|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  | DEĞİŞEN DUYGULAR  **SOSYAL DUYGUSAL GELİŞİM** **G E L İ Ş İ M A L A N I****Y E T E R L İ K A L A N I** **Duyguları başkalarına rahatsızlık vermeden ifade etme.****Benzer durumlarda yaşanabilecek farklı duyguların olabileceğini fark etme.****K A Z A N I M / H A F T A****U Y G U L A Y I C I İ Ç İ N Ö N H A Z I R L I K****1. Uygulayıcı önceki hafta işlediği duygularla ilgili gönüllü öğrencilerin “Haftalık Duygu Çizelgesi”nin paylaşılması ile konuya giriş yapar.****2. Ek-1 de yer alan durumlar bir kağıda yazılarak zarfa konur ya da kağıt katlanır.****3. Her bir zarfta olan durumun, 6 ana duyguyla örtüşecek şekilde tamamlanması istenir.****Ek 1 de yar alan durumların yazılı olduğu zarflar.****A R A Ç G E R E Ç L E R** **ORTAOKUL-LİSE****SÜRE** **40 DK- BİR DERS SAATİ****SINIF DÜZEYİ** |  |
|  |  |  |

|  |
| --- |
|  “ **Aşağıdaki hatırlatma ile etkinliğe başlanır; “Geçen hafta duygular hakkında bir etkinlik yapmıştık. Bu hafta da bakış açımızın yani düşünce biçimimizin aynı olayda nasıl farklı duygular hissettirebileceğine dair bir etkinlik yapacağız.** **2. Aşağıdaki açıklama ile oyun anlatılır;****“Şimdi bir zarf seçmenizi istiyorum. Seçtiğiniz bu zarfta yarım bırakılmış durumu kendi düşünce ve duygunuza göre tamamlamanızı istiyorum.”****Örnek: Yemek sırasında arkamdan birisi omuzuma dokunduğunda……………………….** **(NOT: olabildiği kadar tüm duygulara uyarlanmaya çalışılır.)****Öfke: Bana sataştığını düşündüğüm için öfkelendim.** **Mutluluk: Omzuma dokunanın yakın arkadaşım olduğunu görünce sevindim.****İğrenme: Omzuma dokunanın yeterince temiz/titiz olmadığını düşündüğüm kişi olduğunu görünce iğrendim.****Sürpriz: Omzuma dokunanın uzun zamandır görüşmediğim kişi olduğunu görünce bana sürpriz oldu.****Korku: Omzuma dokunanın sınıfın en zorbası olduğunu görüne korktum.** **Üzüntü: Omzuma dokunanın daha öncesinde benimle alay eden bir kişi olduğunu görünce üzüldüm.****Öğrencinin seçtiği zarfa göre şu sorulur : “Bu durum sana ne hisettirir?”****Öğrencinin cevabının ardından sınıfa “Peki siz bu cümleyi nasıl tamamlardınız? Bu durumda neler hissederdiniz? Sorusu sorulur.****Etkinlik 6 ana duygu konuşulana kadar devam ettirilir.****Sonra diğer zarfa geçilerek tüm zarflar bitene kadar uygulama bu şekilde devam eder.**Kapalı KitapKalemYardımBüyüteçAyak izleriAyak izleriAyak izleri  **UYGULAMA** **BASAMAKLAR I**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|   Bakış açımızın yani düşünce biçimimizin aynı olayda nasıl farklı duygular hissettirebileceğini fark eder.Paylaşımlar esnasında öğrencilerin yargılanmadan kendisini ifade etmesine dikkat edilmelidir.Öğrenciler farklı duygu örnekleri belirtmekte zorlandığında, rehberlik edilmelidir.Ana duygular ve ana duygulara bağlı alt duyguların tanınması ve “Haftalık Duygu Çizelgesi” ne kaydedilmesi sağlanmıştır. | Kağıt uçak |  |
|  |  |
|  | Oyun kumandası |
| Plaj topu |  |
|  |  |
|  |  |
|  | Futbol |
|  |  |
| Yapboz |  |
|  |  |
|  |  |
| Mercek |  |
|  | Masa tenisi |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  Ek-1 DURUM ZARFLARI FORMU: Yabancı dil konuşma sınavında sıra bana geldiğinde…………………………………………………………………………… Bir arkadaşım bana başka bir arkadaşımla ilgili ………………. Dış görünüşümle ilgili yorum yapıldığında…………. Sınav sonucumu ailemle paylaştığımda…………… Önceden çok iyi anlaştığım ancak şimdi küs olduğum arkadaşım…………………………. Ailem benimle bir konu hakkında konuşmak istediğinde …………………… Yeni bir ortama girdiğimde (sınıf, okul, şehir değişikliği) Telefonum elimden alındığında…………… | Kağıt uçak |  |
|  |  |
|  | Oyun kumandası |
| Plaj topu |  |
|  |  |
|  |  |
|  | Futbol |
|  |  |
| Yapboz |  |
|  |  |
|  |  |
| Mercek |  |
|  | Masa tenisi |