

## Oturum 2: Duygularımızı Tanıyalım

<b>Etkinliğin Adı:</b>	Duygu Renklerim
<b>Amacı:</b>	Depremden sonra yaşanan duyguları ifade etmelerini sağlamak
<b>Yöntem:</b>	Resim çizme
<b>Sınıf Düzeyi:</b>	Lise
<b>Süre:</b>	Bir ders saati
<b>Materyal:</b>	Resim kâğıdı, boya kalemleri
<b>Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık:</b>	-
<b>Süreç (Uygulama Basamakları):</b>	<p><b>1.</b> Uygulayıcı öğrencilere “Bugün duygularımızdan bahsedeceğiz. deprem sonrası birçok farklı duyguyu aynı anda hissediyor olabilirsiniz. Kimi zaman bu duyguların bir kısmı yoğunlaşıp ön plana çıkabilir kimi zaman ise bir hissizlik olabilir. Bunların hepsi anormal bir duruma verilen normal tepkilerdir. Bu tür planlanmamış olaylar sonrası bireyler öfke, üzüntü, kaygı, korku gibi birtakım duyguları yoğun olarak yaşayabilirler. İlk yapmamız gereken ne hissettiğimizi tanımlayabilmektir. Bunun için sizlerle bir etkinlik yapmak istiyorum” diyerek süreci başlatır.</p> <p><b>2.</b> Öğrencilere resim kâğıtları ve boya kalemleri dağıtıldıktan sonra “Öncelikle sizden içinizdeki duyguları hissetmenizi ve onları tanımlamanızı istiyorum. Şu an hissettiğiniz her bir duygu için farklı bir renk seçin. Resim kâğıdına her bir duygunun yoğunluğuna göre o renkte şekiller yapın. Şekiller istediğiniz gibi olabilir, önemli olan kapladığı yer. Örneğin; şu an en çok mutluluk duygusunu hissediyorsanız ve mutluluğa turuncu renk dediyseniz kâğıdınızın çoğunluğu turuncuya boyanmış olacak.” yönergesi verilir. Eğer öğrenciler anlamakta güçlük çekerse uygulayıcı bir örnek yaparak sınıfa gösterir.</p> <p><b>3.</b> Öğrencilere resimlerini tamamlamaları için yeterli süre tanındıktan sonra gönüllülerden başlanarak resimlerini sırayla grupta paylaşmaları ve hissettikleri duyguları anlatmaları istenir. Uygulayıcı aşağıdaki örnek sorular sorarak süreci yönetebilir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Duygularını kolay tanımlayabildin mi?</li><li>• Adını koymakta zorlandığın bir duygu oldu mu?</li><li>• Duygu renklerini seçmek nasıl bir süreçti?</li><li>• Duygu renklerini kâğıda aktarırken neler hissettin?</li><li>• Resmi tamamladıktan sonra neler hissettin?</li></ul> <p><b>4.</b> Öğrenciler resimlerini ve hislerini paylaştıktan sonra teşekkür edilerek etkinlik sonlandırılır.</p>
<b>Kazanımın Değerlendirilmesi:</b>	Öğrencilerden yaşamakta oldukları en az bir duyguyu isimlendirmeleri beklenmektedir.
<b>Ödevler:</b>	-
<b>Uygulayıcıya Not:</b>	-
<b>Etkinliği Geliştiren:</b>	
<b>Ek:</b>	-