**KİŞİSEL ALANIM**

**Amaç:** Öğrencilere “Kişisel Alan” kavramının öğretilmesi,

**Beceri:** Kişisel-farkındalık

**Süreç:**

1.Öğrencilere “Kişisel Alan”ın ne demek olduğunu sorun. Bu soruyla, kişisel alan kavramı hakkında düşünmelerini sağlarken “kişisel” kelimesine odaklanmalarını sağlayın.

2. “Kişisel Alan”ın iki kişi arasındaki mesafeyi ifade ettiğini söyleyin. Kişisel alanınız, bedeninizin çevresindeki alandır ve bu sizin diğer insanlarla birlikteyken hem kendinizin hem onların rahat hissetmesine yardımcı olur. Sizin içinde olduğunuz görünmez bir baloncuk gibidir.

3. 4 tane kişisel alan bölgesi vardır:

1. Özel/mahrem bölge: Bedeniniz ile bedeninizden 45 cm uzaklıktaki bölgeyi kapsar. Aileniz ve en yakın arkadaşlarınız sizinle özel bir şey konuşmak istediklerinde bu bölgeye girerler. Eğer kendinizi yakın hissetmediğiniz biri bu alana girerse kendinizi muhtemelen rahatsız hissedersiniz.

2. Kişisel bölge: Bedeninizden uzaklığı 45 cm ile 120 cm arasında kalan bölgedir. Yakından tanıdığınız insanlarla yaptığınız günlük muhabbetler bu alanda gerçekleşir.

3.Sosyal bölge: Bedeninizden uzaklığı 1 metre ile 3,5 metre arasında kalan bölgedir. Yakın olmayan tanıdıklarınızla sizinle konuşurken bu bölgededir.

4. Genel/ Umumi bölge: Bedeninizden 3,5 metre uzaklıktan başlayıp görüş alanınıza giren uzaklığa kadar devam eden bölgedir. Umuma, genele konuşan insanlar bu bölgede konuşur, örneğin bir konferanstaki konuşmacı.

4. “16. Etkinlik” kağıdını dağıtıp öğrencilerin her bölge için konuştukları insanlara örnek vermelerini isteyin. Aile ve arkadaşlarının yanında, okuldaki ve toplumdaki insanları da düşünmelerini isteyin.

**16.ETKİNLİK**

