

ETKİNLİK ADI  
PARLAYAN GÜNEŞİM

TRAVMA TÜRÜ

Doğal Afet

AMACI

Önleyici

HEDEF KİTLE VE KADEME

ÖĞRENCİ - Okul Öncesi, İlkokul

UYGULAYACAK KİŞİ

Öğretmen

HEDEFLenen KAZANIMLAR

- Travmatik yaşantılar sonucunda hissedilebilecek duyguları fark eder.
- Travmatik yaşantıların insanlar üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmak için yapabilecekleri bilir.

ÖNERİLEN MATERYALLER

- 1 adet fon kartonu (Üzerinde güneş resmi olacak ya da çizilecek.)
- Renkli, yapışkanlı kâğıt (post-it)
- EK-1 (Çığ Görseli)
- EK-2 (Deprem Görseli)
- EK-3 (Heyelan Görseli)
- EK-4 (Hortum Görseli)
- EK-5 (Kuraklık Görseli)
- EK-6 (Sel Görseli)
- EK-7 (Tsunami/Dev Dalga Görseli)
- EK-8 (Volkanik Patlama Görseli)
- EK-9 (Yangın Görseli)
- EK-10 (Yıldırım Görseli)
- Ek-11 (Örnek Güneş Görseli)
- EK-12 (Duygu Listesi)
- EK-13 (Travmanın Etkisini Azaltacak Öneriler)

SÜRE

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 yapıştıracam. Bulacağımız çözüm yollarıyla güneşimiz daha da parlayacak."* der ve öğrencilere uygun geri bildirimleri vererek cevapları sırayla alır.
- Cevapları post-İtlere 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 ilkokul 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.

#### 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.



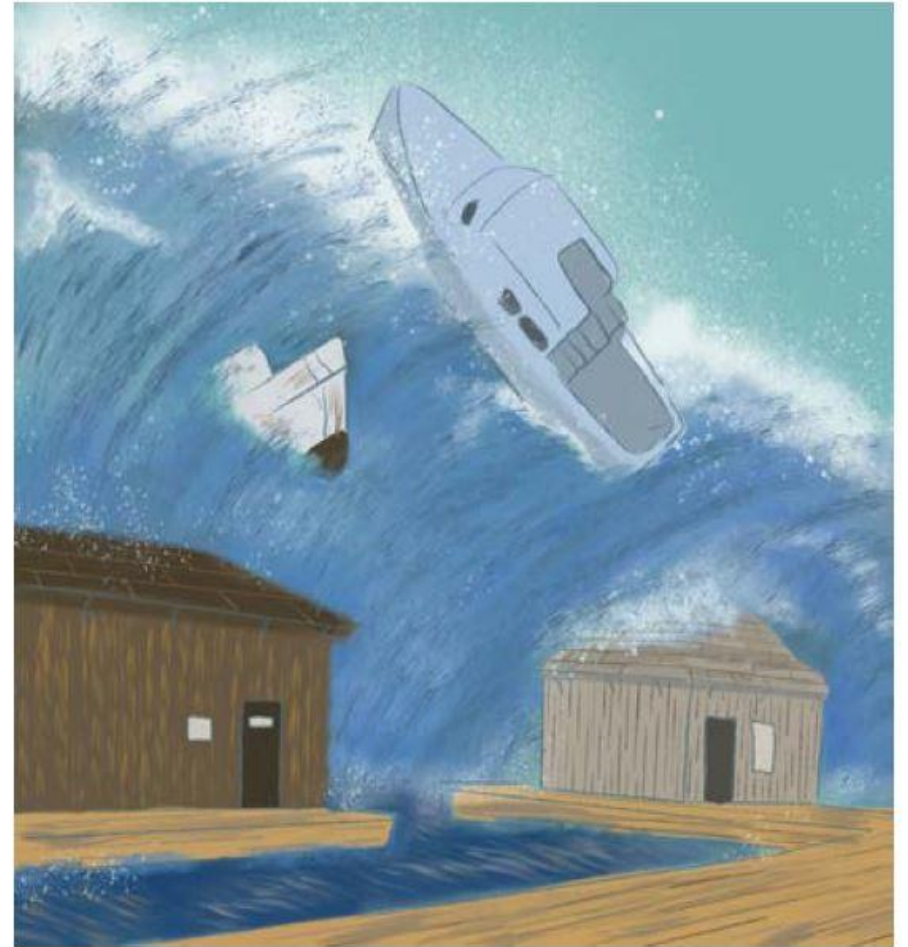




EK-6



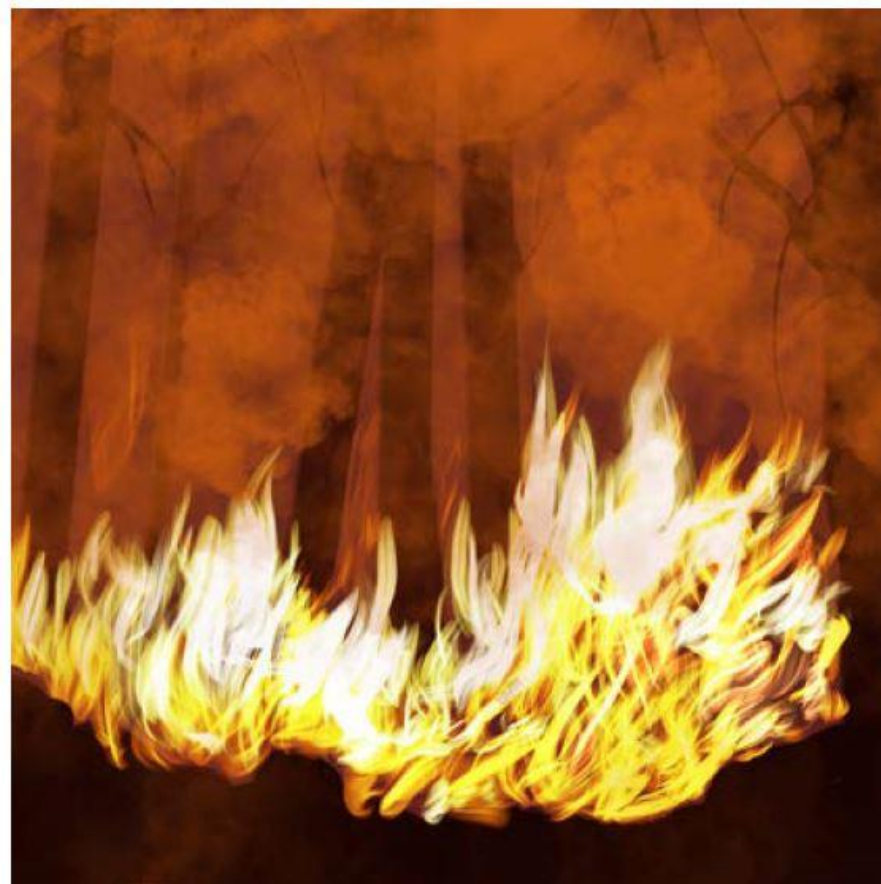
EK-7



EK-8



EK-9



EK-10



EK-11

