

1. ETKİNLİK

Aşağıdaki soruları metinden hareketle sözlü olarak cevaplayınız.

1. Yazar, duyguları nasıl tanımlamıştır?

Belirli bir durumla karşılaştığımızda aklımızda canlanan düşüncelerin sonucu olarak verdiğimiz psikolojik tepkiler şeklinde tanımlamıştır.

2. Temel duygular ve ikincil duygular arasındaki fark nedir?

Temel duygular (mutluluk, üzüntü, korku, öfke vb.) doğuştan gelir; ikincil duygular (utanç, gurur vb.) ise yaşadığımız çevre, toplum ve deneyimlerimiz sayesinde sonradan öğrenilir.

3. Duyguların yönetilmesinin önemi nedir? Metinde hangi yöntemler önerilmiştir?

Ne hissettiğimizi anlamamızı, sağlıklı kararlar almamızı ve çevremizdekilerle iyi ilişkiler kurmamızı sağlar. Metinde; duyguları yok saymamak, hislerimize yol açan nedenleri bulmak, sakinleşip hislerimizi sözcüklerle ifade etmek ve güvendiğimiz biriyle paylaşmak önerilmiştir.

2. ETKİNLİK

Derin anlam, metinlerde açıkça söylenmeyen ancak metindeki ipuçlarından ve anı, gözlem, deneyim veya önceki bilgilerinizden yola çıkarak ulaşabileceğiniz anlamdır. Okuduğunuz veya dinlediğiniz/izlediğiniz metnin belirli bir bölümünden ya da bütününden kanıtlar toplayarak çıkarımlar yapabilirsiniz. Bu sayede olayların doğrudan verilmeyen nedenlerini, sonuçlarını, kahramanların anlık duygu ve düşüncelerini, belirli özelliklerini, amaçlarını vb.ni belirleyebilirsiniz.

- a. Metindeki görselleri inceleyiniz ve görsellerden elde ettiğiniz ipuçlarına göre aşağıdaki tabloyu doldurunuz.

	Görselden Elde Ettğim İpucu	Metindeki hangi düşünceyi destekliyor?
I. Görsel	Annesine sarılmış, yüzü gülen huzurlu bir çocuk.	Sevdiğimiz birine kavuştuğumuzda yüzümüzün gülmesi ve mutluluk hissi.
II. Görsel	Ağlayan, gözyaşı döken ve teselli arayan küçük bir çocuk.	Küçük çocukların üzüntü ve tepkilerini ağlayarak göstermesi.
III. Görsel	Gözleri merakla açılmış, düşünen ve inceleyen bebek yüzü.	Duyguların altında düşüncelerin yatması ve şaşkınlık/merak hâli.
IV. Görsel	Birbirine şefkatle ve güvenle sarılan iki arkadaş.	Duyguları paylaşmanın ve empati kurmanın iyi ilişkiler sağlaması.
V. Görsel	Neşeyle gülen, enerjik ve mutlu bir çocuk.	Duygularımızı doğru ifade ettiğimizde yaşanan rahatlama ve neşe.

- b. Tablonuzdan hareketle metnin vermek istediği mesajı söyleyiniz.

İnsan hem olumlu hem de olumsuz tüm duygularını tanımalı, bunları bastırmak yerine nedenlerini anlayarak doğru ve yapıcı bir dille ifade etmeyi öğrenmelidir.