çocuklar neden sınırlara ihtiyaç duyarlar?

- Çocuklar belirgin sınırlar içerisinde dünyalarını sına ve keşfetme ihtiyacı duyarlar.
- Yaşadıkları ortamın kurallarını anlamak isterler.
- Ebeveynlerinin kendilerinden beklentilerinin ne olduğunu bilmek ister.



### Sınır Koymanın Türleri

1. Fiziksel Sınırlar
2. Duygusal Sınırlar
3. Kişisel Sınırlar
4. Zaman Sınırlar

## 1- FİZİKSEL SINIRLAR

### Fiziksel Sınır Nedir?

- Fiziksel sınırlar, kişinin alanını ve bedenini koruma amacıyla belirlediği çizgilerdir. Mahremiyet, beden sınırları, fiziksel mesafe gibi unsurlar bu sınırlar içerisinde yer alır.
- Sınıf içinde ise mekan düzenlemesi ve sınıf kurallarını kapsamaktadır.



### Örnek:

- Oyun köşesi, çalışma masaları, sessiz alanlar gibi belirlenen sınıf düzenlemesi çocukların belirli alanlarda aktivitelerini düzenli bir şekilde yapmalarını sağlar.
- Sırayla konuşma, başkalarının eşyalarına saygı gösterme gibi sınıf kurallarının net, açık ve anlaşılır şekilde çocuklarla belirlenmesi onların kabul edilebilir davranışlarla ilgili farkındalık kazanmalarını sağlar.

## 2- DUYGUSAL SINIRLAR

Empati ve anlayış temel alınarak çocukların duygusal ihtiyaçlarının belirlenmesi ve onlara destek verilmesi duygusal sınırların netleşmesini sağlayarak çocukların kendilerini güvende hissetmelerini destekler.

### Örnek:

- Çocuğun duygularını tanımasına yardım etmek,
- Çocuğun olumlu (sevinç, mutluluk) ve olumsuz (öfke, üzüntü) duygularını fark etmek, kabul etmek, yaşamasına izin vermek



## 3-KİŞİSEL SINIRLAR

Kişisel sınırlar, diğer insanlarla etkileşimde ifade edilen tercihler, kararlar, değerler ve sorumlulukların yanı sıra, kişinin kendine ve başkalarına olan saygısını yansıtan ve tepkilerini içeren bir kavramdır.



### Örnek:

- Arkadaşlarıyla sohbetlerin mahremiyetine saygı göstermek,
- Yaşa uygun ve güvenli olan seçeneklere saygı duyarak onun tercih yapmasına fırsat vermek.

## 4-ZAMAN SINIRLARI

Aktivite ve etkinliklerin zaman yönetimi anlamına gelmektedir.

Çocuğun etkinlik ve aktiviteler planlanırken fikrini sormak, yaptığı işlerle ilgili zaman öngörüsü kazandırmak için ne kadar süre kaldığı hakkında bilgiler vermek, sınırlarının oluşmasına yardımcı olur.



### Örnek:

- Oyun süresinin sona erdiğini anlatmak
- Bir sonraki etkinliğe geçiş için ne kadar zamanları olduğunu açıklamak

## SINIR KOYMANIN ÖNEMİ

- Toplum tarafından onaylanan davranışların yolunu belirler.
- Bireyin sosyal ve kişiler arası ilişkilerini belirler.
- Çocukların özgüvenlerinin gelişmesine katkı sağlar.
- Çeşitli öğrenmelerle hedeflere ulaşılmasını sağlar.
- Sorumluluk duygusunun gelişmesini sağlar.
- Çocukların sosyal becerilerini artırır.
- Çocukların toplumla uyumlu bireyler olmasına olanak tanır.



## Öğrencilerinize Sınır Koyarken Dikkat Edilmesi Gerekenler

- Bir kural koymadan önce koyulan kuralların gerekliliğini sorgulayın.
- Kurallar esnek, açık ve anlaşılır olsun. Kuralların uygulanmasında model olun.
- Kuralları uygularken net ve kararlı olun. Kuralların ihlal edilmesi durumunda olası sonuçları öğrencilerinizle paylaşın.
- Problemleri biriktirmeyin. Çünkü problemlerin birikmesi öfke ve saldırganlığa sebep olabilir.
- Sınıf kurallarınızı öğrencilerinizle birlikte oluşturun.
- Öğrencilerinizle güç savaşına girmekten kaçının.
- Öğrencilerinizin sorumluluk alarak öz disiplin geliştirmesini sağlayın.





# ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER



- Okuldaki beklenti, sınır ve kurallarla ilgili aile bilgilendirmesi yapılmalıdır.
- Ebeveyn ve öğretmen beklentilerinin belirlenerek ev ve okulda bulunan sınırları uyumlu hale getirilmelidir.
- Evdeki sınırların da çocuğun gelişim düzeyine uygun olması ve çocukla birlikte belirlenmesi
- Çok fazla sayıda kuralın aynı anda konulması yerine aşamalı olarak kuralların değiştirilmesi
- Çocuklara sınır çizerken doğru davranış hakkında bilgi verilmesi
- Etkili, açık, anlaşılır ve empatiye dayalı iletişim kurulması
- Ceza yerine sınır ve kuralların önceden belirlenerek çocuğun istendik davranışı kazanmasında rol-model olunması
- Çocuğun sorumluluk almada desteklenmesi
- Sınırlar, çocuğun yaşına ve gelişim özelliklerine uygun olmalıdır.
- Sınır koymanın neyi hedeflediği ve sınır koymanın gerekliliği üzerinde sınır koymadan önce düşünülmesi önemlidir.
- Çocuğun gelişim sürecini engelleyici bir tutum sergilenmemelidir.
- Sınır koyulurken çocuk sürece dahil edilmeli ve söz hakkı verilmelidir.
- “Hayır!” kelimesini gerçekten gerekli olduğu durumlarda kullanılmalıdır.
- Sınırları belirlerken anlaşılır ve net olunmalıdır.
- Sınırlar öğrenciyle göz teması kurularak ona anlatılmalıdır.
- Tartışma veya kriz anlarında sınırlar oluşturulmamalıdır. Çocuğun sakin olduğu ve dinlemeye hazır olduğu anda oluşturulmalıdır.



AKSARAY  
İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

AKSARAY İL MİLLİ EĞİTİM  
MÜDÜRLÜĞÜ  
AKSARAY REHBERLİK  
ARAŞTIRMA MERKEZİ  
YEREL HEDEF İÇERİK  
HAZIRLAMA KOMİSYONU

