



Etkinlik Adı: Kayıpla İlgili Duygu Günlüğüm

Yaş Grubu: 6–8 yaş

Süre: 40 dakika

Kazanımlar / Amaçlar:

- Öğrencilerin kayıpla ilgili kendi duygu ve düşüncelerini fark etmeleri.
- Duyguları yazı veya resim yoluyla ifade etmelerine fırsat tanımak.
- Yas sürecinde duygularını güvenli ve kontrollü biçimde dışsallaştırmayı desteklemek.

Materyaller:

- Çizgili veya boş kâğıtlar.
- Renkli kalem.
- İsteğe bağlı: Küçük defterler (öğrencilere “günlük” havası vermek için).

Uygulama Yönergesi (Öğretmen için):

1. Öğretmen, günlük tutmayı kısa bir örnekle açıklar:
“Günlük, aklımızdan geçenleri ve hissettiklerimizi yazabildiğimiz ya da çizemediğimiz özel bir defter gibidir.”
2. Öğrencilere şu yönerge verilir:
“Şimdi kaybettiğin ya da çok özlediğin durumu/ şeyi kişiyi düşündüğünde aklına gelen duygularını bu kâğıda yazabilir ya da çizebilirsin.”
3. Yazmakta zorlanan öğrenciler için ipucu sorular:
 - “Onu düşündüğünde hangi duygular aklına geliyor?”
 - “Onu hatırlayınca içinden ne söylemek geliyor?”
 - “Bu duyguyu anlatmak için bir resim çizmek ister misin?”
4. Çalışma bittikten sonra isteyen öğrenciler sınıfla paylaşır, isteyenler kendi saklar.
5. Öğretmen bu çalışmayı yaparken özellikle olumsuz duygularda çocukları iyi gözlemlemeli, dikkat çeken bir durum (donukluk, aşırı reaksiyon, uyumsuzluk vs) söz konusu olduğunda bunları not alıp rehberlik ve psikolojik danışmanlık servisine bildirmelidir.

Beklenen Çıktılar:

- Öğrenciler kayba dair hislerini basit cümlelerle veya resimle ifade eder.
- Yas sürecinde duygularını güvenli bir ortamda dışsallaştırma fırsatı bulur.
- Öğrenciler, benzer duyguları yaşayan başkalarının da olabileceğini fark edebilir.

Öğretmen İpuçları:

- Çizim/yazı seçeneği sunulması, her çocuğun kendini rahat hissettiği kanaldan ifade edebilmesine imkân tanır
- Paylaşmaya zorlamayın; öğrencinin saklama hakkı vardır.
- Yazılı ifadelerin kişisel olduğu hatırlatarak güvenli bir ortam oluşturulmalı.
- Bu yaş zorbalığa açık bir yaş olduğu için herkes için saygılı ve hoşgörülü bir ortam oluşturulmalı.
- Çocukların yazılarında geçen duygulara yargısız ve şefkatli yaklaşın; hepsi yasin doğal parçalarıdır.