



TEKİRDAĞ  
İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ

# AİLE ETKİLEŞİM ATÖLYELERİ

2022



## **SINIRLARIMI GÖRÜYOR MUSUN?**

**Adı:** Sınırlarımı Görüyor Musun?

**Süre:** 50-60 Dakika

**Hedef Kitle:** Genel

**Katılımcı Sayısı:** 14-16 kişi

**Amaç:** Sınır nedir ve Kişisel sınırlarımızın nerede başlar? Kişisel sınırlar iyi mi kötü mü? gibi sorular üzerinden nereye kadar izin verilebilir, bunun fark edilmesi ve kavranması amaçlanmaktadır.

### **Etkinlikler:**

- Tanışma-ısınma etkinliği
- Slayt (Sınırlarıma Saygı Duymalısın)
- Sınırlarımı Görüyor musun?

### **Gerekli materyaller:**

- Not Kâğıtları
- Kalem
- Tahta
- Tebeşir
- Slayt

### **Uygulanma süreci hakkında bilgi:**

**Etkinlik 1 - Tanışma-ısınma etkinliği**

**Süre:** 5-10 DK.

Katılımcılar karışık bir şekilde ayakta durular. Daha sonra uygulayıcı yönerge vererek katılımcıların etkinliğe başlamasını sağlar. Uygulayıcı: "bu etkinliğimizi yaparken lütfen birbirimize değmeden ve dokunmadan

yürümeye özen gösterelim. Şimdi yavaş yavaş dolaşmaya başlayalım, yavaş adımlarla dolaşalım ve bir birimize başımızla selam verelim, bir birimize değmemeye özen gösterelim, şimdi adımlarımızı biraz hızlandırmaya başlayalım-hızlı adımlarla yürüelim ve birbirimize dokunmadan "merhaba" diyerek selam verelim, şimdi adımlarımız küçülterek Japonlar gibi minik adımlarla yürüelim ve tokalaşıp ismimizi söyleyerek tanışalım "benim adım ..... senin adın ne benim adım....." diyerek birbirimizle tanışalım.

## **Etkinlik 2-** Slayt (Sınırlarıma Saygı Duymalısın)

**Süre:** 15-20 Dakika

**Kullanılacak Materyal:** Slayt

Uygulayıcı tarafından katılımcılara "Sınırlarıma Saygı Duymalısın" ile ilgili sunum yapılır. Bu sunumda her bireyin kişisel alanı ve sınırları olduğu, kişisel sınırların neden önemli olduğu, hayır diyebilme, iyi dokunma kötü dokunma, bedenimizdeki özel bölgeler, kendini iyi hissettirmeyen bakış/duruş/dokunuş ve sözlerden korumak için bilmesi gereken temel bilgiler verilir. Sunum sonunda katılımcılara Ebeveynlere Yönelik "Kişisel Sınırları Korumak ve Çocuk İstismarı Hakkında Çocuklara Öğretilmesi Gerekenler" Rehberi dağıtılır.

## **Etkinlik 3-** Sınırlarımı Görüyor musun?

**Süre:** 15-20 Dakika

**Kullanılacak Materyal:** Tebeşir, not kâğıtları, tahta, kalem

Uygulayıcı grubun ortasına yere tebeşir ile bir daire çizer ve etkinliği anlatır. "Bana iki gönüllü katılımcı gerekli. Bu gönüllü katılımcılardan birisi tebeşir ile çizmiş olduğum bu dairenin içine girecek. Bu daire onun kişisel alanıdır. Bu dairenin içinde kişisel eşyaları da olacak. Diğer katılımcı izin almadan bu dairenin içine girmeye çalışacak ve dairenin içindeki diğer katılımcıya ait eşyaları izinsiz almaya çalışacak. Daire içindeki katılımcı özel eşyalarını ve sınırlarını korumaya çalışacak" der

ve etkinliği başlatır. Daha sonra iki gönüllü katılımcı yer değiştirir. Etkinlik farklı gönüllü katılımcılarla devam eder. Etkinlik sonunda uygulayıcı katılımcılara not kâğıdı ve kalem verir "şimdi sınırın içinde olmak nasıl hissettirdi, sınırın dışında olmak nasıl hissettirdi, sınırlarınızı korumak nasıl hissettirdi" diyerek katılımcıların duygularını yazmalarını ister. Uygulayıcı katılımcılara duygularını paylaşmak isteyip istemediklerinin sorar. Duygularını paylaşmak isteyen katılımcıların kâğıtlarını tahtaya asar ve grup içinde okuyarak paylaşır.

#### **Etkinlik 4-** Video (Kişisel sınırlarımız)

**Süre:** 10-15 Dakika

**Kullanılacak Materyal:** Video

Uygulayıcı tarafından katılımcılara "Kişisel Alan ve Sınırlarım" ile ilgili video yapılır. Bu videoda; çocuklara gerekli durumlarda "hayır" diyebilme, mahremiyet eğitimi, kişisel sınırlarını nasıl koruyabilecekleri konusunda bilgi veriliyor. Ayrıca videoda "tehlike ve güven" kavramlarından ve sonrasında vücudumuzda ki tehlikeli bölgelerden bahsediliyor.

Uygulayıcı "çocukların kendi sınırlarını öğrenmeleri ve kendilerini ifade edebilmeleri, başkalarının sınırlarını görebilmeleri ve ihlal etmemeleri için doğdukları günden itibaren sınırlarına saygı göstermek onların kişisel alanlarını ihlal etmemekten geçer. Diğer insanların sınırlarını görmeyen çocuklar kendi sınırlarını bilmeyen ve sınırları ihlal edilen çocuklar arasında çıkmaktadır. Sınır eğitimi çocuğa "doğru zamanda doğru davranış" ile verilir. Etkili ve doğru olan yöntem; başkasının eşyalarını izinsiz kullanmama, tuvalet, banyo, soyunma odası, yatak odası gibi özel alanlara kapıya vurmada n girmeme, kendi yatağında uyuma, başkalarının yalnız kalma ihtiyacına saygı duyma, onay almak ya da başka birini onaylamak için ısrarcı olmama, başkalarının "hayır"larını duyma ve dikkate alma gibi konular üzerine çocukla konuşmalar yapmak ve bu konularda onlara örnek olmaktan geçer" diyerek etkinliği sonlandırır.