

SINIR KOYMA YEREL HEDEFİ

1. OTURUM

Kazanımlar

- Sınır koymanın ne anlama geldiğini fark eder.
- Sınırların neden gerekli olduğunu ifade eder.

Materyaller

- Renkli bant (5 ayrı renk)
- Ek-1 Pofuduk ve Görünmez Baloncuk
- A4 Kağıt
- Renkli Kalemler
- Eğlenceli bir müzik

Süre

- 40 dakika

Hazırlayanlar

- Şeyma SÜDÜPAK 15 Temmuz Milli İrade Anaokulu
- Seda AĞAN Zübeyde Hanım Anaokulu
- Vildan ÖZKAL Vilayetler Hizmet Birliği Anaokulu
- Barış GEÇİCİ Tokat Özel Eğitim Anaokulu
- İbrahim ŞENEL Tokat RAM

Uygulayıcıya Ön Hazırlık

Uygulayıcı oturum öncesinde sınıfın uygun alanlarına renkli bantlarla 5 geniş daire çizer. Renkli bant bulunmaması halinde tebeşir, boya vs. kullanılabilir veya 5 ayrı alan belirlenebilir.

Süreç

Uygulayıcı kendisini kısaca tanıtır, süreç hakkında bilgi verir ve aşağıdaki açıklamayı yapar:

“Merhaba çocuklar! Bugün hep birlikte çok özel etkinlikler yapacağız. Bu etkinlikleri yapabilmek için farklı zamanlarda üç defa bir araya geleceğiz. Her buluşmada farklı etkinlikler yapacağız. Birlikte oyunlar oynayacağız, hikâyeler dinleyeceğiz, resimler yapacağız. Bazen güleceğiz, bazen

düşüneceğiz, bazen de birbirimizi daha iyi anlayacağız. Bu çalışmaların amacı, hepimizin kendini daha iyi tanıması ve başkalarıyla güzel ilişkiler kurmayı öğrenmesidir.”

Uygulayıcıya Not: Grup kuralları birlikte belirlenir (söz hakkı için el kaldırma, birbirini dinleme, kimseyle alay etmeme, kimseye zarar vermeme). Kurallar görsel sembollerle (örneğin kulak resmi = dinleme, el resmi = el kaldırma) desteklenebilir.

Ardından uygulayıcı öğrencileri rastgele olarak beş gruba ayırır ve her bir gruba sembolik isimler verir. Sonrasında şu açıklamayı yapar: *“Çocuklar şimdi sizlerle beraber harika bir oyun oynayacağız. Gördüğünüz gibi yerde beş farklı renkte yuvarlaklar var. Acaba bu yuvarlaklarla nasıl oynayacağız!!! Şimdi ben bir müzik açacağım. Müzik çalarken sizlerden dilediğiniz gibi dans etmenizi isteyeceğim. Müzik durduğu anda ise herkes kendi grubuyla bir yuvarlağın içine girecek. Aman dikkat edin o yuvarlağın içinde başka gruptan birileri olmasın :). Hadi gelin bir kez deneyelim, nasıl oynayacağımızı öğrenelim sonra da oynamaya devam edelim.”* der ve oyunun nasıl oynanacağını öğrencilere gösterir. Sonrasında müziği açarak oyunu oynatır. Oyunun yeterince oynanmasının ardından öğrencilerden yerde yarım ay şeklinde oturmalarını ister ve şu açıklamayı yapar:

“Harika oynadınız çocuklar! Müzik durduğunda herkes kendi grubunun yuvarlağına girdi. Fark ettiniz mi? Eğer başkasının yuvarlağına girseydiniz karışıklık olacaktı. İşte bu yuvarlaklar bizim sınırlarımız gibiydi. Nasıl ki her grubun kendi yuvarlağı vardı, hepimizin de kendimize ait bir alanı, sınırı vardır. O sınırlar sayesinde rahat ederiz, güvende hissederiz. Birisi bizim sınırimıza izinsiz girdiğinde, tıpkı yanlış yuvarlağa girmiş gibi olur ve bu bizi rahatsız eder. O yüzden sınırlar çok önemlidir. Sınırlar bize güvenlik sağlar, birbirimize saygı göstermemize yardımcı olur ve arkadaşlarımızla daha iyi anlaşmamızı sağlar.”

Sonrasında öğrencilere aşağıdaki soruları sorarak etkileşimi sürdürür:

- Sizce sınır ne demek olabilir?
- Sizce çocukların nasıl sınırları olabilir?
- Acaba bu sınırlar neden gerekli olabilir?

Uygulayıcı, öğrencilerden gelen cevapları yargılamadan empatik bir şekilde dinler. Sınır ve sınır koymanın önemini ifade eden Ek-1 Pofuduk ve Görünmez Baloncuk hikayesini öğrencilere okur. Ardından aşağıdaki soruları sorar:

- Pofuduk için sınır koymak ne anlama geliyor sizce?
- Sizce herkesin baloncuklarının olması neden önemli olabilir?
- Sizin kendi baloncuklarınızın olması neden önemli?

Uygulayıcı, öğrencilerden gelen cevapları yargılamadan empatik bir şekilde dinler ve sınır koymanın önemini öğrencilere anlatır. Ardından tüm öğrencilerden ellerini sihirli bir kalem gibi hayal etmelerini ister ve kendi etraflarında özel bir baloncuk oluşturmalarını ister. Ardından şu açıklamayı yapar: *“Sevgili çocuklar gördüğüm kadarıyla herkes kendi etrafında bir baloncuk oluşturdu. Bu baloncuklar çok özel, sadece sizin görebildiğiniz gizli baloncuklar. Bu baloncuklara birisinin girebilmesi için mutlaka izin alması gerekir. Aynı zamanda siz de başkasının baloncuğuna girerken mutlaka izin almalısınız ve izin verilmesini sabırla beklemelisiniz. Hadi gelin şimdi de bu baloncuklu halinizi size dağıtacağım kağıtlara çizin. Yani kendinizi özel bir baloncuğun içinde çizmenizi istiyorum. Böylece etrafınızdaki görünmez baloncukları herkese anlatabileceğiniz harika bir resminiz olacak. İsteddiğiniz renkleri kullanabilirsiniz.”*

Uygulayıcıya Not: Öğrencilerin baloncuğu hayal edememesi halinde hulahop veya bir ip yardımıyla öğrencilere baloncuğu nasıl bir alanı ifade ettiği anlatılabilir.

Ardından uygulayıcı, her öğrenciye kağıtlarını ve boyalarını dağıtır. Tüm öğrencilerin tamamlamasının ardından öğrencilerle vedalaşarak oturumu sonlandırır.

Ek-1 Pofuduk ve Görünmez Baloncuk

Ormanın yemyeşil bir köşesinde, bembeyaz tüyleriyle çok sevimli bir tavşan yaşar. Onun adı Pofuduk'tur. Pofuduk günlerini hoplaya zıplaya geçirir, çimenlerin üzerinde yuvarlanır, arkadaşlarıyla oyunlar oynar. Oyun oynamak Pofuduk için her şeyden daha eğlencelidir.

Bir gün Pofuduk çimenlerde koşarken gökyüzünden rengârenk bir kuş uçarak yanına gelir. Bu kuşun adı Pıtırcık'tır. Pıtırcık çok konuşkandır, yeni şeyler öğrenmeye bayılır ve heyecandan sürekli kanat çırpır. Fakat onun bir alışkanlığı vardır: Herkesin yanına çok ama çok yaklaşır.

Pıtırcık, Pofuduk'un kulağının dibine kadar gelir ve "Merhaba Pofuduk! Oyun oynayalım mı?" der. Pofuduk biraz geriye sıçrar. "Merhaba Pıtırcık! Tabii ki oyun oynayalım ama lütfen biraz uzaktan konuş. Çok yaklaştığında kendimi rahat hissetmiyorum." diye cevap verir.

Pıtırcık şaşırır. Çünkü o sadece arkadaşına yakın olmak istemektedir. "Ama ben seni çok seviyorum, hemen yanında olmak istiyorum." der. Bu sırada, ormanın bilgeliğiyle tanınan yaşlı Kaplumbağa yavaş adımlarla yanlarına gelir. Onların konuşmalarını duyar ve gülümseyerek sözleri karıştır: "Çocuklar, herkesin görünmez bir baloncucu vardır. Bu baloncuk onun sınırıdır. Eğer izin vermezse o baloncucunun içine giremezsin. Ama izin verirse baloncuklarınızı paylaşabilirsiniz."

Pıtırcık şaşkınlıkla etrafına bakar. "Benim de mi baloncucum var?" diye sorar. Kaplumbağa başını sallar: "Evet Pıtırcık, senin de var. Hepimizin vardır. Bu baloncuk bizi korur, rahat hissettirir ve arkadaşlarımızla daha iyi anlaşmamızı sağlar."

Pıtırcık bir süre düşünür, sonra Pofuduk'a dönerek sorar: "Pofuduk, baloncucuna girebilir miyim?" Pofuduk gülümser ve başını sallar: "Evet, izin veriyorum."

O günden sonra Pıtırcık, arkadaşlarına yaklaşmadan önce izin almayı öğrenir. Bazen izin alır ve sarılır, bazen de izin verilmediğinde biraz uzaktan durur ama yine de mutlu olur. Çünkü artık anlar ki sınır koymak kötü değildir. Aksine, sınırlar sayesinde herkes kendini daha rahat ve güvende hisseder.

Böylece Pofuduk ve Pıtırcık, ormanın en mutlu arkadaşları olurlar. Çünkü artık biliyorlardır: "Benim baloncucum önemli, senin baloncucun da önemli!"

2. OTURUM

Kazanımlar

- Sınır türlerinin neler olduğunu bilir.
- Hangi durumların sınır ihlali olduğunu fark eder.
- Sınır ihlallerine karşı nasıl tepki vereceğini bilir.

Materyaller

- Öğrenci sayısı kadar A4 kağıdı
- Ek-1 Pıtırıcık Görseli (A3 boyutunda çıkarılmalıdır.)
- Ek-2 Kırmızı Yeşil Kartlar
- Ek-3 Örnek Olaylar
- Renkli Kalemler
- Eğlenceli bir müzik

Süre

- 40 dakika

Uygulayıcıya Ön Hazırlık

Uygulayıcı, sınıfı mevcuda göre sınıfı 4-5 gruba ayırır (her gruba 3-5 kişi olacak şekilde). Ek-1 Pıtırıcık Görselini grup sayısı kadar çıkartır. Ek-2 Kırmızı Yeşil Kartları öğrenci sayısınca çoğaltır. Uygulayıcı bir önceki oturumda yer alan Pofuduk ve Görünmez Baloncuk hikayesini okuyarak bu oturuma hazır gelir.

Süreç

Uygulayıcı, bir önceki haftayı özetleyerek oturumu şu açıklama ile başlatır:

“Merhaba çocuklar! Bugün sizlerle çok özel etkinlikler yapacağız. Bu etkinliklerle beraber sınır türlerini, sınır ihlallerini ve bu ihlallere nasıl tepki vereceğinizi öğreneceğiz. Önce kişisel alanlarımızla ilgili eğlenceli bir oyun oynayarak başlayalım.”

Uygulayıcı her çocuğa birer adet A4 kağıdı dağıtır. Çocuklardan, kağıda kendilerini temsil edecek bir sembol çizmelerini ister. İsim yazabilenlerden isimlerini yazmalarını ister.

Çizimler tamamlandıktan sonra, çocuklar sınıfın ortasına alınır. Uygulayıcı, “Çocuklar elinizde tuttuğunuz kağıtların sizlerin kişisel alanınız olduğunu hayal etmenizi istiyorum. Hadi hep beraber o kağıtları yere ayaklarınızın yanına yerleştirelim. Yerdeki bu kağıtlarla eğlenceli bir oyun oynayacağız. Bu oyun için bir müziğe ve sizin eğlenerek dans etmenize ihtiyacımız var. Müzik benden dans sizden!!! Sizler için bir müzik açacağım, müziği kapattığımda hepinizin kendi kağıdı yani kişisel alanı üzerinde olmasını isteyeceğim. Bakalım neler olacak? Hazırsanız başlayalım!!” der ve müziği açar. Etkinliği başlatır ve yeterince oynandıktan sonra öğrencilere “Hepiniz harika dans ettiniz ve kendi alanınıza dönmeyi çok güzel başardınız, sizi tebrik ediyorum!” der ve bir sonraki aşamaya geçer.

Uygulayıcı, ısınma oyunundan sonra öğrencilerden yarım ay şeklinde oturmalarını ister ve şu açıklamayı yapar: “Evet çocuklar bir önceki görüşmemizde sınırların ne anlama geldiğini ve neden sınırlara ihtiyacımız olduğunu konuşmuştuk. Önceki buluşmamızda sizlere pofuduk ile pıtırıcığın hikayesinden bahsetmiştim (uygulayıcı hikayenin kısa özetlemesini yapar.) Sonra elindeki Ek-1 Pıtırıcık Görselini öğrencilere gösterir ve aşağıdaki soruyu sorar:

- Hatırlarsanız Pıtırıcık bazı konularda sorun yaşıyordu, bunlar nelerdi?

Uygulayıcı, öğrencilerden gelen cevapları eleştirmeden empatik bir şekilde dinler ve devam eder: “Pıtırıcık kişisel sınırları fark etme ve sınırlarını oluşturma noktasında sorun yaşıyordu. Hatta az önce siz de bu sorunlardan biraz bahsettiniz. O zaman haydi gelin Pıtırıcığa sizlerle beraber yardım edelim. Ona kişisel sınırlar oluşturmada rehberlik edelim. Bunu yapabilmek için sizleri beş gruba ayıracağım. Her gruba Pıtırıcığın görselini vereceğim ve Pıtırıcığın etrafındaki çizgiyi yani sınırını dilediğiniz gibi süslemenizi isteyeceğim.”

Uygulayıcı, öğrencileri gruplara ayırır ve Ek-1 Pıtırıcık Görselini her gruba verir ve şu açıklamayı yapar: “Sevgili çocuklar, önünüzdeki resimde Pıtırıcığın etrafındaki yuvarlak onun sınırlarını gösteriyor. Ama fark ettiyseniz bu sınırlar biraz tırtıklı yani tam da belli değil. Sizden ricam öncelikle bu tırtıklı sınırları tamamlamanız sonrasında da o sınırların üstüne Pıtırıcığın sınırlarını güçlendirecek şekiller çizerek süslemeniz.” Grupların çizimlerini tamamlamalarının ardından uygulayıcı aşağıdaki soruları sorarak etkileşimi sürdürür:

- Çocuklar sizce sınırlara neden ihtiyacımız vardır?
- Sınırlar olmazsa neler olurdu?
- Sınırlar bizi nelerden koruyor olabilir?

Uygulayıcı öğrencilerin cevaplarını eleştirmeden empatik bir şekilde alır ve şu açıklamayı yapar: *“Çocuklar sınırlar bizim kendimizi korumamızı ve güvende olmamızı sağlar. Hepimizin bazı sınırları vardır ve bu sınırları başkalarına söyleyerek kendimizi koruyabiliriz. Peki nedir bu sınırlar? İlk sınırimiz bizim bedenimizle ilgili olan sınırlardır. Bedenimiz bizim özel alanımızdır ve başkaları bizim iznimiz olmadan asla bedenimize dokunamazlar. Örneğin, bir arkadaşınız size sarılmak istiyor ama siz istemiyorsanız. Sarılmak istemediğinizi söyleyebilirsiniz. Bunda bir sorun yok.*

Çocuklar, bir sınırimiz da duygularımızla ilgilidir. Duygusal sınır demek, bizi mutlu eden ya da etmeyen şeyleri söyleyebilmek demektir. Hepimiz farklı şeylerden hoşlanabiliriz. Mesela, bir arkadaşınız top oynamayı çok sevebilir ama siz top oynamak istemeyebilirsiniz. Eğer arkadaşınız sizi top oynamaya zorlarsa, sizin duygularınızı önemsememiş olur. Ama siz ‘Ben top oynamak istemiyorum, başka bir oyun oynayalım.’ dersiniz, kendi duygunuzu söylemiş ve sınırınızı korumuş olursunuz. Böylece hem siz rahat edersiniz hem de arkadaşınız sizi daha iyi anlar.

Evet son olarak bir de zaman sınırı var. Zaman sınırı bizim günümüzün daha verimli ve düzenli geçmesini sağlar. Mesela sınıf içerisinde bazı şeylerin ne zaman yapılacağı bellidir, değil mi çocuklar? Okula geliş saatimiz, yemek yeme saatimiz, oyun oynama saatimiz hep bellidir. Bunların belli olması bizi daha güvende ve mutlu hissettir. Bunu şöyle düşünebilirsiniz; herkes istediği saatte yemek yeseydi yemekhanede karışıklık olabilirdi, her sınıf istediği saatte oyun alanına çıkmak isteseydi oynayacak alan kalmayabilirdi, herkes farklı zamanda okula gelseydi birlikte yeterince zaman geçirememiş olurduk. Bu yüzden zaman sınırları hayatımızda çok önemli yere sahiptir ve o sınırlara uymak hepimiz için çok önemlidir.

Tüm bu sınırlar zaman zaman önemsenmeyebilir yani ihlal edilebilir. Sınırlarımız ihlal edildiğinde kendimizi çoğunlukla kötü hissederiz. Sınırlarımız ihlal edildiğinde ne yapabiliriz hadi bakalım. Bunları birkaç örnek üzerinden konuşalım. Ama bu örnekleri konuşmadan önce sizlere yeşil ve kırmızı kartlar vereceğim. Böylece örnekleri daha iyi değerlendirebileceğiz.” der ve her öğrenciye Ek-2 Kırmızı ve Yeşil Kartları dağıtır. Kartların dağıtımının ardından, *“Sizlere anlatacağım örnek olaylarda sınırların ihlal edildiğini düşünürseniz kırmızı kağıdı kaldırmanızı, sınır ihlali olmadığını düşünürseniz yeşil kartı kaldırmanızı istiyorum. Hadi başlayalım!”* der ve Ek-3 Örnek Olayları okur. Uygulayıcı, her sınır ihlali olan örnek olaydan sonra aşağıdaki soruları sorar.

- Bu durum neden bir sınır ihlali olabilir?

- Peki böyle bir durumda kendinizi nasıl koruyabilirsiniz?

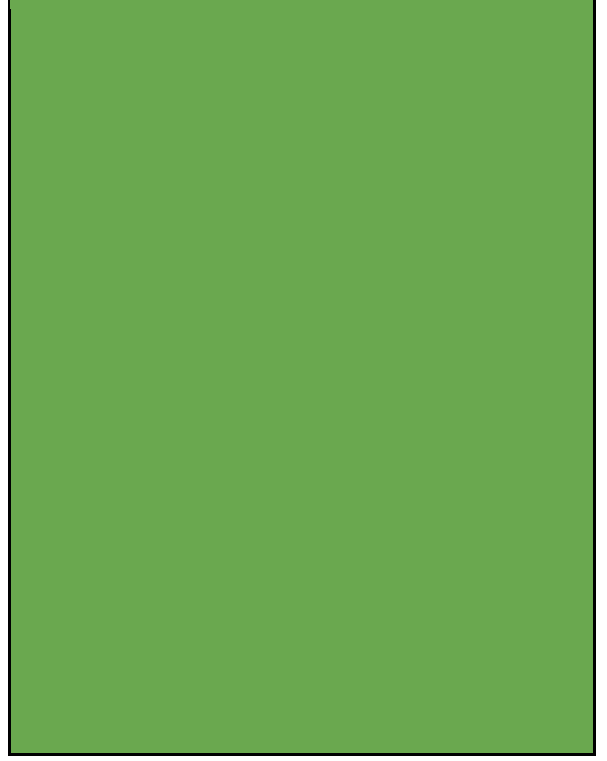
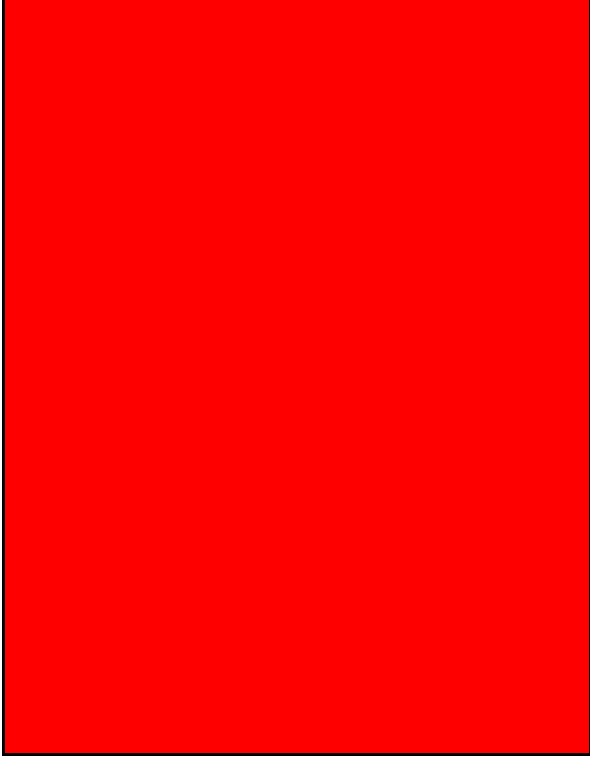
Uygulayıcı, öğrencilerden gelen cevapları eleştirmeden alır ve tüm olayları okuduktan sonra öğrencilere teşekkür ederek son aşamaya geçer.

Uygulayıcı oturum boyunca anlatılan sınır türlerinin ne olduğunu, nasıl ihlal edildiğini ve sınır ihlali olduğu zaman nasıl davranmamız gerektiğini özetleyen şu açıklamayı yapar: *“Bugün birlikte sınırlarımızı öğrendik. Fiziksel sınırlarımız, duygusal sınırlarımız ve zamanla ilgili sınırlarımız olduğunu gördük. Bazen bu sınırlar ihlal edilebilir, o zaman biz ‘hayır’ diyebiliriz, kendimizi koruyabiliriz. Bir sonraki buluşmamızda nasıl hayır diyebileceğinizi daha iyi öğreneceğiz. Unutmayın hem kendi sınırimıza dikkat etmeliyiz hem de diğer insanların sınırına saygı göstermeliyiz.”* Ardından oturumu sonlandır.

Ek-1: Pıtırıcık Görseli



Ek-2 Kırmızı-Yeşil Kartlar



Ek-3 Örnek Olaylar

ÖRNEK OLAYLAR	VERİLEBİLECEK ALTERNATİF CEVAPLAR
Ahmet bugün üzgün bir şekilde sınıfa geldi. Arkadaşı onun bu durumunu görüp teselli etmek için sarıldı. Fakat Ahmet o an kimsenin ona sarılmasını istemiyordu.	• Şu an üzgün olduğum için sana sarılmak istemiyorum. • Şu an yalnız kalmak istiyorum, sarılmak istemiyorum.
Elif sınıfta boyama yaparken arkadaşı etkinlik kağıdını ondan izinsiz bir şekilde aldı ve karalamaya başladı.	• Etkinlik kağıdına ben izin vermeden dokunamazsın. • Bu kağıdı ben boyuyordum, karalama yapmanı istemiyorum.
Zeynep serbest oyun saatinde oyuncak bebeğiyle mutlu bir şekilde oynuyordu. Arkadaşı Asel yanına gelerek, ‘Zeynep, biraz da oyuncak bebeğinle ben oynayabilir miyim?’ diye sordu. Zeynep de gülümseyerek ‘Tamam.’ dedi ve oyuncağını Asel’e verdi.	
İnci okulun ilk günü çok sevdiği, beğenerek seçtiği çantasını takmıştı. Bir arkadaşı ona, ‘Bu çanta da çok çirkinmiş!’ dedi.	• Bu benim çantam, ben çok beğeniyorum. • Bu sözlerin beni çok üzdü.
Yiğit arkadaşı Bilal’e hadi birlikte top oynayalım dedi. Bilal o gün top oynamak istemediğini söyledi. Fakat Yiğit ‘Birlikte oynayamazsak artık seninle arkadaş olmam.’	• Ben bugün top oynamak istemiyorum. • İkimizin de istediği başka bir oyun oynayabiliriz.

dedi.	• Arkadaş olmamız için aynı oyunu oynamamız gerekmez.
Büşra uzun süredir çizgi film izliyordu. Annesi ona, ‘Artık çizgi film saati bitti, şimdi uyku zamanı.’ dedi, fakat Büşra annesini dinlemedi ve çizgi film izlemeye devam etti. Erken uyumadığı için sabah uyanamadı ve okula geç kaldı.	• Sanırım annem çizgi film zamanı bitti dediğinde onu dinlemeliydim. • Okula geç kalmamak için uyku vaktine uymalıyım.
Ayşe o gün saçlarını farklı şekilde örüp gelmişti. En yakın arkadaşı Buse, Ayşe’yi görünce “Ayşe bugün saçların ne kadar güzel olmuş.” dedi.	
Ali her sabah en sevdiği oyuncakıyla oynamayı çok seviyordu. Fakat babası yanına gelip, ‘Hadi, şimdi okula gidiyoruz.’ dediğinde Ali hemen oyuncakını bıraktı ve okul için hazırlandı.	

3. OTURUM

Kazanımlar

- Hayır deme becerisi geliştirir

Materyaller

- Ek-1 Balon Görseli
- Ek-2 Senaryo Kartları
- Ek-3 Hayır Deme Afişi Örnek Çizimleri
- 2 Fon Kartonu
- Renkli Kalemler

Süre

- 40 dakika

Uygulayıcıya Ön Hazırlık

Uygulayıcı, oturum öncesinde Ek-1 Balon Görselini öğrenci sayısınca çoğaltır. Fon kartonu sınıf ihtiyacına göre artırılır.

Süreç

Uygulayıcı bir önceki oturumu özetleyerek süreç hakkında bilgi verir ve aşağıdaki açıklamayı yapar:

“Merhaba çocuklar! Bir önceki görüşmemizde sınır türlerinin neler olduğunu ve sınırlarımızın ihlal edildiği durumlarda neler yapacağımızı öğrenmiştik. Bugünkü çalışmamızda ise hangi durumlarda hayır dememiz gerektiğini öğreneceğiz.”

Uygulayıcı öğrencilere “Evet-Hayır” adlı oyun oynanacağını söyler ve aşağıdaki açıklamayı yapar:

“Çocuklar şimdi sizlerle eğlenceli bir oyun oynayacağız. Sandalyelerinizi alarak yarım ay şeklinde oturmanızı istiyorum. Sizlere EVET dediğimde oturmanızı, HAYIR dediğimde ayağa kalkıp zıplamanızı istiyorum. Hazırsanız başlayalım mı?” Oyunun yeterince oynanmasının ardından uygulayıcı, öğrencilerden sandalyelerini alıp masaya geçmelerini ister ve sonraki aşamaya geçer.

Ardından uygulayıcı, öğrencilere Ek-1 Balon Görsellerini dağıtır ve şu açıklamayı yapar: “Bu balon sizin özel koruyucu balonunuz. Balon, sizin sınırlarınızı hatırlatır ve sizi güçlü kılar. Tıpkı bir kalkan gibi sizi korur. Eğer istemediğiniz bir şey olursa, bu balonu kaldırarak ‘Hayır!’ diyebilirsiniz. Şimdi sizlerden elinizdeki balonları istediğiniz gibi süslemenizi bekliyorum. İsterseniz boyayın isterseniz içine çizimler yapın, isterseniz renkli çıkartmalar kullanın. Bu balonlar size ait istediğiniz gibi güçlendirin onları!!” der ve öğrencilerin balonlarını süslemesi için yeterince süre tanır. Balonların tamamlanmasının ardından uygulayıcı, “Sevgili çocuklar görüyorum ki, balonlarınızı tamamladınız. Bu balonlar sizi zaman zaman ‘hayır’ demekte zorlandığınızda koruyacak güçlü kalkanlar olacak. Hadi hep birlikte kocaman bir “HAYIIIIRRRRR!!!!” diyelim ve balonlarımızı havaya kaldıralım.” der ve tüm öğrencilerin balonlarını havaya kaldırarak ‘HAYIR’ diyerek bağırmasını destekler.

Uygulayıcı “Hayır demek aslında kendimizi korumaktır. Bir şeyi istemediğimizde ya da bize uygun olmadığında rahatça ‘hayır’ diyebiliriz. Hayır demek kaba olmak değildir, tam tersine kendimizi korumak demektir. Hepimizin seçim yapma hakkı vardır. Aynı zamanda arkadaşlarımız bize ‘hayır’ dediğinde onların sınırına saygı duymak da önemlidir. Böylece hem kendimizi korumuş oluruz hem de birbirimize değer vermeyi öğreniriz. Şimdi sizlere bazı olaylar okuyacağım. Sizlerden bu olayların ardından EVET veya HAYIR demenizi isteyeceğim. Ama bunu özel bir yolla yapmanızı isteyeceğim. Eğer cevabınız EVET ise hareketsiz bir şekilde oturmanızı istiyorum eğer cevabınız HAYIR ise balonlarınızı havaya kaldırarak cevap vermenizi istiyorum. Hadi bir deneme yapalım.” der ve örnek bir soru ile kendisi etkinliğin nasıl yapılacağını öğrencilere gösterir.

Ardından uygulayıcı Ek-2 Senaryo Kartları’nı sırayla okur. Her bir sorunun ardından öğrencilerden cevap vermesini bekler. Tüm sorular bittikten sonra şu açıklamayı yapar: “Çok güzel cevaplar verdiniz çocuklar! Fark ettiniz mi, bazı sorulara ‘evet’ dediniz, bazılarına ise ‘hayır’ dediniz. Bu çok normal çünkü bazen gerçekten yapmak istediğimiz şeyler olur ve ‘evet’ deriz, bazen de istemediğimiz şeyler olur ve ‘hayır’ demek gerekir. Önemli olan, ne zaman ‘evet’, ne zaman ‘hayır’ diyeceğimizi bilmek ve bunu rahatça söyleyebilmektir. ‘Hayır’ demek kaba olmak değildir, sadece kendi sınırlarımızı korumaktır. Arkadaşlarımız bize ‘hayır’ dediğinde de onların sınırına saygı duymamız gerekir. Israrcı olmamak gerekir. İşte bu yüzden hem evet demek hem de hayır demek değerlidir; önemli olan içimizden gelen doğru cevabı vermektir.” Sonrasında grup etkileşimini sürdürmek amacıyla aşağıdaki soruları öğrencilere sorar:

- Sizce ‘Hayır Demek’ neden önemli olabilir?

- Hayır diyemediğiniz zaman başka ne yapabilirsiniz?

Uygulayıcı, öğrencilerden gelen cevapları eleştirmeden empatik şekilde alır ve şu açıklamayı yapar: *“Bazen hayır diyemediğimizde kendimizi korumanın başka yolları vardır. Mesela... Arkanı dönüp uzaklaşabilirsin. Ellerini öne uzatıp dur işareti yapabilirsin. Başını iki yana sallayabilirsin. Sessiz kalmak yerine bir yetişkinden yardım isteyebilirsin.”* der ve

“Hadi şimdi bu söylediklerimi hep beraber yapalım. Ben 3’ e kadar saydığında söylediklerimi yapabilirsiniz.

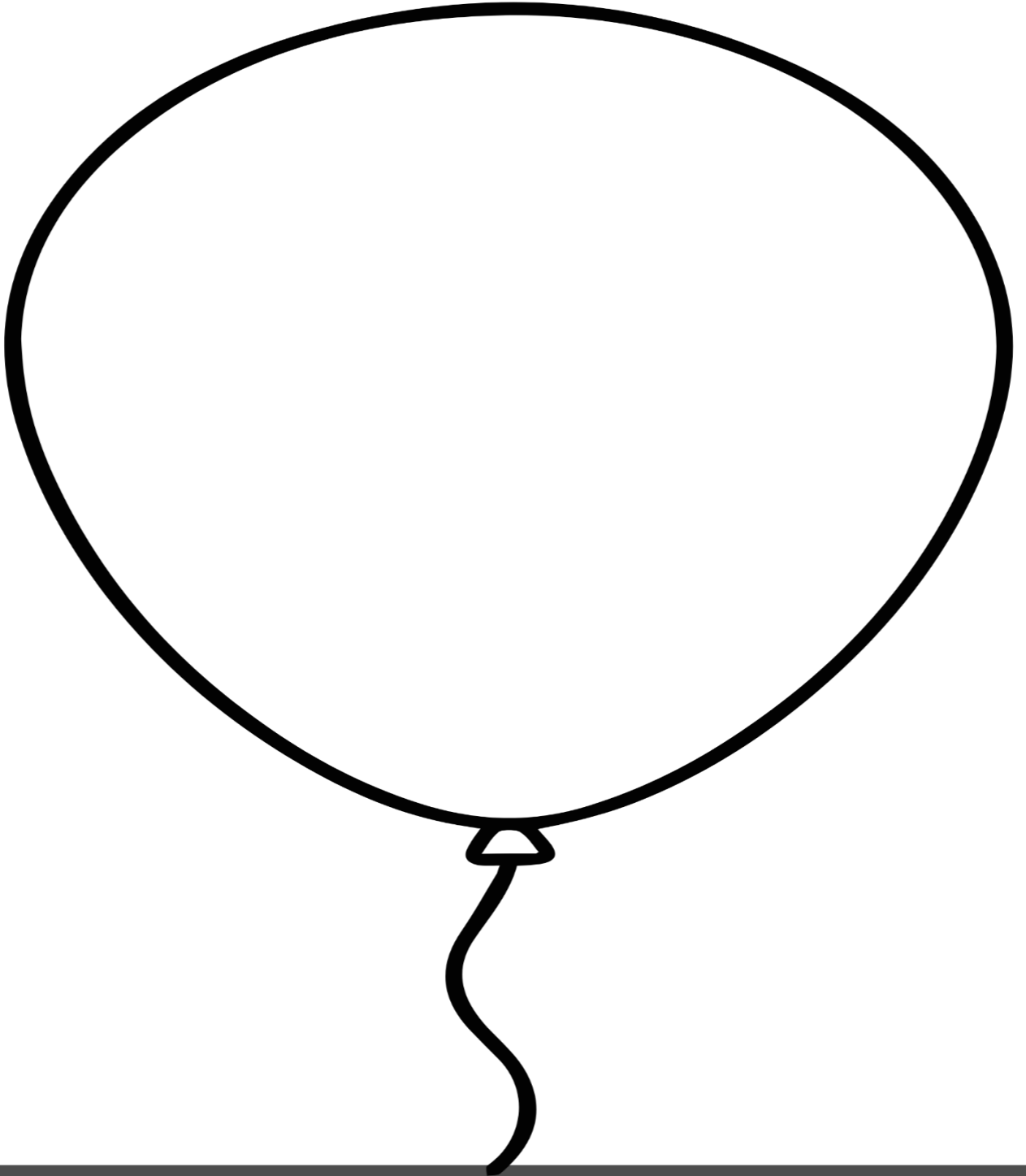
Hadi hep beraber arkamızı dönelim.. 1.. 2.. 3..

Ellerimizi öne doğru uzatıp dur işareti yapalım.. 1.. 2.. 3..

Hadi hep beraber başımızı sallayalım.. 1.. 2.. 3..” sonrasında uygulayıcı *“Hepiniz çok güzel yaptınız bu hareketleri, aferin size.”* der ve öğrenilenlerin pekiştirilmesi için gönüllü öğrencilerden seçilerek senaryo kartları tekrar okunur ve bu senaryoya öğretilen yöntemlerden istediğini kullanarak tepki vermesi beklenir. Ardından son aşamaya geçer.

Uygulayıcı iki büyük fon kartonunu yere koyar ve öğrencilerden fon kartonunun etrafında oturmalarını ister. *“Sevgili çocuklar şimdi sizlere boya kalemleri dağıtacağım ve sizlerden ‘Hayır Deme Afişi’ oluşturmanızı isteyeceğim. Bu afişe hayır demek için içinizden gelen her şeyi çizebilirsiniz, yapıştırabilirsiniz, boyayabilirsiniz. Sonrasında bu afişi okulumuzun koridoruna asacağız ve ‘Hayır Demenin’ ne kadar önemli olduğunu okulumuzdaki diğer arkadaşlarınıza göstereceğiz.”* der ve afişin yapılması için öğrencileri destekler. Uygulayıcı, öğrencilerin çizim yaparken zorlanması halinde Ek-3 Hayır Deme Afişi Örnek Çizimlerinden yararlanır. Sonrasında tüm öğrencilere teşekkür ederek oturumu sonlandırır.

Hayır Deme Balonum



Ek-2 Senaryo Kartları

Arkadaşın oyuncasını izinsiz almak istiyor ona ne dersin?

Baban sana sarılmak istiyor ona ne dersin?

**Arkadaşın
senin sıranı almak istiyor,
önüne geçmek istiyor
ona ne dersin?**

**Annen
sana kitap okumak istiyor
ona ne dersin?**

Hiç gökkuşağı gördün mü?

**Birisi yere çöp atıyor
ona ne dersin?**

**Birisi seni izinsiz öpmek istiyor
ona ne dersin?**

**Arkadaşın çok sevdiğin
bir kurabiyeyi seninle
paylaşmak istiyor, ona ne
dersin?**

**Arkadaşın
kendi görevini
senin yapmanı istiyor
ona ne dersin?**

**Tanımadığın birisi
seni parka
götürmek istiyor
ona ne dersin?**

**Doktora gittiğinde
fazla çikolata yemenin
seni hasta edeceğini öğrendin.
Zaten çikolata yediğin bir gün
teyzen sana bir çikolata daha ikram
etti.
Ona ne dersin?**

**Sınıfta bir arkadaşın
başka bir arkadaşınla alay ediyor
sana da dedi ki “Haydi gel birlikte
onu kızdıralım.”
Ona ne dersin?**

**Hiç sokak kedisine
mama verdin mi?**

**Çok sevdiğin bir arkadaşın
seni evine davet ediyor,
annen de izin verdi
ona ne dersin?**

**Sevdiğin bir arkadaşınla
(annen eşliğinde) parkta
 oynamak için sözleştin. O
sırada başka bir arkadaşın
seni evine oynamaya davet
ediyor. Ona ne dersin?**

**Hiç yakından sincap
gördün mü?**

Hayır Deme Afişı

