

SINIRLAR

ÖĐRENCİ SUNUMU

SINIR NEDİR

Sınır iki kişi arasındaki çizgiyi belirler.



SINIRLAR NEDEN ÖNEMLİDİR?

Kişinin kendini tanıması ve hayatının kontrolünü ele alması için önemlidir.





Sınırlar öğrenme ve keşfetme sürecinde önemli rol oynar.



Sağlıklı bir gelişim sürecinde sınırlara sahip olma ve sınır koymak önemlidir.

Sınırlar güvenlik sağlar.



SINIR TÜRLEİİ

KiŖisel Sınırlar

Duygusal Sınırlar

Sosyal Sınırlar



Kişisel Sınırlar:

- Kişisel alan koruması (fiziksel mesafe koyma).
- Dokunma ve fiziksel temas davranışlarının belirlenmesi.
- Kişisel Değerler (Ahlaki veya etik sınırlar)

Duygusal Sınırlar:

- Kendi duygusal ihtiyaçlarınızı ifade etme ve koruma.
- Saldırgan dil ve davranışlara karşı sonuçların belirlenmesi.





Sosyal Sınırlar:

- Sosyal etkinliklere katılma veya katılmama sınırı.
- Sosyal medya kullanımı ve paylaşımlar sınırı

Sınırların belirlenmesi, kişisel haklarınızı ve değerlerinizi korumanıza yardımcı olur.

KAYNAKÇA

- Mackenzie, J. R. (2000). Çocuđunuza sınır koyma (Çev: H. Gürel). Ankara: HYB Yayıncılık
- Yılmaz, Y. (2020). Çocuđun Davranışlarına Etkin Sınır Koymaya Yönelik Anne Eğitim Programının Annelerin Sınır koyma Davranışı ve Anne Çocuk ilişkisi Üzerindeki Etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

