

MODÜL 2 - DUYGULARI TANIMAK VE İFADE ETMEK

Etkinliğin Adı: DUYGU ÇARKI

Süre: Bir ders saati

Amacı

“Salgın konusunda duyguları tanımlarına yardım etmek”

“Salgına ilişkin kendi duygularını ifade etmelerine destek olmak”

“Herkesin farklı duyguları olabileceğini anlamalarına yardımcı olmak”

Yöntem: Soru-cevap, Beyin Fırtınası

Sınıf Düzeyi: Ortaokul

Materyal: Tahtaya asılacak duygu çarkı, top (bulunmazsa buruşturulmuş bir kâğıt)

Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık: -

Süreç (Uygulama Basamakları):

Duygu çarkının kullanılmasının amacı pek çok duygunun olduğunu öğrencilere hatırlatmak ve öğrencilerin zor durumlarda yaşanabilecek duyguları isimlendirebilmelerini sağlamaktır. Duyguları isimlendirmek bireyin duygularını açıklamasına ve yönetmesine yardımcı olacaktır. Duygular hakkında konuşmak bu duygularla nasıl başa çıkılabileceğini fark etmeye fırsat verir.

1. “Merhaba arkadaşlar, geçen çalışmamızda salgın konusunu konuşmuştuk. Bugün duygularımızı konuşmak istiyorum, şimdi size bir duygu çarkı göstermek istiyorum. Hep beraber buradaki duygulara bir bakalım.”

Ekte yer alan duygu çarkında yer alan bütün duyguların isimleri tek tek okunur. Ardından duygu çarkı tahtaya asılır, öğrencilerden ellerine küçük bir top almaları (Top yoksa kâğıttan buruşturularak top da yapılabilir.) ve sıra ile duygu çarkına ellerindeki topu atmaları istenir. Öğrencinin topu hangi duyguya gelirse bu duyguyla ilgili aşağıdaki soruları cevaplaması istenir:

- » duygusu senin için ne anlama geliyor?
- » Daha önce bu duyguyu yaşadın mı? Hayır cevabı gelirse bu duyguyu yaşadığını tahmin ettiğin kimler var?
- » Bu duyguyu benzetmek isteseydin neye benzetirdin?
- » Çok yakın olduğun birisi bu duyguyu yaşasaydı sen kendini nasıl hissederdin?
- » Salgın döneminde bu duyguyu yaşadın mı? Eğer istersen bunu anlatabilir misin?

2. “Evet, sizin de gördüğünüz gibi aslında pek çok duygu ismi var burada. Duygular bizi yaşama bağlar ve hayatta tutar. Duygularımız sayesinde biz ihtiyaçlarımızı karşılarız ve kendimizi duruma hazırlarız. Örneğin korktuğumuz bir duruma karşı önlemler almaya çalışırız. Aynı salgın döneminde yakınlarımızın ve kendimizin güvenliği için önlemler almamız gibi.

3. Şimdi sizlerden dağıttığım formlara salgın döneminde yaşadığınız duyguları nedenleri ile yazmanızı istiyorum. Örneğin “Ben salgın hastalığın ilk ortaya çıktığı dönemde kendimi huzursuz hissettim, çünkü ne ile karşı karşıya olduğumu bilmiyordum.” Bu formu doldurmak için yaklaşık 10 dakikanız var.

4. Öğrencilerin formu doldurmaları sırasında uygulayıcının sınıf içinde dolaşması ve öğrencileri gözlemesi önerilir.

5. Öğrencilerden salgın döneminde hissettikleri duyguları söylemelerini isteyin. “Arkadaşlar şimdi salgın döneminde hissettiğiniz duyguları belirtmenizi istiyorum.” gibi.

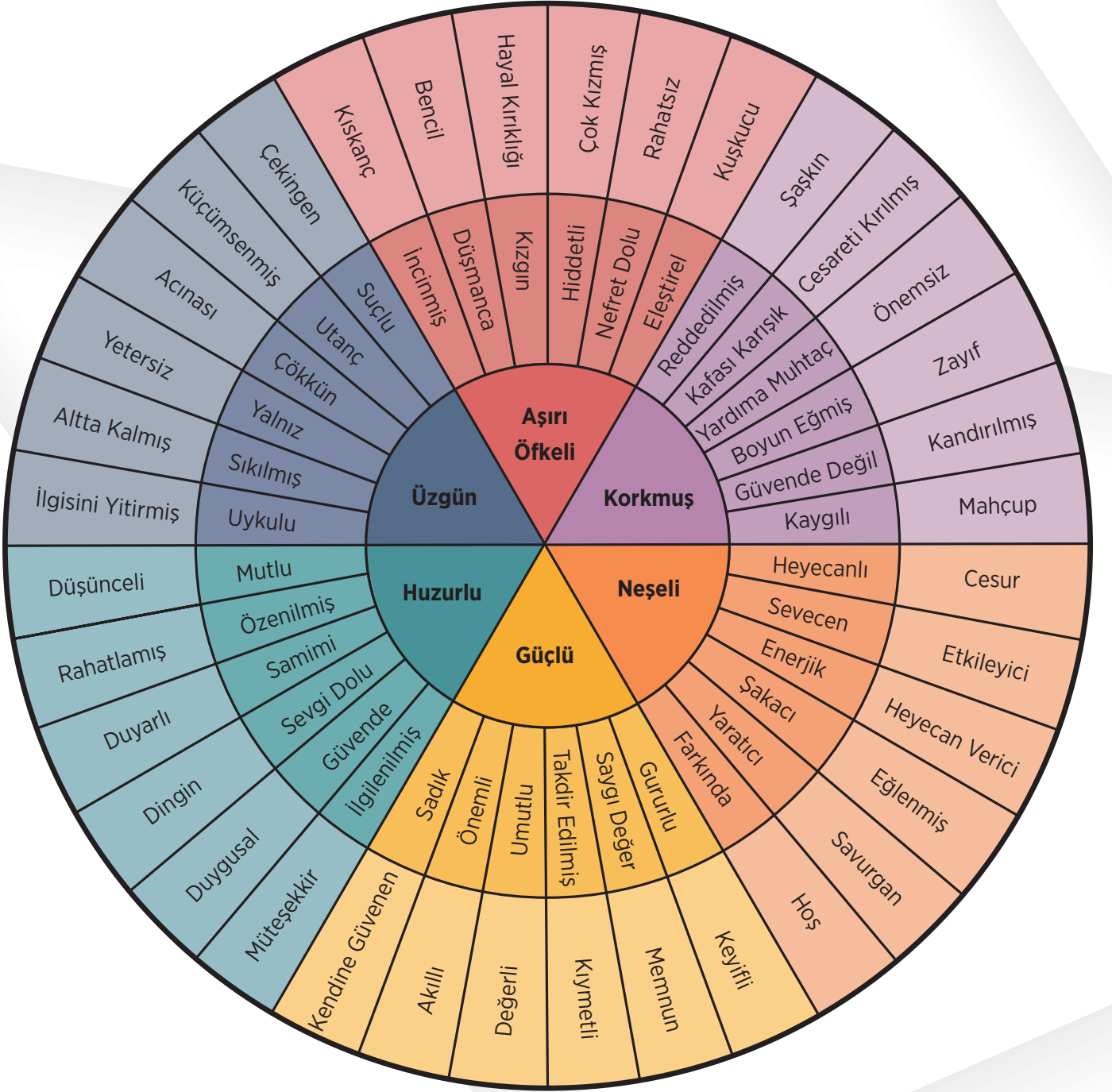
» Dikkat ettiniz mi en çok hangi duygular söylendi? Evet, sizin de söylediğiniz gibi hepimiz farklı duygular deneyimledik salgın döneminde. Bazılarımız daha çok üzülürken, bazılarımız korktuk bazılarımız öfkelenedik ve bazılarımız hayal kırıklığı yaşarken bir taraftan da umudumuzu koruduk. Etkinliğe katıldığınız ve paylaşımlarda bulunduğunuz için teşekkür ederim, denerek etkinlik tamamlanır.

Kazanımın Değerlendirilmesi: Bu etkinlikte öğrencilerin salgın döneminde yaşadıkları duyguları nedenleri ile anlatması sağlanmalıdır. Salgın dönemi duygularını fark etmek ve ifade edebilmek, onlarla başa çıkabilmek adına da önemli olacaktır.

Ödevler: -

Öğretmene Uygulayıcıya Not: Salgın dönemine ilişkin yoğun ve olumsuz etkilere sahip duyguları çok fazla dile getiren öğrencilerle bireysel olarak çalışılması gerekecektir.

Etkinliği Geliştiren: Bu etkinlik 14-18 Mayıs 2021 tarihinde gerçekleştirilen çalışmaya katılan rehber öğretmen/psikolojik danışmanların katkılarıyla hazırlanmıştır.



SALGIN DÖNEMİNDE YAŞADIĞIM DUYGULAR

SALGIN DÖNEMİNDE YAŞADIĞIM DUYGU	BU DUYGUNUN SEBEBİ
<p>.....hissettim,</p>	<p>Çünkü.....</p>
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	