|  |
| --- |
| 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
 |