



T.C. MİLLÎ EĞİTİM
BAKANLIĞI

UZAKTAN EĞİTİM YOLUYLA PSİKOSOSYAL DESTEK HİZMETLERİ KAPSAMINDA PSİKOEĞİTİM PROGRAMI

ÖĞRENCİ OTURUMLARI
(ORTAOKUL)



1. OTURUM

ETKİNLİK 1 KENDİMİ FARK EDİYORUM

Örnek durum: Arkadaşlarımla doğum günümü kutlaması

DUYGU

Mutluluk,
Sevinç,
Heyecan
.....

DÜŞÜNCE

Önemsizlik,
Dikkate alınmak
.....

DAVRANIŞ

Teşekkür etmek
.....

Salgın hastalık sürecinde neler hissettiniz, neler düşündünüz neler yaptınız?

DUYGU

DÜŞÜNCE

DAVRANIŞ

Salgın hastalık sürecinde neler hissettiniz, neler düşündünüz neler yaptınız?

DUYGU

Kaygı

Korku

Üzüntü

Çaresizlik

Öfke

DÜŞÜNCE

Okula gidebilecek miyim?

Ailemden biri hasta olur mu?

Arkadaşlarımla eskisi gibi görüşebilecek miyim ?

DAVRANIŞ

Ağlamak

İçine kapanmak

Hiçbir şey yapmak istememek

Uyku sorunları

1. OTURUM

ETKİNLİK 2

NEFES EGZERSİZİ - GÜVENDEYİM







2. OTURUM



ETKİNLİK 1

MİKROFON BENDE

MİKROFON BENDE





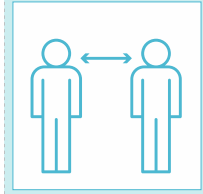




SOSYAL ALANLARDA ALINACAK ÖNLEMLER



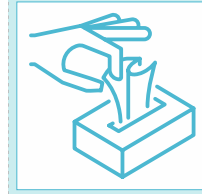
DEZENFEKTAN
KULLANMAK



FİZİKSEL
MESAFEYE
DİKKAT ETMEK



SPOR YAPMAK



TEK KULLANIMLIK
MENDİL TERCİH
ETMEK



SAĞLIKLI
BESLENMEK



MASKE
KULLANMAK



GÜVENİLİR
BİLGİLERİ TAKİP
ETMEK

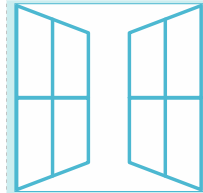


DİRSEK İÇİNE
HAPŞIRMAK/
ÖKSÜRMEK

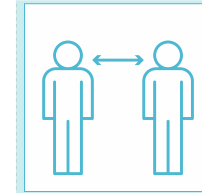
OKULDA ALINACAK ÖNLEMLER



ORTAK KULLANIM
ALANLARININ TEMİZLİĞİNE
DİKKAT ETMEK



ODAYI
HAVALANDIRMAK



FİZİKSEL
MESAFEYE
DİKKAT ETMEK



BOL SU İÇMEK

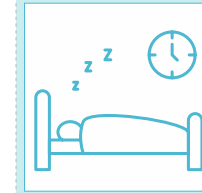
EVDE ALINACAK ÖNLEMLER



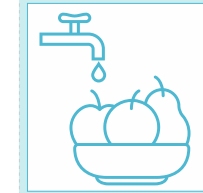
SABUN
KULLANMAK



KIYAFETLERİ
YIKAMAK



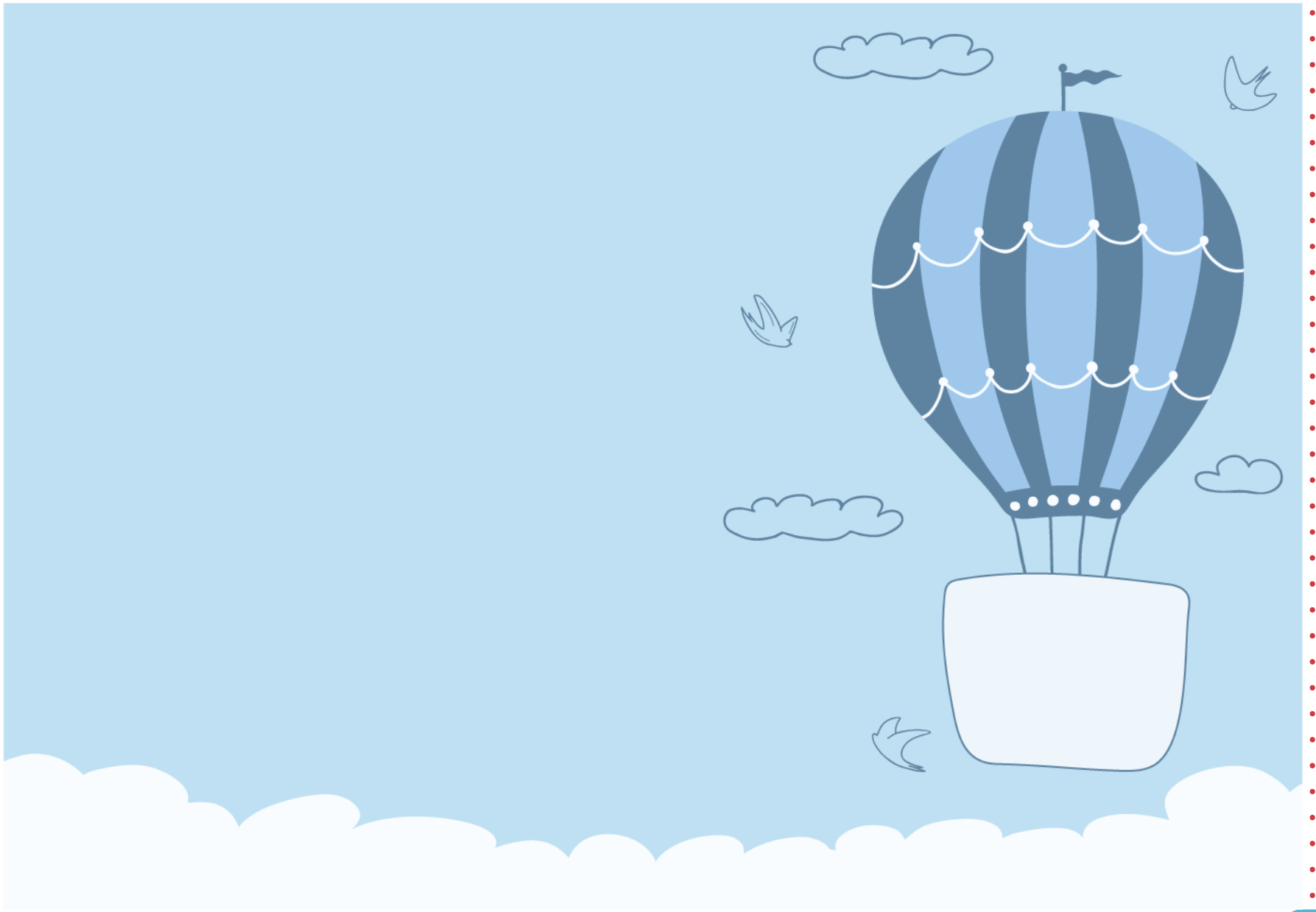
UYKU DÜZENİNE
DİKKAT ETMEK



MEYVE VE
SEBZELERİ
YIKAMAK

2. OTURUM

ETKİNLİK 2 BALON GEZİSİ



GÜÇLÜ YANLARIMIZ

Sorumluluk alma,
Sakin kalma,
Yardım isteme

.....



GÜÇLÜ YANLARIMIZ

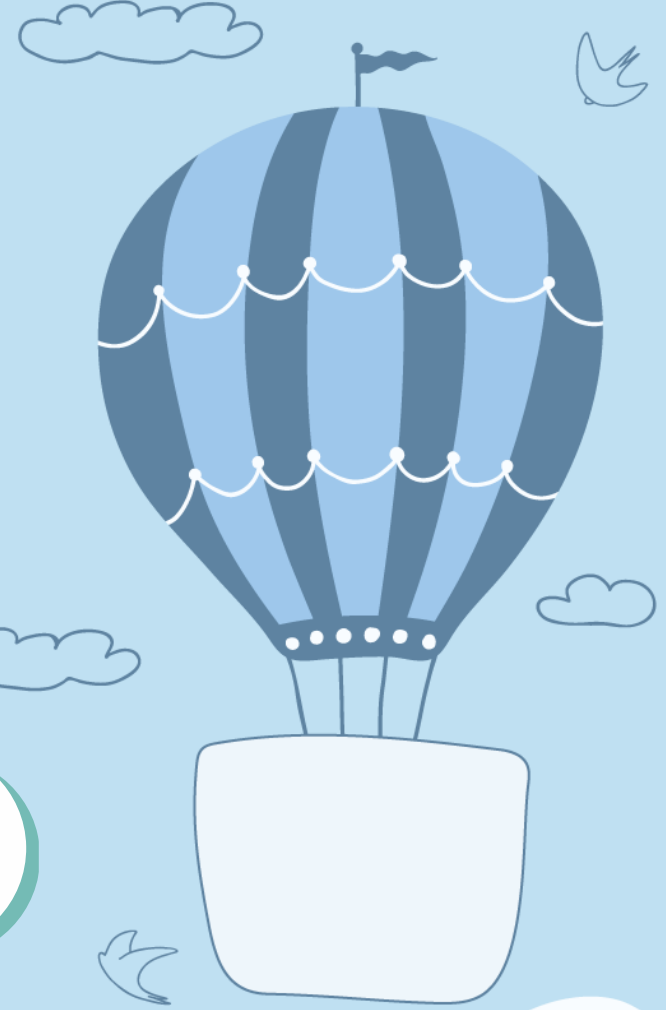
Sorumluluk alma,
Sakin kalma,
Yardım isteme

.....

DESTEK KAYNAKLARIMIZ

Aileniz
Akrabalarınız,
Arkadaşlarınız

.....



GÜÇLÜ YANLARIMIZ

Sorumluluk alma,
Sakin kalma,
Yardım isteme

.....

DESTEK KAYNAKLARIMIZ

Aileniz
Akrabalarınız,
Arkadaşlarınız

.....

GÜZEL ANILARIMIZ

Gezi
Doğum günü
Ziyaret
Kutlamalar

.....



GÜÇLÜ YANLARIMIZ

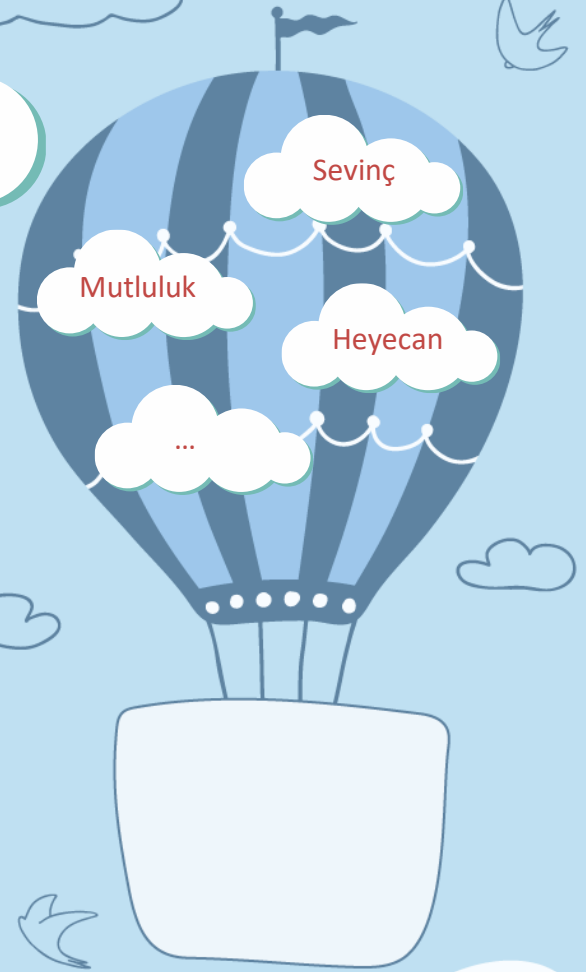
Sorumluluk alma,
Sakin kalma,
Yardım isteme
.....

DESTEK KAYNAKLARIMIZ

Aileniz
Akrabalarınız,
Arkadaşlarınız
.....

GÜZEL ANILARIMIZ

Gezi
Doğum günü
Ziyaret
Kutlamalar
.....



3. OTURUM

ETKİNLİK 1

BEN OLSAM NE YAPARDIM?





Uyumak



Spor yapmak



Dua etmek



Yürüyüş yapmak



Sevdiğin, güvendiğin biriyle konuşmak



Müzik dinlemek



Ailene yardım etmek



Film izlemek



Kitap okumak



Bisiklete binmek



Resim yapmak



Oyun oynamak

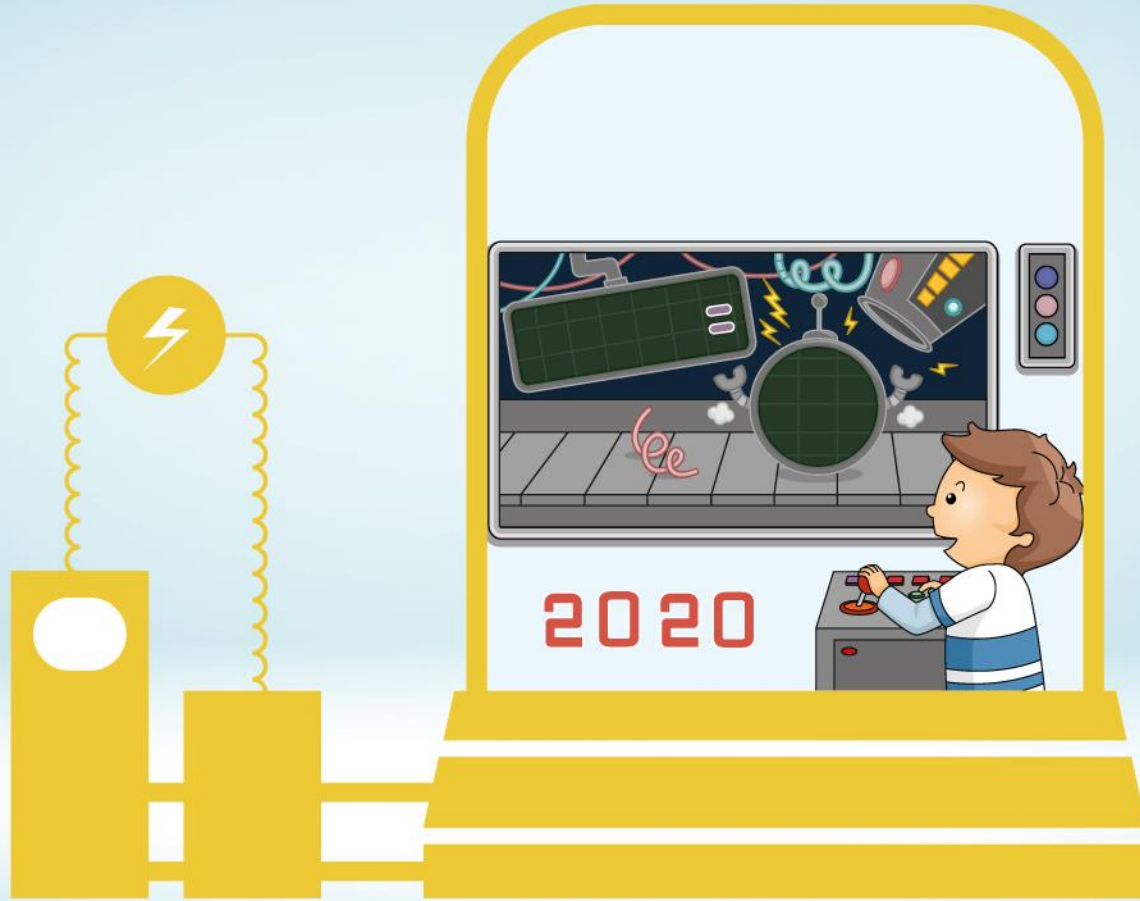


3. OTURUM

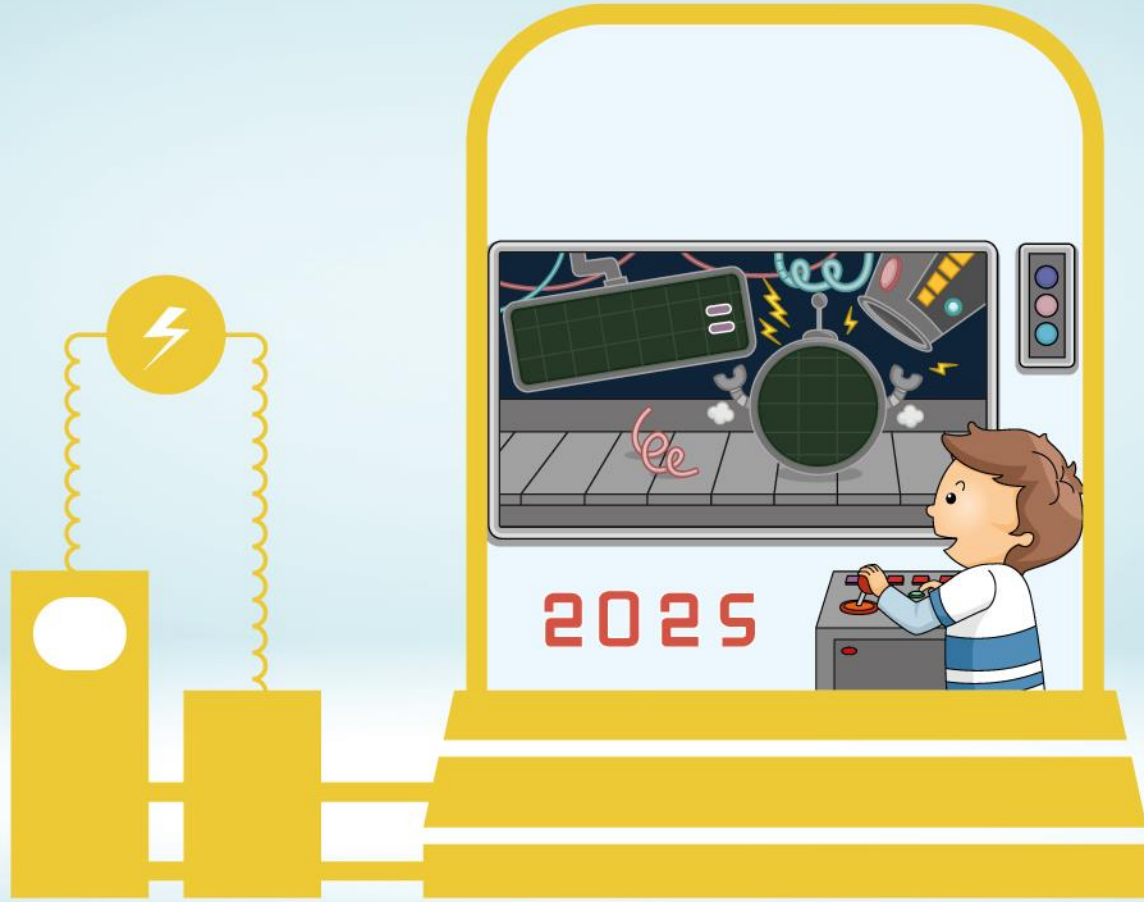
ETKİNLİK 2

ZAMANDA YOLCULUK

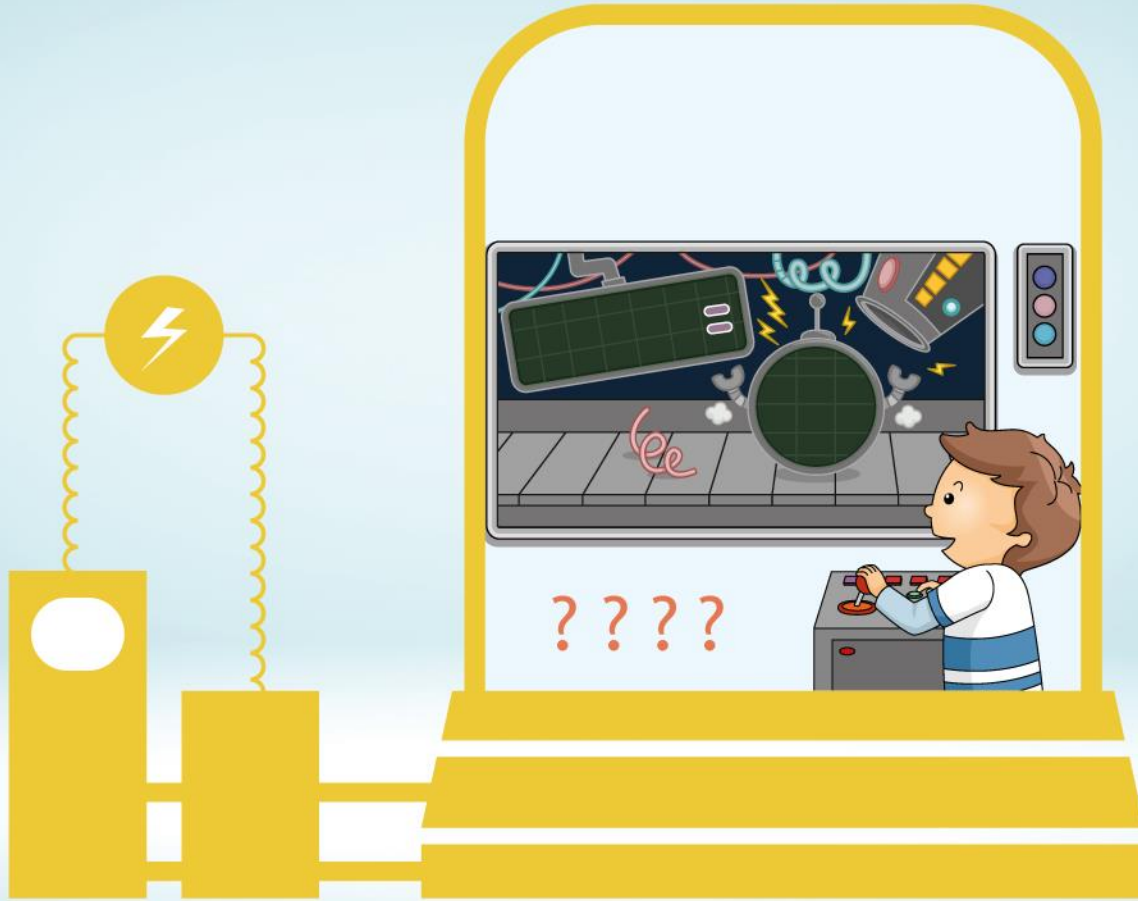
ZAMANDA YOLCULUK



ZAMANDA YOLCULUK



ZAMANDA YOLCULUK



UZAKTAN EĞİTİM YOLUYLA PSİKOSOSYAL DESTEK HİZMETLERİ KAPSAMINDA PSİKOEĞİTİM PROGRAMI

1. Kendimi Fark
Ediyorum

2. Nefes
Egzersizleri -
Güvendedim

3. Mikrofon
Bende

4. Balon Gezisi

5. Ben Olsam Ne
Yapardım?

6. Zamanda
Yolculuk