

SINIR KOYMAK VE SINIRLARIMIZI KORUMAK

DAHA ÖNCE SINIR KOYMANIN NE DEMEK OLDUGUNU DÜDÜNZ MU ? HAYDI CEVAPLAYALIM.

1

Arkadasin seni istemedigin bir seyle zorlarsa ne dersin ?

3

Senden izin alınmadan esyalarin alindiginda ne dersin ?

2

Bahceye cop atalim diyen birine ne dersin ?

4

Hayvanlara zarar verelim diyen birine ne dersin ?

Arkadaslarımızla anlasamadigimiz zamanlar da olabilir. Hosumuza gitmeyen ve istemedigimiz seyleri yapmak icin bizi zorladiklari zamanlar da olabilir. Ancak bu durumlarda onemli olan 'HAYIR'diyebilmektir.

Bunun adi sinir koymaktır.

BİRLİKTE YORUMLAYALIM

Arkadaslariyla kantin sirasi bekleyen İrem, arkadasların siralarini beklemediklerini ve kendisinin onune gectiklerini fark eder. İrem arkadaslarına siralarini beklemeleri gerektiğini, kendisinin de sirada oldugunu soylemek ister ancak soyleyemez. İrem ders zili caldiginda hala kantinde sira beklemektedir ve hicbir sey yiyemeden sinifa geri doner.

İrem sirasini almak isteyen arkadaslarini durdurmus ve kisisel sinirlarini koruyabilmiş olsaydi beslenme saatinde ihtiyaclarini karsilayabilir miydi ?



SELÇUKLU REHBERLİK ARAŞTIRMA MERKEZİ

