**İLKOKUL BAĞIMLILIK ÖNLEME “DOĞRU SEÇİMLER, GÜÇLÜ YARINLAR” PROJESİ ETKİNLİKLERİ**

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 1** |
| **Amaç: Zarar ve Zararlı Kavramlarını İrdelemek** |
| **Uygulama:** * Öğretmen sınıfa kukla ile girer ve aşağıdaki metni çocuklara okur.
* Öğretmen kuklayı eline alır. Çocuklar sizi RamRam ile tanıştırayım, bakalım RamRam bize ne anlatacak der ve sözü RamRam’ a verir. (RamRam’ın ağzından öğretmen konuşur.)
* ***“Arkadaşlar benim bir derdim var. Kardeşim RamCan’la oyun oynamayı çok seviyorum. Ben dokuz yaşındayım, kardeşim RamCan ise altı yaşında. RamCan oyun onarken olmadık şeyler yapıyor, prizlere parmağını sokmaya çalışıyor, ilaçları ağzına atıyor. Ona bunlar zararlı, sana zarar verir diyorum, ama anlamıyor. Acaba ben mi anlatamıyorum diye çok düşünüyorum ve işin içinden çıkamıyorum. RamCan’ a bunu nasıl anlatabilirim? Bana yardım eder misiniz?”***
* Öğretmen “Haydi, RamRam’a yardım edelim” der.” RamCan neyi anlamıyormuş? Neden?” diye sorar, gelen cevapları dinler ve sonra kısa bir özet yapar. RamCan “zararlı” ve “zarar” kavramlarını anlamıyormuş. Hadi biz bu konuda biraz düşünelim” der.
* Öğretmen tahtaya ***“ZARARLI”*** yazar ve çocuklara aşağıdaki soruları sorar.
* Zararlı ne demek? Yanıtları dinler.
* Neler zararlıdır? Neden? ( Buradan gelen yanıtları tahtaya yazar. Gelen yanıtlar ilaçlar, prizler yüksekten atlama, ateşle oynama vb.)
* Öğretmen prizler gerçekten zararlı mıdır? Hiç prizin olmadığı bir ev nasıl olur? Gelen yanıtları dinler. “Burada zararlı olan prizler midir yoksa onu kullanma şekli midir?” (Soruşturma kişinin tercih ve iradesinin gücüne vurgu yapacak şekilde ilerletilir.)
* Zarar ne demek?
* Hiç zarar gördünüz mü?
* Sadece biz mi zarar görürüz? Başka neler, kimler zarar görür? Nasıl zarar görür? Neden zarar görür? (Sorularının cevaplarını yorumsuz dinler sadece derinleştirmek için sorular sorar.)
* RamRam kardeşine ***ZARARLI ve ZARARI*** nasıl anlatsın? Bununla ilgili önerilerinizi RamRam’a mektup olarak yazar mısınız der ve gönüllü çocuklara mektubunu okutur.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Çalışmanın amacı çocukların zararlı olan şeyleri tekrar düşünüp zarar ve zararlı olma durumunun bizim davranışlarımız ve tutumlarımızla ilgili olduğu konusunda soruşturma sırasında düşünmelerini sağlamaktır. Bireyin etkilenen bir varlık olmanın ötesinde direk irade sahibi seçim yapabilen ve seçimlerinin sonucunu yaşayan özgür bir birey olduğunu vurgulamak, bireysel sorumlulukların altını çizmektir. |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 2** |
| **Amaç: Soyut Olan Zarar Ve Zararlı Şeylerin İrdelenmesi.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen tahtaya “ZARARLI” ve “ ZARAR” yazar ve çocuklar bundan önceki oturumumuzda bu kavramları konuşmuştuk. Neler hatırlıyorsunuz? diye sorar. Gelen cevaplardan sonra bir önceki oturumu kısaca özetler.
* Öğretmen; “Bakalım RamRam kardeşiyle olan problemini çözebilmiş mi? Ona bir soralım.” der. RamRam’ı çantasından çıkartır.
* Öğretmen: “RamRam kardeşinle olan sorunları çözebildin mi? RamCan hala prizleri zararlı bir şekilde mi kullanıyor?

- RamRam: Benim hayatımı çok kolaylaştırdınız. Arkadaşlarımın bana yazdıkları mektuplar sayesinde kardeşime zararın ve zararlının ne olduğunu anlatabildim. Artık etrafındaki şeyleri zararlı bir şekilde kullanmıyor, zarar da görmüyor. Ancak benim zorlandığım bir şey var, bana yardım eder misiniz?* Öğretmen: Söyle bakalım arkadaşların belki sana yardımcı olabilir.

-RamRam: Neler zararlı? Zararlı olan çok şey mi var? Ben nelerin benim için zararlı olduğunu tam olarak bilmiyorum. Bu konuda yardım ederseniz sevinirim.- Öğretmen: Çocuklar geçen hafta zarar ve zararlı kavramlarını konuşmuştuk. Haydi bakalım şimdi RamRam’a yardım edelim. Bizler için neler zararlı olabilir? Bu konuda düşünelim. Öğretmen;* Çocukları sıra arkadaşı ile eşleştirir. Kendileri için zararlı olan şeylerin listesini yapmalarını ister. Daha sonra grupların cevaplarını alır ve tahtaya yazar, ortak yanıtları bir kez yazar. Öğretmen en sonunda sınıfın onayını alarak ekleme yapabilir.
* Ortak listedeki yanıtları ikili gruplara paylaştırır bu bize nasıl zarar verir? Zarar görmemek için ne yapabiliriz? Cevapları dinler bununla ilgili slogan üretmelerini ister.
* Cevapları dinler. Cevapları sınıfta sergiler.
 |
| * Öğretmen: Bu çalışma sorularına yanıt oldu mu RamRam?
* RamRam: Arkadaşlarım benim hiç aklıma gelmeyen şeyleri söylediler. Onlara çok teşekkür ederim. Artık kendimi daha iyi koruyabilirim.
* Öğretmen: Biz sana teşekkür ederiz RamRam. Senin soruların sayesinde bu önemli konu üzerinde düşünmüş olduk.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Küfür etmek, ders çalışmamak, şiddet uygulamak, çok fazla bilgisayarda vakit geçirmek, geç yatmak, temizliğine dikkat etmemek, çevreyi korumamak, çok fazla abur cubur yemek, nazik davranmamak, eşyalarını korumamak vb yanıtlar öğretmen tarafından eklenir. |

**Etkinlik No: 3**

|  |
| --- |
| **Amaç: Çocukların Güçlü Yönlerini Fark Etmelerini Sağlamak.**  |
| **Uygulama:** |
| * Öğretmen RamRam’ la birlikte sınıfa girer, 2. oturumda yapılanları özetler.
* Öğretmen, RamRam’ a “Senin söylemek istediğin herhangi bir şey var mı?” diye sorar.
* RamRam: *Arkadaşlar bana çok yardımcı oldunuz. Hepinize çok teşekkür ederim. Sizlerle bir şey paylaşmak istiyorum. Benim bir arkadaşım var adı RamCin. Herkes RamCin'e akıl danışır, neyi nasıl yapması gerektiğini ona sorar, ona saygı duyar. Birgün RamCin’e “herkes neden senden akıl soruyor? Sen neden doğruyu yanlışı daha kolay ayırt ediyorsun? Biz edemiyoruz?” diye sordum. RamCin bana bir yanıt verdi. Dedi ki, ben de sizler gibiyim, tek yaptığım duruyorum, düşünüyor sonra hareket ediyorum. Anlamadığım ve size sormak istediğim şey durup düşünmek ne işe yarıyor? Nasıl oluyor da bizi koruyabiliyor? Bana açıklayabilir misiniz?*
* Öğretmen RamRAm’ a teşekkür eder.
* Öğretmen: Bugün benim de konuşmak istediğim konu tam da buydu. Bazı kişiler kendilerine zarar veren şeylerden kendilerini koruyabilirken, bazıları kendilerini korumakta zorlanırlar. RamCin bunun yanıtını kısaca vermiş. Evet çocuklar durup düşünmek bize ne sağlar? Neden? ( Burada çocukların güçlü yönlerini bulmalarını sağlamak önemlidir. Amaç tamamen kendi üzerine düşündürtmektir).
* Yanıtlar dinlenir, gerektiğinde çocuktan yanıtını sorularla derinleştirmesi istenir. Öğretmen tarafından sınıfın da görüşü alınarak yanıtlar kavramlaştırılıp tahtaya listelenir (Hayır diyebilme, fevri davranışları engelleme, sakinleşme için zaman yaratma, sonuçlarını düşünme, problem çözme becerilerinin gelişmesini sağlar, stresi yönetme becerisini geliştirir, iletişim becerilerinin gelişmesini sağlar, vb).
* Öğretmen: “Bu söyledikleriniz bizim güçlü yanlarımız. İnsan olarak bizler çok güçlü varlıklarız. Tahtaya yazdıklarımızın dışında sizlerin güçlü yanları neler? Düşünün, onları da ekleyelim. İlk örneği kendinden verir. Örneğin benim güçlü yanlarımdan biri doğa yürüyüşü yapmak. Ben yürüyüş yaptığımda tüm stresimi atıyorum, vücudum için de sağlıklı, çok keyifli” der.
* Çocukların yanıtlarını alır, tahtaya ekler.
 |
| * Çocuklara tahtada listelenen becerilerin her birine “Sizde bu özellikler ne kadar var?” 1 ile 3 arası not vermelerini ister.
* Gönüllü çocuklardan değerlendirmelerini alır.
* Öğretmen: Bu söylediklerinizin hepsi düşünme becerimizle ilgili. İnsanın en güçlü yanı düşünme becerisi. O halde bizi koruyacak en önemli özellik “durup düşünmek” olabilir mi? sorusu sınıfa sorulur ve yanıtlar alınır. ***“DUR VE DÜŞÜN”*** diye tahtaya yazar.
* Sınıftan bununla ilgili slogan üretmeleri ya da resim yapmaları istenir. Ürünler sınıfta sergilenir.
 |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 4** |
| **Amaç: Hayır Demenin Koruyuculuğunu Ve Bireysel Sınırlarla İlgili Olduğunu Fark Eder.** |
|  **Uygulama:*** Öğretmen RamRam’ la sınıfa gelir. 3. oturumda yapılanları özetler.
* Öğretmen “RamRam’la son kez birlikte oluyoruz. RamRam bizimle birlikte olduğun için sana çok teşekkür ederiz. Bize söylemek istediğin bir şey var mı?” der.
* RamRam da “Bana çok şey öğrettiniz. Geçen haftaki etkinlikten sonra ben de *“****durdum ve düşündüm*”** ve bir şey buldum. Bunu sizinle paylaşmak istiyorum der. Öğretmen heyecanla sorar: “Ne buldun?”
* RamRam: Hayır diyebilmek çok önemliymiş, hayır demek bizi birçok zararlı şeyden koruyabilir. Bunu buldum.
* Öğretmen tahtaya ***“Hayır diyebilme”*** yazar. “Nelere hayır demeliyiz? Hayır demek neden bizi korur?” diye sorar. Yanıtları alır. Aldığı yanıtları sınıfla ortak bir şekilde kavramlaştırır.
* Tahtadaki yanıtları özetler.
* Bazen hayır desek bile karşı taraf ikna olmaz. Neden?
* Size hayır denildiğinde siz nasıl tepki veriyorsunuz?
* Hayır demenin şekli nasıl olmalı?
* Hayır demenin nedenlerini üretilmesi gerektiği konusunda bilgi verilir. Örneğin arkadaşınız okuldan kaçalım dedi. Siz de hayır olmaz; çünkü bu doğru değil, aileme ve öğretmenlerimize söylemeden okul terk etmek doğru değil vb açıklamalarla birlikte hayır dediğimizde hayır daha mı etkili olur? diye sorar.
* RamRam’la geçen dört haftalık beraberlikten dolayı RamRam’a ne demek istersiniz, haydi ona bir mektup yazın der.
* Gönüllü öğrencilere mektubunu okutur.
* RamRam’ la vedalaşılır.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Kelimelerin bir ağırlığı olduğu, içlerinin boşaltılmaması gerektiği açıklanır. Hayır demek hayır demektir buna vurgu yapılır. Hayırlarımıza saygı duyulmamasının bizimle ilgili olduğunun altı çizilir. Bize hayır denildiğinde bizim verdiğimiz tepkilerin nasıl olduğu konusunda düşünmeleri sağlanır. Hayır’ın sınır koyma ile ilgisinin altı çizilir. |

**ORTAOKUL BAĞIMLILIK ÖNLEME “DOĞRU SEÇİMLER, GÜÇLÜ YARINLAR” PROJESİ ETKİNLİKLERİ**

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 1** |
| **Amaç: Zarar ve Zararlı Kavramlarını İrdelemek** |
| **Uygulama:** * Öğretmen tahtaya ***“ZARARLI”*** yazar ve çocuklara aşağıdaki soruları sorar.
* Zararlı ne demek?
* Neler zararlıdır? (Buradan gelen yanıtları tahtaya yazar. Gelen yanıtlar ilaçlar, prizler, sigara vb.) Neden? (Argüman üretmelerini ister)
* Öğretmen: Tahtadaki yanıtlardan birini seçer örneğin bıçak. Burada zararlı olan bıçak mıdır? Yoksa onu kullanma şekli midir? (Soruşturma kişinin tercih ve iradesinin gücüne vurgu yapacak şekilde ilerletilir).
* Zarar ne demek?
* Hiç zarar gördünüz mü?
* Sadece biz mi zarar görürüz? Başka neler, kimler zarar görür? Nasıl zarar görür? Neden zarar görür? (Sorularının cevaplarını yorumsuz dinler sadece derinleştirmek için sorular sorar.)
* Çalışmanın sonunda zararlı ve zararın kişinin kendi seçimleriyle ilgili olduğuna dair slogan ürettirir ve çıkan sloganları postitlere yazdırarak sınıfa asılır.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Çalışmanın amacı çocukların zararlı olan şeyleri tekrar düşünüp zarar ve zararlı olma durumunun bizim davranış ve tutumlarımızla ilgili olduğu konusunda soruşturma sırasında düşünmelerini sağlamaktır. Bireyin etkilenen bir varlık olmanın ötesinde direkt irade sahibi seçim yapabilen ve seçimlerinin sonucunu yaşayan özgür bir birey olduğunu vurgulamaktır. Bireysel sorumlulukların altı çizilir. |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 2** |
| **Amaç: Soyut Olan Zarar Ve Zararlı Şeylerin İrdelenmesi.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen, tahtaya ***“ZARARLI”*** ve ***“ZARAR****”* yazar. “Çocuklar bundan önceki oturumumuzda bu kavramları konuşmuştuk. Neler hatırlıyorsunuz?” diye sorar. Gelen cevaplardan sonra bir önceki oturumu kısaca özetler.
* Çocukları sıra arkadaşı ile eşleştirir. Kendileri için zararlı olan şeylerin listesini yapmalarını ister. Daha sonra grupların cevaplarını alır ve tahtaya yazar, ortak yanıtları bir kez yazar. Öğretmen en sonunda sınıfın onayını alarak ekleme yapabilir.
* Ortak listedeki yanıtları ikili gruplara paylaştırır. “Bu bize nasıl zarar verir ve zarar görmemek için ne yapabiliriz?” sorusunu sorar ve cevaplarını yazmalarını ister.
* Cevapları dinler. Cevapları sınıfta sergiler.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Küfür etmek, ders çalışmamak, şiddet uygulamak, bilgisayarda çok fazla vakit geçirmek, geç yatmak, temizliğine dikkat etmemek, çevreyi korumamak, çok fazla abur cubur yemek, nazik davranmamak, eşyalarını korumamak vb yanıtlar öğretmen tarafından eklenerek somuttan soyuta doğru düşünmeleri teşvik edilir.  |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 3** |
| **Amaç: Çocukların Güçlü Yönlerini Fark Etmelerini Sağlamak.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen çocuklara 2. oturumda yapılanları özetler.
* Öğretmen: Bazı kişiler kendilerine zarar veren şeylerden kendilerini koruyabilirken, bazıları kendilerini korumakta zorlanırlar. Sizce neden? (Burada çocukların bizi koruyan güçlü yanları keşfetmeleri amaçlanmaktadır. Argüman üretirken çevre vb. faktörlere girmeleri engellenir. Amaç tamamen kendi üzerine düşündürtmektir.)
* Yanıtlar dinlenir, gerektiğinde çocuktan yanıtını sorularla derinleştirmesi istenir. Öğretmen tarafından sınıfında görüşü alınarak yanıtlar kavramlaştırılıp tahtaya listelenir (Hayır diyebilme, problem çözme becerilerinin gelişmiş olması, stresi yönetme becerisi, hedef belirleme, iletişim becerilerinin gelişmiş olması, hobilerinin olması, vb)
* Öğretmen, çocuklara tahtada listelenen becerilerin her birine “Sizde bu özellikler ne kadar var?” diye sorarak 1 ile 5 arası not vermelerini ister.
* Gönüllü çocuklardan değerlendirmelerini alır.
* Öğretmen, “Bu söylediklerinizin hepsi düşünme becerimizle ilgili. İnsanın en güçlü yanı düşünme becerisi. O halde bizi koruyacak en önemli özellik “durup düşünmek” olabilir mi?” sorusunu sorar ve yanıtları alır. ***“DUR VE DÜŞÜN”*** diye tahtaya yazar.
* Sınıftan bununla ilgili slogan üretmeleri istenir.
* Sloganlar kağıtlara yazılarak sınıfta sergilenir.
 |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 4** |
| **Amaç: Hayır Demenin Bireysel Sınırlarla İlgili Olduğunu, Bireysel Sınırların Da Birey Olmanın Temel Şartı Olduğunun Anlaşılmasını Sağlamak.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen çocuklara 3. oturumda yapılanları özetler.
* Öğretmen tahtaya ***“Elma”*** yazar. Elmayı tanımlamalarını ister. Tanım sırasında çıkan farklılıklardan elma türlerini ayırır ve elmanın karşısına yazar (ekşi elma, kırmızı elma, golden elma, misket elma vb).
* Öğretmen, “Biz hepsine genel olarak elma diyoruz ama daha yakından baktığımızda hepsi farklı ve her birimiz farklı bir türü daha çok seviyoruz. Her bir tür de farklı coğrafyaları daha çok seviyor ve orada daha güzel yetişiyor. Mesela Amasya elması adını Amasya’dan alıyor.” der.
* Çocuklardan sıra arkadaşının özelliklerini arkadaşına söylemesi istenir.
* Bizim özelliklerimizi belirleyen şeylerin bizim sınırlarımız olduğu vurgulanır. *Sınırları geçişken olan biri kendi olabilir mi?* sorusu sorulur. Cevaplar dinlenir.
* Öğretmen tahtaya ***“Hayır diyebilme”*** yazar. Hayır demek neden önemlidir? Sorusunu sorar ve yanıtları alır. Aldığı yanıtları sınıfla ortak bir şekilde kavramlaştırır.
* Tahtadaki yanıtları özetler.
* Bazen hayır desek bile karşı taraf ikna olmaz. Neden?
* Size hayır denildiğinde siz nasıl tepki veriyorsunuz?
* Hayır demenin şekli nasıl olmalı?
* Hayır demenin argümanlarının üretilmesi gerektiği konusunda bilgi verilir. “Size sigara ikram edildiğini düşünelim. Siz de “hayır istemiyorum! Çünkü sağlığım için zararlı, kötü kokmak istemiyorum vb” açıklamalarla birlikte hayır dediniz. Peki sizce bu hayır daha mı etkili olur? Neden?”
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Kelimelerin bir ağırlığı olduğu içlerinin boşaltılmaması gerektiği açıklanır. “Hayır demek hayır demektir” buna vurgu yapılır. Hayırlarımıza saygı duyulmamasının bizimle ilgili olduğunun altı çizilir. Bize hayır denildiğinde bizim verdiğimiz tepkilerin nasıl olduğu konusunda düşünmeleri sağlanır. Hayır’ın sınır koyma ile ilgisinin altı çizilir. |

**LİSE BAĞIMLILIK ÖNLEME “DOĞRU SEÇİMLER, GÜÇLÜ YARINLAR” PROJESİ ETKİNLİKLERİ**

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 1** |
| **Amaç: Zarar Ve Zararlı Kavramlarını İrdelemek** |
| **Uygulama:** * Öğretmen tahtaya “ZARARLI” yazar ve çocuklara aşağıdaki soruları sorar.
* Zararlı ne demek?
* Neler zararlıdır? Neden? (Buradan gelen yanıtları tahtaya yazar. Gelen yanıtlar sigara, alkol, madde, şiddet,vb.) gelen yanıtlar tahtaya yazılır.
* Öğretmen: Burada zararlı olan madde midir yoksa onu kullanma şekli midir? Soruşturma şu bağlamda ilerletilir. Örneğin alkol tıpta çok önemli bir maddedir. Doğada olan her şeyin bir işlevi vardır ve kendi doğası içinde zararlı değildir.
* Zararlı hale gelmesini belirleyen bizim kullanma biçimimizdir. Bunıunla ilgili ne söylemek istersiniz? (Soruşturma kişinin tercih ve iradesinin gücüne vurgu yapacak şekilde ilerletilir).
* Zarar ne demek?
* Hiç zarar gördünüz mü?
* Sadece biz mi zarar görürüz? Başka neler, kimler zarar görür? Nasıl zarar görür? Neden zarar görür? (Sorularının cevaplarını yorumsuz dinler sadece derinleştirmek için sorular sorulur. Ben merkezci düşünmeden çocuklar çıkartılmaya çalışılır.)
* Çalışmanın sonunda zararlı ve zararın kişinin kendisiyle ilgili olduğuna dair slogan ürettirir ve çıkan sloganları postitlere yazdırarak sınıfa asar.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Çalışmanın amacı çocukların zararlı olan şeyleri tekrar düşünüp zarar ve zararlı olma durumunun bizim davranış ve tutumlarımızla ilgili olduğu konusunda soruşturma sırasında düşünmelerini sağlamaktır. Bireyin etkilenen bir varlık olmanın ötesinde direkt irade sahibi seçim yapabilen ve seçimlerinin sonucunu yaşayan özgür bir birey olduğunu vurgulamak. Bireysel sorumlulukların altını çizmektir. |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 2** |
| **Amaç: Soyut Olan Zarar Ve Zararlı Şeylerin İrdelenmesi.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen, tahtaya ***“ZARARLI”*** ve ***“ZARAR****”* yazar. “Çocuklar bundan önceki oturumumuzda bu kavramları konuşmuştuk. Neler hatırlıyorsunuz?” diye sorar. Gelen cevaplardan sonra bir önceki oturumu kısaca özetler.
* Çocukları sıra arkadaşı ile eşleştirir. Kendileri için zararlı olan şeylerin listesini yapmalarını ister. Daha sonra grupların cevaplarını alır ve tahtaya yazar, ortak yanıtları bir kez yazar. Öğretmen soyut olan zararlı olanlarla ilgili (öfke kontrolünün olmaması, erteleme davranışı, stresi yönetememe vb.) örnekler vererek çocukların somuttan soyuta doğru düşünmelerini ister. Öğretmen listenin sonuna eklenmesini istediklerini sınıfın onayını alarak ekler.
* Ortak listedeki yanıtları ikili gruplara paylaştırır. “Bu bize nasıl zarar verir ve zarar görmemek için ne yapabiliriz?” sorusunu sorar ve cevaplarını tartışmalarını ister.
* Gönüllü öğrencilerden sunumlarını dinler.
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Küfür etmek, ders çalışmamak, şiddet uygulamak, bilgisayarda çok fazla vakit geçirmek, geç yatmak, temizliğine dikkat etmemek, çevreyi korumamak, çok fazla abur cubur yemek, nazik davranmamak, eşyalarını korumamak vb yanıtlar öğretmen tarafından eklenir. |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 3** |
| **Amaç: Çocukların Güçlü Yönlerini Fark Etmelerini Sağlamak.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen çocuklara 2. oturumda yapılanları özetler.
* Öğretmen: Bazı kişiler kendilerine zarar veren şeylerden kendilerini koruyabilirken, bazıları kendilerini korumakta zorlanırlar. Sizce neden? (Burada bireyi koruyan güçlü yanları ortaya çıkarmak amaçlanmaktadır. Çocukların çevre vb. faktörlere girmeleri engellenir. Amaç tamamen kendi üzerine düşündürtmektir.)
* Yanıtlar dinlenir, gerektiğinde çocuktan yanıtını sorularla derinleştirmesi istenir. Öğretmen tarafından sınıfında görüşü alınarak yanıtlar kavramlaştırılıp tahtaya listelenir (Hayır diyebilme, problem çözme becerilerinin gelişmiş olması, stresi yönetme becerisi, hedef belirleme, iletişim becerilerinin gelişmiş olması, hobilerinin olması, vb)
* Öğretmen, çocuklara tahtada listelenen becerilerin her birine “Sizde bu özellikler ne kadar var?” diye sorarak 1 ile 5 arası not vermelerini ister.
* Gönüllü çocuklardan değerlendirmelerini alır.
* Öğretmen, “Bu söylediklerinizin hepsi düşünme becerimizle ilgili. İnsanın en güçlü yanı düşünme becerisi. O halde bizi koruyacak en önemli özellik “durup düşünmek” olabilir mi?” sorusunu sorar ve yanıtları alır. ***“DUR VE DÜŞÜN”*** diye tahtaya yazar.
* Sınıftan bununla ilgili slogan üretmeleri istenir.
 |

|  |
| --- |
| **Etkinlik No: 4** |
| **Amaç: Hayır Demenin Bireysel Sınırlarla İlgili Olduğunu, Bireysel Sınırların Da Birey Olmanın Temel Şartı Olduğunun Anlaşılmasını Sağlamak.**  |
| **Uygulama:*** Öğretmen çocuklara 3. oturumda yapılanları özetler.
* Öğretmen tahtaya ***“Elma”*** yazar. Elmayı tanımlamalarını ister. Tanım sırasında çıkan farklılıklardan elma türlerini ayırır ve elmanın karşısına yazar (ekşi elma, kırmızı elma, golden elma, misket elma vb).
* Öğretmen, “Biz hepsine genel olarak elma diyoruz ama daha yakından baktığımızda hepsi farklı ve her birimiz farklı bir türü daha çok seviyoruz. Her bir tür de farklı coğrafyaları daha çok seviyor ve orada daha güzel yetişiyor. Mesela Amasya elması adını Amasya’dan alıyor.” der.
* Çocuklardan sıra arkadaşının özelliklerini arkadaşına söylemesi istenir.
* Bizim özelliklerimizi belirleyen şeylerin bizim sınırlarımız olduğu vurgulanır. *Sınırları geçişken olan biri kendi olabilir mi?* sorusu sorulur. Cevaplar dinlenir.
* Öğretmen tahtaya ***“Hayır diyebilme”*** yazar. Hayır demek neden önemlidir? Yanıtları alır. Aldığı yanıtları sınıfla ortak bir şekilde kavramlaştırır. Tahtaya yazar.
* Tahtadaki yanıtları özetler.
* Bazen hayır desek bile karşı taraf ikna olmaz. Neden?
* Size hayır denildiğinde siz nasıl tepki veriyorsunuz?
* Hayır demenin şekli nasıl olmalı? Soruları sorulur, cevaplar alınır.
* Hayır demenin argümanlarının üretilmesi gerektiği konusunda bilgi verilir. “Size sigara ikram edildiğini düşünelim. Siz de “hayır istemiyorum! Çünkü sağlığım için zararlı, kötü kokmak istemiyorum vb” açıklamalarla birlikte hayır dediniz. Peki sizce bu hayır daha mı etkili olur? Neden?”
 |
| **Uygulayıcıya Not:** Kelimelerin bir ağırlığı olduğu içlerinin boşaltılmaması gerektiği açıklanır. “Hayır demek hayır demektir” buna vurgu yapılır. Hayırlarımıza saygı duyulmamasının bizimle ilgili olduğunun altı çizilir. Bize hayır denildiğinde bizim verdiğimiz tepkilerin nasıl olduğu konusunda düşünmeleri sağlanır. Hayırın sınır koyma ile ilgisinin altı çizilir. |