|  |
| --- |
| ETKİNLİK ADI  DOĞAL TEPKİLER |
| TRAVMA TÜRÜ  Doğal Afet, Ölüm-yas |
| AMACI  Önleyici |
| HEDEF KİTLE VE KADEME  ÖĞRENCİ - Ortaokul, Lise |
| UYGULAYACAK KİŞİ  Öğretmen |
| KAZANIMLAR   1. Travmatik olayların insan üzerindeki duygusal ve davranışsal etkilerini fark eder. 2. Travma sonrasındaki baş etme becerileri hakkında farkındalık kazanır. |
| ÖNERİLEN MATERYALLER   1. Kalem 2. A3 Kâğıt |
| SÜRE  1 ders saati |
| AKIŞ SÜRECİ  Öğretmen;   1. *“Sevgili öğrenciler, bazen hayatımızda aniden gelişen, bizleri derinden etkile­yen, üzen, yaşamımızda izler bırakan olaylar olur. Bunlara travmatik yaşan­tılar deriz. Travmatik olay sonrasında insanlar bazı duygusal ve davranışsal tepkiler verebilirler. Şimdi olası bir doğal afet yaşandığını hayal etmenizi is­tiyorum.”* der ve sınıfı 3 gruba ayırır. Her bir grubun aşağıdaki konulara göre bir hikâye oluşturmasını ister: 2. 1. Grubun Konusu: Doğal afet anında yaşananlar 3. 2. Grubun Konusu: Doğal afet sonrasında verilen duygusal ve davranışsal tepkiler 4. 3. Grubun Konusu: Yaşanan travmatik olay sonrasında yapılabilecek |

|  |
| --- |
| 1. 1. Grubun Konusu: Doğal afet anında yaşananlar 2. 2. Grubun Konusu: Doğal afet sonrasında verilen duygusal ve davranışsal tepkiler 3. 3. Grubun Konusu: Yaşanan travmatik olay sonrasında yapılabilecekler/çözüm önerileri 4. Gruplara, hikâyelerini tamamlamaları için 15 dakika süre tanır. Hikâyesini tamam­layan grupların, bir grup sözcüsü belirleyerek hikâyesini paylaşmasını sağlar. Her grubun paylaşımından sonra diğer grupların da o konuya eklemek istedikleriyle ilgili görüşlerini alır ve daha sonra; 5. *“Yaşanılan travmatik olaylardan sonra çeşitli duygusal ya da davranışsal tep­kiler verebiliriz. Korku, kaygı, üzüntü, suçluluk, pişmanlık gibi duygusal tep­kilerin yanı sıra; aşırı uyuma, uykusuzluk, yorgun hissetme, terleme, çarpıntı, mide bulantısı gibi davranışsal tepkiler de ortaya çıkabilir. Bu tepkilerin varlı­ğı ve süresi kişiden kişiye değişebilir.”* der. 6. *“3. gruptaki arkadaşlarımızın paylaştığı gibi çeşitli çözümler mümkündür. Ör­neğin travma öncesinde yapmaktan hoşnut olduğumuz, kendimizi iyi hisset­tirecek hobileri, sosyal-kültürel etkinlikleri yeniden yapmaya özen göstermek, okula gitmek, işe gitmek, alışverişe gitmek gibi günlük yaşam akışına geri dönmemiz, bundan sonra yaşanması olası travmatik olaylarla ilgili -deprem çantası hazırlamamız gibi- her türlü önlemi almaya çalışmamız, sevdikleri­mizle daha çok zaman geçirmeye, duygularımızı onlarla paylaşmaya özen göstermemiz bu çözümlerden bazılarıdır.”* der. 7. *“Sevgili öğrenciler, tüm bu duygusal ve davranışsal tepkileri yaşamamız nor­maldir ama bu duyguların hayatımıza etkileri uzun süre devam ederse ve günlük yaşantınızı zorlaştırırsa ailenizden, okul rehberlik öğretmeninizden ya da sağlık kurumlarından yardım alabilirsiniz.”* der ve etkinliği sonlandırır. |
| İLAVE BİLGİ VE UYARILAR   1. 2. grubun konusu olan “duygusal ve davranışsal tepkiler” ifadesi öğrenciler tara­fından anlaşılmazsa, uygulayıcı tarafından somut örnekler verilerek gerekli açık­lamalar yapılır.    1. Bu etkinliğin uygulandığı sınıfta özel eğitime ihtiyacı olan öğrenciler varsa yapıla­cak uyarlamalar, Öğretmen öğrencinin ön koşul becerilerini yeterli görürse etkinlikte uyarlama yapmayabilir.    2. Görme yetersizliği olan ve yazmakta güçlük çeken öğrenciler düşündüklerini sözel olarak ifade edebilir, resim çizebilir |