**SINIRLARIMIN FARKINDAYIM**

|  |  |
| --- | --- |
| Gelişim Alanı: | Sosyal Duygusal Gelişim |
| Yeterlik Alanı: | Kişiler Arası İlişkiler |
| Kazanım/Hafta: | Kendisinin ve Çevresinin Sınırlarını Farkeder |
| Sınıf Düzeyi: | Lise |
| Süre: | 40 Dakika |
| Araç-Gereçler: | Ek-1 Etkinlik bilgi notu  2.Öğrenci sayısı kadar not kağıdı ve kalem  3.Akıllı tahta ve tahta kalemi |
| Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık: | 1.Öğretmenler etkinlik bilgi notunu önceden okuyarak sınıfa girer.  2.Araç gereçleri hazır bulundurur |
| Süreç  (Uygulama Basamakları): | 1.Öğretmen öğrencilere etkinliğin amacını “ Öğrencinin kendisinin ve çevresindekilerin sınırlarını fark etmesi olduğunu” açıklar.  2.Ardından aşağıdaki yönergeyle etkinliği başlatır.  “ Sevgili öğrenciler, zaman zaman bazen tanıdığımız bazen de tanımadığımız insanlar sınırlarımızı ihlal edebilir. Böyle durumlarda kendimizi korumak için sınırımızı çizip bu olumsuz istek ve davranışları reddetmemiz gerekir. Sizce hangi durumlarda kişisel sınırlarımızı karşıdaki kişilere hatırlatmamız gerekir?”  3. Öğretmen tahtayı ikiye böler. Tahtanın birinci kısmına “ Sınırlarımızı hatırlatmamızı gerektiren durumlar.” tahtanın diğer kısmına “ Sınırlarımızı karşıdakilere nasıl ifade edebiliriz.” başlıklarını yazar. Daha sonra sınıftaki öğrencilerden bu başlıklar için fikirleri belirtmelerini ister ve gelen cevapları tahtadaki ilgili bölümlere yazar. Sürenin sonunda etkinlik bilgi notu tahtaya yansıtılır ve verilen uygun örnekler ile bölümler zenginleştirilir.  4.Bu süreçten sonra öğretmen öğrencilere “Sizler kendi yaşamınızda sınırlarınızı belirtmeniz gereken durumlar yaşadınız mı? Eğer yaşadıysanız buna nasıl tepki verdiniz.” diyerek öğrencilerin yaşadığı örnekleri önlerindeki kâğıtlara yazarak öğretmene teslim etmesi istenir.  5. Öğretmen toplanan kağıtlardan rastgele seçtiği kağıtlardan birkaç tanesini sınıfta paylaşarak şu soruları sorar.  -Benzer bir durumla karşılaştığınız zaman ne hissedersiniz?  -Benzer durumda sınırlarınızı nasıl ifade edersiniz?  -Benzer durumlarda en çok kullandığınız sınır koyma davranışı hangisidir?( Sözel olarak sınırlarını ifade etme, kişisel alanı korumak, jest mimik kullanarak rahatsızlığını göstermek, görmezde duymazdan gelmek, etrafındakilerden yardım istemek.) |
| Kazanımın Değerlendirilmesi | Öğretmen öğrencilere etkinliği değerlendirmek için “ Sevgili gençler, toplum içinde herkesin izinsiz girilmesinden rahatsı olduğu kişisel alanları bulunmaktadır. Bizlerin hem kendimizin hem de diğer kişilerin kişisel alanlarının, varlığının farkında olarak uygun davranışlarda bulunmamız gerekmektedir.” İfadelerini kullanarak etkinliği sonlandırır. |

**EK-1**

**ETKİNLİK BİLGİ NOTU**

**SINIRLARIMIZI KORUMAMIZ GEREKEN DURUMLAR**

* Madde, alkol veya sigara kullanılmasının önerilmesi.
* Fiziksel mesafemizin ihlal edildiği durumlar.
* Tanımadığımız ya da güvenmediğimiz kişilerce fiziksel ya da sanal ortamda fotoğraf, video veya diğer özel bilgilerimizin paylaşılmasının istenmesi.
* Borcunu ödemeyen tanıdıklarımızın sürekli para, kitap ve benzeri kaynaklarımızı istemesi.
* Ödevlerimizin, ders notlarımızın ve diğer çalışmalarımızın arkadaşlarımız tarafından sürekli istenmesi.
* Okul pansiyonu, kantin, toplu taşıma ve benzeri yerlerde haklarımızın ihlal edildiği durumlar.

**SINIRLARIMIZI DİĞER İNSANLARA HİSSETTİRME ŞEKİLLERİ**

* Ben dilini kullanarak hayır demek.
* Görmezden veya duymazdan gelmek.
* Ortamı terk etmek.
* Kararlı bir şekilde kendini ifade etmek.
* Kişisel alanımızı net bir şekilde korumak.
* Jest mimik kullanarak rahatsızlığını göstermek.
* Güvenilir birinden yardım istemek.
* Çığlık atmak ve bağırmak.