



SINIR KOYMA KİŞİSEL KALEM

1

GELİŞİM ALANI: Sosyal –Duygusal

ETKİNLİĞİN AMACI: Kişisel Sınırlarını fark eder.

Hayır diyebilmenin önemini anlar.

Kişisel sınırlarını korumanın önemini anlar.

SNIF DÜZEYİ: 2, 3, 4

SÜRE: 1 Ders saati

ARAÇ- GEREÇLER: Renkli kalemler, Kurşun kalem, Öğrenci sayısı kadar

Kişisel Kalem EK 1

Çalışma Yaprağı 1

UYGULAYICI İÇİN ÖN HAZIRLIK:

Her çalışma yaprağından her öğrenci için 1 tane çıktı alınır.

Güvenç bir gün çevresinde kötü insanların olabileceği düşüncesine kapılmış ve kendisine bir kale yapmaya ve bu kalede kendi sınırları içerisinde bir krallık oluşturmaya karar vermiş.

Kaleye en çok önem verdiği kişisel değerlerini almak istemiş ve kalede yazan

Ailesini

İnançlarını

İsteklerini

Bedenini

Fiziksel Sınırlarını

Düşüncelerini almaya karar vermiş.

(Öğretmen bu kavramların öğrencilerin zihinlerinde ne oluşturduğunu anlamak için onlara sorular sorar ve gerekli açıklamaları yapar. ÖRN: Fiziksel sınır sizin için ne ifade diyor, hangi isteklerinizi koruma altına almak isterdiniz, bedenimizde özel korunması gereken bölgeler nelerdir, fiziksel sınır nedir?)

SÜREÇ

SINIR KOYMA KİŞİSEL KALEM

Öğretmen aşağıdaki soruları öğrencilere tek tek sorarak gönüllü öğrencilerden paylaşımlarını alır

- Siz böyle bir kale oluştursaydınız içerisine bunlardan başka neler alırdınız?
- Güvencin tehlikede hissetmesine neden olan kişiler kimler olabilir?
- Bu kaleye aldıklarımız nasıl bir tehlike altında olabilir?
- Bu kaleye kimleri alırdınız
- Bu kaleye kimleri almazdınız
- Size kapıya neden HAYIR yazılmış olabilir.(Hayır kelimesinin gücü ve önemini vurgular
- Bu kaledekilere zarar verileceğini bilseniz ısrar eden birisine kapıyı açar mıydınız?
- Kalenizin tehlikede olduğunu hissettiğinizde neler yapabilirsiniz.

2

3

Paylaşımlar alındıktan sonra uygulayıcı öğrencilere ‘‘ Bu Kaleyi Güçlendirmek İçin Ne Yapabiliriz?’’ diye sorar.

4

Öğretmen, Ailemiz ile paylaşabileceğimiz durumları, tehlike anında kimlerden yardım isteyebileceğimizi, tehlikeli sınırların ne demek olduğunu açıklar. (Açıklama yaparken öğrenciler için hazırlanan broşür veya bültenlerden yararlanabilirsiniz)

- Öğretmen Öğrencilere ‘‘ Böyle Bir Kalenin Varlığı Size Ne Hissettirdi?’’ Sorusunu yöneltilir ve gönüllü öğrencilerden paylaşımları alır.

5

İsteğe göre etkinlik sohbet sonunda öğrencilerden kalelerini boyamaları veya güvenliği arttırmak için kaleye çizimler yapabileceğini söylenir ve etkinlik tamamlanır.

6

Kişisel Kalem EK 1

KİŞİSEL KALEM

BEDENİM

İSTEKLERİM

AİLEM

FİZİKSEL
SINIRLARIM

İNANÇLARIM



HAYIR

SINIR KOYMA KİŞİSEL KALEM

Kişisel Sınırlarının Sağlıklı Korunmadığının Göstergeleri

- Başkalarını memnun etmek için kendinden ödün vermek
- Kendini istemediğin işleri yaparken bulmak
- İsteklerini ifade etmede güçlük çekmek ve yersiz ve baskın utanç duygusu
- Karşıdaki insanı kendinden daha üstün ve önemli görmek
- Rahatsız edici davranışlara maruz kalmak ve bunu ifade edememek,

Kişisel Sınırlarının Sağlıklı Korunduğunun Göstergeleri

- Kendinden emin ve net olmak
- Düşünce ve isteklerinin arkasında durmak
- Fiziksel sınırlarını korumak ve başkasının fiziksel sınırlarını ihlal etmemek.
- Yeni sosyal çevre ve iletişimlere açık olmak
- Kendisinin önemimin farkında olmak

Kişisel Sınırlarımızı Koruyabilmek İçin Sahip Olmamız gereken En Güçlü İki Özellik

- FARKINDALIK
- “HAYIR” diyebilmek
- Birçok insan kişisel sınırlarının farkında olmadığı ve bu sınırlar üzerindeki sahip olduğu hakları bilmediği için sınırlarını korumakta güçlük yaşamaktadır. Bu sınırları önce bireysel sonrada yasal yollarla korunabileceği ve haklarını nasıl arayabileceği konusunda bilinçlenmeli ve toplumsal FARKINDALIK oluşturulmalıdır.
- Ayrıca “HAYIR” dediğinde
- Ayıp olur mu?
- Karşıdaki kişi kırılır mı?
- Küser mi?
- Yanlış anlaşılır mıyım?
- Kabul görmeme engel olur mu?
- Çevrem ne der?
- Sorularını kendi içinde sağlıklı cevaplandırmadığı için “hayır” kelimesini kullanamamakta ve bu da kişisel sınırların ihlaline neden olmaktadır.



Konya Sel. Ram

Esenler Mahallesi Gültekin Sokak No:8
Selçuklu KONYA
<http://selcukluram.meb.k12.tr>

İÇERİK

HAZIRLAMA

EKİBİ

Tuğba YİĞİT
15 Temmuz Şehitleri İlkokulu

Yunus POLAT
Mahmut Sami Ramazanoğlu Kız
İHL

Melek ÖZDEMİR
Erenköy Anaokulu

Şeyda EMRE
Şehit Mustafa Çuhadar Ortaokulu

Raşit KÖSE
Toki İlkokulu

Şerife BÜLBÜL,
Mustafa Karacıgan İlkokulu

Emine DURUM
Şehit Ufuk Baysan Anadolu Lisesi

Tuğba ÇAKMAK
Ertuğrul Gazi Anaokulu

Tuba Ergin DOĞRU
Bosna Hersek İmam Hatip Lisesi

Gamze ACAR
Selçuklu Belediyesi Dostluk Anaokulu

Pelin EYBEYLİ
Süleyman Çelebi Ortaokulu

Mustafa ÖNAL
Şehit Abdullah Tayyip Olçok İHO

Esmâ İNAM
Rebii Karatekin Ortaokulu

Abdurrahim İsmail FETEN
Osmangazi Anaokulu

Ali Mücahit AÇIKGÖZ
Akşemsettin Anaokulu

Emine Esra TUNÇ
Hakime Ömer Onsun Anaokulu

Fulden BALAK
Dumlupınar Mahallesi Ahmet Haş-
haş Anaokulu

Gizem Nur İLDİZ
Mustafa Necati Anaokulu



sel_ram42



selcukluram@gmail.com
rehberlikselcuklu@gmail.com



Selçuklu Rehberlik
Araştırma Merkezi



Sel_Ram42