

SINIR KOYMA

ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ (LİSE)



Denizli İl Milli Eğitim Müdürlüğü

Sınır kavramı, bireyin diğer kişilere yönelik belirlediği(duygusal, fiziksel, sosyal gibi alanlarda) çizgi olarak tanımlayabiliriz. Sınırlar değişmez kurallar değil aksine yaşa göre değişen, gelişen bir süreçtir. Sınırlara çocuklar, gençler ve hatta yetişkinler de ihtiyaç duyarlar. Belirlediğimiz bu sınırlarla kendi kişisel alanımızı oluştururuz. Bu da kişiyi güvende tutar. Sınırların ihlal edildiğinde ise ortaya istenmeyen durumlar ve olumsuz duygular ortaya çıkar.Bu süreci şöyle örneklendirebiliriz. Arabanızla yola çıktığınızda yolda trafiği düzenleyen levha, trafik lambası gibi birçok trafik tanzim işaretleri görürüz. Tüm bu işaretler bizim güvende kalıp trafiğin sağlıklı ve düzenli bir şekilde akmasını sağlar. Var olan hız sınırı, kırmızı ışıkta durmak gibi durumlar bizi sınırlar nerede

duracağımızı belirleyerek güvenle yol almamızı olanaklı kılar. Aksi durumdaysa belirlenen sınırlara uyulmadığında kaza yapma olasılığımız artar ve kendimizi pek güvende hissetmeyiz. Sınırlara, okul yaşantısı, arkadaşlık ilişkisi, aile ilişkileri gibi hayatımızın her alanında ihtiyaç vardır. Ergenler, gelişim dönemleri özellikleri nedeniyle kurallara uyma konusunda zorlanabilirler. Bu dönem çocukların karakterinin şekillendiği dönemdir ve sağlıklı gelişimleri ve güvende hissetmeleri için kurallara ihtiyaç duyarlar. Bununla beraber kuralları da sorgularlar. Aynı zamanda kendileriyle ve nasıl göründükleriyle ilgilenirler, beklentilerini ve ne kadar ileri gidebileceklerini sorgularlar ve potansiyellerini ortaya koymaya ihtiyaç duyarlar.

Tüm bunlar göz önüne alındığında sınır ve kurallar net belirlenmediğinde olası problem davranışlar ortaya çıkabilmektedir.

Tüm olası davranış problemlerinin önüne geçmek, güvenli ve huzurlu sınıf-okul ortamı sağlayabilmek, çocuklarımızın gelişimlerini desteklemek ve güvende olmalarını sağlamak amacıyla kurallar ve sınırların belirlenmesi büyük önem taşır.



- Öncelikle siz kural ve sınırlara uyarak doğru model olun.
- Kuralları az ama net bir biçimde ifade edin.
- Kurallar konusunda tutarlı olun.
- İletişim becerilerini destekleyin. Çünkü etkili iletişim, sınır koyma becerisine katkı sunar.
- Gelişim dönemi de göz önüne alındığında kurallar belirlenirken öğrencileri sürece dâhil etmek ve nedenleriyle belirlenen kuralları ifade etmek gerekir. Amacın onu kontrol etmek değil; onu korumak, destek olmak ve güvende tutmak olduğu ifade edilmelidir. Tüm bunları empatik bir anlayışla gerçekleştirin.
- Kurallar ve sınırlar belirlenirken bireysel farklılıkları dikkate alarak, davranışların olası sonuçlarını ifade ederek oluşturun.
- Kurallar veya sınırlar belirlenirken olumlu bir dil kullanın ve sadece kurallara uymadıklarında değil uyduklarında da öğrencilere geri bildirim verin. Bu geri bildirimler teşekkür etme, onaylama, takdir etme vb olabilir.

Tüm bu sınır ve kurallar öğrencilerin otokontrol becerisi kazanmasını destekleyerek olumsuz davranış ve durumların ortaya çıkmasını engeller. Sınırlara uyma konusunda zorlandığınız durumlarda okul PDR servisinden veya RAM'dan destek alın.

Bu uygulamalar hem öğrencinizi hem de sizi destekleyerek olumlu bir sınıf ve okul iklimi oluşmasına katkı sağlayacaktır.



İnsanlarla aranızda sınır koymak onlara küsmek değil, onlara karşı sizi incitmeyecekleri mesafede durmak demektir.

R.SHARMA

