

ANNEYİZBİZ YAYINEVİ

Kırmızı Balon Çok Kızdı

Kırmızı balon çok şişer, çok kızar, sonra küçük bir nefeste kendine yer açar.

2-4 yaş · öfke · 40 sayfa · 6 dk birlikte okuma

Bu Kitap Nasıl Okunur?

Öfkeyi kötü bir davranış etiketi olmadan isimlendirmek.

Ebeveyne psikoloji notu

Bu yaşta çocuk öfkesini çoğu zaman bedeninde yaşar. Amaç öfkeyi bastırmak değil, ona isim ve çıkış yolu vermektir.

duygu adlandırma

beden sinyali

sakinleşme

Okuma Ritmi

- Öfke cümlesini yargılamadan oku; 'kızgınsın' kelimesini sakın söyle.
- Balonun şiştiği yerde çocuğunla birlikte derin nefes al.
- Kitabı öğütle kapatma; son cümleyi başarı hissiyle bırak.

Her sayfada çocuğun cevabını beklemek, hikayenin kendisi kadar değerlidir.



**Lina parkta kırmızı balonunu tutuyordu.
Çok mutluydu.**



**Balon yuvarlaktı, parlaktı. Rüzgarda
usulca sallanıyordu.**



Birden rüzgar esti. Balon Lina'nın elinden kaçtı.



Balon yukarı uçtu. Sonra bir ağaç dalına takıldı.



Lina zıpladı. Kollarını uzattı. Ama balona ulaşamadı.



Lina kızdı. Kaşları çatıldı. Yüzü sıcacık oldu.



Ayaklarını yere vurdu. İçi kıpır kıpırdı.



Ellerini yumruk yaptı. "Balonumu istiyorum!" diye bağırdı.



**Yukarıdaki balon da kızmış gibiydi.
Rengi koyulaştı.**



Balon ŐiŐti, ŐiŐti. Az kalsın patlayacaktı.



Annesi yanına eğildi. Sesi çok yumuşaktı.



**"Çok kızgınsın," dedi. "Balonun takıldı.
Canın sıkıldı."**



Lina derin bir nefes aldı. İçi biraz rahatladı.



**Balon da biraz küçüldü. Lina omuzlarını
indirdi.**



Birlikte uzun bir dal buldular. Balonu kurtardılar.



Lina balonuna sarıldı. "Çok kızdım ama patlamadım," dedi.

Hikayenin Haritası

Çocuğun hikayeyi takip etmesine yardım eden üç durak.

Duygu Adlandırma

Çocuğun hissettiği yoğun duygunun adının 'öfke' olduğunu belirtme.

Bedensel Sinyaller

Öfkenin bedende sıcaklık ve kasılma olarak nasıl hissedildiğini fark etme.

Ortak Çözüm

Sakinleştikten sonra problem çözmek için yetişkinle güvenli işbirliği yapma.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Duygu ve Beceri Sözlüğü

Kitabın çalıştığı alanları çocuğun gündelik diline taşı.

Duygusal Onay

Çocuğun hissini yargılanmadan, sadece kabul edilerek şefkatle yansıtılması.

Öz Düzenleme

Derin nefes alarak tırmanan bedensel uyarılmışlığı yavaşça yatıştırma.

Sağlıklı İfade

Bağırarak ya da vurmak yerine, duygunun dille veya nefesle dışarı atılması.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Altı Derin Soru

Bu sorular cevabı ölçmek için değil, çocuğun iç dünyasını duymak için.

Lina'nın balonu uçunca vücudunda sence ilk nereye sıcaklık geldi?

Sen çok kızdıığında içinden bağırmak mı geliyor, ayak vurmak mı?

Sence balon neden Lina'yla birlikte şişmiş gibi görüldü?

Annesi yanına eğildiğinde Lina'nın kalbi nasıl hissetmiştir?

Balon nefesi almak insanın içindeki ateşi nasıl söndürüyor sence?

Çok kızgınken sana birisi nasıl yardım etsin istersin?

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

2. GÜN

Birinci Tekrar Okuma

Aynı kitabı tekrar okumak sıkıcı değil; çocuk tekrar içinde güven bulur.

Durak 1

Öfke cümlesini yargılamadan oku; 'kızsın' kelimesini sakın söyle.

Durak 2

Balonun şiştiği yerde çocuğunla birlikte derin nefes al.

Durak 3

Kitabı öğütü kapatma; son cümleyi başarı hissiyle bırak.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

4. GÜN

İkinci Tekrar Okuma

Bu kez çocuğun cümleyi tamamlamasına alan aç.

Bekle

Sayfaı çevirmeden önce üç saniye dur.

Tamamlat

Son kelimeyi söylemeden bakışınla davet et.

Genişlet

Çocuğun tek kelimesini sakın bir cümleye çevir.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfaı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Evde Uygulama

Balon nefesi

Malzeme

Eliniz

Adım 1

Ellerinizi küçük bir balon gibi kapatın.

Adım 2

Nefes alırken elleri açın, verirken kapatın.

Adım 3

Üç turdan sonra 'balon biraz sakinleşti' deyin.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Üç Dakikalık Oyunlar

Kitaptaki beceriyi gün içinde küçük tekrarlarla canlı tut.

Ayna oyunu

Çocuk bir duygü yüzü yapar, yetişkin aynalar.

Ben olsaydım

Bir karakter yerine kendini koyar.

Bugün nerede?

Kitaptaki beceriyi evde ararsınız.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Rol Canlandırma

Çocuklar kavramı sadece duyararak değil, oynayarak da yerleştirir.

Rol 1

Çocuk hikayedeki karakter olur.

Rol 2

Yetişkin yardımcı karakter olur.

Cümle

Her rol bir nazik cümleyle kapanır.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala,
sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev
anına bağla; beceri tekrar içinde
yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük
örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Çiz ve Anlat

Çocuk burada doğru çizim yapmaz; hikayeden kalan hissi görünür kılar.

Çiz

Hikayede aklında kalan bir yeri çiz.

Anlat

Bu resimde kim ne hissediyor?

Bağla

Evde buna benzeyen bir an oldu mu?

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Aile Cümleleri

Yetişkinin kurduğu cümle çocuğun iç sesine dönüşebilir.

Güven

Ben buradayım, birlikte bakabiliriz.

Sınır

Hayır demek ilişkiyi bozmaz.

Onarım

Zor olduysa tekrar deneyebiliriz.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala,
sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev
anına bağla; beceri tekrar içinde
yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük
örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Zor An Gelirse

Kitap sırasında çocuk sıkılır, ağlar ya da konuyu değiştirirse bu başarısızlık değildir.

Dur

Okumayı performansa çevirmeden kısa mola ver.

Adlandır

Şu an zor geldi gibi görünüyor.

Seçenek ver

Devam mı, sarılma mı, sonra mı?

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Ebeveyn İçin Mini Kontrol

Bu sayfa çocuğu değil, okuma ortamını gözlemlemek için.

Sesim

Bugün yumuşak mıydı, aceleci miydi?

Bekleyişim

Çocuğa cevap alanı bıraktım mı?

Temasım

Kitap aramızdaki bağı artırdı mı?

Okurken kullan

Önce ocuęun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Baba ve Bakım Veren Sayfası

Bu kitap sadece annenin yükü olmasın; başka bir güvenli yetişkin de okuyabilir.

Başla

Bugün kitabı ben okuyorum cümlesi yeter.

Taklit etme

Annenin tarzını kopyalamak zorunda değilsin.

Bağ kur

Çocuğun sevdiği sayfayı tekrar aç.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Yedi Günlük Kullanım Planı

Bir kitabın değeri tek okumada değil, tekrarın ilişkiye dönüşmesinde.

1. Gün

Kitabı okurken Lina'nın kızgın yüz ifadesini bedensel olarak aynalayarak gösterin.

2. Gün

Öfke tırmandığında 'balon nefesi' egzersizini çocuğunuzla birlikte gerçekten yapın.

3. Gün

Annenin söylediği duygu onaylama cümlesinin tonuna dikkat ederek, yumuşakça okuyun.

4. Gün

Çocuğunuz sakinken 'Sen kızınca bedenim nasıl sinyal veriyor?' sohbetini başlatın.

5. Gün

Gün içinde ufak krizlerde 'Lina'nın balonu gibi mi hissettin?' diyerek bağlantı kurun.

6. Gün

Kızgınlık anlarında öğüt vermek yerine sadece 'Kızgınsın, canın sıkıldı!' demeyi deneyin.

7. Gün

Çocuğunuzla kriz sonrası barışma anlarında 'Kızdın ama patlamadın' diyerek başarısını kutlayın.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Kes ve Sakla Kartları

Bu kartlar buzdolabına, çocuğun masasına ya da okuma köşesine gider.

Kart 1

Lina'nın bedeni kızınca ne yaptı?

Kart 2

Balon patlamadan önce ne yardım etti?

Kart 3

Sen kızınca vücudunda neresi önce haber verir?

Kart 4

Öfkeye isim vermek davranışı onaylamak değildir; çocuğa kendini fark etmesi için dil verir.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Mini Sözlük

Kitaptaki kelimeleri çocuğun yaşına uygun küçük açıklamalara çevir.

duygu adlandırma

Bunu bedenimde ve davranışimde fark ederim.

beden sinyali

Bunu bir cümleyle anlatabilirim.

öfke

Bu konu evde küçük anlarda da görünür.

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Not Alma Sayfası

Tanı koymak için değil; çocuğun hangi sayfada canlandığını hatırlamak için.

En sevdiği sayfa

.....

Kurmak istediği cümle

.....

Bir sonraki okumada denenecek şey

.....

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala,
sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev
anına bağla; beceri tekrar içinde
yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük
örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Kitap Sonrası Ritüel

Her okuma aynı küçük kapanışla biterse çocuk kitapla güveni eşleştirir.

Bir sarılma

Kitap bitti, bağ devam ediyor.

Bir cümle

Bugün bu kitapta en çok şunu sevdim.

Bir seçim

Yarın hangi sayfayı tekrar açalım?

Okurken kullan

Önce çocuğun cümlesini aynala, sonra tek bir açık uçlu soru sor.

Değer katan takip

Bu sayfayı ertesi gün gerçek bir ev anına bağla; beceri tekrar içinde yerleşir.

Mini kayıt alanı

Çocuğun seçtiği kelime, çizdiği fikir veya evde fark edilen küçük örnek buraya yazılır.

Bugün denedik

Çocuğun cümlesi

Bir sonraki okumada

Birlikte Konuřalım

Doğru cevap aranmaz; çocuğun düřüncesini duymak yeter.

- Lina'nın bedeni kızınca ne yaptı?
- Balon patlamadan önce ne yardım etti?
- Sen kızınca vücudunda neresi önce haber verir?

Balon nefesi

Malzemeler: Eliniz

1. Ellerinizi küçük bir balon gibi kapatın.
2. Nefes alırken elleri açın, verirken kapatın.
3. Üç turdan sonra 'balon biraz sakinleşti' deyin.

Ebeveyn Kazanımı

Öfkeye isim vermek davranışı onaylamak değildir;
çocuğa kendini fark etmesi için dil verir.

Bu PDF tıbbi, psikolojik ya da pedagojik tanı aracı değildir. Aile içi okuma rutini ve sohbet desteği olarak hazırlanmıştır.