

# Deprem Psikososyal Destek Eğitimi

## Ortaokul Sınıf Rehber Öğretmeni Uygulama Rehberi

Bu uygulama rehberi deprem psikososyal öğrenci oturumlarının planlaması ve uygulamasında sınıf rehber öğretmenlerine kolaylık sağlaması amacıyla hazırlanmıştır.

Uygulama rehberindeki adımları takip edip, işaretleyerek ilerlediğinizde psikososyal çalışmalarla ilgili iş/işlemlerin tümünü eksiksiz şekilde tamamlamış olacaksınız.

Etkinlikler standart bir gruba yönelik yazıldığı için rehberde oturum uygulamaları ve ek materyallere ait alternatifler sunulmuştur. Uygulayıcı tarafından sadece bu alternatif bilgileri okumak yeterli değildir, etkinliğin tamamı rehberde yer alan karekodlar kullanılarak incelenmelidir.

**Etkinlikler esnasında depremden yoğun şekilde etkilendiği gözlemlenen öğrenciler ve sınıfa deprem bölgesinden nakil gelen öğrenciler(tüm dönem boyunca) Okul PDR Servisi'ne bildirilmelidir.**

### Öğrenci Etkinlikleri



#### 1.Oturum: Sen Kimsin?

Bu oturumun temel amacı grup kurallarının belirlenmesidir. Sen kimsin? isminde bir ısınma oyunuyla başlanır. Oyunun başında öğrencilerin daire olması istenir. Kalabalık sınıflarda daire olmadan, öğrenciler kendi sıralarında söz alarak etkinliğe katılım sağlayabilirler. Isınma oyunu tamamlandıktan sonra grup kuralları belirlenir.

1.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



**Veri Girişi:** 1.Oturumun sonunda MEBBİS e-Rehberlik modülüne veri girişi yapılabilmesi için gruptaki toplam öğrenci sayısı kız-erkek olacak şekilde psikolojik danışman/rehber öğretmene bildirilmelidir.

#### 2.Oturum: Duygularımızı Tanıyalım

Bu oturumun amacı öğrencilerin duygularını ifade etmesini sağlamaktır. Etkinlikten önceki gün öğrencilerin boya kalem getirmeleri istenebilir. Etkinliğin ekinde yer alan kupa çoğaltılamıyorsa uygulayıcı boyama başlamadan öğrencilerden boş bir kağıda kupa çizmelerini isteyebilir. Uygulayıcı duygu ifadelerini dikkatle incelemeli ve korku, kaygı, öfke gibi duyguları yoğun yaşadığını düşündüğü öğrencileri gözlemlemelidir.

2.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



#### 3.Oturum: Korkuyla Baş Etme

Bu oturumda öğrencilerin korkusuyla baş etme becerilerini desteklemek amaçlanmaktadır. Etkinlikten önceki gün boya kalemleri getirmeleri istenebilir. Etkinlik boyunca korkunun normal ve herkeste olan bir duygu olduğu ve bu gerçeklikle etkinliğin uygulanması gerektiği unutulmamalıdır. Çizim yapılırken, çizim yeteneğinin önemli olmadığı herkesin dilediği gibi çizim yapabileceği ifade edilmelidir. Korkuyla baş etme yöntemleri korku çiziminin yanına ya da kağıdın arkasına yazılabilir.

3.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



#### 4.Oturum: Kaygıyla Baş Etme

Bu oturumda öğrencilerin kaygıyla baş etme becerilerini desteklemek amaçlanmaktadır. Etkinlikte öğrencilerin kaygıyla baş edebildiği zamanlara örnek bulması zor olabiliyor. Bu yüzden uygulayıcı hem kaygı durumuna hem de bu kaygı durumuyla baş ettiği zamanlara örnek verebilir. Ekte yer alan nefes çemberi çoğaltılamıyorsa, öğrencilerden boş bir kağıda daire çizmeleri ve 8 tane nokta koymaları istenebilir. Uygulayıcı öğrencilerin kaygı durumunu kendilerinin düşünmesini riskli buluyorsa örnek bir durum verebilir. Nefes egzersizinin tekrarlanması için ödevde verilir.

4.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



#### 5.Oturum: Öfkeyle Baş Etme

Bu oturumda öğrencilerin öfkeyle baş etme becerilerini desteklemek amaçlanmaktadır. Etkinlikte deney yapılacağı için materyaller etkinlik öncesinde uygulayıcı tarafından hazırlanmalıdır. Öfkeyle baş etme stratejileri söylenirken öğrencilerin daha kolay bulabilmeleri için uygulayıcı yönergedeki örnekleri verebilir.

5.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



#### 6.Oturum: Üzüntüyle Baş Etme

Bu oturumda öğrencilerin üzüntüyle baş etme becerilerini desteklemek amaçlanmaktadır. Etkinlikten önceki gün öğrencilerin boya kalemlerini getirmeleri istenebilir. Ek-1 çoğaltılamıyorsa öğrenciler boş bir kağıt kullanabilir. Kağıdın arka tarafı ise ek-2 yerine kullanılabilir. Öğrenciler 6 daire çizer ve üzüldüğünde neler yapabileceğini bu dairelere yazar. Bu etkinlikte üzgün olduğunda ağlamanın normal ve rahatlatıcı bir davranış olduğu vurgulanmalıdır.

6.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



### 7.Oturum: İyimser Bakabilme

Öğrenciler etkinliğe daire olarak başlar ama kalabalık sınıflarda sıralarında etkinlikleri gerçekleştirebilirler. Etkinliğin hikaye kısmında tüm öğrencilere söz hakkı verilmesi önemlidir. Uygulayıcı etkinlik sonunda ifade edilen ödevi öğrencilere mutlaka belirtmelidir. Bu ödev etkinliğin pekiştirilmesin, ve olumlu düşünmenin gelişmesini sağlayacaktır.

7.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



### 8.Oturum: Ben Değerliyim

Ek-1 çoğaltılamıyorsa öğrencilerin bir kağıt çıkartmaları ve dikine ortadan ikiye bölecek bir çizgi çekmeleri istenir. Kağıdın bir tarafına hoşlandıklarım, bir tarafına hoşlanmadıklarım yazarak doldurmaları istenebilir. Kağıdın arka tarafına ise hoşlanmadığı özelliklerini nasıl hoşlandıklarına çevirebileceğini yazması istenir.

8.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



### 9.Oturum: Ben Yalnız Değilim/Destek Kaynaklarım

Ek-1 öğrenci sayısı kadar çoğaltılır. Ek-2 uygulayıcıya örnek sunmak amacıyla hazırlanmıştır. Ek-2 öğrencilere dağıtılmaz. Yardım alınabilecek kişi ya da kurumlara ait örneklerin il/ilçe şartlarına göre uygulayıcı tarafından verilmesi önerilir.

9.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



### 10.Oturum: Beni Güdüleyen Şeyler

Bu etkinlikte yapılacak araba, etkinlikten önce öğrencilere ev ödevi olarak yaptırılabilir. 2 öğrenciye 1 araba yaptırılabilir. Ya da sınıfta örnek olması için 3-5 araba yaptırılıp, her öğrenciye kendine ait bir balon getirmesi söylenebilir. Hava şartları müsaitse arabanın hareket ettirilmesi aşaması okul bahçesinde yapılabilir. Ek-2 çoğaltılamıyorsa öğrencilerin boş bir kağıt çıkartmaları istenir. Ek-2'deki yönerge öğrencilere okunur ve motivasyon kaynaklarını kağıtlarına listelemeleri istenir.

10.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



### 11.Oturum: Gelecek Beklentilerim

Bu etkinlikte resim çalışması yapılacağı için önceki gün resim kağıdı/defteri ve boya kalemlerinin getirilmesi istenebilir. Resimlerin çiziminin önemli olmadığı, önemli olanın çizilmiş olması olduğu vurgulanmalıdır. Bu etkinliğin son etkinlik olduğu uygulayıcı tarafından hatırlatılmalı ve sonlandırma yapılmalıdır.

11.Oturum için  
Tıkla ya da Okut!



**Değerlendirme:** Psiko eğitim programı değerlendirme formu uygulayıcı tarafından doldurularak okul idaresine teslim edilmesi gerekmektedir.

Değerlendirme için  
Tıkla ya da Okut!



## Planlama Esasları



- Öğrenci oturumları 23 Şubat 2023 tarihinde uygulanmaya başlayacaktır.
- Öğrenci oturumlarının uygulaması 2 hafta içerisinde tamamlanmalıdır.
- Aynı gün yapılacak oturumların ardışık ders saatlerinde yapılması gerekmektedir.
- Etkinlikler ardışık günlerde (peş peşe 2 gün) yapılmamalıdır. Arada 1 gün boşluk bırakılmalıdır.

## Örnek Planlama

20 Şubat	21 Şubat	22 Şubat	23 Şubat	24 Şubat	25 Şubat	26 Şubat
Öğretmen Oturumu	Veli Oturumu	Veli Oturumu	Öğrenci 1.Oturum 2.Oturum	Boş Gün	Hafta Sonu	Hafta Sonu
27 Şubat	28 Şubat	1 Mart	2 Mart	3 Mart	4 Mart	5 Mart
Öğrenci 3.Oturum 4.Oturum	Boş Gün	Öğrenci 5.Oturum 6.Oturum	Boş Gün	Öğrenci 7.Oturum	Hafta Sonu	Hafta Sonu
6 Mart	7 Mart	8 Mart	9 Mart	10 Mart	11 Mart	12 Mart
Öğrenci 8.Oturum 9.Oturum	Boş Gün	Öğrenci 10.Oturum 11.Oturum	Boş Gün		Hafta Sonu	Hafta Sonu

