

<b>"Kişisel Bakım Dixit"</b>	
<b>Tema</b>	Öz saygı
<b>Hedef Grup (Grup Büyüklüğü, Katılımcı Profili)</b>	Oyun zihinsel engelli 10 yetişkin için tasarlanmıştır.
<b>Süre</b>	Tamamlanması için 1 saat.
<b>Öğrenme hedefleri</b>	<p>Oyunun amacı:</p> <p><b>Öz Saygısını Artırın:</b> Bu oyun katılımcılara kendilerini ifade etme ve akranlarından geri bildirim alma fırsatı sunacaktır. Kişisel hikayeleri paylaşarak ve olumlu puanlar alarak bireyler, özsaygı ve öz değerlerinde artış yaşayabilir.</p> <p><b>Rahatını Artırın:</b> Hikaye anlatımı ve yaratıcı ifade yoluyla katılımcılar refah ve tatmin duygusunu deneyimleyebilirler. Kişisel anlatıları ve duyguları paylaşmak olumlu bir duygusal duruma katkıda bulunabilir.</p> <p><b>Kendilerini Daha İyi Anlayın:</b> Kimliklerinin, duygularının ve çatışma yönetimi tarzlarının çeşitli yönlerini temsil eden kartları seçerek katılımcılar öz değerlendirmeye katılırlar. Bu aktivite, kişinin kendini daha derinlemesine anlamayı teşvik ederek kişisel gelişime yol açar.</p> <p><b>İletişim Becerilerini ve Problem Çözme Stratejilerini Geliştirin:</b> Gruba kişisel hikayeler sunmak etkili iletişim gerektirir. Katılımcılar, iletişim becerilerini geliştirebilecek düşüncelerini, duygularını ve seçimlerini ifade etme pratiği yapacaklardır. Ayrıca çatışma yönetimi stratejilerini paylaştıkça daha etkili sorun çözme yaklaşımlarına dair içgörü kazanabilirler.</p> <p><b>Sunumda Güven Oluşturun:</b> Kişisel hikayelerini teatral bir şekilde sunmak, katılımcıların topluluk önünde konuşma ve sunum becerilerine güven geliştirmelerine yardımcı olabilir.</p> <p><b>Empatiyi Geliştirin:</b> Katılımcılar birbirlerinin kişisel hikayelerini ve duygularını dinlerken, akranlarına karşı daha derin bir empati ve anlayış duygusu geliştirebilirler.</p>
<b>Hazırlık</b>	<p><b>Uygun Bir Yer Seçin:</b> Tüm katılımcıların sığabileceği kadar geniş, sessiz ve konforlu bir oda seçin. Odanın iyi aydınlatma ve havalandırmaya sahip olduğundan emin olun.</p> <p><b>Erişilebilirlik:</b> Özellikle hareket etme güçlüğü çeken katılımcılar için odanın kolayca erişilebilir olduğundan emin olun. Herhangi bir engel veya tehlike varsa güvenliği sağlamak için bunları kaldırın veya azaltın.</p> <p><b>Kart Gösterimi:</b> Katılımcıların oyun için seçtikleri kartları sergileyebilecekleri belirlenmiş bir alan veya masa oluşturun. Bu alanın tüm katılımcılar için kolayca erişilebilir olduğundan emin olun.</p> <p><b>Malzemeler:</b> Kartlar ve derecelendirme sayfaları gibi oyun için gerekli tüm malzemelerin hazır olduğundan ve kolay dağıtım için organize edildiğinden emin olun.</p> <p><b>Talimatlar:</b> Katılımcılara oyunun kurallarını ve etkinliklerin sırasını hatırlatmak için görünür bir tahtaya veya çizelgeye açık talimatlar veya yönergeler asın. Herkesin oyunun kurallarını</p>

	<p>anladığından emin olun . Ayrıca katılımcılara oyunun öğrenme hedeflerini açıklayın.</p> <p><b>Duygusal Destek:</b> Oyun sırasında üzülebilecek veya bunolabilecek katılımcılara duygusal destek veya yardım sağlamak için bir plan yapın.</p>
<b>Malzemeler</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Dixit oyununun kartları</li><li>2. Derecelendirme Sayfaları: Her katılımcı için derecelendirme sayfaları veya kartları hazırlayın. Sunumların derecelendirilmesi için bu formların 0'dan 10'a kadar bir ölçeğe sahip olması gerekmektedir.</li><li>3. Yazma ve Çizim Malzemeleri: Katılımcılara keçeli kalem, tükenmez kalem, kurşun kalem ve kağıt gibi yazma ve çizim malzemeleri sağlayın</li><li>4. Zamanlayıcı: Her katılımcının sunumu için belirli bir süre sınırı olduğundan emin olmak için bir zamanlayıcı veya kronometre bulundurun.</li></ol>
<b>Akış / Açıklama</b>	<p>yaratıcılığın ve kendini ifade etmenin önemini vurgulayarak oyunun talimatlarını verir . Hepsi 5 kart seçecek:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kendilerini temsil eden 1 kart</li><li>• Çatışmalarını nasıl yönettiklerini gösteren 1 kart</li><li>• Duygularını içeren 1 kart</li><li>• Yaratacakları hikayenin konusunu içeren 1 kart</li><li>• Ulaşmak istedikleri hedefi gösteren 1 kart</li></ul> <p>Bu kartlarla herkese sunacakları kişisel hikayelerini oluşturmaları gerekecek. Tiyatro gibi. Bu, istenirse konuşmayı, mimik yapmayı veya sahne malzemelerini kullanmayı içerebilir. Diğerleri onun hareketine 0 ila 10 puan arasında puan verecek. Kim daha yüksek oran alırsa oyunu kazanır.</p> <p>Derecelendirme sürecinden önce, kendi hikâyesini canlandıran her kişi, neden o resmi seçtiğini ve resmin hangi bölümünün kendisini anlattığını açıklamalıdır.</p> <p>Tüm katılımcılar hikayelerini sunduktan sonra oyun sırasında paylaşılan deneyimler ve duygular hakkında bir tartışmaya katılın. Katılımcıları olumlu geribildirim ve içgörü sağlamaya teşvik edin.</p> <p>Başarıyı kutlayın ve tüm katılımcıların çabasını ve yaratıcılığını takdir edin.</p>
<b>Bilgilendirme / Yansıma</b>	<p><b>Çember Oluşturma:</b> Tüm katılımcılardan bir çember oluşturmalarını isteyin ve herkesin düşünce ve duygularını paylaşma konusunda eşit fırsata sahip olmasını sağlayın.</p> <p><b>Duygusal Tartışma:</b> Katılımcılara oyun sırasında nasıl hissettiklerini sorarak başlayın. Duygularını açıkça ifade etmeleri konusunda onları cesaretlendirin. Bu, katılımcıların duygularının daha fazla farkına varmalarına ve duygusal ifadeyi geliştirmelerine yardımcı olabilir.</p> <p><b>Kişisel Görüşlerin Paylaşılması:</b> Her katılımcıyı oyundan kişisel olarak edindiklerini paylaşmaya davet edin. Onları, kart seçme, hikaye oluşturma ve bunu gruba sunma sürecinin kendilerini nasıl etkilediğini düşünmeye teşvik edin.</p> <p><b>Yararlılık Tartışması:</b> Oyunun yararlılığı hakkında bir tartışmayı kolaylaştırın. Katılımcılara etkinliği değerli bulup bulmadıklarını ve onlara herhangi bir şekilde yardımcı olup olmadığını sorun. Neleri faydalı bulduklarına ve bu kazanımları günlük yaşamlarında nasıl uygulayabileceklerine dair spesifik örnekler vermeleri için onları teşvik edin.</p> <p><b>İyileştirme Önerileri:</b> Katılımcılara oyunda herhangi bir iyileştirme veya değişiklik önerme fırsatı verin. Geri bildirimleri, etkinliğin gelecekteki tekrarları için değerli olabilir. Katılımcıların fikirlerini paylaşabilecekleri açık ve yargılayıcı olmayan bir alan yaratın.</p>

	<p><b>Olumlu Geribildirim:</b> Tüm katılımcıların çabalarını ve yaratıcılıklarını takdir edin ve kutlayın. Performanslarının ve hikaye anlatımlarının olumlu yönlerini vurgulayın.</p>
<b>Tematik / Teorik Giriş</b>	<p><b>Benlik Saygısını Artırın:</b> Kendini temsil eden bir kartın seçilmesi, katılımcıların kendi kimliklerini keşfetmelerine ve benzersiz niteliklerini ve özelliklerini kabul etmelerine olanak tanır. Bu süreç, bireyler olarak kendi değerlerinin farkına vardıklarında, kendine değer verme ve özsaygı duygusunu geliştirir. Katılımcıları hikaye anlatma, taklit etme veya sahne dekorları gibi yaratıcı araçları kullanmaya teşvik etmek, kendilerini özgün bir şekilde ifade etmelerini sağlar. Başkaları onların yaratıcı ifadelerini takdir ettiğinde, bu onların öz saygısını ve güvenini artırır.</p> <p><b>Refahı Arttırın: Duyguları</b> temsil eden kart sayesinde katılımcılar, duygusal refah için çok önemli olan hislerini ve duygularını ifade etmeyi öğrenirler. Duygularıyla bağlantı kurmalarına ve bunları başkalarıyla paylaşmalarına olanak tanıyarak duygusal sağlığı geliştirir. Hedeflerini belirten bir kart seçmek, yaşamlarında amaç ve yön duygusunu geliştirir. Hedeflerin belirlenmesi ve paylaşılması, katılımcılar hedeflerine ulaşmaya çalışırken, tatmin ve refah hissine katkıda bulunabilir.</p> <p><b>Kendinizi Daha İyi Anlayın:</b> Çatışma yönetimiyle ilgili kart, kendini yansıtmayı teşvik eder. Katılımcılardan çatışmalarla nasıl başa çıktıklarını düşünmeleri istenir, bu da kişisel farkındalığa ve kişisel gelişim ve kişilerarası becerilerde gelişme fırsatına yol açar.</p> <p><b>Hikaye Anlatma:</b> Kişisel bir hikaye oluşturmak, katılımcıların kendi deneyimlerini, zorluklarını ve zaferlerini derinlemesine incelemelerine yardımcı olur. Bu kendini keşfetme, kendi yaşam yolculuklarına ve kimliklerini şekillendiren faktörlere ilişkin anlayışlarını geliştirir.</p> <p><b>İletişim Becerilerini ve Problem Çözme Stratejilerini Geliştirin:</b> Kişisel hikayelerini teatral bir şekilde başkalarına sunmak etkili iletişimi teşvik eder. Hikaye anlatma becerilerini, ifade etme becerilerini ve düşüncelerini ve deneyimlerini net bir şekilde aktarma becerilerini geliştirir.</p> <p><b>Geribildirim ve Sorun Çözme:</b> Derecelendirme süreci ve sonraki tartışmalar, katılımcıların akranlarından geri bildirim ve görüş almaları için bir platform sağlar. Bu, geri bildirim dayalı olarak hikaye anlatma ve sunum becerilerini nasıl geliştirebilecekleri üzerinde düşünürken problem çözmeyi teşvik eder.</p>
<b>Değerlendirme</b>	<p><b>Çekicilik Değerlendirmesi:</b> Katılımcılardan oyundan aldıkları genel keyif hakkında geri bildirim toplayın. Katılımcıları oyun sırasında eğlenceli ve ilgi çekici buldukları şeyler hakkında görüşlerini ifade etmeye teşvik edin.</p> <p><b>Yararlılık Değerlendirmesi:</b> Katılımcılara oyunun, benlik saygısını artırma, refahı artırma, daha derin kişisel farkındalık kazanma ve iletişim becerilerinin yanı sıra problem çözme stratejilerini geliştirmeyi kapsayan amaçlanan öğrenme hedeflerine ulaşmaya etkili bir şekilde katkıda bulunup bulunmadığını sorun. .</p> <p><b>İyileştirme Önerileri:</b> Katılımcıları, oyunu daha iyi hale getirmek için fikirlerini paylaşmaya ve etkinlik sırasında karşılaştıkları zorluklar hakkında açıkça konuşmaya teşvik edin.</p> <p>Aşağıdaki gibi sorular sormayı düşünün:</p>

	<p>"Oyunu daha da iyi hale getirmek için eklenmesini veya değiştirilmesini istediğiniz bir şey var mı?"</p> <p><b>Veri Analizi:</b> Ortak temaları ve iyileştirilecek alanları bulmak için geri bildirimleri inceleyin.</p> <p><b>Takip Değerlendirmesi (İsteğe bağlı):</b> Değişiklikleri uyguladıktan sonra katılımcıların deneyiminin iyileşip iyileşmediğini görmek için bir takip değerlendirmesi yapmayı düşünün.</p>
<b>Eęitmenler için İpuçları/ Ek Bilgiler</b>	<p>Faaliyet alanının ve tüm prosedürün zihinsel engelli kişiler için dikkatle tasarlandığından emin olun.</p> <p>Bazı katılımcıların etkinlik sırasında zorluklarla karşılaşabileceğini ve bunların üstesinden gelip devam etmek için destek ve teşvik istediklerini unutmayın.</p>