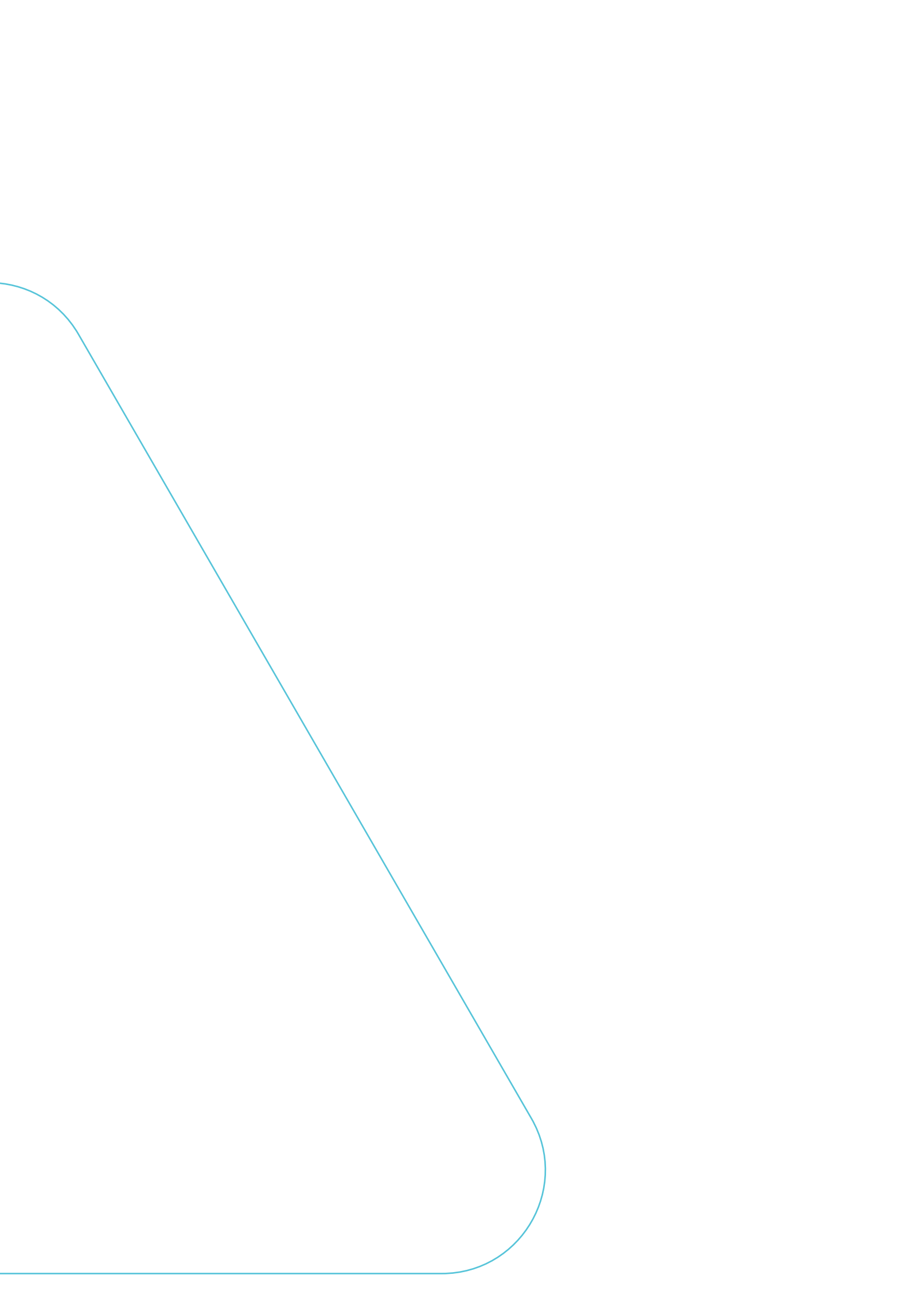




# ÖNLEYİCİ DESTEK PROGRAMI ETKİNLİKLERİ\*

\* Bu bölümde yer alan etkinlikler Millî Eğitim Bakanlığı uzmanları ve öğretmenleri tarafından geliştirilmiştir/uyarlanmıştır.





## A. OKUL ÖNCESİ - İLKOKUL ÖĞRENCİ ETKİNLİKLERİ\*

Etkinlik Adı:	Travma Türü:	Kazanımlar
Hayatımızdaki Kahramanlar	Doğal Afet, Göç, Terör, Cinsel İstismar, İntihar, Ölüm-Yas	<ul style="list-style-type: none"><li>Yaşadığı zorlayıcı olayları ve bunlara eşlik eden duyguları fark eder.</li><li>Çevresindeki yardım kaynaklarını fark eder.</li></ul>
Bana Dokunulduğunda Ne Hissediyorum?	Cinsel İstismar	<ul style="list-style-type: none"><li>İyi-kötü dokunuşun özelliklerini söyler.</li><li>İyi-kötü dokunuşları ayırt eder.</li></ul>
Parlayan Güneşim	Doğal Afet	<ul style="list-style-type: none"><li>Travmatik yaşantılar sonucunda hissedilebilecek duyguları fark eder.</li><li>Travmatik yaşantıların insanlar üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmak için yapılabilecekleri bilir.</li></ul>
Sevgi Küpü	Doğal Afet, Göç, Terör, Cinsel İstismar, İntihar, Ölüm-Yas	<ul style="list-style-type: none"><li>Geleceğe yönelik olumlu duygular geliştirir.</li></ul>
Doğrular ve Yanlışlar	Cinsel İstismar	<ul style="list-style-type: none"><li>İyi ve kötü dokunuşları ayırt eder.</li><li>Kötü dokunuşla karşılaştığında ne yapacağını bilir.</li></ul>
Doğal Yüzler	Doğal Afet, Ölüm-Yas	<ul style="list-style-type: none"><li>Travmatik yaşantıların insanlar üzerindeki duygusal etkilerini fark eder.</li></ul>

\* Uygulayıcı, etkinlikleri uygulamadan önce gerek görürse grubun ve ortamın özelliklerine uygun bir ısınma etkinliği kullanmalıdır.

**ETKİNLİK ADI**

HAYATIMIZDAKİ KAHRAMANLAR

**TRAVMA TÜRÜ**

Doğal Afet, Göç, Terör, Cinsel İstismar, İntihar, Ölüm-Yas

**AMACI**

Önleyici

**HEDEF KİTLE VE KADEME**

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

**UYGULAYACAK KİŞİ**

Öğretmen

**KAZANIMLAR**

- Yaşadığı zorlayıcı olayları ve bunlara eşlik eden duyguları fark eder.
- Çevresindeki yardım kaynaklarını fark eder.

**ÖNERİLEN MATERYALLER**

- Resim kâğıdı / A4 Kâğıt
- Farklı renk ve türde boya kalemleri

**SÜRE**

1 ders saati

**AKIŞ SÜRECİ**

Öğretmen;

- **“Sevgili çocuklar, bugün sizlerle ‘Hayatımızdaki Kahramanlar’ adında bir etkinlik yapacağız. Şimdi sizlere bu etkinlik için kullanacağımız kâğıtları ve boyaları dağıtacağım.”** der.
- Her öğrencinin kâğıt ve yeterli sayıda boya almasını sağlar.
- **“Zaman zaman kendimizi kötü hissetmemize neden olan yani üzdüğümüz, korktuğumuz vb. olaylar olabilir. Örneğin deprem gibi bir doğal afet olduğunda, sevdiğimiz, beslediğimiz bir hayvan öldüğünde ya da bazı insanlar dokunuşlarıyla bizi rahatsız ettiklerinde üzülebiliriz, korkabiliriz** (Örnekler arttırılabilir.). **Şimdi bunlar gibi bizi korkutan, üzen olayları düşünmenizi istiyorum** (Düşünmeleri için 1-3 dk. süre tanınır.).

- **“Düşündüğünüz bu olaylardan birini seçip resmini size vereceğim, kâğıda çizmenizi istiyorum. Bu resmi çizerken bu olayda size yardım edebilecek, sizi kurtaracak çevrenizdeki birini de düşünüp çizmenizi istiyorum. Bu kişi sizin kurtarıcınızmış, kahramanınızmış gibi düşünün.”** der.
- Çocuklar resimlerine başladığında her öğrencinin yanına gider diğer çocukların mümkün olduğunca duymamasına özen göstererek bireysel iletişim kurarak çocukların, üzüldükleri ya da korktukları hangi durumu çizdiklerini öğrenmeye çalışır ve bunu başka bir kâğıda kısaca, bir cümle ile not eder (Yaptığı resimle ilgili grup içinde paylaşımda bulunmak istemeyen ya da çekingen davranan çocukların resimleri hakkında da bilgi sahibi olabilmek için.).Yaptığı resimle ilgili bilgi vermek istemeyen çocuk olursa, zorlamaz, daha sonra bireysel sorabilir.
- Çizim tamamlandıktan sonra, **“Resminizde, çizdiğiniz kahramanınız size nasıl yardım etti?”** diye sorar ve cevapları gönüllü öğrencilerden alır.
- **“Kahramanınız size yardım ettikten sonra kendinizi nasıl hissettiniz?”** diye sorar ve gönüllü çocukların paylaşımlarını dinler.
- **“Resimlerinizden gördüğümüz gibi hepimiz hayatımızda zaman zaman bizi üzen ya da korkutan olaylar yaşayabiliriz. Bu tür durumlarda çevremizde, güvenebileceğimiz, bize yardım edebilecek kişiler vardır. Peki, bunlar başka kimler olabilir?”** diye sorar ve gönüllü öğrencilerden cevapları alır.
- **“Sevgili çocuklar, annemiz, babamız, kardeşlerimiz, akrabalarımız (Örnekler verilebilir.) öğretmenlerimiz, polis ve benzeri kişiler bize yardım edebilecek kişilerdir. Bizi üzen ya da korktuğumuz olaylarda bu kişilerden yardım isteyebiliriz.”** der ve etkinliği sonlandırır.

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Okuma-yazma bilen gruplarla çalışırken resim çizmek istemeyen öğrencilerin kendilerini yazarak ifade etmelerine izin verilir.
- ✓ Öğrenciler, istemeleri hâlinde birden fazla kahraman belirleyip çizebilirler.
- ✓ Öğrenciler paylaşım konusunda teşvik edilir ancak zorlanmazlar.
- ✓ Bu etkinlikte yapılan resimler öğretmen tarafından muhafaza edilir eve gönderilmez. Ancak resmini vermek istemeyen öğrencilerin resimleri, fotoğrafları çekilerek saklanır.
- ✓ Öğretmen, grup içerisinde kendini ifade edemeyen ya da paylaşımda bulunmak istemeyen çocukların resimlerini de daha sonra mutlaka gözden geçirmelidir.

- ✓ Etkinlik sırasında, uzman desteği gerektiren (şüpheli) bir paylaşım (resim ya da ifade) fark edilirse, rehberlik öğretmenine ya da okulda rehberlik öğretmeni yoksa RAM (Rehberlik ve Araştırma Merkezi)'a yönlendirme yapılmalıdır.
- ✓ Öğretmen kalabalık sınıflarda süreyi, etkinliğin amacına ulaşacak biçimde kullanır.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar,
  - ❖ Öğrenciden resim çizmesi istenirken çizimini rahatlıkla, çekinmeden yapabilmesi için sınıf öğretmenin öğrenciye eşlik etmesi istenebilir.
  - ❖ Yazarak ya da çizerek etkinliğe katılamayan öğrencilerden sözlü cevap alınabilir. Bu etkinlik, görme yetersizliği olan çocuklar ya da bedensel yetersizliğinden dolayı parmak kaslarını kullanmakta güçlük yaşayan (boya kalem tutamayan) çocuklar için, sözlü olarak uygulanmalıdır.
  - ❖ Etkinlik, işitme yetersizliği olan çocuklarla yapılırken duyguları ifade eden resimli kartlar (üzgün/korkmuş çocuk) kullanılarak ve yönergeleri ifade eden (resim çizen çocuk) görsellerle desteklenerek uygulanmalıdır.

## ETKİNLİK ADI

BANA DOKUNULDUĞUNDA NE HİSSEDİYORUM?

## TRAVMA TÜRÜ

Cinsel İstismar

## AMACI

Önleyici

## HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

## UYGULAYACAK KİŞİ

Öğretmen

## KAZANIMLAR

- İyi-kötü dokunuşun özelliklerini söyler.
- İyi-kötü dokunuşları ayırt eder.

## ÖNERİLEN MATERYALLER

- EK-1 (Hikâye 1 İçin Görsel)
- EK-2 (Hikâye 2 İçin Görsel)
- EK-3 (Hikâye 3 İçin Görsel)
- EK-4 (Hikâye 4 İçin Görsel)
- EK-5 (Hikâye 5 İçin Görsel)
- EK-6 (Hikâye 6 İçin Görsel)

## SÜRE

1 ders saati

## AKIŞ SÜRECİ

Öğretmen;

- **“Sevgili çocuklar, bugün size kısa hikâyeler okuyacağım ve sizlerle bu hikâyeler hakkında sohbet edeceğiz.”** der (Hikâyeleri, eklerde verilen görselleri kullanarak okur.).
- Hikâye 1: **“Bir çocuğun uyku saati geldi, uyumak için hazırlandıktan sonra yatağına yattı. O uyumadan önce babası odasına geldi, yanağından öptü ve ona hikâye okumaya başladı.”**
- **“Sizce olaydaki çocuk ne hissetmiştir? Bu nasıl bir dokunuştur?”** diye sorar ve cevapları alır.

- **“Çocuklar, güvendiğimiz ve yakınlık duyduğumuz kişiler bizden izin alarak yanağımızdan öpebilir, sevgilerini gösterebilirler. Kendimizi mutlu, güvende ve rahat hissettiyse, bu iyi bir dokunuştur.”** der.
- Hikâye 2: **“Bir çocuğun karnı ağrımaya başladı. Annesi ve babasıyla beraber doktora gitti (Grupta anne veya babası ya da ikisi de olmayan çocuklar varsa ona göre düzeltilmelidir.). Doktor, muayene etmek için çocuğun karnına dokundu.”**
- **“Sizce olaydaki çocuk ne hissetmiştir, bu nasıl bir dokunuştur?”** diye sorar ve cevapları alır.
- **“Sevgili çocuklar, hasta olduğumuz zamanlarda hastalık sebebimizin öğrenilebilmesi için doktorlar (bizi muayene etmek amacıyla), bize dokunabilirler.”** der.
- Hikâye 3: **“Bir çocuk sokakta oynarken, komşusu yanına gelerek onu öpmek istediğini söyledi. Çocuk ‘Hayır.’ demesine rağmen onu öptü.”**
- **“Sizce olaydaki çocuk ne hissetmiştir, bu nasıl bir dokunuştur?”** diye sorar ve cevapları alır.
- **“Sevgili çocuklar, biz izin vermediğimiz hâlde biri bizi öpüyorsa, bu kötü bir dokunuştur.”** der.
- Hikâye 4: **“Bir gün bir çocuk, arkadaşlarıyla parkta oyun oynuyordu. Parkta tanımadığı biri onu yanına çağırdı. Çocuk, onun yanına gitti. Tanımadığı bu kişi ona dokundu ve onu kucağına aldı.”**
- **“Sizce olaydaki çocuk ne hissetmiştir, bu nasıl bir dokunuştur? Siz olsaydınız tanımadığınız bir yetişkin sizi çağırdığında ne yapardınız?”** diye sorar ve cevapları alır.
- **“Sevgili çocuklar, tanımadığımız insanlarla konuşurken dikkatli olmalıyız ve bize dokunmalarına izin vermemeliyiz.”** der.
- Hikâye 5: **“Hasta olduğu için bir süredir okula gelemeyen çocuk, okula geldiğinde sınıf arkadaşları ‘Hoş geldin, seni çok özledik.’ diyerek ona sarıldılar.”**
- **“Sizce olaydaki çocuk ne hissetmiştir, bu nasıl bir dokunuştur?”** diye sorar ve cevapları alır.
- **“Sevgili çocuklar, bu hikâyemizdeki dokunuş da iyi bir dokunuştur.”** der.
- Hikâye 6: **“Bir çocuk bahçede oynarken, başka bir çocuk ‘Benimle oyna.’ diyerek onu kolundan sert biçimde çekti.”**
- **“Sizce olaydaki çocuk ne hissetmiştir, bu nasıl bir dokunuştur?”** diye sorar ve cevapları alır.
- **“Sevgili çocuklar, canımızı yakan tüm dokunuşlar kötü dokunuşlardır.”** der ve daha sonra;



- **“Sevgili çocuklar, iyi dokunuşlar, bizi rahat, güvende ve mutlu hissettiren dokunuşlardır. Bizi rahatsız eden, canımızı yakan, mutsuz ve güvensiz hissettiren tüm dokunuşlar ise kötü dokunuşlardır. Bize kötü dokunanlar, tanıdığımız ya da tanımadığımız kişiler olabilir. Tanımadığımız kişilerin, bizden izin isteseler de bize dokunmaları doğru değildir. Biri bizim kendimizi kötü hissetmemize sebep olacak biçimde bize dokunursa, bunu mutlaka güvendiğimiz kişilere (annemize, babamıza, öğretmenimize vb.) söylemeliyiz.”** der ve etkinliği sonlandırır.

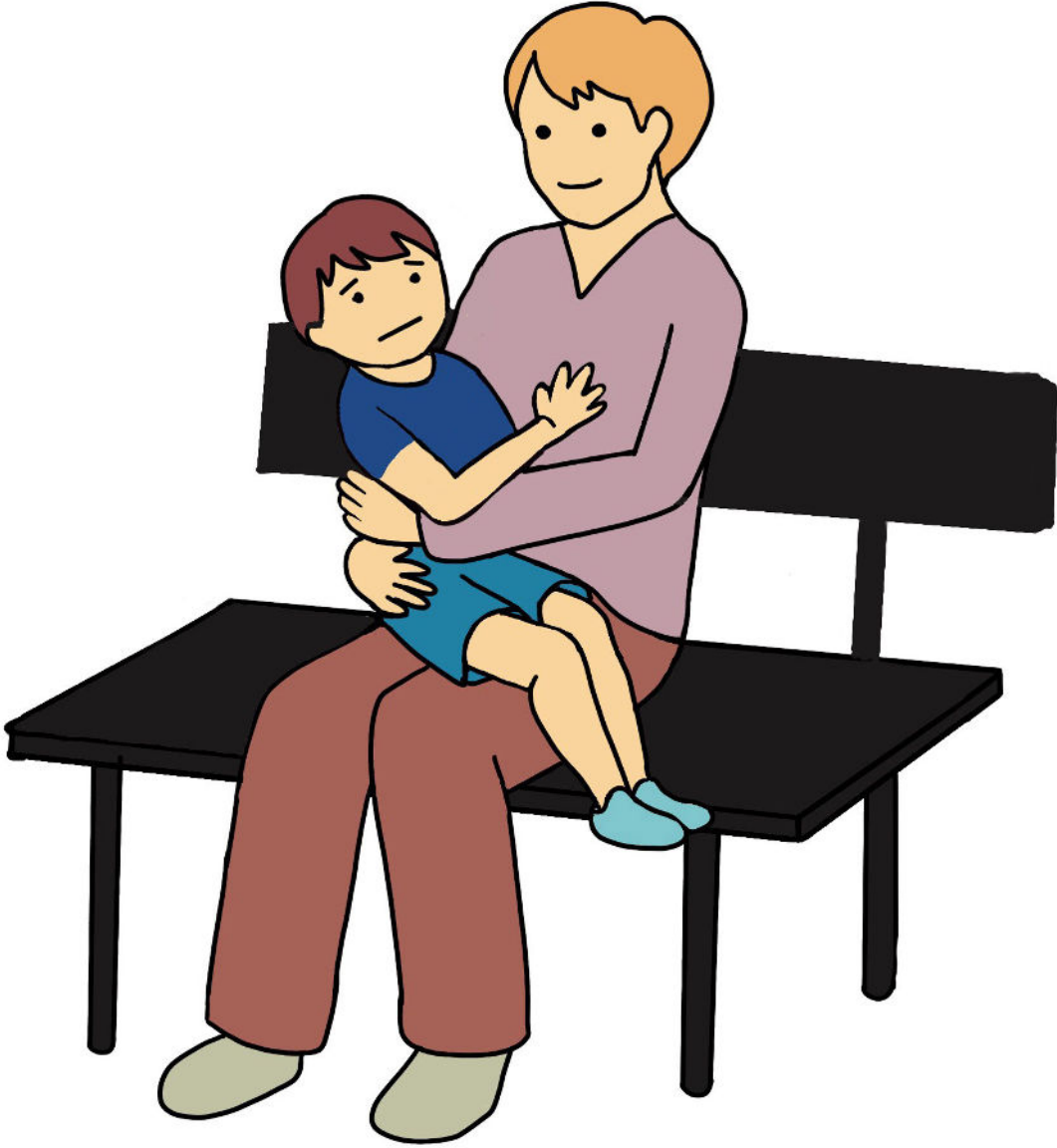
### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Çocukların ifadelerine ve verdikleri bilgilere dikkat edilir. Gerekli görülen ya da şüphe duyulan durumlarda konu, öğretmen tarafından hiç zaman kaybetmeden rehberlik servisine iletilir. Okulda rehberlik öğretmeni yoksa, okul idaresi aracılığıyla RAM (Rehberlik ve Araştırma Merkezi)'a bilgi verilir ve RAM'la iş birliği yapılır.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarılar,
  - ❖ Etkinlikte geçen *“Çocuklar, tanımadığımız kişilerin bize dokunması kendimizi kötü hissettirebilir. Bize dokunanlar tanıdığımız kişiler bile olsa, bizi rahatsız eden, canımızı yakan, mutsuz hissettiren tüm dokunuşlar kötü dokunuşlardır. İyi dokunuş ise, sizi rahat, güvende ve mutlu hissettiren dokunuşlardır.”* anlatımı özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler için kullanılırken daha dikkatli olunmalıdır. *“Kendimizi mutlu hissettiren dokunuşlar iyi dokunuşlardır.”* ifadesi bu çocuklar için riskli olabilir. Bu çocuklar, cinsel dürtüleri ve ilgiye olan meraklarından dolayı kötü dokunuşlardan bile mutluluk duyabilir.
  - ❖ Bu öğrenciler için kötü dokunuşlar anlatılırken özel bölgeleri göstererek vücut şemalarından faydalanılabilir. Gerekirse öğrenciyle bireysel olarak bu bölgelerin neler olduğu çalışılabilir.
  - ❖ Zihinsel yetersizliği olan bazı çocuklar izledikleri bir filmi ya da dinledikleri bir öyküyü kendi başlarına gelmiş gibi ifade edebilirler, etkinlikte çocuklardan dönüt alınırken bu durumun göz önünde bulundurulması gerekir.

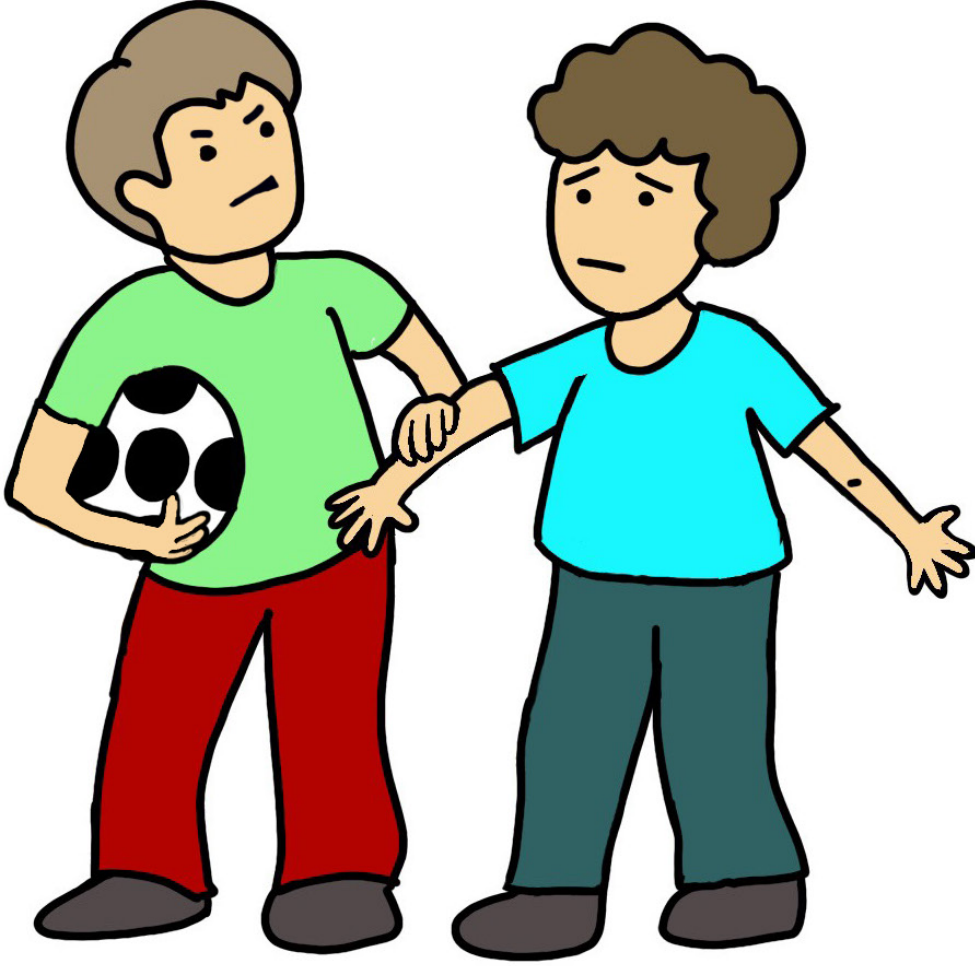












<b>ETKİNLİK ADI</b> PARLAYAN GÜNEŞİM
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Doğal Afet
<b>AMACI</b> Önleyici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Öğretmen
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Travmatik yaşantılar sonucunda hissedilebilecek duyguları fark eder.</li><li>• Travmatik yaşantıların insanlar üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmak için yapılabilecekleri bilir.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 adet fon kartonu (Üzerinde güneş resmi olacak ya da çizilecek.)</li><li>• Renkli, yapışkanlı kâğıt (post-it)</li><li>• EK-1 (Çiğ Görseli)</li><li>• EK-2 (Deprem Görseli)</li><li>• EK-3 (Heyelan Görseli)</li><li>• EK-4 (Hortum Görseli)</li><li>• EK-5 (Kuraklık Görseli)</li><li>• EK-6 (Sel Görseli)</li><li>• EK-7 (Tsunami/Dev Dalga Görseli)</li><li>• EK-8 (Volkanik Patlama Görseli)</li><li>• EK-9 (Yangın Görseli)</li><li>• EK-10 (Yıldırım Görseli)</li><li>• Ek-11 (Örnek Güneş Görseli)</li><li>• EK-12 (Duygu Listesi)</li><li>• EK-13 (Travmanın Etkisini Azaltacak Öneriler)</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati



## AKIŞ SÜRECİ

Öğretmen;

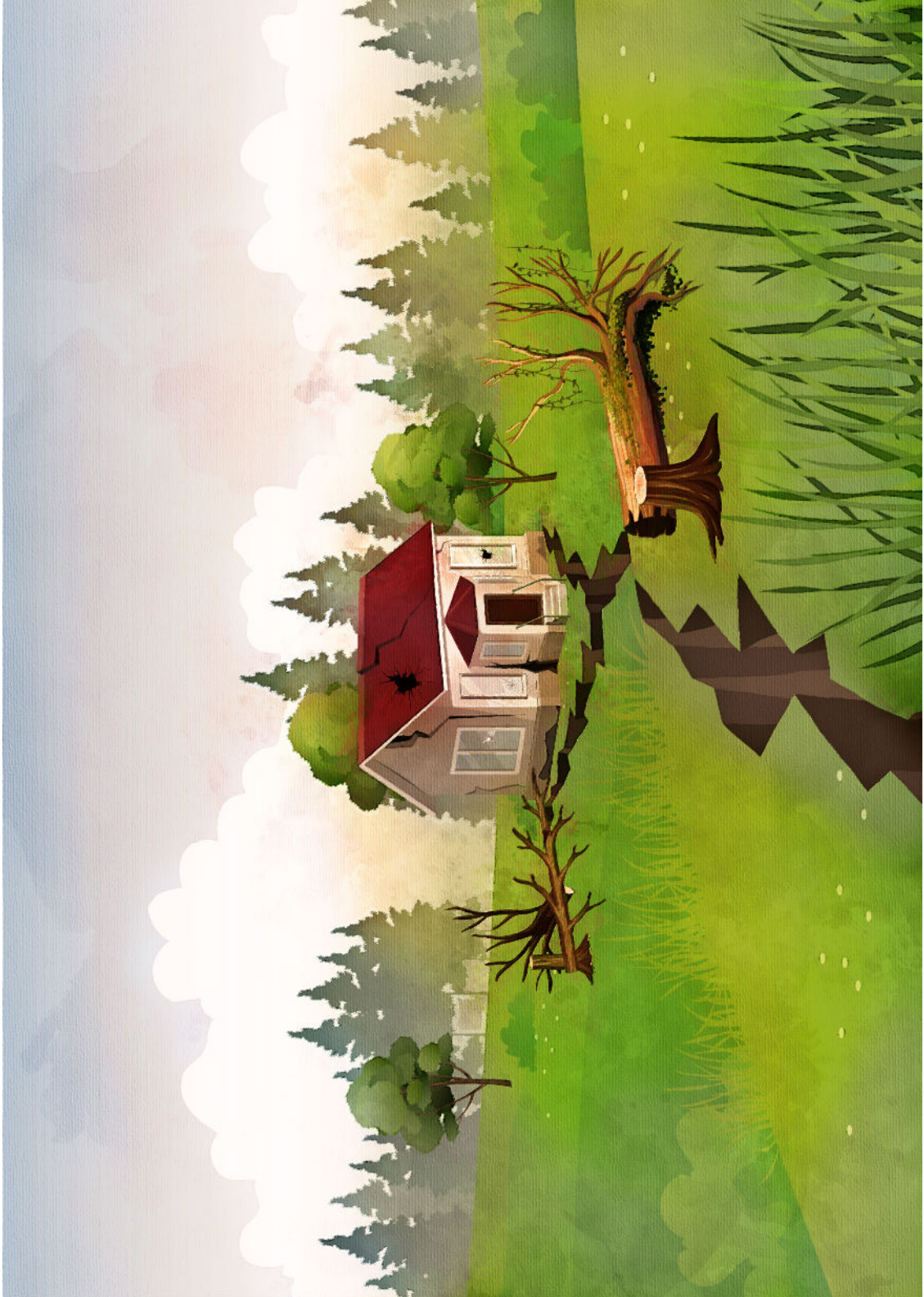
- **“Sevgili çocuklar, bugün sizlerle ‘Parlayan Güneşim’ adında bir etkinlik yapacağız. Bazen hayatımızda aniden gelişen, bizleri çok etkileyen, korkutan ve üzen olaylar olur. Bu olayların etkisinden hiç kurtulamayacakmış gibi hissedebiliriz. Bunlara travmatik yaşantılar/travmatik olaylar denir. Şimdi bu olaylardan bazılarının neler olabileceğine birlikte bakalım.”** der.
- EK-1 ve EK-10 arasındaki resimleri tek tek göstermeye başlar. İlk resmi gösterir.
- **“Bu resimde ne var, burada ne görüyorsunuz, anlatır mısınız?”** diye sorar. Öğrencilerden gelen cevapları alır (Gerekli açıklamaları yaparak doğru cevabı bulmalarına yardımcı olur.). Daha sonra,
- **“Peki, böyle bir olay karşısında insanlar sizce ne hissederler?”** diye sorar.
- Karttaki travmatik olay sonrasında hissedilebilecek duygularla ilgili bilgi verirken EK-12’den yararlanır.
- EK-1 ve EK-10 arasındaki her kart için yukarıdaki soruları ayrı ayrı yönelttikten sonra
- **“Sevgili çocuklar, gördüğümüz gibi bazen hayatımızda hiç istemediğimiz olaylarla karşılaşabiliriz. Biraz önce size gösterdiğim resimlerde bu olaylardan bazılarını öğrendik. Bu olaylar karşısında hangi duyguların ortaya çıkabileceğini konuştuk.”** der ve önceden hazırladığı, üzerinde güneş resmi olan fon kartonunu tahtaya asar.
- **“Böyle olaylar yaşadığımızda kendimizi kötü hissetmemiz çok normaldir. Zamanla bu duygulardan kurtuluruz ve kendimizi daha iyi hissederiz. Peki, bu olayların bizim üzerimizdeki olumsuz etkilerini azaltmak için neler yapabiliriz? Sizler söyledikçe ben elimdeki bu küçük kâğıtlara önerilerinizi yazacağım ve bu kartonun üzerindeki güneşimizin etrafına yapıştıracacağım. Bulacağımız çözüm yollarıyla güneşimiz daha da parlayacak.”** der ve öğrencilere uygun geri bildirimleri vererek cevapları sırayla alır.
- Cevapları post-itlere yazar ve güneş figürünün etrafına yapıştırır.
- Öğrencilerin önerilerini aldıktan sonra EK-13’ten yararlanarak cevapları güçlendirir, tamamlar.

- ***“Evet sevgili çocuklar, verdiğiniz önerilerle güneşimiz daha da parladı. Bu çözüm yollarıyla, yaşadığımız zorlukların etkisini hafifletmek mümkün olacaktır. Eğer bundan sonra, yaşamınızın düzenini bozan ve hayatınızı zorlaştıran olaylar olursa, bu olaylar sonucunda hangi duyguyu hissederseniz hissedelim, ilk başta bu duyguları hissetmenin çok normal olduğunu öğrendik. Bir de bu olayların olumsuz etkilerinden çabucak kurtulabilmek için neler yapabileceğimizi artık biliyoruz.”*** der ve etkinliği sonlandırır.

### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Etkinlik boyunca verilen bilgiler ve yapılan açıklamalarda çocukların yaş düzeylerine ve gelişim özelliklerine göre ekleme ve çıkarmalar yapılabilir. Örneğin okul öncesi ve ilköğretim birinci sınıflarda “travmatik olay” ifadesi kullanılmayabilir. Uygulama sırasında güneşin etrafına yapıştırılacak post-itlerde yazılı ifade kullanmak yerine o çözüm yolunu temsil eden basit resimler çizilebilir.
- ✓ Okul öncesinde uygulama yapılırken etkinlik, eklerde bulunan resimlerin yarısı bir gün, diğer yarısı ise başka bir gün gösterilerek yapılabilir. Bu aşamaların her ikisinde de güneş uygulaması tamamlayıcı etkinlik olarak kullanılır.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar,
  - ❖ Öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, hafif düzey zihinsel yetersizliği olan (etkinliğin uygulanabileceği diğer özel eğitime ihtiyacı olan) öğrencilere verilecek duygu sayısı öğrencinin öğrenme hızına uygun olarak azaltılabilir. Yönerge kısa, açık ve somut olmalıdır, etkinlik süresi öğrencinin özellikleri dikkate alınarak ayarlanmalıdır.
  - ❖ Etkinlikte kullanılan görseller öğrencinin bireysel farklılıkları göz önünde bulundurularak aynı duyguyu veren farklı bir görselle değiştirilebilir.
  - ❖ Görme yetersizliği olan öğrencilerde görseller sözel olarak ifade edilmelidir.
  - ❖ Öğretmen bulunduğu coğrafi bölgenin özelliklerini ve yaşama yakınlık ilkesini göz önüne alarak etkinlikte yer alan doğal afetlerden uygun olanları seçebilir.
  - ❖ Özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciye, öneriler (EK-13) açıklanırken öğrencinin yetersizlik türüne göre soyut ifadeler görsellerle somutlaştırılarak desteklenebilir. Yardım alabileceği numaraların akılda kalması için bol tekrar önemli olduğundan dolayı bu numaralar sınıfta görünen yerlere asılarak kalıcılık sağlanabilir.















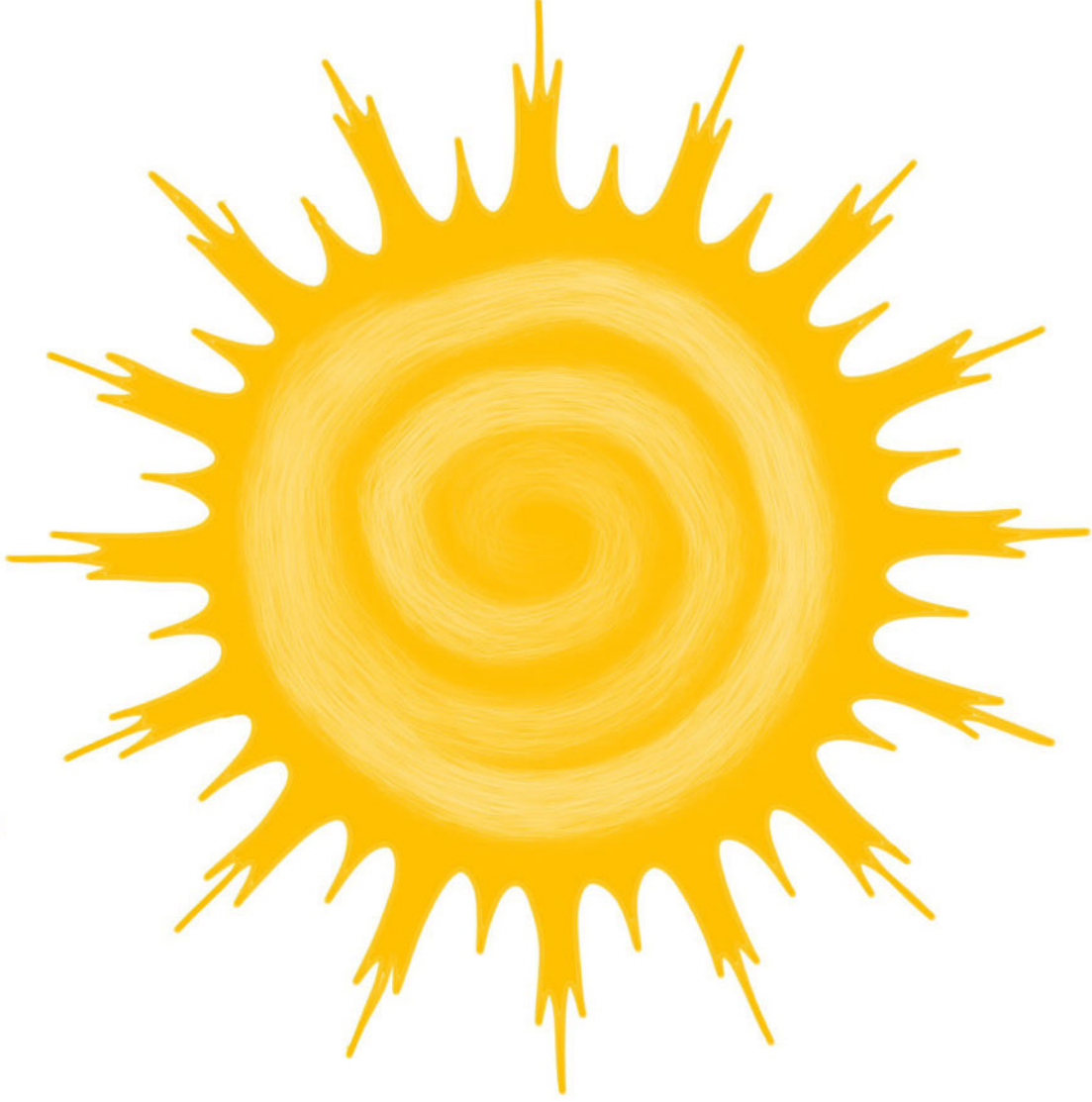






EK-10





## Duygu Listesi

Acı	Kırgınlık
Acıma	Kızgınlık
Anlaşılmamışlık	Korku
Baş etme	Memnuniyetsizlik
Bıkkınlık	Mutsuzluk
Çökkünlük	Nefret
Dehşet	Özlem
Haksızlığa Uğramışlık	Öfke
Heyecan	Pişmanlık
Huzur	Sıkıntı
Huzursuzluk	Şaşkınlık
Hüzün	Şüphe
İncinmişlik	Tedirginlik
Kararsızlık	Umutsuzluk
Karmaşa	Yalnızlık
Kayıp	Yılgınlık
Kayıtsızlık	

### Travmanın Etkisini Azaltacak Öneriler

- Arkadaşlarımızla güzel zaman geçirelim.
- Yaşadığımız duyguları ailemize ve öğretmenlerimize söyleyelim.
- Bazı olayların bizim kontrolümüz/isteğimiz dışında gerçekleşebileceğini kabul edelim.
- Kendimizi kötü hissettiğimiz ve çözüm bulamadığımız durumlar olduğunda ailemizden ve öğretmenlerimizden yardım isteyelim.
- Her şeyin çok daha güzel olacağı ve düzeleceği konusunda umutlu olalım.
- Yardım alabileceğiniz önemli telefon numaralarını öğrenelim.

**ETKİNLİK ADI**

SEVGİ KÜPÜ

**TRAVMA TÜRÜ**

Doğal Afet, Göç, Terör, Cinsel İstismar, İntihar, Ölüm-Yas

**AMACI**

Önleyici

**HEDEF KİTLE VE KADEME**

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

**UYGULAYACAK KİŞİ**

Öğretmen

**KAZANIMLAR**

- Geleceğe yönelik olumlu duygular geliştirir.

**ÖNERİLEN MATERYALLER**

- EK-1 (Her yüzeyinde resimlerin bulunduğu açık küp görseli)

**SÜRE**

1 ders saati

**AKIŞ SÜRECİ**

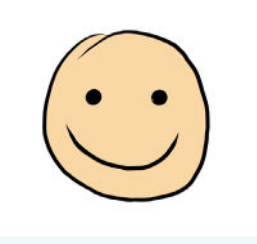
Öğretmen;

- ***“Sevgili çocuklar, bugün sizlerle ‘Sevgi Küpü’ adında bir etkinlik yapacağız. Gördüğünüz gibi, bu etkinliğimizde bir küpümüz var. Küpümüzün her yüzünde farklı bir resim var.”*** der ve küpün üstündeki resimleri sınıfa tanıtır.
- ***“Şimdi sırayla gelip küpü yere atacaksınız. Küpü yere attığımızda üst tarafa gelen resimle ilgili ne yapacağınızı sizlere söyleyeceğim.”*** der ve oyunu başlatır.

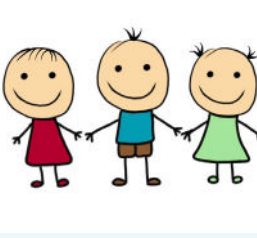


***“Ailen için gelecekte olmasını istediğin üç dilek/istek söyle.”***

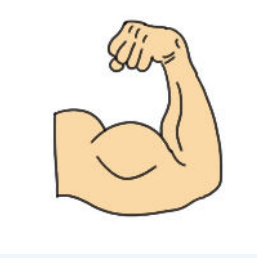




*“Kendin için gelecekte olmasını istediğin üç dilek/istek söyle.”*



*“Arkadaşların için gelecekte olmasını istediğin üç dilek/istek söyle.”*



*“Kimseden yardım almadan yapabildiğin üç şey söyle.”*



*“Sevdiğin diğer insanlar için gelecekte olmasını istediğin üç dilek/istek söyle.”*



*Birlikte oynayalım.*

- *“Makine Taklidi Yapma Oyunu” oyna.*
- *“Arı Vız Vız” oyna.*

*(Öğretmen, grubun özelliklerine göre, bu oyunlardan birini seçer ve oynatır. Oyunlar aşağıda tanıtılmıştır.)*

**1) Makine Taklidi Yapma Oyunu:** Öğretmen, küpü atan çocuğun yanına 5 kişi ekler ve 6 kişilik öğrenci grubuna, diğer çocukların duymayacağı biçimde bir makine adı verir (elektrik süpürgesi, karıştırıcı/çırpıcı, çamaşır makinesi vb.). Altı kişilik bu grup sınıfın bir köşesinde, diğer çocukların duymayacağı biçimde makineyi nasıl canlandıracaklarına karar verirler ve makineyi hep beraber canlandırırlar. Sınıfın bu makineyi tahmin etmesi beklenir.

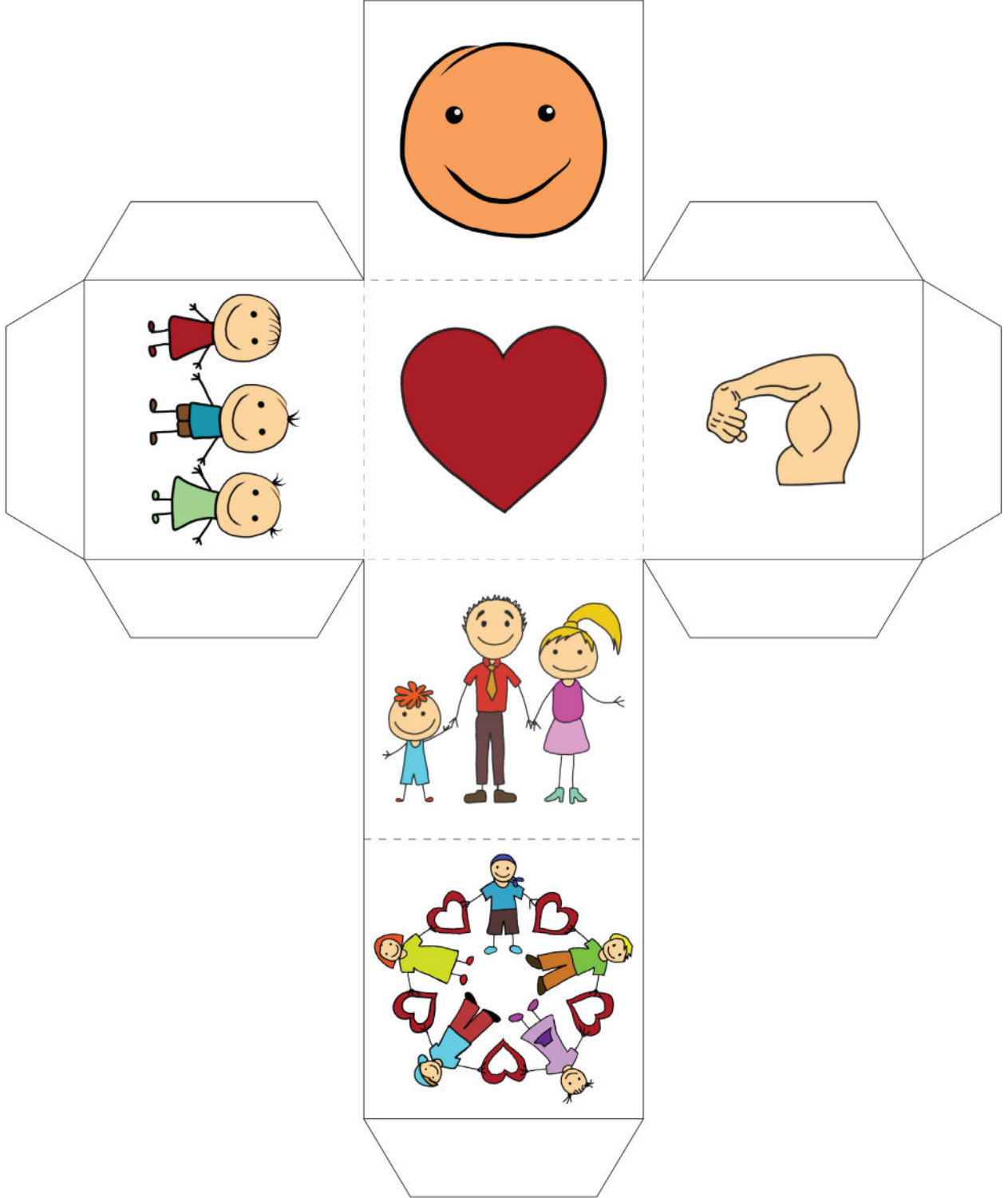
**2) Arı Vız Vız Oyunu:** Küpü atan öğrenci dışarı çıkarılır. Sınıfta bir nesne seçilerek saklanır. Dışarıdaki öğrenci sınıfta dolaşmaya başlar. Öğrenci nesneye yaklaştıkça “vızzzzz...” sesi çıkarılır. Öğrenci nesneyi bulmaya çalışır.

- Her çocuğa en az bir kez küpü atma şansı verecek biçimde süreyi etkin kullanır.
- Tüm çocukların katılımını sağladıktan sonra **“Sevgili çocuklar, bugün hem kendimizle hem de ailemiz, arkadaşlarımız ve diğer sevdiklerimizle ilgili güzel dileklerimizi/isteklerimizi söyledik. Kimseden yardım almadan yapabildiklerimizi de konuştuk. Güzel ve iyi dileklerde/isteklerde bulunmak her zaman kendimizi iyi hissettirir bizi mutlu eder.”** der ve etkinliği sonlandırır.

### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ “Birlikte Oynayalım” bölümünün içeriği güncellenerek etkinlik her yaş grubunda uygulanabilir.
- ✓ Küpte yer alan yönergelerin anlaşılmadığı durumlarda, öğretmen örnekler vererek yönergeyi somutlaştırabilir.
- ✓ Öğretmen, EK-1’deki açık küp şeklini keserek karton gibi sert bir malzemeye yapıştırarak küpü önceden hazırlar. Etkinliğin uygulandığı sınıfın mevcudu göz önüne alınarak herkesin rahat görebileceği biçimde küpün boyutu büyütülebilir.
- ✓ Kalabalık gruplarda dilek/istek sayısı azaltılabilir. Aynı biçimde, kalabalık gruplar ikiye bölünerek etkinlik iki farklı günde gerçekleştirilebilir.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar,

- ❖ Etkinliğin uygulandığı sınıfta görme yetersizliği olan çocuk varsa uygulama sırasında çocuğa yardım edilir ve küpün yüzeyinde bulunan resimler sözel olarak ifade edilir. Çocuk, küpü yere attığında üst yüzeye gelen resim sözel olarak ifade edildikten sonra çocuğun etkinliği tamamlaması istenir.
- ❖ Etkinlik, işitme yetersizliği olan ya da dil konuşma güçlüğü yaşayan çocuğa uygulanırken çocuğun düşüncelerini çizerek ya da görsellerden yararlanarak aktarması sağlanabilir.
- ❖ Etkinlik, bedensel yetersizliği olan (elini/kolunu kullanmakta güçlük yaşayan) çocukla uygulanırken küpü yere atma kısmı öğretmen tarafından ya da sınıf içinden görev verdiği çocuk tarafından yapılabilir. Oyunlar kısmında da çocuğa yardımda bulunulur ya da çocuğun rahatlıkla uygulayabileceği biçimde oyunda uyarlama yapılabilir.
- ❖ “Dilek” ifadesi özel eğitime ihtiyacı olan öğrencilere etkinliğin başında açıklanabilir ya da dilek kavramı yerine “Olmasını çok istediklerin?”, “Neler yapmak istersin?”, “Annen baban için neler istersin?” vb. sorular sorulabilir.



ETKİNLİK ADI
DOĞRULAR VE YANLIŞLAR
<b>TRAVMA TÜRÜ</b> Cinsel İstismar
<b>AMACI</b> Önleyici
<b>HEDEF KİTLE VE KADEME</b> ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul
<b>UYGULAYACAK KİŞİ</b> Öğretmen
<b>KAZANIMLAR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>İyi ve kötü dokunuşları ayırt eder.</li><li>Kötü dokunuşla karşılaştığında ne yapacağını bilir.</li></ul>
<b>ÖNERİLEN MATERYALLER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>İyi ve kötü dokunuşları gösteren resimli olay kartları:<ul style="list-style-type: none"><li>EK-1 (Çocuğunu öpen, şefkatle sarılan anne görseli)</li><li>EK-2 (Öğrencisinin başını okşayan öğretmen görseli)</li><li>EK-3 (Anneannesinin kucağında, anneanesi ile birlikte kitap okuyan çocuk görseli)</li><li>EK-4 (Çocuğuna, yıkanırken yardım eden anne görseli)</li><li>EK-5 (Özel bölgesine dokunmak isteyen kişi karşısında kaygılı/korkmuş yüz ifadesi olan çocuk görseli)</li><li>EK-6 (Yetişkinin sarılması karşısında hoşnut olmayan çocuk görseli)</li><li>EK-7 (Yetişkinin öpmeye çalışması karşısında hoşnut olmayan çocuk görseli)</li><li>EK-8 (Çocuğunun başını okşayan anne, annesine sarılan çocuk görseli)</li><li>EK-9 (Arkadaşının özel bölgesine bakmak isteyen çocuk görseli)</li></ul></li><li>EK-10 (Mutlu Yüz Görseli)</li><li>EK-11 (Üzgün Yüz Görseli)</li><li>Bant</li></ul>
<b>SÜRE</b> 1 ders saati

## AKIŞ SÜRECİ

Öğretmen;

- Etkinliğe başlamadan önce tahtanın/panonun bir tarafına mutlu yüz görseli (EK-9), diğer tarafına da üzgün yüz görseli (EK-10) resmini asar.
- **“Sevgili çocuklar, bugün, karşılaşılabileceğimiz iyi ve kötü dokunuşlardan bazılarının neler olduğunu ve kötü dokunuşlar karşısında neler yapmamız gerektiğini öğreneceğiz. Şimdi size bazı resimler göstereceğim. Göstereceğim resimdeki davranış/dokunuş iyi ise, o resmi tahtadaki/panodaki mutlu yüz resminin altına yapıştıracağız; kötü ise, tahtadaki/panodaki üzgün yüz resminin altına yapıştıracağız.”** der.
- Elindeki, iyi ve kötü dokunuşları içeren resimli olay kartlarından birini rastgele çekerek öğrencilere gösterir ve **“Çocuklar, bu resimde ne görüyorsunuz?”** diye sorar.
- Öğrencilerden cevapları aldıktan sonra, görselin doğru anlaşıldığından emin olmak için, kendisi de resimde ne olduğunu açıklar. Daha sonra **“Peki, bu resimdeki dokunuş sizce iyi dokunma mı, kötü dokunma mı?”** diye sorar.
- Doğru resimleri mutlu yüz görselinin altına, yanlış resimleri de üzgün yüz görselinin altına yapıştırır. Daha sonra,
- **“Sevgili çocuklar,** (gülen yüzün altına yapıştırılan resimleri göstererek) **burada gördüğünüz davranışlar/dokunuşlar gibi iyi dokunuşlarla karşılaşmak bizi mutlu eder, güvende ve iyi hissetmemizi sağlar. Hem kendimizin hem de başkalarının mutlu ve güvende hissetmesi için doğru davranışlar (iyi dokunuşlar gibi) göstermeliyiz. Yanlış davranışlarla (kötü dokunuşlar gibi) karşılaştığımızda ise, kendimizi mutsuz, kötü hissederiz ve güvende hissetmeyiz. Kötü dokunuşlarla karşılaşırsak, kendimizi nasıl koruyacağımızı bilmeliyiz.”** der ve devam eder:
- **“Bunlar gibi** (üzgün yüz altındaki resimleri göstererek) **kötü dokunuşlarla karşılaştığımızda öncelikle ‘Hayır, dur!’ demeliyiz ve hemen oradan uzaklaşıp kaçmalıyız. Haydi bakalım, hep birlikte yüksek sesle ‘Hayır, dur!’ diyelim.”** der ve birkaç kez ‘Hayır.’ deme çalışmasını yaptırır. Kötü dokunuşların başka neler olabileceğine dair örnekler verir (Hiç kimse sizin özel bölgelerinize dokunamaz ve bakamaz; sizin, onun özel bölgelerine bakmanızı ya da dokunmanızı isteyemez vb.). Daha sonra,

- ***“Sevgili çocuklar, tanıdığımız ya da tanımadığımız her kim bize dokunursa dokunsun, eğer bu dokunuş bizi korkutan, mutsuz eden ve kendimizi kötü hissetmemize sebep olan bir dokunuş ise, ona kendimizden emin bir biçimde, kendimize güvenerek ‘Hayır, dur!’ diyeceğiz. Ondan sonra da hemen o kişinin yanından uzaklaşıp güvendiğimiz başka bir büyüğümüze bu durumu anlatacağız. Öğretmenimiz, annemiz, babamız gibi... Eğer bu durumu saklarsak, kimseye söylemezsek o kişi bize yine böyle davranmaya devam edebilir ya da başkalarına da aynı şekilde davranabilir. Sizlerin artık bu konuda çok daha dikkatli davranacağınıza ve kendinizi kötü dokunuşlardan koruyacağınıza inanıyorum.”*** der ve etkinliği sonlandırır.

#### İLAVE BİLGİ VE UYARILAR

- ✓ Etkinlik sırasındaki ve sonrasındaki gözlemlere göre, grubun genel durumundan çok belirgin biçimde ayrışan çocuklar varsa öğretmen tarafından not edilmesi ve altında yatan etkenlerin araştırılmasının (rehberlik servisi ya da RAM tarafından) gerekebileceği unutulmamalıdır.
- ✓ Çocuklar, konuşurken ifadelerine ve verdikleri bilgilere dikkat edilmelidir. Gerekli görülen ya da şüphe edilen durumlarda rehberlik servisi, okulda rehberlik öğretmeni yoksa RAM (Rehberlik ve Araştırma Merkezi) bilgilendirilmelidir.
- ✓ Kalabalık sınıflarda, resimler projeksiyonla da yansıtılabilir.
- ✓ Etkinliği uygularken, çocukları endişelendirmemek adına doğal, sakin, ortalama bir yüz ifadesi ve ses tonu kullanmaya özen gösterilmelidir.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar,
  - ❖ Görme yetersizliği olan öğrenciler için, görseller detaylı bir biçimde anlatılmalıdır.
  - ❖ Kötü dokunuş karşısında tekrar ettirilen “Hayır, dur!” ifadesi ile birlikte çığlık atması istenebilir. Çünkü özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler, istemediklerini ifade etmede “Hayır.” sözcüğünü kullanırken ses tonunu ayarlayamayabilirler.
  - ❖ Yönergenin son paragrafında öğretmenin söylediği cümlelerin daha anlaşılır olabilmesi için eklerde yer alan görseller üzerinde daha fazla durulmalı, iyi dokunuş ve kötü dokunuş ayrıntılı açıklanmalıdır.









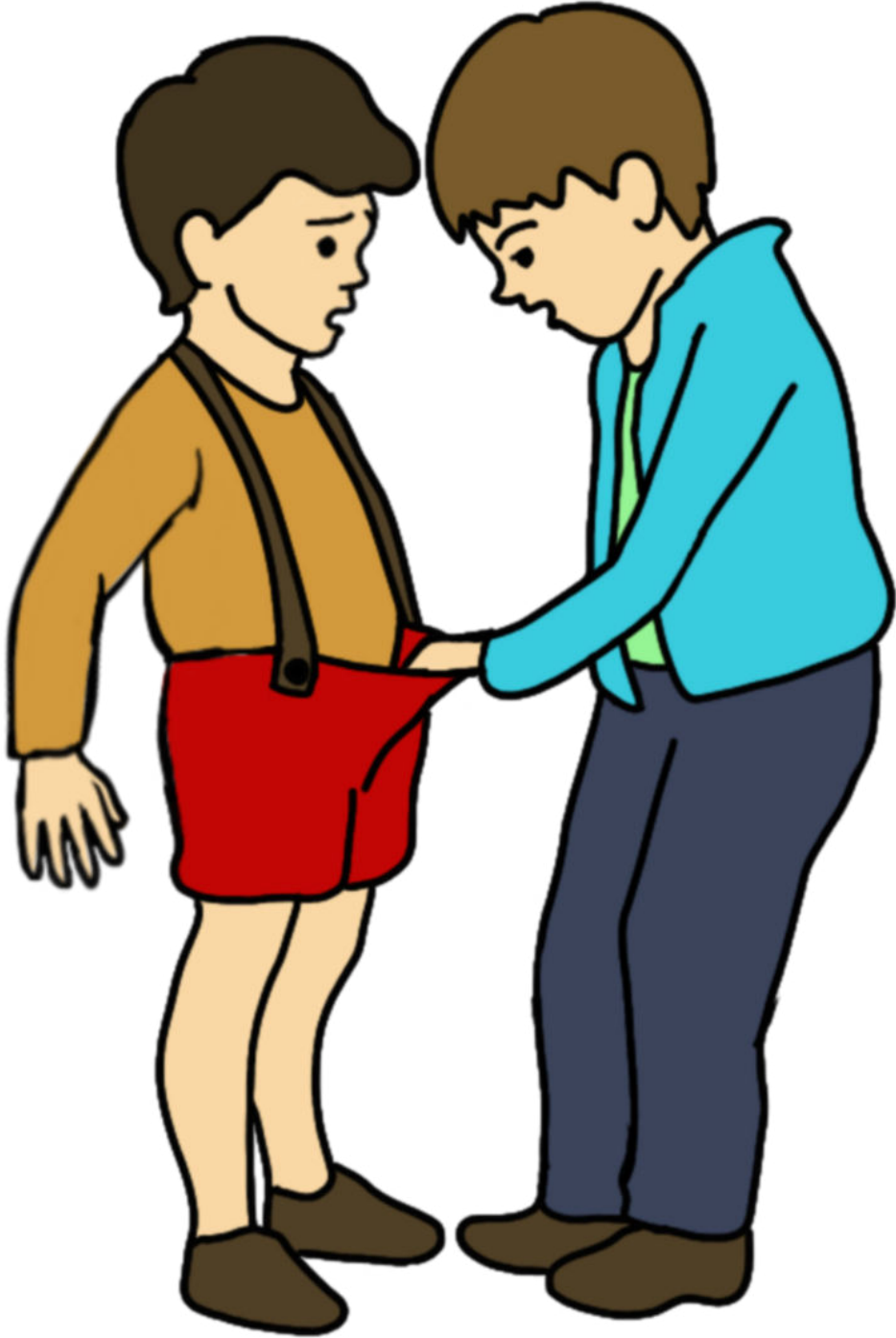




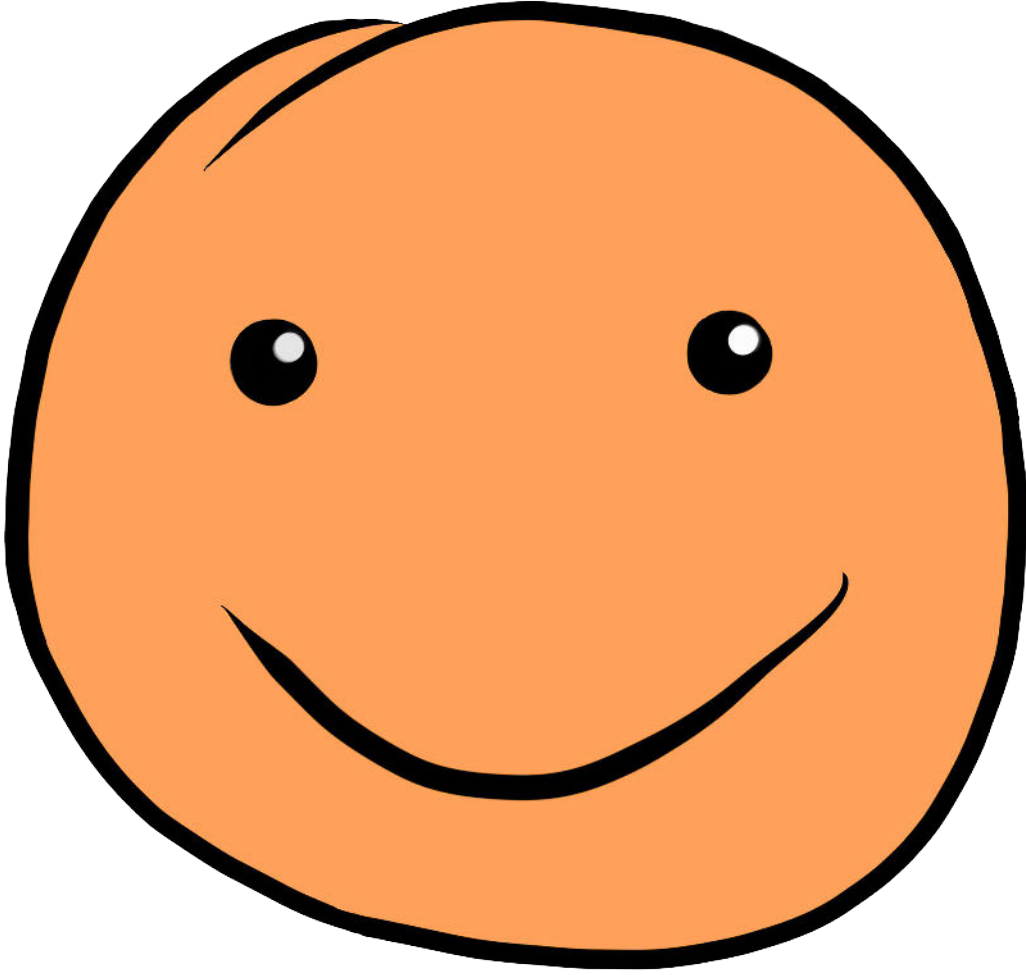














**ETKİNLİK ADI**  
DOĞAL YÜZLER**TRAVMA TÜRÜ**

Doğal Afet, Ölüm-Yas

**AMACI**

Önleyici

**HEDEF KİTLE VE KADEME**

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

**UYGULAYACAK KİŞİ**

Öğretmen

**KAZANIMLAR**

- Travmatik yaşantıların insanlar üzerindeki duygusal etkilerini fark eder.

**ÖNERİLEN MATERYALLER**

- EK-1 (Üzgün Yüz Görseli)
- EK-2 (Korkmuş Yüz Görseli)
- EK-3 (Şaşırılmış Yüz Görseli)
- EK-4 (Öfkeli/Kızgın Yüz Görseli)
- EK-5 (Dört İfadenin Birlikte Bulunduğu Görsel)
- Makas

**SÜRE**

1 ders saati

**AKIŞ SÜRECİ**

Öğretmen;

- Etkinlik öncesinde eklerden sınıftaki öğrenci sayısı kadar çoğaltır.

- **“Sevgili çocuklar, bazen hayatımızda aniden gelişen, bizleri çok etkileyen, üzen, yaşam düzenimizi bozan olaylar olur. Bunlara travmatik olaylar denir. Bu olaylar sonrasında kendimizi mutsuz, üzgün, korkmuş, şaşırılmış ya da öfkeli hissedebiliriz. Üzgün hissettiğimizde buna benzer bir yüz ifademiz olur (EK-1’i gösterir). Korkmuş hissettiğimizde buna benzer bir yüz ifademiz olur (EK-2’yi gösterir). Şaşırılmış hissettiğimizde buna benzer bir yüz ifademiz olur (EK-3’ü gösterir). Öfkeli/kızgın hissettiğimizde buna benzer bir yüz ifademiz olur (EK-4’ü gösterir). (Yüz ifadelerini çocuklara gösterirken, çocuklarla birlikte ifadeler canlandırılabilir: “Üzgün hissettiğimizde yüzümüz nasıl olur, haydi birlikte yapalım.” gibi). Şimdi sizlere bu yüz ifadelerini dağıtacağım ve bazı cümleler okuyacağım. Okuduğum cümleden sonra hangi duyguyu hissederseniz, elinizdeki yüz ifadelerinden uygun olanını kaldırıp bana göstermenizi istiyorum.”** der ve aşağıdaki cümleleri sırasıyla okuyarak çocuklardan, hissettikleri duyguya ait yüz ifadesini göstermelerini ister (Etkinliğe katılım için, her çocuğu teşvik etmeye özen gösterir. Çocukların, yaşanan olaylara benzer duygusal tepkiler verebileceği gibi aynı olay karşısında farklı duygusal tepkiler de verebileceğini göz önünde bulundurur.):
- **“Dışarıda çok yağmur yağdığı için parka gidemediniz. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Çok sevdiğiniz bir oyuncakınızı otobüste unuttunuz. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Yemek/kantin sırasında bir arkadaşınız önünüze geçti. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Dün gece komşunuzun evi yandı. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Televizyonda haberleri izlerken binaların deprem sonucunda yıkıldığını gördünüz. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Bir arkadaşınızın, en sevdiğiniz oyuncakınızı izinsiz götürdüğünü fark ettiniz. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Sevdiğiniz bir hayvanınız öldü. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“En sevdiğiniz arkadaşınız okuldan ayrıldı. Bu durumda ne hissedersiniz?”**
- **“Sevgili çocuklar, yaşadığımız üzücü olaylar sonrasında hepimiz bunlara benzer duygular hissedebiliriz. Korku, kaygı, üzüntü, suçluluk, pişmanlık gibi... Bu, çok normaldir. Bu duyguların hayatımıza etkileri zaman içerisinde değişebilir. Yani zamanla daha iyi hissetmeye başlarız. Ancak, kendimizi sürekli olarak mutsuz, üzgün, korkmuş hissederek, bu durumu ailemizle ya da öğretmenlerimizle konuşmalıyız.”** der ve etkinliği sonlandırır.

**İLAVE BİLGİ VE UYARILAR**

- ✓ Aktarılabak bilgi, öğrencilerin yaş düzeylerine göre uyarlanmalıdır.
- ✓ Kalabalık sınıflarda, ilk 4 ekten her öğrenci için çoğaltmakta güçlük çekilirse, sınıf mevcudu kadar EK-5'ten çoğaltılır, yüz ifadeleri makasla kesilerek yine her öğrenciye 4 duygu ifadesi (daha küçük boyutlarda) dağıtılmış olur. Abeslanglara (ahşap dil çubuğu) yapıştırılarak döviz biçiminde de hazırlanabilir.
- ✓ Olanakların uygun olduğu okullarda renkli çıktı alınması, uygulamanın etkililiğini arttıracaktır.
- ✓ Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapılacak uyarlamalar,
  - ❖ Duygu ifadesini havaya kaldırmakta güçlük yaşayan öğrenciler işaretle gösterebilirler ya da sözel olarak ifade edebilirler.

