

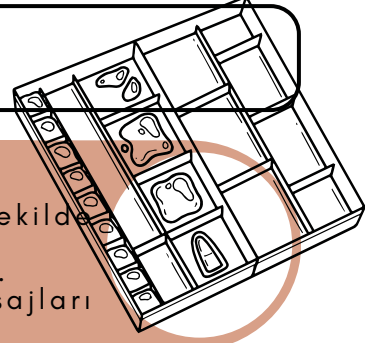
**Bir deniz kabuğunun üzerine yazacağınız/
çizeceğiniz bir mesaj ya da resim düşünün. Ne
yazardı ve onu sahilde kimin keşfetmesini
isterdiniz?**



ANLAMLI MESAJLAR

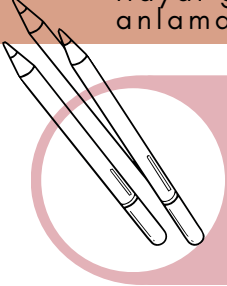
Çalışma Sayfası Konuları:

- Anlamli Mesajlar İletmek



Çalışma Sayfası için Hedefler:

- Başkasına yönelik duygu ve düşünceleri yaratıcı bir şekilde ifade etmek.
- Kişisel bağlantıların ve mesajların önemini keşfetmek.
- Hayal gücünü, birey için önemli olan duyguları ve mesajları anlama ve ifade etme aracı olarak kullanmak.



Amaç ve Hedef:

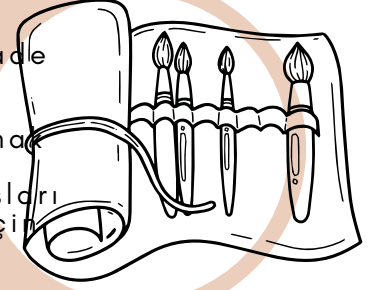
- Amaç: Danışanların başkalarıyla paylaşmak istedikleri önemli mesajlar hakkında düşünmeleri için metaforik ve yaratıcı bir yol sağlamak.
- Amaç: Duygusal ifadeyi, ilişkiler üzerine düşünmeyi ve iletişimin önemini kolaylaştırmak

Gerekli Malzemeler:

- Kuş resminin ve mesaj yazma alanının bulunduğu çalışma sayfası.
- Müşterilerin mesajlarını yazmaları için kalem veya kurşun kalem gibi yazı araçları.

Talimatlar:

- Mesajların gücünü ve kişinin duygu ve düşüncelerini ifade etmesinin önemini tartışarak çalışma sayfasını tanıttın.
- Bunun varsayımsal ve yaratıcı bir alıştırmaya olduğunu vurgulayarak, göndermek istedikleri bir mesajı oluşturmak için sağlanan alanı kullanabileceklerini açıklayın.
- Herhangi bir engel olmaksızın bir mesaj gönderme şansları olsaydı kime ne söylemek isteyeceklerini düşünmeleri için onları teşvik edin.



Terapi Müdahale Fikirleri:

- **Bireysel Terapi:** Doldurulan çalışma kağıdını kullanarak danışanın ilişkileri ve mesaj göndermeyi seçtiği kişiye karşı duyguları hakkında konuşun.
- **Grup Terapisi:** Üyelerin kendilerini rahat hissetmeleri halinde mesajlarını paylaşmalarına izin verin, ortaya çıkan ortak temaları ve duyguları tartışın.
- **Yaratıcı Yazma Egzersizi:** Danışanları, oluşturdukları mesaja dayalı bir mektup veya kısa bir hikaye yazarak alıştırmayı genişletmeye teşvik edin.
- **Rol Oynama:** Danışanın mesajını iletme rolünü oynamasını sağlayın, bu bir katartik deneyim veya gerçek hayattaki bir konuşma için pratik olabilir.
- **Ev Ödevi:** Danışanlardan çalışma kağıdını eve götürmelerini ve tartışmaya devam etmek için bir sonraki seansa geri getirmelerini isteyin.

Bu çalışma sayfası, danışanların önemli düşünce ve duygularını ilgi çekici, yaratıcı ve duygusal olarak güvenli bir şekilde iletme arzularını keşfetmelerini sağlayan bir köprü görevi görür.