

Sınır koymak; güvenlik ve bireyi yönlendirmek anlamına gelir; bireyin kişiliğinin oluşmasını ve sorumluluk sahibi olmasını sağlar. Kişinin kendisinin ve diğer insanların özel alanının farkına varması

Sosyal hayatın içinde kendi özel alanını koruması

Diğer insanların özeline saygı duyması ve

Çevresi ile arasına sağlıklı sınırlar koyması hakkındaki bilgileri içerir.

Kişisel sınırlarını bilmek, kendisinin ve başkalarının özel alanını bilmek ve korumaktır.



Sınırlar, bireylerin kendilerini ve dünyalarını anlamalarına yardımcı olur. Onlara önemli bir keşif ve öğrenme ortamı sağlar. Bireyler yaşadıkları dünyanın kurallarını anlamak isterler.



# SINIR KOYMA

ÖĞRENCİ BROŞÜRÜ



ŞEHİT NADİR İPEK ORTAOKULU  
REHBERLİK SERVİSİ





Hayır diyebilmeyi bilen insan önüne çıkabilecek pek çok yaşamsal tehdit karşısında çok daha güçlü ve donanımlı olacak, kendisini pek çok tehlikeden koruyabilecektir. O zaman tehlikelerden korunabilmek için "HAYIR" demeliyiz

**Arkadaşlarınıza  
değil onların  
isteklerine hayır  
dediğinizi  
unutmayın**



**HAYIR  
DE**

**HAYIR  
DİYE BİLMEK  
İÇİN**

- Doğrudan hayır demek
- Geçıştirmek
- Konuyu deęiřtirmek
- Nedenler bulmak
- Duymazlıktan gelmek
- Ortamdan uzaklaşmak
- Yürüyüp gitmek
- Hayır tekrarı



Hayır diyebilmek istenmeyen ya da hoş gitmeyen bir durum karşısında sınır koyabilmek anlamına gelmektedir. Sürekli olarak başkalarının istek ve beklentilerine evet diyen insanlar kendi kişiliklerini yeterince geliştirememiş, özgüveni zayıf, kendisiyle barışık olmayan, bağımlı ve en önemlisi de mutsuz insanlardır.