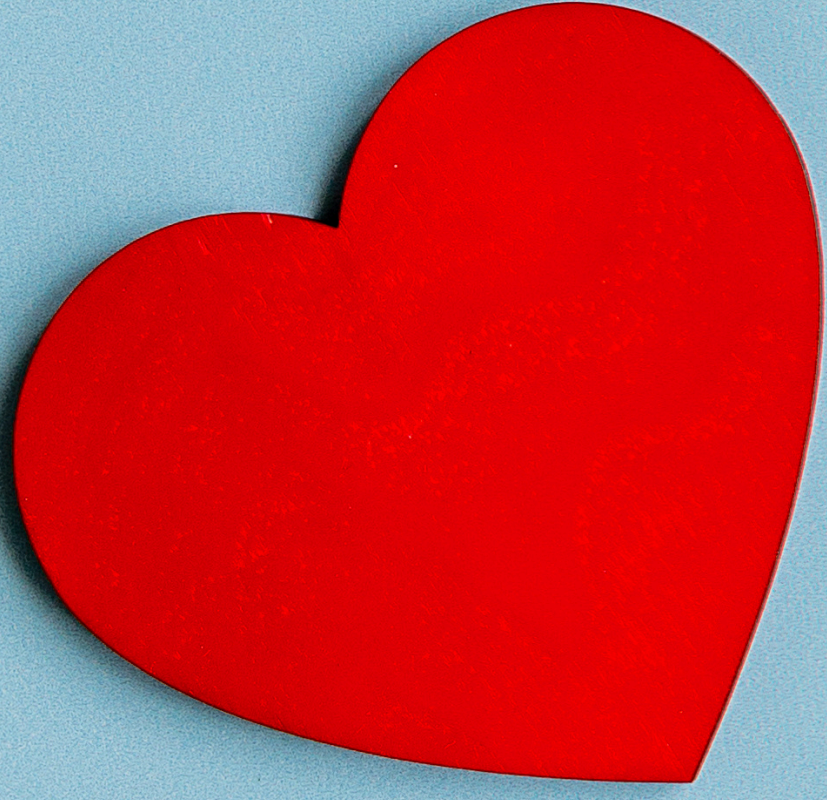


SINIR
VARSA
~~SINIR~~
YOKTUR



SINIRLAR BİZİ
GÜVENDE
HİSSETTİRİR



SINIR NEDİR?

Sınır, bir kişi veya için çizilen hayali çizgidir. Başkalarının ne yapabileceği, siz ne yapabileceğiniz ona göstermek için kurulur.



NASIL SINIR KOYULUR?



- > Açık olun
- > Hayır demeyi öğrenin
- > Anonim el çok güçlü
- > Kendilerine güven geliştirmeleri için

SINIR ÇEŞİTLERİ



FİZİKSEL SINIR

Yatak, oda veya kişisel alan gibi fiziksel sınırlar



EMOSYONEL SINIR

Duygularını ifade etme ve duygusal sınırlar



ZAMANLA İLGİLİ SINIR

Zaman yönetimi ve zamanla ilgili sınırlar



ÇOCUKLARDA SINIR KOYMA

ÇOCUKLARA NEDEN SINIR KONULUR?



- ✓ Güvenli bir ortam sağlamak için
- ✓ Davranışları yönlendirmek için
- ✓ Sosyal kuralları öğretmek için
- ✓ Çocuğun gelişimine destek olmak için



SINIR KOYMANIN ÖNEMİ

- ✓ Çocuk kendini güvende hisseder.
- ✓ Sorumluluk bilinci gelişir.
- ✓ Ne yapabileceğini ve ne yapamayacağını öğrenir.
- ✓ Toplum içinde uyumlu birey olur.
- ✓ Sağlıklı iletişim becerileri kazanır.



NASIL SINIR KOYULUR?

- ✓ Net, anlaşılır kurallar koyun
- ✓ Tutarlı olun
- ✓ Sevgi ve saygı çerçevesinde yaklaşın
- ✓ Açıklama yapın (nedenini anlatın)
- ✓ Alternatifler sunun

ÇOCUKLARDA SINIR KOYMA

Sınır Nedir?



- Çocuğun güvenliği ve gelişimi için rehberlik eden kurallar

Neden Sınır Koyulur?



- Güvenlik sağlar
- Sorumluluk kazandırır
- Sosyal uyumu destekler
- Sağlıklı özgüven geliştirir

Nasıl Sınır Koyulur?



- Net ve tutarlı olun
- Yaşa uygun açıklamalar yapın
- Sevgiyle yaklaşın
- Alternatifler sunun

Sınır Çeşitleri

- **Fiziksel sınırlar:**
"Ocağa dokunma"
- **Duygusal sınırlar:**
"Bana bağırmana izin veremem"
- **Sosyal sınırlar:**
"Oyuncaklarını paylaşmalısın"
- **Zaman sınırları:**
"Ekran süresi 1 saat"