|  |
| --- |
| **SINIF İÇİ ETKİNLİK** |
| **ETKİNLİK: SINIR KOYUYORUM, SINIRLARIMI KORUYORUM** |
| **HEDEF KİTLE: Ortaokul öğrencileri** |
| **KAZANIMLAR: Sınır koymanın ne olduğunu öğrenir.** **Sınır koymanın önemini ifade eder.**  **Sınır koymanın gerekli olduğu durumları bilir.**  **Sınır koyma davranışını olaylar üzerinde düşünerek keşfeder.**  **Farklı sınır koyma yöntemleri üzerine düşünür.** **Sınır koyma konusuyla ilgili düşüncelerini yazarak ifade eder.**  |
| **SÜRE: 40 Dakika** |
| **ARAÇ-GEREÇLER:** **EK-2** **Makas** **Kağıt** **Kalem.**  |
| **ORTAM: Sınıf** |

**UYGULAYICI İÇİN ÖN HAZIRLIK**

1. Sınır koyma ile ilgili açıklayıcı metin (EK-1) etkinlik öncesi okunur.
2. EK-2 canlandırma öncesi öğrencilere verilmek üzere çıkartılır. Kesilerek hazırlanır.

**SÜREÇ**

Öğretmen*; “Sevgili Öğrenciler, bugün konumuz SINIR KOYMA.* *Gerektiğinde uygun şeklide karşınızdaki insanlara sınır koymamız çok önemli.”* Açıklamasını yapar. Ardından;

* *“Sınır koyma dendiğinde aklınıza neler geliyor?*
* *Sınır koymak hangi durumlarda gereklidir?*

soruları sorularak öğrencilerden gelen cevaplar alınır. Öğrencilerden gelen cevaplar alındıktan sınır koymanın ne olduğu EK-1 yardımıyla tanımlanır ve neden önemli olduğuna değinilir. Öğrencilerden gelen cevaplarla bağlantı kurularak tanımlamanın yapılması önemlidir.

Öğrencilere; “Sınır koymak üzerine yeterince konuştuğumuza göre örnek olaylar üzerinden sınır koyma konusunu daha ayrıntılı şekilde düşünmeye devam edebiliriz. Öncelikle aranızdan gönüllü öğrenciler seçeceğim ve bu öğrencilerin her birine örnek durumların yazılı olduğu kâğıtlar vereceğim. (EK-2) Bu kağıtlarda sınır koyma ihtiyacı duymanıza neden olabilecek çeşitli durumlar bulunmaktadır. Kartlar üzerindeki durumlar ikişer kişilik canlandırmalardan oluşmaktadır. Siz bu durumları yaşasaydınız nasıl sınır koyardınız bize göstereceksiniz. Diğerleri bu sırada izleyici olacak. Dikkatle izlemeniz canlandırmaların sonunda yapacağımız değerlendirme etkinliği için önemlidir.” Yönergesi verilir ve EK-2 de yer alan örnek durumlar gönüllü öğrenciler tarafından sırayla canlandırılır.

**DEĞERLENDİRME**

Öğrencilere; “Canlandırmaları izlediniz. Bu gibi durumları her biriniz eminim zaman zaman hayatınızda deneyimliyorsunuzdur. Şimdi sizler izlediğiniz/canlandırdığınız örnek durumlar üzerine birer yazı yazacaksınız. Yazınızda örnek olaylarla ilgili hissettiklerinizi ve rahatsız olduğunuz durumları yazabilirsiniz. Fark ettiğiniz yeni beceriler varsa veya aklınıza gelen farklı öneriler varsa bunları yazınızda kullanmaya çalışın.” Yönergesi verilir. Yazıların yazılması için yeterli süre verilir.

1. “Yazınızda yer verdiğiniz ve sınır koyma ile ilgili arkadaşlarınıza katkı sağlayacağını düşündüğünüz bir önerisi olan ve paylaşmak isteyen var mı?” Sorusu sorularak öğrencilerin paylaşımları alınır.
2. Paylaşımların ardından “Bu önemli konuda düşünmeye devam etmenizi ve gerekli durumlarda uygun şekilde sınırlar koymanızı diliyorum.” cümlesiyle etkinlik sonlandırılır.

**EKLER:**

**EK-1**

 *Sınır koyma kişinin kendi istek ve düşüncelerini uygun bir yolla ifade etmesi ve böylece istediği olayları, durumları ve hayatı yaşama fırsatını elde etmesi olarak tanımlanabilir.*

*Sağlıklı sınır koyma becerisi için*

* *Kişinin kendi duygu ve düşüncelerini tanıması*
* *Kendini olumlu yolla ifade etme becerilerine sahip olması*
* *Hayır diyebilme becerisine sahip olması*
* *Kendine değer vermesi ve hayatıyla ilgili sorumluluk alması gerekmektedir.*

 *Sınır koyma*

* *İsteklerinizi ifade etmenizi ve isteklerinizi gerçekleştirmenizi sağlar.*
* *Kendinizi ifade ettiğiniz için arkadaşlarınızın sizi daha iyi tanımasını ve arkadaşlıklarınızın gelişmesini sağlar.*
* *İstemediğiniz olaylar yaşamanızı engeller.*
* *Sorumluluk duygunuzu geliştirir.*
* *Hayatta daha başarılı olmanıza yardımcı olur.*
* *Zaman kaybetmenizi engeller.*

(Aktaran Yılmazer, 2020).

**EK 2**

1. Öğrenci: Evde yalnız olduğunuz için çok sıkıldınız arkadaşınızı telefonla aradınız ve onunla bir süredir konuşuyorsunuz.
2. Öğrenci: Arkadaşınızla telefonda konuşuyorsunuz. Fakat konuşma oldukça uzadı ve sizin daha fazla zaman kaybetmeden ödevlerinizi bitirmeniz gerekiyor.

…………………………………………………………………………………………...

1. Öğrenci: Arkadaşınızla buluşmaya gidiyorsunuz fakat biraz oyalandığınız için bir saat kadar geç kaldınız.
2. Öğrenci: Arkadaşınızla belirli bir saatte buluşmak üzere sözleştiniz. Fakat arkadaşınız buluşmaya bir saat gecikerek geldi.

…………………………………………………………………………………………...

1. Öğrenci: Arkadaşınızın yeni kazağını ilk defa gördünüz. Gömleği pek beğenmediğiniz için ona “gömleğin çok çirkinmiş.” Dediniz.
2. Öğrenci: Arkadaşınız çok beğenerek alıp giydiğiniz gömleği çirkin bulduğunu söyledi. Siz bu duruma epeyce üzüldünüz.

…………………………………………………………………………………………...

1. Öğrenci: Ablanızın/Abinizin kazağını çok beğendiğiniz için ondan izinsiz giydiniz. Şimdi kapı çaldı ve gelen abiniz/ablanız. Ona kapıyı açıyorsunuz ve sizi kendi kazağıyla görüyor.
2. Öğrenci: Kardeşiniz sizden izin almadan kazağınızı giymiş, okuldan eve geldiğinizde kapıyı sizin kazağınızla açtı ve o anda gördünüz.

…………………………………………………………………………………………...

1. Öğrenci: Bilet almak için gişeye geldiniz. Aceleniz var. Fakat çok sıra var. Bu nedenle ön tarafa geçmeye çalışıyorsunuz.
2. Öğrenci: Yarım saattir bilet almak için sırada bekliyorsunuz. Birisi o anda önünüze geçti.

…………………………………………………………………………………………...

1. Öğrenci: Arkadaşınızdan borç para istiyorsunuz.
2. Öğrenci: Bir arkadaşınız sizden borç para istiyor ama paranız sadece size yeteceği için vermek istemiyorsunuz.

…………………………………………………………………………………………...

1. Öğrenci: Arkadaşınıza bir el şakası yapıyorsunuz.
2. Öğrenci: Arkadaşınız hoşlanmadığınız halde size el şakası yapıyor

…………………………………………………………………………………………...

**KAYNAKÇA**

Yılmazer, Y. (2020). *Çocuğun davranışlarına etkin sınır koymaya yönelik anne eğitim programının annelerin sınır koyma davranışı ve anne çocuk ilişkisi üzerindeki etkisi.* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.