

Sınır Nedir?

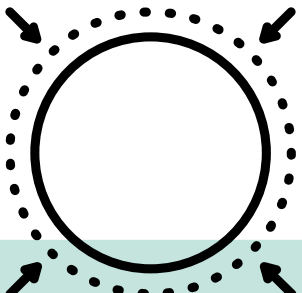
Sınır kelimesi ülke sınırı, hız sınırı, yaş sınırı gibi toplumsal düzeni sağlayan kuralları çağrıştırır.

Aynı zamanda göremediğimiz fakat insan hayatında önemli yer tutan kişisel sınırlarımız vardır. Bu sınırlar aşıldığında rahatsız oluruz.

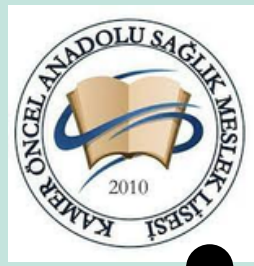
Kişisel sınırlar, insana yol gösteren, düzen sağlayan, güven veren, görünür ya da görünmeyen ailemizden aldığımız veya kendimiz için belirlediğimiz hatırlatıcılardır.

Sınır Koyma Nedir?

Sınır koymak, çocuğa bir beklenti ya da kuralı ona kendini güvende hissettirerek, rahat edebileceği alanları belirleyerek öğrettiğimiz, her bireyin gelişiminde önemli rol oynayan pozitif bir süreçtir.

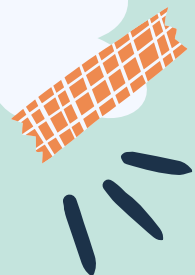


“ Ergenlerin sınırları özgürlük ve sorumluluk arasında denge sağlayarak düzenlenmelidir. Robert J. Mackenze ”



SINIR KOYMA Veli Broşürü

Kamer Öncel Mesleki
ve Teknik Anadolu
Lisesi
Rehberlik Servisi



Ergenlere Nasıl Sınır Konulmalı?

Sınır koymadan önce:

"Sınır koyma amacı nedir? Gerçekten gerekli mi? Koyulan sınır çocuğun kendini keşfetme dönemini destekliyor mu?" gibi soruları ebeveynin kendine sorması gerekir.

Ergenler evdeki kurallar hakkında söz sahibi olmak ve daha özgür olmak isterler bu nedenle sınırların esnetilmesi bazen iyidir. Gençlere ne kadar özgürlük tanınması gerektiği ise ne kadar sorumluluk üstlenebileceğiyle doğru orantılıdır.

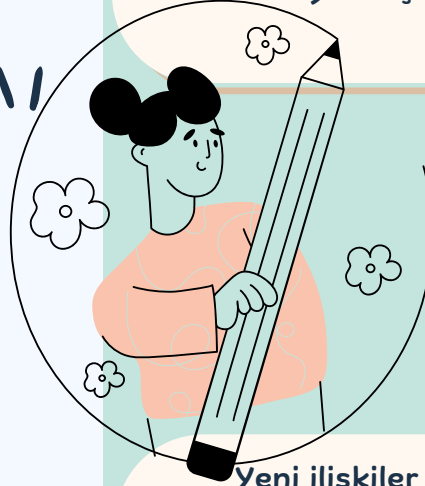
Ergenlere kuralların sebepleri anlatılır, düşünce ve duyguları alınır. İşbirliği yapılarak, orta noktada buluşulur fakat son söz yine ebeveynler söyler.

Önceden işbirliğiyle belirlenen sınırın aşılması durumunda sonucunun neler olabileceği konusunda ergenin bilgilendirilmesi, sınırın ihlal edilmemesini sağlar, çünkü sonuçları görülmüş olur.

Ergenlik Dönemi Ve Sınırlar

"Ergenlik bir keşfetme dönemidir."

Bu dönemde gençler nasıl biri olduklarını, nelerden hoşlandıklarını, neye inandıklarını keşfetmek için ailelerinden uzaklaşıp bireyselleşmeye başlarlar.



Yeni ilişkiler kurmaya, yeni değerler edinmeye ve yeni roller üstlenmeye başlarlar. Daha özgür ve bağımsız davranırken sınırları zorlarlar ve ebeveynler yeni sınırları koymakta zorlanabilirler.

Sınırlar Neden Gereklidir?

Çocuklar büyür ve değişir. Büyüdükçe daha çok özgürlük ve ayrıcalık ister. Bu gelişim sürecinde sorumluluk almaya da hazır hale gelirler.

Gençler, becerilerini geliştirmeye, yeni yetenekler kazanmaya ve bağımsız olmaya ihtiyaç duyarlar.

Bu ihtiyaçlarını desteklemek ebeveynin görevidir. Bu normal gelişim sürecini engellemeden, onlara destek olacak sınırlar koymak gereklidir.

Sınır belirlemek bu bağlamda dinamik ve değişken bir süreçtir.



Gençler ve ebeveyn arasındaki güvenli ilişki tüm süreçlerde olduğu gibi bu süreçte de oldukça önemlidir.