

ORTAOKUL İÇİN SINIR KOYMA SINIF REHBERLİĞİ ETKİNLİKLERİ

ETKİNLİK 2: SINIRLARIM GÜVENDE

ETKİNLİĞİN SÜRESİ: 1 ders saati

KAZANIM: Kişisel sınırlarını ihlallere karşı korur.

ARAÇ-GEREÇ: Sınırlarım Güvende Mi? Videosu

UYGULAYICI İÇİN ÖN HAZIRLIK: Etkinlik videosu akıllı tahtaya yansıtılacak şekilde ayarlanır.

SÜREÇ-UYGULAMA BASAMAKLARI: Uygulayıcı sınıfa girdiğinde öğrencilere "Kişisel sınırlarınız üzerine hiç düşünmüş müydünüz?" diye soru yöneltir. Şimdi sizler için bir video açacağım, bu video üzerindeki yazılar olunamayacak kadar hızlı ilerliyor. Sizlerin durmasını istediğiniz yerde video duraklatılacak. Video durduğunda yazı okunabilir hale gelecek. Yazılı olan durum hakkında videoyu durduran kişiye bir soru yönelteceğim. Hadi deneyelim. Öğrencilerden gönüllü olanlar videoyu durdurur ve kişisel sınırların ihlalinin örnek durumlarını içeren yazıyı okuyup uygulayıcının sorduğu soruyu cevaplar. Videoda yer alan kişisel sınır ihlali cümleleri şunlardır:

- Odana izinsiz girildiğinde
- Sınıf arkadaşın eşyalarını sürekli izinsiz alıp kullanıyorsa
- Sevdiğin biri cevaplamak istemeyeceğin özel sorular soruyorsa
- Kantinde tüm arkadaşlarının sıra beklemeyip senin önüne geçtiğini fark edersen
- Arkadaşın sınıfındaki başka öğrencilerle arkadaşlık etmene izin vermiyorsa
- Teneffüste arkadaşların istemediğin bir oyunu oynaman için seni zorluyorsa
- Arkadaşın yardıma ihtiyacı olmadığı halde her gün kendi çantasını da senin taşımanı istiyorsa
- Okul bahçesinde sin. Birisi sana bir şey sormak için seni bahçenin dışına çağırıyorsa
- Okul çıkışında arkadaşın seni oyun oynamak için evine davet ediyor. Ama annenin ya da babanın haberi yoksa
- Teneffüste arkadaşın seninle merdiven tırabzanlarından kayarak ya da yüksek bir basamaktan/duvardan atlayarak yarış yapmak istiyorsa
- Arkadaşın okul saatinde birlikte gezmek için okul dışına çıkmayı teklif ediyorsa

- Arkadaşın bazı derslere girmeden okul içinde zaman geçirmeyi teklif ediyorsa
- Arkadaşın sınıftaki başka bir öğrenciye kötü sözler söylemen için ısrar ediyorsa
- "Sadece bir defa dene ne olacak ki" diyerek istemediğin bir şeye zorlanıyorsan
- Sana sorulmadan ailecek plan yapıldığında
- Sorulmadan sarılıp öpüldüğünde

Aşağıdaki sorular gönüllü olan öğrencilere her birine farklı soru olarak sorulur:

- Ne yapardın, ne tepki verirdin?
- Sence bu durumda nasıl hareket etmeli?
- Yapmak zorunda hisseder misin?
- Kimden/kimlerden yardım istemelisin?
- Olayı gözlemleyen diğer öğrenciler neler yapmalıdır?

Öğrencilerden cevaplar alındıktan sonra kişisel sınırların ihlali durumlarında verilebilecek tepkiler hakkında öğrenciler şu şekilde bilgilendirilir:

"Sevgili öğrenciler, kişisel sınırlarımız görünmeyen çizgilerle bizi korur ve güvende tutar. Konuşmak istediğimiz insanlarla bizi yakınlaştırır ve konuşmak istemediklerimizle aramıza mesafe koyar. Sınırlarımız, arkadaşlarımızla, öğretmenlerimizle ve ailemizle ilişkilerimizi korur. Nelerden hoşlandığımızı, nelerden rahatsız olduğumuzu anlamalarını ve duygularımızı rahatça yaşayabilmemizi sağlamış olur. İstemediğimiz bir durumla karşılaştığımızda kendi güvenliğimizi sağlamak için "Hayır" diyebilmeliyiz. Gerektiğinde "Hayır" diyerek kendimizi bize zarar verecek durum ve kişilerden korumuş oluruz. Kişisel sınırlarımızı koruyarak birilerinin bizi üzmesini engellemiş oluruz; güvenli alanda ve güvende olduğumuzu hissederiz. Bu nedenle güvenli alanımızı korumak için kişisel sınırlarımızı korumamız önemlidir." Yapılan bilgilendirme sonrası etkinlik sonlandırılır.

UYGULAYICIYA NOT Uygulamalar sırasında öğrenci/öğrencilerden risk içeren akran baskılarına maruz kaldıklarını ifade eden olursa özel görüşme yapılmalıdır.

Öğrenciler sınır ihlaline karşı uygun olmayan tepkiler vereceklerini anlattıkları durumda sert ve olumsuz eleştirilerden kaçınılarak sen 'bu şekilde tepki verirdin, öyle yapması sana hissettirmişti' şeklinde nötr tepkiler vermeye dikkat edilir. Sınıftaki diğer öğrencilerin söz alan öğrenciyi yorumlaması sebebiyle kötü hissettirmemesi için müdahale edilebilir.

ETKİNLİĞİ GELİŞTİREN: Hülya YILDIZ