

Berrak Artemiz ınar
Suat Günes

0YUNLAR KITABI

*Evde, iŒte, okulda, sosyal yaŒamda eğlenirken,
alıŒırken, sunum yaparken farkındalık ve
fark yaratacak oyunlar*



DESTEK YAYINLARI: 1388
KİŞİSEL GELİŞİM: 226

BERRAK ARTEMİZ ÇINAR & SUAT GÜNEŞ / OYUNLAR KİTABI

Her hakkı saklıdır. Bu eserin aynen ya da özet olarak hiçbir bölümü, yayınevinin yazılı izni alınmadan kullanılamaz.

İmtiyaz Sahibi: Yelda Cumalıoğlu
Genel Yayın Yönetmeni: Ertürk Akşun
Yayın Koordinatörü: Özlem Esmergül
Editör: Özlem Küskü
Son Okuma: Devrim Yalkut
Kapak Tasarım: Melike Doğan
Sayfa Düzeni: Cansu Poroy
Sosyal Medya-Grafik: Tuğçe Budak - Mesud Topal

Destek Yayınları: Aralık 2020
Yayıncı Sertifika No. 13226

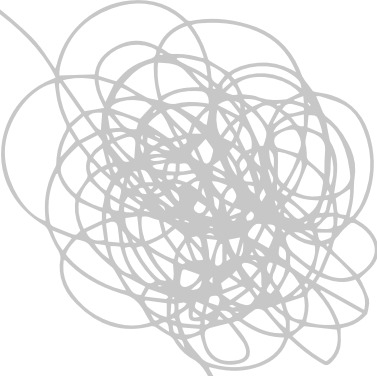
ISBN 978-625-441-030-7

© Destek Yayınları
Abdi İpekçi Caddesi No. 31/5 Nişantaşı/İstanbul
Tel. (0) 212 252 22 42
Faks: (0) 212 252 22 43
www.destekdukkan.com
info@destekyayinlari.com
facebook.com/DestekYayinevi
twitter.com/destekyayinlari
instagram.com/destekyayinlari



Deniz Ofset – Çetin Koçak
Sertifika No. 48625
Maltepe Mahallesi
Hastane Yolu Sokak No. 1/6
Zeytinburnu / İstanbul





*Evde, işte, okulda,
sosyal yaşamda eğlenirken,
çalışırken, sunum yaparken
farkındalık ve fark
yaratacak oyunlar*

OYUNLAR KİTABI



**Berrak Artemiz Çınar
Suat Güneş**

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ / 9

BİZ KİMİZ? / 13

BU KİTAP KİMLER İÇİN? / 17

UYUNDAN HİSSE BÖLÜMÜNE DAİR / 19

4 Adım / 21

ABC / 25

Akıllı Nesne / 29

Alfabe / 31

Arkamda Biri mi Var? / 34

Bağlanma Dansı / 37

Bedenden Bedene / 40

Bir Ağaç Olsam / 42

Bul Bulabilirsen / 45

Daha Farklı / 47

Dur ve Savun / 50

Duyguların Dili / 52
Duygusal Tekerleme / 54
Duyu Torbası / 57
En De Tura 1, 2, 3 / 60
Eş-Başka / 63
Eşyalar ve Hikâyeler / 67
Eylem Pokeri / 69
Farkındayım / 73
Fotoğraf Analizi / 76
Göz Göze / 79
Gülmek Yasak / 82
Harf Peşinde / 85
Hayaller / 88
Heykeldeki Farklar / 91
İpten Şekiller / 94
Kim Başlattı? / 97
Kontak / 100
Koruyucu Halka / 104
Kördüğüm / 107
Köşe Kapmaca / 110

Laf Cambazı / 113
Mahşer-i Cümbüşçülük / 116
Mayın Tarlası / 119
Olumlu-Olumsuz / 122
Omuz Omuz / 125
Oyunun Oyunu / 128
Parazit / 130
Pin Kodu / 134
Sevgi Bombardımanı / 137
Sıra Kimde? / 140
Sırtımda Ne Yazıyor? / 142
Şoför / 145
Susmak Yok / 148
Teslim / 151
Toplar / 155
Ünlüler Partisi / 158
Yakın-Uzak / 161
Yalan Makinesi / 164
Zehir mi Şifa mı? / 167

ÖNSÖZ

Biz, iki oyun ortağıyız. Psikoloji ve yaratıcı drama alanının ortak kümesinde oyun oynamanın birçok alanda geliştirici, iyileştirici, yakınlaştırıcı gücüne inandıkça hayatımızda çok şey değişti. Yıllar evvel, sekiz kişilik bir çocuk grubuyla yaratıcı drama yöntemi ile kişilik gelişim programını oluşturarak oyun oynamaya başladık. Oyunlarla, çocukların sosyal-duygusal gelişimlerdeki göz alıcı etkiyi fark ettikçe; sürekli oyun konuşur, yazar, oynar olduk. Hangi çocuğun, hangi oyunda, hangi rolü oynaması, oyun yoluyla nasıl bir ortam hazırlanması gerektiğini düşünürken neredeyse tüm mesaimizi oyun düşünmeye, oynamaya adadık. Gitgide gruplarımız çoğaldı; bir, beş, on derken yılda yirmi farklı grup çocukla çalışır olduk. Bu etki neden yetişkinler için de geçerli olmasın dedik; oynarken hepimizin içinde oyun oynamaya ihtiyaç duyan çocuğu yakaladık.

Sekiz kişilik ilk oyun grubumuzdaki çocuklarla başlayan yolculuğumuz; şimdilerde beyaz yakalılardan öğretmenlere, üst düzey yöneticilerden satış temsilcilerine, yeni bir işte veya mevcut işinde kendini gerçekleştirmek isteyen yetişkinlere, çocuğuyla kaliteli vakit geçirme kaygısıyla eve yetişen annelerden oyun oynamayı unutmuş babalara, psikologlardan hekimlere, pazarlama

uzmanlarından dijital medyacılar, insan kaynaklarından zabıtalara, ülkemizde yaşayan yabancı uyruklu vatandaşlardan yurtdışında yaşayan Türk vatandaşlarına kadar uzandı. Hepsiyle oyun oynama şansını yakaladık. Onlarla oyun yoluyla tanıştık, yakınlaştık, anlaştık. Onları oyun yoluyla anladık, ihtiyaçlarını fark ettik, kendi ihtiyaçlarını fark etmelerine ortam sağladık.

Bazen bir oyunu çocuklarda göz temasını artırmak için oynadık, bazense problem çözme becerisini geliştirmek için. Bazen bir çocuğun “hayır” diyebilen, sınır koyabilen rolleri deneyimlemesi için ortam sağladığımız bir oyunda, diğer çocuk hakkını arayan bir rolü deneyimledi. Bir otomobil firması çalışanlarının aidiyet duygularını artırmaya yönelik oyunlar oynadığımız da oldu, yeni bir yapılanma sürecinde olan bir bankanın çalışanlarını bu değişime hazırlamak için de... Bir ilacın tanıtılmasında da oyunun gücünü kullandık, otel çalışanlarının iletişim becerilerini artırmaya yönelik de oyundan faydalandık. Bir matematik dersini oyun yolu ile işlemenin farkını da deneyimledik, okullardaki rehberlik uygulamalarına oyun dinamiğini getirerek hızlı ve etkin çözümler yaratmayı da keşfettik. Ekran bağımlılığını canlı canlı, göz göze oyun oynamanın sihri ile pozitif kullanıma taşımanın yollarını keşfettik. Biliyor musunuz biz oyunla işe alım bile yaptık. Bir bankanın mülakatla 500 adaya indirdiği bir grubu, farklı alt gruplara ayırarak ve onlarla oyun oynayarak insan kaynakları departmanına oyun dinamiğini taşıdık. Böylece doğal davranışları gözlemlene, adayların işe uygun yetkinlik alanlarını canlı canlı izleme şansı yakaladık. Hem adaylar keyif aldı hem de onlar için kendilerini doğal yolla ifade etme şansı doğdu. Yani kısacası oyunu ve oyunun gücünü eğitimde, gelişimde, terapide, öğretimde, işe alımda, kendi iç eğitimlerimizde sürekli kullandık. Bunun her

alandaki yapılabildiğini gözlemledikçe saydığımız ve saymadığımız bütün oyun arkadaşlarımızla dünyayı güzelleştirdiğimize inandık. Çünkü izlemekten hiç bıkmadığımız şey şu oldu: Oyun oynamak herkese gerçekten çok yakışıyordu!

Biz bu iki oyun ortağıyla oyunla büyüdük ve kocaman bir aile olduk. Bu yüzden en başta Sizdrama çatısı altında oyunlarımıza eşlik eden tüm ekip arkadaşlarımıza gönülden bir teşekkür şart. Burada sizlerle paylaştığımız tüm oyunları önce birlikte oynadık, keşfettik, oyunlara yeni dinamikler kattık, değiştirdik, dönüştürdük, üzerinde konuştuk, çalıştık. Öncesinde ekibimizle birlikte oynamadan hiçbir oyunu başka bir yerde oynamadık. Oyunlardaki hisleri önce biz deneyimlemek istedik. Cuma günleri toplantılarımızı oyun bahçesine çeviren kahkahalarının ve yaratıcılıklarının hep bizimle olmasını diliyoruz...

Sonraki teşekkür de bütün oyun arkadaşlarımıza gelsin. Yukarıda sözünü ettiğimiz ilk grubumuzdaki çocuklardan bizimle oyun oynamayı kabul eden tüm öğretmen, şirket çalışanları, adaylar, yöneticiler, zabıtalılar, uzmanlar... Her birinizden çok şey öğrendik, teşekkür ediyoruz.

En son teşekkürümüz de sevgili editörümüz Özlem ve Destek Yayınevi'nin güzel ev sahibi Yelda Hanım'a. Bu yayına en az bizim kadar heyecanla yaklaştığınız için çok teşekkür ediyoruz.

Ve siz değerli okuyucular. Biz gerek kişisel gerek mesleki anlamda gelişim amacıyla kullanılan oyunun gücü karşısında büyüdük. Siz de bu kitabı incelediğinize göre oyun oynamanın önemini, geliştirici etkisini bilenlersiniz. Oyun oynamanın yaşam sevinci ile ilgili olduğunu seziyorsunuz belki de bizim gibi... Bizim için; bildiğimizi, gelişim niyetinde olan herkesle paylaşmak

toplumsal bir sorumluluğa dönüştü. Oyun oynamanın gücünü el ele keyifle çoğaltma ve dünyayı oyunla güzelleştirmek ümidi ile...

Biz eminiz; oyun oynamak size de çok yakışacak!

Hadi başlayalım! Önsözle oyun mu olurmuş? Belki olur? Önsözde kaç tane “oyun” kelimesi geçtiğini tahmin edin. Aşağıya yazın!

.....

Şimdi önsözde geçen “oyun” kelimelerini sayın ve aşağıya yazın.

.....

Tahmin ettiğiniz ve saydığınız “oyun” kelimesi arasında çıkan fark sayısını belirleyin. Kaç fark çıktıysa o sayı kadar kişiye çocukken en sevdiği grup oyununu sorun ve en arka sayfada sizin için ayırdığımız bölüme yazın, belki lazım olur. 😊

İyi oyunlar...

Berrak Artemiz Çınar
&
Suat Güneş

BİZ KİMİZ?

Berrak Artemiz ınar/Klinik Psikolog-Psikodramatist

Berrak Artemiz ınar, Haliç Üniversitesi Psikoloji Bölümü mezunudur. Maltepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı'ndan Klinik Psikolog olarak uzmanlığını almıştır. Lisans eğitimi süresinde ve sonrasında Balıklı Rum Hastanesi ve Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde nevroz ve psikoz servislerinde görev almıştır.

Avrupa Psikoterapi Deneğinin (EAP) kurumsal üyesi olarak faaliyet gösteren ve Psikodrama Eğitim Kurumları Federasyonu (FEPTO) onaylı diploma veren İstanbul Psikodrama Enstitüsü'nden, yedi yıllık yaşantısal eğitim sonrasında "Yaşamın Müziği-Psikodrama'da Müzik ve Sesin Kullanımı" başlıklı tezi ile Psikodramatist unvanını almıştır. Psikolojik Testler Derneği'nden yetişkin ve çocuklara uygulanan objektif ve projektif testler eğitimini tamamlamıştır.

Feza Balkaya ile dört senelik yaşantısal Gestalt Terapi Eğitimi'ni bitiren Berrak Artemiz ınar, katıldığı birçok ek eğitimlerle

birlikte yetişkinlerle bireysel ve grup psikoterapi çalışmaları yapmakta, yöntem olarak ise gestalt psikoterapi yaklaşımı, psikodrama, transaksiyonel analiz ve dışavurumcu sanat terapilerini kullanmaktadır. Türk Psikologlar Derneği ve Balkan Psikodrama, Sosyometri ve Grup Terapileri Derneği üyesi olan Berrak Artemiz Çınar; Oyun Terapileri Derneği kurucularındandır. Nişantaşı'nda Keşif Psikolojik Danışmanlık'ta ve kurucu ortaklarından olduğu Sizdrama Gelişim Akademisi'nde bireysel ve grup psikoterapisi alanında çalışmalarını sürdürmektedir.

Suat Güneş/Yaratıcı Drama Eğitmeni

1969 yılında Denizli'de doğan Suat Güneş'in, Hava Kuvvetleri Komutanlığı'nda görev yaparken, yaratıcı drama ile tanışması hayatını tamamen bu alana yönlendirmesine sebep olmuştur. İlk olarak, 1995 yılında tiyatro metinlerinin, dramaturji, doğaçlama, oyunculuk ve sahneleme süreçlerinde yaratıcı drama yönteminin kullanılması ve uygulanmasına yönelik çalışmalar yapmıştır.

2003 yılında Sizdrama Gelişim Akademisi'ni kuran Suat Güneş, yaratıcı drama yönteminin, eğitim, öğretim, farkındalık ve gelişim gibi her alanda etkili olarak kullanılabileceği düşüncesi ile birçok yenilikçi çalışmaya imza atmıştır.

Eğitim kurumlarında; öğretmen, öğrenci ve öğrenme süreçlerinde, velilerin okula uyum süreçlerinde, çocukların kişilik gelişim süreçlerinde, ebeveyn tutumlarını geliştirme süreçlerinde,

yetişkinlerin sosyal beceri gelişimi süreçlerinde, şirketlerde çalışanlarının işe alım ve kişisel gelişim süreçlerinde, yaratıcı drama lideri yetiştirme süreçlerinde yaratıcı drama yöntemli çalışmalar planlamış, programa dönüştürmüş, uygulamış ve etkin sonuçlar almıştır.

Halen, bu çok yönlü alanlarda yaratıcı drama çalışmalarını yürütmekte ve yeni programları hayata geçirmeye devam etmektedir.

BU KİTAP KİMLER İÇİN?

- ▶ Ebeveynler
- ▶ Öğretmenler
- ▶ Çocuklar
- ▶ İnsan kaynakları uzmanları
- ▶ Kişisel Gelişim Eğitimi düzenleyen meslek grupları
 - ▶ Rehber Öğretmenler
 - ▶ Psikologlar
 - ▶ Psikodramatistler
 - ▶ Yaratıcı Drama Eğitmenleri
 - ▶ Grup Terapistleri
 - ▶ Oyun Terapistleri
- ▶ Ev partilerinde oyun oynamayı seven ev sahipleri veya misafirler
 - ▶ Oyun oynamayı sevenler

SEMBOLLER:

Ev: Evde arkadaşlarla oynanabilecek oyunlar



Şirket: Şirket eğitimlerinde kullanılabilir oyunlar



Doğa: Doğada oynanabilecek oyunlar



Çocuk: Çocuklarla oynayabileceğiniz oyunlar



Online: Çevrimiçi oynanabilecek oyunlar



Okul: Okulda öğretmen liderliğinde oynanabilecek oyunlar



Aile: Evde aile içinde oynanabilecek oyunlar



OYUNDAN HİSSE BÖLÜMÜNE DAİR

Her oyun bir his bırakır. O kadar çok oyun oynadık ki; bu oyunlar bizde de izler bıraktı. Oyunlarla bu kadar hemhal olunca eğlenmenin ötesine geçip, hayattaki karşılıklarına bakmak kaçınılmaz oldu bizim için. Oyunları oynaya oynaya, hakkında konuşa konuşa birçok anlam keşfettik. Bu, bazen sadece dolu dolu eğlenmenin sırlarıydı bazense yaşama dair keşfettiğimiz yeni yollardı. Biz de istedik ki bunları sizlerle de paylaşalım. Oyundan hisse bölümü, bizim yazdığımız oyunlarda kendimizde keşfettiğimiz, oynarken oyun arkadaşlarımızda izlediğimiz birçok gözlemi içeriyor.

Biz biliriz ki; insan en iyi bildiğini yapar. Her oyun ve her insan, o ana özel ve biriciktir. Genel geçer yorumlar, kategoriler insana sığmaz kolay kolay. Herkesin elbisesi kendine göredir. Parmak izi gibi biricik olduğumuz gerçeği ile birlikte bazı oyunlarda o kadar ortak temalar ve tutumlarla karşılaştık ki... Bunların yaşanma biçimleri ve hayatımızdaki etkisi farklı olsa da ortak duyguları ve ihtiyaçları görmeden edemedik.

Oyundan hisse bölümüne, oyunların yaşamdaki karşılıklarına dair olabildiğince genel yorumlar ve gözleme dayalı tahminler ekledik. Okuduğunuzda fark edeceğiniz gibi herhangi bir tutumun daha iyisi daha kötüsü, daha başarılısı daha başarısızısı yok.