

DUYGULU ORMAN



5+



Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü

unicef | her çocuk için



DUYGULU ORMAN

1. Baskı: Ankara 2023

ISBN: 978-975-11-7424-6

Genel Yayın No: 9185

Yardımcı Kaynak Dizi Yayın No: 362

Baş Editör: Doç. Dr. Mustafa OTRAR

Editörler: Doç. Dr. Mustafa OTRAR • Serpil ALTUNCU VAROL

Danışman: Prof. Dr. Cem Ali GİZİR

Yazar: Prof. Dr. Nazife Burcu TAKIL

Yayına Hazırlayan: Uzm. Psk. Dan. İsmail YILDIRIM • Uzm. Psk. Dan. Elif Asena AKIN
• Aynur Şeyma SELÇUK • Yusuf Ersen ÖZCAN

Resimleyen: Mustafa ŞAHİN

Baskı: Özyurt Matbaacılık
Sertifika No: 46772

Yayında beyan edilen görüşler kişilerin kendi sorumluluğundadır ve hiçbir şekilde Millî Eğitim Bakanlığı ve UNICEF'in görüş ve politikalarını yansıtmamaktadır.



Hikâyenin Tanımlayıcı Özellikleri

Hikâyenin Hedef Kitle

Okul Öncesi

Hikâyenin İlişkili Olduğu Konu

Sosyal Duygusal Öğrenme

Hikâyede Geçen Sosyal Duygusal Öğrenme Boyutu

Öz Farkındalık

Hikâyenin Sosyal Duygusal Öğrenme Boyutu ile İlgili Temel Kazanımı ya da Kazanımları

- Duygularını duygu kelimeleri kullanarak ifade eder.
- Kendi düşünce, duygu ve davranışı arasındaki ilişkiyi fark eder.



Tambu, topu kardeşine atıyor. Pambu da tutmaya çalışıyordu. Top, birdenbire Pambu'nun elinden kaçtı ve ormana doğru yuvarlandı.



Panda kardeşler, heyecanla topun arkasından gittiler. O sırada bir tabela gördüler. Üzerinde “Duygu Ormanı’na Hoş Geldiniz.” yazıyordu.



İki kardeş merakla ilerlediler. Birden karşılarında bir yılan çıktı.
“Sssss burda ne işiniz var?” dedi sivri dişlerini göstererek.
Panda kardeşlerin kalpleri “güm güm güm” atmaya başladı.



Pambu:

- Karnıma ağrı girdi. Sesi duyunca birden ne yapacağımı şaşırdım, kendimi iyi hissetmiyorum, dedi.





Annesi onlara iyi ve kötü yılanların olduğunu söylemişti. Acaba bu yılan iyi olan mıydı,



kötü olan mıydı?



Yılan:

- Burası duygu ormanının korku kısmı. Siz korkuyu tanımıyor musunuz yoksa?

Tambu şaşkın şaşkın:

- Pandaların duyguları mı olurmuş?



Yılan:

- Her canlının duyguları vardır. Hepimiz korkar, üzülür ya da mutlu oluruz. Duygu Ormanı'na girmekle iyi yapmışsınız. Öğrenecek çok şeyiniz var, mesela korktuğunuzu nasıl anlarsınız? Biliyor musunuz?



Tambu:

- Emin değilim. Sanırım korkunca çok hızlı nefes alıp veririz, bir keresinde balonum patlamıştı ve çok korkmuştum. Oturduğumda kalbimin de hızlı attığını hissetmiştim.



Pambu:

- Evet evet, ben de ordaydım kardeşim. Gözlerin de kocaman kocaman açılmıştı. Hatta benim tüylerim diken diken oldu, başımın da döndüğünü hatırlıyorum. Demek ki korkmak böyle bir şey... Hiç fark etmemişiz, dedi.



Yılan:

- Çok doğru. Korkuyu anlamışsınız. Şimdi diğer duyguları da tanımak için ormanda devam edin, dedi.



Tambu, yılanın iyilerden olduğuna karar verdi ve kardeşiyle yürümeye devam etti. İlk baştaki siyah yapraklı ağaçlar yavaş yavaş lacivert ve gri olmaya başladı.



Tambu:

– Ağaçların renklerine baksana kardeşim. Hepsi de farklı ama hepsi de çok güzel, dedi.

Pambu başını kaldırıp ağaçlara bakarken ayağı taşa takıldı ve yere düşüverdi.



Pambu'nun dizi acımıştı. Hemen olduğu yere oturdu. Gözleri yaşardı.



- Bacağım çok acıyor.



Tambu kardeşinin düşmesini hiç istemezdi. Yavaşça eğilip bacağına baktı. Yara çok kötü değildi ama yine de kardeşinin canı yanmıştı.



- Kardeşim neden ağlıyorsun? Canın çok mu acıyor, dedi başını öne eğerek. Kolları iki yanda sallanırken oldukça halsiz görünüyordu.



Ormanda yürümeye devam etmek istemiyorum. Hemen geri dönelim.
Kalkabilecek durumda mısın?

Pambu:

- Neden ağladığımı bilmiyorum. Sanırım canım acıdığı için, peki senin yüzün neden böyle?

Tambu'nun gözleri sulanmış, yere bakıyordu. Oldukça halsiz görünüyordu.



Tam o sırada "Guuuk" diye bir ses duyuldu. Kahverengi bir baykuş:
- Bunun adı üzüntüdür. Ormanın üzüntüyü tanıma bölgesine geldiniz. Kardeşin düştüğü ve canı acıdığı için üzöldün. Bu yüzden ellerini ve kollarını kaşıyorsun, dedi.

Tambu o an bir eliyle diğer elinin üstünü kaşıdığını fark etti.

- Aaa bunu bilerek yapmıyordum. Demek ki canlılar üzülünce farkında olmadıkları şeyler yapıyor.



Baykuş:

- Üzüntü de korku ve mutluluk gibi bir duygudur. Ancak her duygu bize farklı hissettirir. Üzgünken kendimizi yalnız ve mutsuz hissederiz. Bazen elimizden hiçbir şey gelmeyeceğini düşünürüz ve yüzümüz asılır. Bazen de pek konuşmak istemeyiz, hatta bir yastığa sarılıp uyumak isteriz.



Pambu:

- En yakın arkadaşım Ayı Bumbum gittiğinde tam olarak aynısını yaşamıştım, dedi.

Baykuş:

- Şimdi üzgün olduğunuzu ve canınızın bir şey yapmak istemediğini biliyorum ama devam etmelisiniz. Duygu ormanını yarıda dönüp terk edemezsiniz, deyip kanatlarını ırpa ırpa göğe yükseldi.



Panda kardeşler, el ele tutuşup yolda yürümeye devam ettiler. Ağaçların yaprakları artık yeşil, mavi olmuştu. Pembe çiçekler, rüzgârla uçuşuyordu. İlerde bir göl vardı.



Pambu:

- Ailecek piknik yaptığımız göl değil mi orası? Aaa topumuz da buraya kadar yuvarlanmış.

Tambu:

- Piknik yaptığımız gün çok güzeldi. Anne ve babamızla saklambaç oynamıştık. Onları oyunda yenmiştik, hatırladın mı kardeşim? Sonra da panda dansı yapmıştık.



Pambu:

- Evet, dedi gülerek. O günü hiç unutmuyorum.

O sırada ağaçların arasından anne ve babalarını gördüler. Minik kardeşler koşarak yanlarına gittiler.



Annesi:

- Burası ormanın mutluluğu tanıma kısmı. Topunuzun buraya geldiğini görünce kestirme yoldan sizi karşılamak için geldik.



Kardeşler, çok sevdikleri anne ve babalarını birden karşılarında görünce çok mutlu olmuşlardı. Zıplaya zıplaya gülmeye başladılar. Babası:

- Mutluluęun en sevdiğim yanı zıplayıp sarılmaktır.



Pambu:

- Üzüntü ve korku hissettiğimizde neler yaptığımızı yılan ve baykuş bize öğretti. Mutlu olunca neler yaparız peki baba?



Babası gülümsedi:

- Tabii ki bol bol gülümseriz ve hatta kahkahalar atarız. İçimiz neşe ile dolar, kendimizi çok enerjik hissederiz ve bu yüzden hoplayıp zıplarız, dedi. Koca göbeği sallanırken kocaman dişleriyle çok mutlu görünüyordu baba panda.



Anne panda da gülümseyerek söze girdi:
- Sarılmayı ve dans etmeyi de unutmamak lazım.
Bunu üzerine panda ailesi birbirlerine sarılarak bir çember
oluşturdular. Şarkı söyleyip, dans ederken ormanın en mutlu ailesi
gibi görünüyorlardı.



Bu yayın Millî Eğitim Bakanlığı tarafından UNICEF'in finansal desteği ile Sosyal Duygusal Becerilerin Geliştirilmesi Projesi kapsamında hazırlanmıştır.
Bu hikâye kitabı Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir.
Para ile satılmaz.



Özel Eğitim ve
Rehberlik Hizmetleri
Genel Müdürlüğü

unicef  her çocuk için