

## SINIR KOYMA BECERİLERİNİ GELİŞTİRME

### SINIF ETKİNLİĞİ

<b>Gelişim Alanı</b>	Kişisel – Sosyal Gelişim
<b>Kazanım</b>	Sınır koymanın ne olduğunu öğrenir.
<b>Sınıf Düzeyi</b>	Ortaokul
<b>Süre</b>	40 dk (Bir ders saati)
<b>Araç-Gereçler</b>	EK - 1 : “Sınır Koyma” EK - 2 “Kişisel Alanlarım” görseli EK- 3 “Kişisel Alan Haritam” (Öğrenci sayısı kadar)
<b>Süreç</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Öğretmen bu etkinlikte öğrencilere sınır koyma kavramını işleyeceklerini söyler. Ardından öğretmen “<i>Sınır koyma denildiğinde aklınıza neler geliyor?</i>” der.</li><li>2. Öğrencilerin cevapları paylaşıldıktan sonra öğretmen sınır koymanın tanımını şu şekilde yapar: “<i>Bireyin kendi varlığını diğer bireylerden ayırt etmeyi, haklarının nerede başlayıp bittiğini anlamayı sağlayan kurallar bütünüdür.</i>”</li><li>3. Ardından öğretmen sınır koyma becerilerinin türleri hakkında bilgi vermek için “Sınır Koyma” formunu (EK-1) kullanır. Sınır koyma türlerini anlatır.</li><li>4. Ek-2 “Kişisel Alanlarım” görselini tüm öğrencilerin görebileceği şekilde kullanır. (yansıtır, çoğaltır, dağıtır, çizer.) Sonra sınıftan gönüllü 4 öğrenci seçerek;<ol style="list-style-type: none"><li>1. Öğrenciye anne-baba, mahrem alan,</li><li>2. Öğrenciye yakın arkadaş, kişisel alan,</li><li>3. Öğrenciye okul arkadaşı, sosyal alan,</li><li>4. Öğrenciye kırtasiyeci, genel alan,</li></ol>Rollerini sınıftaki diğer öğrencilerle paylaşmadan dağıtarak rol almayanlara hangi rollerin hangi sınır alanlarında olması gerektiğini sorar ve doğru bir şekilde yerleştirilmesini sağlar.</li><li>5. Canlandırmadan sonra Ek-3 “Kişisel Alan Haritam” sınıfa dağıtılarak öğrencilerin kişisel sınır haritalarını oluşturmaları sınır koyma alanlarına kimlerin girebileceklerine örnekler verilmesini istenir. Gönüllü öğrencilerin sınıfla paylaşmaları sağlanır.</li><li>6. Etkinliğin sonunda “<i>Bu dersimizde sınır koyma becerisinin hayatımızdaki uygulamalarına yer verdik. Hepimiz kendi sınırlarımızı bilerek diğer insanların sınırlarına saygı göstermeliyiz.</i>” şeklinde açıklama yapılarak etkinlik sonlandırılır.</li></ol>

**Sınır koyma;** Bireyin kendine ve çevresindekilere karşı farkındalık geliştirmesi, öz dñzenleme ve sorumluluk alma becerilerinin gelişmesi, empati ve anlayışa dayalı etkili iletişim kurabilmesidir. Bu becerileri etkili bir şekilde uygulayabilmek için sınır tñrleri hakkında bilgi sahibi olmamız gerekir.

Sınır koyma tñrleri;

- 1- **Fiziksel sınırlar:** Kişinin alanını ve bedenini koruma amacıyla belirlediği çizgilerdir. Mahremiyet, beden sınırları, fiziksel mesafe gibi unsurlar bu sınırlar içerisindedir.

**Mahrem Alanım:** Kişilerin ancak çok yakınlarıyla paylaştıkları, mahremiyet olarak nitelenen özel durumların paylaşıldığı alandır.

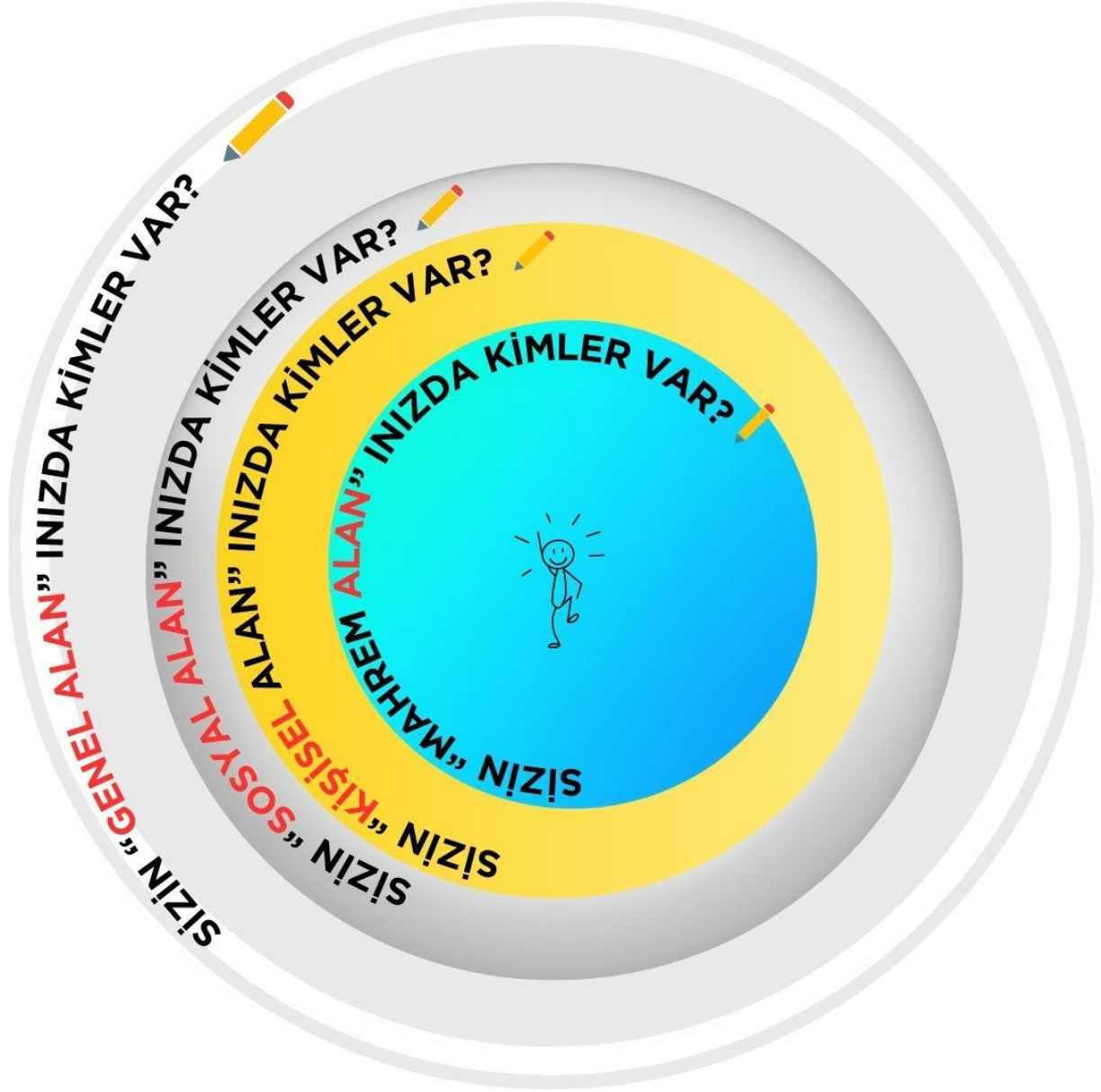
**Kişisel Alanım:** Birbirini tanıyan samimi olan insanlar bu mesafe içinde ilişkilerini sürdürür.

**Sosyal Alanım:** Bulunulan ortama göre sınırların belirlenmesi. Aşına olunan ve tanıdık insanlarla rahat bir ilişki kurmak için gerekli alanı temsil eder.

**Genel Alanım:** Birbirlerini hiç tanımayan insanların bulunduğu genellikle açık alanlardır.

- 2- **Kişisel sınırlar:** Diğer insanlarla etkileşimde ifade edilen tercihler, kararlar, değerler ve sorumlulukların yanı sıra, kişinin kendine ve başkalarına olan saygısını yansıtan ve tepkilerini içeren bir kavramdır.
- 3- **Duygusal sınırlar:** Empati temel alınarak, çocukların duygusal ihtiyaçlarının belirlenmesi ve onlara destek verilmesi duygusal sınırları netleştirerek çocukların kendilerini güvende hissetmelerini sağlar.
- 4- **Zaman sınırlar:** Aktivite ve etkinliklerin zaman yönetimi anlamına gelmektedir. Çocuğun etkinlik ve aktiviteler planlanırken fikrini sormak, yaptığı işlerle ilgili zaman öngörüsü kazandırmak için ne kadar süre kaldığı hakkında bilgiler vermek, yapılan plana ailece uymak, rutinelere herkesin gereken önemi göstermesi çocuğun zaman sınırlarının oluşmasına yardımcı olur.





- 1- SİZİN GENEL ALANINIZDA KİMLER VAR?
- 2- SİZİN SOSYAL ALANINIZDA KİMLER VAR?
- 3- SİZİN KİŞİSEL ALANINIZDA KİMLER VAR?
- 4- SİZİN MAHREM ALANINIZDA KİMLER VAR?