

- Ergenlere ne yapmaları gerektiğini doğrudan söylersek neyi seçeceklerini, nelerle karşılaşacaklarını keşfetme, sorumluluk alma ve ileriye düşünme ihtiyaçlarını ortadan kaldırmış oluruz. Çünkü bütün bunları onların yerine ebeveynler yapmış olur.

Sınırların İhlal Edilmesi

Ergenler nereye kadar gidebileceklerini bu sınırları zorlayarak görmek isterler.

- Bu durumlar can sıkıcı olsa da sınırlarını öğrenmesi için bir fırsat olarak da değerlendirilebilir. Davranışlarına ilişkin elde edeceği sonuçlar sorumluluk geliştirmeleri yolunda bir araç olarak kullanılabilir.



- Ergenin sahip olduğu bir hakkın kötüye kullanımı durumunda ise, o hakkın alınması ya da azaltılmasıyla sonuçlandırıldığında sınırlar konusunda net bir mesaj verebilir.

**Kurallarınız sıkça çiğneniyorsa
sınır koymanın etkisiz
olduğunu düşünmeyin.
Ergenlerin kuralları anlamaları
için zamana ihtiyaçları vardır.
Tutarlı olduğunuzu öğrenene
kadar defalarca bu sınırları
delmeye çalışabilirler.
da bir araç olarak kullanılabilir.**



**ŞEHİT HACI
MEHMET
SIRMA İMAM
HATİP
ORTAOKULU
ERGENLERDE SINIR
KOYMA**

**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
VE REHBERLİK SERVİSİ**



Ebeveynler açısından sınır koymak nedir?

Ailenin çocukla arasındaki güven, sevgi ve saygı ilişkisine zarar vermeden çocuğun davranışlarına yönelik düzenlemelerdir.

Sınır koymak ergenin bağımsızlık ihtiyacını göz ardı etmeden yeni davranışları güvenle deneyebilecekleri güvenli alanlar oluşturmaktır.

Sınırlara Neden İhtiyaç Duyulur?

Ergenler;

- Kendilerinden ne beklendiğini
- Diğer insanların gözünde durdukları yeri
- Ne kadar ileri gidebileceklerini
- Fazla ileri gittiklerinde neler olacağını bilmek isterler

Sınırlar bu ihtiyacın güvenli bir şekilde karşılanmasında ebeveyn ve ergen arasında düzenleyici rol oynar.

Çocuğu kontrol etmek için ya da ihtiyaç duyulmadığı durumlarda sınır koymak, sağlıklı gelişim sürecini engeller.

Sınır Koymak Ama Nasıl?

.Ergenler gelişimsel olarak çocukluktan her yönüyle farklı. Bu sebeple onlara çocukken koyduğunuz sınırları aynı yöntemlerle koymanız, aranızda çatışma yaşanmasına neden olabilir.

- Sınır koyarken karşılıklı saygıdan taviz verilmemelidir.
- Sınırlar esnek olmalıdır. Ancak esneklik ergenin her isteğinin kabul edildiği, sınırsız özgürlüğünün olduğu ya da hatalarının görmezden geldiği bir anlama gelmemektedir.
- Esnek sınırlar her zamanki gibi kesin sınırlar içeren ancak o sınırlar içinde ergenin keşfetme ve deneme sürecini destekleyen yapıda olmalıdır.
- Özgürlüğün derecesi nedir? Bu, kişiye göre değişir; ergenin ne kadar sorumluluk üstelenebildiğiyle doğru orantılıdır.

ÇOCUKLAR SINIRSIZ ÖZGÜRLÜKTEN HOŞLANMAZLAR!



SINIRLAR HAYATIMIZI GÜVENDE TUTAR VE BAŞKALARI İLE SOSYAL YAŞAMDA DENGEMİZİ SAĞLAR.

Ergenler kendileri için konan kurallarda söz hakkı isterler. Bunun anlamı, kuralları tamamen onların koyması değildir. Ama kuralların belirlenme sürecine daha çok katılabilirler

Sınırların belirlenmesinde ergenlerin düşüncelerini ve duygularını dikkate alır, sınırların sebeplerini anlatır ve fikirlerini ciddiye alırsak ergen bir birey olduğunu hissedecek, ortak bir noktada buluşma fırsatı ortaya çıkacaktır.

Bu durumda ergen, sürecin aktif katılımcısı olacaktır.

Ergen, bir birey olarak dikkate alınmış olacaktır ama son sözü yine ebeveynler söylemiş olur. Her iki taraf da kazançlıdır.