

B2

ÜNİTE 3: KORKULAR

Ders 1: Modern Korkularımız

Ders 2: Kaygılanıyorum

Ders 3: Ünlüler de Korkabilir

■ Kazanımlar

■ Dinleme

1. Farklı korku türlerine yönelik içeriğe sahip metinleri zorlanmadan anlar.
2. Bir konuşmanın içeriğindeki görüş ve bilgileri ayrıntılarıyla çözümler.

■ Okuma

1. Paragrafları karışık olarak verilmiş bir metni doğru biçimde sıralar.
2. Gazete, dergi ve internet sitesinde yer alan metinlerdeki önemli ayrıntıları fark eder.

■ Konuşma (Sözlü Anlatım ve Karşılıklı Konuşma)

1. Çeşitli korkulara ait olan belirtileri, özellikleri, sebepleri ifade ederek değerlendirir.
2. Bir tartışma konusuna ait fikirlerini nedenleriyle açıklar.

■ Yazma

1. Bir konuyla ilgili kişisel deneyimlerini ve düşüncelerini içeren bir metin yazar.
2. Çeşitli kaynaklardan yararlanarak bilgilendirici metinler yazar.

Ders I: MODERN KORKULARIMIZ

Hazırlık:



1. Bu fotoğraflar hakkında neler düşünüyorsunuz? Sizce bu fotoğraflarda hangi duygular öne çıkıyor?
2. Çevrenizde beğenilmeme korkusu veya sosyal fobisi olan kişiler var mı? Varsa kişisel özelliklerini kısaca anlatınız.
3. Bir arkadaşınız tarafından herhangi bir nedenle hiç korkutuldunuz mu?

Bu derste neler öğreneceğiz?

Birleşik eylem (sürerlik, tezlik, yaklaşma) yapılarını anlayabilecek, bu yapıları çeşitli bağlamlarda kullanarak kendinizi ifade edebileceksiniz.

Okuyalım

Aşağıdaki metni okuyun, soruları metne göre yanıtlayın.



STRES: İŞTE BÜTÜN MESELE BU!

Selin: Dün kütüphanedeyken bir dergideki yazıya **gözüm takılıverdi**. Bir psikoloğun modern korkularımızla ilgili bir yazısı vardı. Bu yazıda stresin modern korkularımızdan biri olduğu anlatılmıştı. Konu ilgimi çekti, açıp okudum biraz.

Zeynep: Hımm, merak ettim. Bize de **anlatıver**.

Gamze: Aa, o yazıyı ben de görmüştüm. Sen **anlatadur** Selin, ben üçümüze birer çay koyayım.

Selin: Bir durumla karşılaştığımız zaman bizden neler talep ettiğini düşünüyormuşuz. Eğer bu taleplere cevap verebilirsek herhangi bir tehlike hissetmiyormuşuz. Ancak bir kuşku duyuyorsak stres kaçınılmaz oluyormuş.

Zeynep: Mantıklı.

Gamze: Buyurun, çaylarınız. Kulağım sizdeydi. Bizi strese sokan olaylar, deneyimlerimizle ve geçmişte öğrendiklerimizle bağlantılıymış. Tabii, hepimizin yaşadığı stres farklı. Strese girince bazı insanlar daha az terlermiş, kalp atış hızları da daha az olurmuş.

Selin: Kesinlikle öyle. Örneğin daha önceden yılan tarafından sokulmuş bir kişi, yılan gördüğünde diğer kişilere göre daha çok tepki verebilirmiş.

Zeynep: Çok doğru. Üç yıl önce benim de başıma gelmişti. Arkadaşlarla ormanda yürüyüş yaparken karşımıza yılan **çıkıverdi**. Yılanı görünce ben **donakaldım**. Çünkü çocukken komşumuzun oğlunu yılan sokmuştu ve o sırada ben de onun yanındaydım. O zamandan beri yılan fobim var. “Yılan” kelimesini duyunca bile strese giriyorum.

Gamze: Aa, bilmiyordum. Ucuz atlatmışsın, yılan seni de sokabilirdi.

Selin: Haklısın Gamze. Bu arada stres yalnızca geçmişle ilgili değilmiş. Geleceğe dair kontrol sahibi olmayla da ilgiliymiş. Bu, hepimizde doğuştan **var olagelen** bir dürtüymüş.

Gamze: Evet, dahası da var. Karşılaştığımız olayın kontrolü bizde değilse yaşadığımız stres de büyük oluyormuş. Deprem, sel, hortum gibi doğal afetler bu yüzden böyle korku ve stres yaratıyor.

Zeynep: Yılan, deprem, sel... Bence bugünlük bu kadar yeter yoksa ben birazdan strese gireceğim.

Selin: Tamam, mesaj alındı. Konuyu değiştirelim. Gamze, haydi şimdi bize birer çay daha koyuver. Çaylarımızı içtikten sonra da dışarı çıkarız.

Kaynak: (www.bilimteknik.tubitak.gov.tr, düzenlenmiştir.)

Yanıtlayalım

Etkinlik I: Aşağıdaki tabloda verilen ifadeleri boş bırakılan yerlere yerleştirin.

Dikkatini birine vermek, dinlemek

Kötü bir durumla karşı karşıya kalmak

Dikkat çeken bir şeyden bakışlarını ayıramamak

Zor veya tehlikeli bir durumdan az zararla kurtulmak

İstemek

Gözü takılmak: _____

Talep etmek: _____

Kulağı birinde olmak: _____

Başına gelmek: _____

Ucuz atlatmak: _____

Etkinlik 3: Okuduğunuz metne göre aşağıdaki ifadelerin doğru ya da yanlış olduğuna karar verin.

	Doğru	Yanlış
1. Dergideki “korku” ile ilgili yazıyı yalnızca Zeynep okumamış.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Yılandan en çok Gamze korkuyor .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Kişinin önceden yaşadığı bir olaydan edindiği tecrübe ile korku arasında herhangi bir ilgi yoktur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Strese giren iki kişi birbirinden farklı tepkiler verebilir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Öğrenelim

Birleşik Fiiller

Birleşik fiiller; yeni bir eylemi karşılamak üzere, en az iki sözcüğün bir araya gelmesiyle oluşan fiillerdir. İki fiilin belli bir kurala göre birleşmesiyle oluşan fiiller ise kurallı birleşik fiillerdir. Bu fiiller kendi anlamından uzaklaşarak ana fiile “sürerlik, tezlik, yaklaşma” gibi anlamlar katar.

• Sürerlik

Sürerlik eylemi cümleye bitmemişlik, devamlılık anlamı katar ve üç farklı şekilde görülür. Bunlar; eylemle birlikte kullanılan –Akalmak, -Adurmak ve –Agelmek yapılarıdır.

Ø – Akalmak

Eylemle birlikte kullanılan –Akalmak yapısı, eylemin bir süre devam ettiğini gösterir. eylem + **Akalmak** --> sürerlik

Örnek:

Sözlerimi duyunca yüzüme **bakakaldı**.

(bakmak eylemi bir süre devam ediyor)

Ahmet istifa ettiğini söylediğinde **donakaldım**.

(donmak eylemi bir süre devam ediyor)

Ø – Adurmak

Eylemle birlikte kullanılan –*Adurmak* yapısı da –*Akalmak* yapısı gibi eylemin bir süre devam ettiğini gösterir.

eylem + **Adurmak** --> sürerlik

Örnek:

Sen yemeği **yapadur**, ben ekmek alıp geleceğim.
(*yapmaya devam et*)

Çocuklar, siz televizyonu **izleyedurun** ben markete gidip geleceğim.
(*izlemeye devam edin*)

Ø – Agelmek

Eylemle birlikte kullanılan –*Agelmek* yapısı, eylemin uzun süredir devam ettiğini gösterir.

eylem + **Agelmek** --> sürerlik

Örnek:

Kız Kulesi hakkındaki efsaneler yüzyıllardır **anlatılagelmektedir**.
(*anlatmak eylemi uzun süredir devam ediyor*)

Da Vinci'nin Mona Lisa tablosu, yıllar boyunca en çok tartışılan tablolardan biri **olagelmektedir**.
(*olmak eylemi uzun süredir devam ediyor*)

• Tezlik

Tezlik eylemi cümleye “hemen, çabucak, kolaylıkla veya aniden gerçekleşme” anlamı katar. Eylem –*Ivermek* yapısıyla birlikte kullanılır.

eylem + **Ivermek** --> tezlik

Örnek:

Konser biletleri bir saat içinde **tükeniverdi**.
(*çabucak tükendi*)

Ayşe tansiyonu düşünce **bayılıverdi**.
(*aniden bayıldı*)

• Yaklaşma

Yaklaşma eylemi; durumun, olayın veya hareketin gerçekleşmediğini ama gerçekleşmeye yaklaştığını ifade eder. Eylem –Ayazmak yapısıyla birlikte kullanılır.

eylem + **Ayazmak** --> yaklaşma

Örnek:

Çocuk karda yürürken **düşeyazdı**.
(az kalsın düşecekti ama düşmedi)

Etkinlik 3: Aşağıdaki soruları yanıtlayın.

1. Aşağıdaki cümlelerden hangisinde sürerlik, tezlik, yaklaşma ifadelerinden biri yoktur?

- Siz lokantaya gidedurun, ben işimi bitirip geleceğim.
- Yaşadıklarını anlatınca hepimiz donakaldık.
- Bu olay, yetkililer dışında herhangi bir kişiyi ilgilendirmemektedir.
- Yarın Ayşe'nin doğum günü olduğu birden aklıma geliverdi.
- Bu fabrikadaki işler kurallara uygun şekilde yapılagelmektedir.

2. Aşağıdaki altı çizili kelimelerden hangisi diğerlerinden farklıdır?

- Burcu'nun sürprizini öğrenince şaşakaldık.
- Sen kâğıtları sekretere götüredur, ben danışmaya uğrayacağım.
- Nur otobüsten inince beni arayıversin.
- Kazayı görünce kalakaldım.
- Bu olay haftalardır süregelıyor.

3. Aşağıdakilerden hangisinde çabukluk anlamı vardır?

- Yaşlı kadın yolda yürürken düşeyazdı.
- Kitabı bir günde bitirivermişsin.
- Siz çorbayı içedurun, ben mutfaktan ekmeği getireyim.
- Keşke tatilde Antalya'ya gitsek...
- Çocuklar biraz daha oynayadursun.

4. Aşağıdaki eşleştirmelerden hangisi yanlıştır?

- a) kalakaldık – yaklaşma
- b) bilinegelir – sürerlik
- c) koşuversin – tezlik
- d) aktarılagelmiş – sürerlik
- e) düşünedursun – sürerlik

5. “Bu ifadeler aylarca söylenegelmiştir.” cümlesinde altı çizili kelimenin cümleye kattığı anlam hangisidir?

- a) Şaşkınlık
- b) Yaklaşma
- c) Tezlik
- d) Yeterlik
- e) Sürerlik

6. Aşağıdaki cümlelerden hangisinde sürerlik, tezlik, yaklaşma ifadelerinden biri yardır?

- a) Burada sigara içmeye izin verilmemektedir.
- b) Belediye başkanı üç dönemdir görevine devam etmektedir.
- c) Kardeşinin saçını bir anda çekiverdi.
- d) Gerçekleri öğrenince benimle bir daha konuşmadı.
- e) Biz pastaneye gidelim, Ahmet biraz geç gelecek.

Dinleyelim - Yanıtlayalım

Metni dinleyin, etkinlikleri metne göre yanıtlayın.

HAYATI KUŞATAN KORKULAR

Etkinlik 4: Dinlediğiniz metne göre aşağıdaki soruları yanıtlayın.

1. “Hayatı Kuşatan Korkular” başlığındaki kuşatan kelimesinin yerine hangisi yazılabilir?

- a) Keşfeden
- b) Güzelleştiren
- c) Kolaylaştıran
- d) Saran
- e) Renklendiren

2. Sunucu aşağıdaki korkulardan hangisini söylememiştir?

- a) Sınav korkusu
- b) Terk edilme korkusu
- c) Yükseklik korkusu
- d) Ölüm korkusu
- e) Trafik kazası korkusu

3. Aşağdakilerden hangisi korkunun fiziksel belirtisi olarak söylenmemiştir?

- a) Terleme
- b) Titreme
- c) Kalp çarpıntısı
- d) Beynin hızlı çalışması
- e) Ağlama

Etkinlik 5: Dinlediğiniz metne göre aşağdaki ifadelerin doğru ya da yanlış olduğuna karar verin.

	Doğru	Yanlış
1. Konuk, NP İstanbul Hastanesinde uzmandır.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Korku ile güvensizlik arasında ilişki yoktur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Çocukların korkusu gerçek dışı olabilir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Çocukluk dönemindeki korkular yetişkinliği etkileyebilir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Korku tedavi edilebilir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

 Okuyalım**Aşağdaki metni okuyun, soruları metne göre yanıtlayın.**

Yükseklik korkusu, yerden yüksekte bulunma nedeniyle hissedilen psikolojik bir rahatsızlıktır. Fakat yüksek bir yerde bulunan insanlardaki korku, düşme korkusundan farklıdır. Yükseklik korkusu toplumda her yirmi kişiden birini etkileyen yaygın bir durumdur. Ayrıca şiddetli rahatsızlıklara sebep olur.



Yakın zamana kadar yükseklik korkusunun, kişinin düşerek zarar görme tehlikesi nedeniyle ortaya çıktığı düşünülüyordu. Hatta içgüdüsel bir korku olduğu da söyleniyordu. Ancak yapılan bir araştırmada, henüz yürüyemeyen bebeklerde yükseklik algısının olmadığı belirlendi. Araştırmada bebeklerin kalp ritmindeki değişikliklere bakıldı. Büyüdükçe yükseklik korkusunun ortaya çıktığı anlaşıldı. Bu durumun bebeklerin kendi kendilerine hareket etmeye başlamasıyla ilgili olduğu düşünülüyor. Bebeklerin hareketlerini ve çevrelerini görsel olarak algılama yeteneklerinin gelişmesi de bu durumda etkili olduğu belirtiliyor.

Yüksekliğin sebep olduğu aşırı korkunun insanların derinlik algısındaki farklılıkla ilişkili olduğu ifade ediliyor. Araştırmalar yükseklik korkusu olan insanların dikey mesafeleri yanlış algıladığını gösteriyor. Sonuçları bir dergide yayımlanan araştırmada, yükseklik korkusu olan insanlar ile yükseklik korkusu olmayanlar arasında bir karşılaştırma yapıldı. Yükseklik korkusu olmayan insanların 50 metre yüksekliğindeki bir binanın üst kısmında verdiği tepkinin aynısını, yükseklik korkusu olan insanların 14 metre yükseklikte verdiği anlaşıldı. Ayrıca yerden yukarı doğru bakan insanların dikey mesafeleri yukarıdan aşağıya bakanlardan daha doğru tahmin ettiği belirlendi.

Bilim insanları düşme korkusu nedeniyle aslında bütün insanların yüksekten korktuğunu, sadece tepki verdikleri mesafenin farklı olduğunu düşünüyor.

Kaynak: (www.t24.com.tr ve www.ntv.com.tr, düzenlenmiştir.)

Yanıtlayalım

Etkinlik 6: Okuduğunuz metne göre aşağıdaki soruları yanıtlayın.

1. Aşağıdakilerden hangisi metin için uygun bir başlık değildir?

- a) Popüler Bir Korku: Yükseklik
- b) Yanlış Alđı
- c) Bebeklerin Korkusu
- d) Yükseklik Korkusunun Nedeni
- e) Yükseklik Korkusu Üzerine Bir İnceleme

2. Aşağıdaki kelimelerden hangisinin karşıt anlamlısı metinde yoktur?

- a) Doğru
- b) Alçak
- c) Yatay
- d) Olumsuz
- e) Alt

3. Okuduğunuz metne göre aşağıdaki bilgilerden hangi yanlıştır?

- a) Bebeklerde yükseklik algısı bebekler yürümeye başladıktan sonra ortaya çıkar.
- b) Yükseklik korkusu, düşme korkusundan farklıdır.
- c) Yükseklik korkusu insanlardaki derinlik algısıyla ilişkilidir.
- d) Yükseklik korkusu tüm insanlarda olduğu düşünölmektedir.
- e) Yükseklik korkusu olmayanlar dikey mesafeleri yanlış anlar.



Yazalım

I. Cümleleri tamamlayalım.

*İnsanların çoğu kaybetmekten korktuğu için, sevmekten korkuyor.
Sevmekten korkuyor, kendisini sevmeye layık görmediği için.
Düşünmekten korkuyor, sorumluluk getireceği için.
Konuşmaktan korkuyor, eleştirilmekten korktuğu için.
Duygularını ifade etmekten korkuyor, reddedilmekten korktuğu için.
Yaşlanmaktan korkuyor, gençliğinin kıymetini bilmediği için.
Unutmaktan korkuyor, dünyaya iyi bir şey vermediği için.
Ve ölmekten korkuyor aslında yaşamayı bilmediği için.*

William Shakespeare

Şiirde belirtildiği gibi herkesin hayatta bazı korkuları vardır. Peki, sizin korkularınız neler? Bu korkularınızın hayatınıza etkisi/etkileri nedir? Şiiri de göz önünde bulundurarak bir kompozisyon yazınız.

Ders 2: KAYGILANIYORUM

Bu derste neler öğreneceğiz?

Farklı türdeki bazı korkuların özelliklerini ve sebeplerini öğrenecek ve çatı eklerinin (“ettirgen+edilgen”, “ettirgen+ettirgen”) birlikte kullanımlarını anlayabileceksiniz.

Okuyalım

Aşağıdaki metni okuyun, soruları metne göre yanıtlayın.

SOSYAL MEDYADA BEĞENİLMEME KORKUSU

Uluslararası Sosyal Medya Derneği (USMED) Yönetim Kurulu Başkanı Said Ercan, sosyal medyada beğenilmeme korkusunun insanlarda psikolojik sorunlara yol açtığını söyledi. Ercan, muhabire sosyal medya kullanıcılarına yönelik araştırmalar yaptıklarını anlattı. Bu araştırmalara göre, insanların sosyal medyada genellikle beğenilmek için bir şeyler paylaştığını belirtti.



Ercan, son yıllarda sosyal medya kullanan birçok insanda bir tür kaygı bozukluğunun görüldüğünü aktardı. Ayrıca “Bu insanlar sürekli sosyal medya için telefona dönüp dönüp bakıyor. Türkiye’de 50 milyon internet kullanıcısı var. Kullanıcılar ortalama her beş dakikada bir telefonuna bakıyor. Yine yapılan araştırmaya göre, cüzdanımızı kaybettiğimizde onun yanımızda olmadığını 3 saatte fark ediyoruz ama telefonu kaybettiğimizi 5 dakikada anlıyoruz.” dedi.

Sosyal medyanın insan hayatına çok fazla girdiğini vurgulayan Ercan şöyle konuştu: “Sosyal medyada bir şey paylaştıklarında insanlar hemen ‘Kaç beğeni oldu, kaç kişi gördü?’ diye bakıyor. Sosyal medyada beğenilme, kullanıcıları mutlu ediyor. Beğenilmeme ile karşılaşan kullanıcılarda ise bazı psikolojik sorunlar ortaya çıkabiliyor. Sosyal medyada beğenilmeme psikolojiyi bozabiliyor. Bu durum, bizi tamamen istatistiklerle **yaşattırıyor**. Yani hayatımızın her alanında sayılar var artık. Sayılarla yaşıyoruz. Bu bize aslında şunu da veriyor. Mesela bir yerde trafik kazası, patlama veya saldırı oldu. Biz oradaki insanların hikâyeleriyle değil, ölen insanların sayısı ile ilgileniyoruz. Çok azmış ya da çok fazlamış diyoruz sadece.”

Son zamanlarda yapılan başka bir çalışmada ise paylaşımların beğenilmesi ile beynin ödül kısmının arasında bir bağlantı olduğu **bildirildi**. Fazla beğeni aldığınızda beyninizin bu bölgesinde daha fazla nöron aktif hâle gelmektedir. Aksi olduğunda yani az beğeni geldiğinde ise beyniniz bu durumu “kabul görmemek” olarak algılıyor. Bunun dışında, sosyal medyada bir şey kaçırmaya düşüncesi de stres seviyesini zorlayabiliyor.

Kaynak: (www.sabah.com.tr ve www.hukumdar.com.tr, düzenlenmiştir.)

Yanıtlayalım

Etkinlik 7: Okuduğunuz metinde aşağıdaki bilgilerin hangilerinden söz edilmektedir? İşaretleyin.

1. Beğenilmeme korkusunun başka sorunlara sebep olması.
2. Telefonun eksikliğinin cüzdanın eksikliğinden daha önce fark edilmesi.
3. Beğeni sayısı az olan paylaşımın silinip kaldırılması.
4. İnternette paylaşılan fotoğrafların videolardan daha fazla beğenilmesi.
5. Beğeni sayısının beyni etkilemesi.

Etkinlik 8: Okuduğunuz metne göre tabloda verilen ifadeleri boş bırakılan yerlere yerleştirin.

Yetişememek, görmemek, bilmemek

Eylemi sürekli, sık aralıklarla, tekrar yapmak

Onaylanmamak

1. Dönüp dönüp bakmak: _____
2. Bir şey kaçırmak: _____
3. Kabul görmemek : _____

Öğrenelim

Ettirgenlik

Bir işi kendimiz yapmayıp bir başkasına yaptırdığımız durumlarda fiile -r, -t, -Dlr eklerini getiriyoruz. Bir eylemi yaptırmayı için bir başkasına söylediğimizde çoklu ettirgenlik yapısını kullanırız. Bu durumda -r, -t, -Dlr ekleri üst üste kullanılır.

ettirgen + ettirgen

Bazen ise -r, -t, -Dlr eklerinden sonra -(I)I eki kullanılır.

ettirgen + edilgen

yapmak

yapmış --> etken

yapılmış --> edilgen

yaptırmış --> ettirgen

yaptırtmış --> ettirgen + ettirgen

yaptırılmış --> ettirgen + edilgen

Ayşe randevu almak için doktoru aradı. --> etken

Murat, randevu almak için Ayşe'ye doktoru arattı. --> ettirgen

Murat, randevu almak için doktoru arattırdı. --> ettirgen + ettirgen

Randevu almak için doktor Ayşe'ye arattıldı. --> ettirgen + edilgen

Etkinlik 9: Aşağıdaki soruları yanıtlayın.

1. "Sınavda sadece dilbilgisi soruları sorulmadı. Öğrencilere kompozisyon da" cümlesindeki boşluğa aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir?

- a) yazdırıldı
- b) yazmalı
- c) yazmamışsınız
- d) yazılır
- e) yazıştı

2. Aşağıdakilerden hangisi yapı olarak diğerlerinden farklıdır?

- a) sevildi
- b) açılacak
- c) içilsin
- d) kestirilmiş
- e) bakıldı

3. Aşağıdakilerden hangisinde birden fazla ettirgenlik eki yoktur?

- a) ödettirsin
- b) arattırmalı
- c) sildirdi
- d) yedirtti
- e) dinlettirir

4. gezmek --> (ettirgen + edilgen)
uyumak --> (ettirgen + edilgen)
söylemek --> (ettirgen + ettirgen)
hazırlamak --> (ettirgen + ettirgen)

🔊 Dinleyelim - Yanıtlayalım

Metni dinleyin, etkinlikleri metne göre yanıtlayın.



EYVAH, YİNE DAVETE GİDİYORUZ!

Etkinlik 10: Dinlediğiniz metne göre aşağıdaki ifadelerin doğru ya da yanlış olduğuna karar verin.

1. Seda Hanım'ın eşi istifa etmiş.
2. Seda Hanım, modaya uygun giyinmediği için arkadaş bulamıyor.
3. Seda Hanım, tanımadığı insanlarla konuşurken rahat olamıyor.
4. Seda Hanım'ın hem psikolojik hem de fiziksel şikâyetleri var.
5. Seda Hanım'ın tedavi edilemez bir rahatsızlığı var.

Doğru	Yanlış
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Etkinlik 11: Dinlediğiniz metne göre aşağıdaki soruyu yanıtlayın.

1. Başlığa göre aşağıdakilerden hangisi Seda Hanım'ın durumu için uygun değildir?

- a) Korku
- b) Panik
- c) Hevesli
- d) Endişeli
- e) Gergin

Aşağıdaki metni okuyun, soruları metne göre yanıtlayın.



SOSYAL FOBİ

Sosyal fobimden dolayı kalabalık bir ortamda nasıl hissettiğimi Mert hiç anlayamıyordu. Psikiyatrist olan kuzenim Sezer’le buluşacağımız bir gün Mert’i de çağırdım. Sezer hemen Mert için bir senaryo oluşturdu. Bu senaryoda Mert’in sadece birkaç saniye için gözleri kapatırıldı. Bir odaya girdiği, orada bazı arkadaşlarını ve meslektaşlarını gördüğünü düşünmesi istendi. O sırada yere doğru bakıp üzerinde hiçbir giysinin olmadığını görse ne yapacağı soruldu. İşte, artık Mert beni anlamaya başladı. Çünkü bu senaryo benim gibi sosyal fobisi olan kişilerin hislerini çok iyi anlatıyordu. Sezer, Mert’e bunu şöyle açıkladı: “Böyle bir durumda büyük bir utanç duyarsın, odadan kaçıp gitmek istersin, ölecek gibi hisseder-sin, hiç kimseyi yeniden görmek istemezsin.” O sırada Mert’le baktık. Benim neler yaşadığım bu senaryo sayesinde Mert’e de **hissettirildi**. Bunu Mert’in gözlerinden anladım.

Sezer ayrıntı vererek anlatmaya devam etti: “Sosyal fobisi olan bireyler, başkaları tarafından yargılanma kaygısı taşırlar. Yani sosyal fobinin ‘kalabalık ortamlarda mahcup veya rezil olmaktan sürekli korkma’ şeklinde bir kaygı bozukluğu olduğu söylenebilir. Sosyal fobisi olanlar, başkalarıyla etkileşimde bulunmaları veya bir işi başkalarının yanında yapmaları gerektiğinde korkarlar. Bu yüzden bu tarz ortamlardan uzak durmaya çalışırlar. Başkalarının kendileri için zayıf, güçsüz, garip veya yetersiz gibi yargılarda bulunacağını düşünürler. Ellerinin ya da seslerinin titrediğinin fark edilmesinden kaygılanırlar. Bu nedenle kalabalık önünde konuşmaktan korkabilirler. Hatta ‘düzgün konuşamıyor’ denilmesinden korktukları için bazen bir kişiyle karşılıklı konuşurken bile kaygılanırlar. Ellerinin titrediğinin görülmesinden korktukları için başka insanların yanında yemekten, içmekten veya yazı yazmaktan kaçınabilirler.”

Kaynak: (www.psikiyatri.org.tr, düzenlenmiştir.)

Yanıtlayalım

Etkinlik 12: Okuduğunuz metne göre aşağıdaki soruları yanıtlayın.

1. Aşağıdakilerden hangisi metin için uygun bir başlık değildir?

- a) Kaygı Bozukluğu
- b) Yalnız Kalmak İstemiyorum
- c) İşte Şimdi Beni Anladın
- d) Sosyal Fobi
- e) Bunu Yaşayan Bilir

Etkinlik 13: Okuduğunuz metne göre aşağıdaki ifadelerin doğru ya da yanlış olduğuna karar verin.

	Doğru	Yanlış
1. Sezer ve Mert kuzendir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Mert, senaryoyu dinlerken titremeye başladı.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sosyal fobisi olanlar, başkalarının olumsuz yorum yapacağını düşünerek rahatsız olurlar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Yanlış yazmaktan korktukları için sosyal fobisi olanlar başkalarının yanında yazmak istemiyor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Yazalım

Çeşitli kaynaklardan yararlanarak kapalı alan korkusu (genel tanımı, belirtileri, günlük hayat üzerindeki etkileri vb.) ile ilgili bir metin yazınız.

Ders 3: ÜNLÜLER DE KORKABİLİR

Bu derste neler öğreneceğiz?

Farklı türdeki bazı korkuların özelliklerini ve sebeplerini anlayabilecek, “-mAktAnsA”, “-mAk varken” ve “-mAk yerine” yapılarının kullanımlarını öğreneceksiniz.

Okuyalım

Aşağıdaki metni okuyun, soruları metne göre yanıtlayın.

ÜNLÜLER VE KORKULARI

Bazı korkular, onu yaşayanların hayatını çok etkilerken diğer insanları şaşırtıyor. İşte korku dolu ünlülerin bazılarında ve onların bizi şaşırtan korkularına örnekler şöyle:

Psikoloji denilince akla gelen ilk isimlerden olan Sigmund Freud'da çok ciddi bir tren korkusu varmış. Freud ayrıca müzik sesine de dayanamıyormuş. Bu yüzden piyanist olan komşusuyla sorunlar yaşıyormuş. Sonunda piyanist komşu ile Freud arasında bir anlaşma sağlanmış. Komşunun hangi saatlerde piyano çalacağı belirlenmiş. Belirlenen saatlerde Freud evde **oturmak yerine** dışarı çıkıyormuş ve komşusu o saatlerde piyanosunu rahatça çalıyormuş.



Çılgın İspanyol ressam Salvador Dalí'nin ölüm fobisi varmış. Dalí'nin biyografisini yazan Herbert Genzmer onu şöyle anlatmış: “Dalí, **ölmektense** şiddetli acılara katlanmayı tercih ederdi. Ölümsüz yaşamın hayallerini kuruyordu. Tüm bunlar Dalí'nin iç dünyasının bir görüntüsüdür. Dalí'nin içi, panik derecesinde ölüm korkusuyla doluydu.”

Ünlü Fransız yazar Montaigne, cuma günleri asla eline kalem almıyormuş. Ayrıca 13 sayısından da çok korkuyormuş. Yine ünlü bir Fransız yazar olan Voltaire ise karanlıktan ödü kopduğu için ışısız odalarda asla yatamazmış. Yani ışıkta rahat **uyumak varken** karanlıkta uyumayı istemezmiş.

Ünlü oyuncu ve yönetmen Woody Allen'ın en büyük korkusu hasta olmakmış. Allen bu nedenle iki saatte bir vücut ısısını ölçüyormuş. Allen'ın başka bir fobisi de

yükseklikmiş. Ayrıca yangından da çok korkuyormuş. Yangın çıkarsa ayakkabı giymek için **vakit kaybetmektense** hemen oradan kaçmak istiyormuş. Bu nedenle yatarken bile ayakkabılarını çıkarmıyormuş. Kapalı ve dar yerlerden de çok korkan Allen, sık sık psikiyatrist desteğine ihtiyaç duyuyormuş.

Ünlü yıldızlar arasında uçağa binmekten korkan da çok fazla. Örneğin Whoopi Goldberg, bu korkusu yüzünden ABD’de her yere karayoluyla gidiyormuş. Formula 3’ün ilk Türk kadın pilotu Selin Yardımcı da uçaktan çok korkan isimlerden biridir. İngiliz Arsenal futbol takımının yıldızlarından biri olan Dennis Bergkamp da uçaktan çok korkuyormuş. Bu yüzden ödül almak için bile olsa denizaşırı ülkelere gidemiyormuş. İngiltere bir ada ülkesi olduğu için uçağa **binmektense** ödül almaya gitmemeyi tercih ediyormuş. Hollandalı olan Bergkamp hatta 1998 Dünya Kupası elemelerinde Bursa’da oynanan Türkiye-Hollanda maçına uçak fobisi nedeniyle katılamamıştır. Ünlü futbolcu uçak korkusu yüzünden “Uçamayan Hollandalı” lakabını almıştır.

Ünlü sinema oyuncusu Nicole Kidman’ın korkusu ise çok ilginç. Pek çok insan kelebekleri sever. Bir yere kelebek konarsa bazıları onu uğur işareti sayar. Hatta kelebeği özgürlük simgesi olarak gören birçok insan var. Oysa Kidman bu sevimli böcekten çok korkuyormuş.



Kaynak: (www.e-psikiyatri.com ve www.hezarfendergi.com, düzenlenmiştir.)

Yanıtlayalım

Etkinlik 14: Okuduğunuz metne göre tabloda verilen ifadeleri boş bırakılan yerlere yerleştirin.

Kişinin ruhsal yaşamı

Şans, talih

Dayanmak, tahammül etmek

Çok korkmak

Kişinin bir özelliğinden kaynaklanarak sonradan verilen ad

1. Katlanmak: _____
2. Lakap: _____
3. İç dünya: _____
4. Ödül kopmak: _____
5. Uğur: _____

Etkinlik 15: Okuduğunuz metne göre aşağıdaki ifadelerin doğru ya da yanlış olduğuna karar verin.

	Doğru	Yanlış
1. Freud, dışarı çıkmaktan hoŐlanmıyormuŐ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Dali, lmekten çok korkuyormuş.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Montaigne, haftanın altı günü yazı yazabiliyormuŐ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Woody Allen, toplamda c farklı korkuya sahipmiŐ.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ğrenelim

Cümlede -mAktAnsA, -mAk varken ve -mAk yerine yapıları, iki durum arasında tercih bildirirken kullanılır.

rnek:

Bu soğukta sinemaya git**mektense** evde oturup bilgisayarda film izlemeyi tercih ederim.

sinemaya gitmek

evde oturup bilgisayarda film izlemek

Çocuklar, tatilde Antalya'ya git**mek varken** burada kalmak istemiyor.



Çocuklar Antalya'ya gitmek istiyor.

Alarmı kapatıp biraz daha uy**mak varken** kalkıp hazırlanmam gerekiyor.



Alarmı kapatıp uyumak istiyorum.

Yarın sabah önemli bir toplantın var. Ma yapmaya git**mek yerine** dinlenmelisin.

ma yapmaya gitmek

dinlenmek

Kaan'la da konuŐ**mak yerine** yalnızca Ece'nin anlattıklarına inandın.

Kaan'la konuŐmak

Ece'nin anlattıklarına inanmak

Etkinlik 16: Aşağıdaki soruları yanıtlayın.

1. “Bu sıcakta dışarı çıkıp evde oturmayı tercih ederim.” cümlesindeki boşluğa aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir?

- a) yürümeliyim
- b) yürürse
- c) yürümek için
- d) yürümemek
- e) yürümektense

2. Aşağıdaki cümlelerden hangisinde tercih bulunmaktadır?

- a) İstanbul’a taşınacağı için çok heyecanlıymış.
- b) Geçen hafta otobüsten inerken cüzdanını düşürmüştü.
- c) Spor salonuna gitmektense ormanda yürüyüş yapmak daha keyifli.
- d) Uyumadan önce beni arayacağını söyledi.
- e) İki haftan beri ondan hiçbir haber alamıyoruz.

3. “Bence mesaj yanına gidip konuşmalısın.” cümlesindeki boşluğa aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir?

- a) yazmak yerine
- b) yazdığı
- c) yazmadı
- d) yazsak
- e) yazmalı

4. “Keşke bu kadar fazla çay su içsen. Çünkü su çok faydalı.” cümlesindeki boşluğa aşağıdakilerden hangisi getirilmelidir?

- a) içebilseydin
- b) içmek yerine
- c) içmedin
- d) içmemelisin
- e) içip

5. Aşağıdakilerden hangisi “Şu an konuşmayayım, susmak daha iyi.” cümlesi ile aynı anlamdadır?

- a) Şu an susmak istemiyorum.
- b) Şu an konuşmaktansa susmayı tercih ederim.
- c) Şu an susarsam başka zaman kavga edeceğim.
- d) Şu an susmaktansa konuşmayı tercih ederim.
- e) Şu an değil ama belki sonra susarım.



YANITLAR

Etkinlik 1:

Gözü takılmak: *Dikkat çeken bir şeyden bakışlarını ayıramamak*

Talep etmek: *İstemek*

Kulağı birinde olmak: *Dikkatini birine vermek, dinlemek*

Başına gelmek: *Kötü bir durumla karşı karşıya kalmak*

Ucuz atlatmak: *Zor veya tehlikeli bir durumdan az zararla kurtulmak*

Etkinlik 2:

1. D, 2. Y, 3. Y, 4. D

Etkinlik 3:

1. c

2. c

3. b

4. a

5. e

6. a

Etkinlik 4:

1. d 2. c 3. e

Etkinlik 5:

1. Y

2. Y

3. D

4. D

5. D

Etkinlik 6:

1. c

2. d

Etkinlik 7:

1. Beğenilmeme korkusunun başka sorunlara sebep olması (+)
2. Telefonun eksikliğinin cüzdanından daha önce fark edilmesi (+)
3. Beğeni sayısı az olan paylaşımın silinip kaldırılması (-)
4. İnternette paylaşılan fotoğrafların videolardan daha fazla beğenilmesi (-)
5. Beğeni sayısının beyni etkilemesi (+)

Etkinlik 8:

1. Dönüp dönüp bakmak: Eylemi sürekli, sık aralıklarla, tekrar yapmak
2. Bir şey kaçırmak: Yetişememek, görmemek, bilmemek
3. Kabul görmemek : Onaylanmamak

Etkinlik 9:

1. a
2. d
3. c
4. gezdirilmek
uyutulmak
söylettirmek
hazırlattırmak

Etkinlik 10:

1. Y
2. Y
3. D
4. D
5. Y

Etkinlik 11:

1. c

Etkinlik 12:

1. b

Etkinlik 13:

1. Y
2. Y
3. D
4. Y

Etkinlik 14:

1. Katlanmak: Dayanmak, tahammül etmek.
2. Lakap: Kişinin bir özelliğinden kaynaklanarak sonradan verilen ad.
3. İç dünya: Kişinin ruhsal yaşamı.
4. Ödü kopmak: Çok korkmak.
5. Uğur: Şans, talih.

Etkinlik 15:

1. Y
2. D
3. D
4. Y

Etkinlik 16:

1. e
2. c
3. a
4. b
5. b

Yararlanılan kaynaklar

http://www.bilimteknik.tubitak.gov.tr/system/files/modern_korku.pdf

<https://t24.com.tr/haber/yukseklk-korkusu-dikey-boyutlari-yanlis-algilatiyor,31194> <https://www.ntv.com.tr/yasam/yukseklk-korkusunun-nedeni-yanlis-alm, bvfplHILEaA2G4UuN8Xpw>

<https://www.sabah.com.tr/yasam/2017/07/25/sosyal-medyada-begenilmeme-psikoloji-yi-bozuyor> <https://www.hukumdar.com.tr/post/sosyal-medyada-begeni-neden-onemli>

<http://www.psikiyatri.org.tr/halka-yonelik/26/sosyal-fobi>

http://www.bilimcocuk.tubitak.gov.tr/system/files/bilimcocuk_arsiv/S-127-53_0.pdf

http://www.bilimcocuk.tubitak.gov.tr/system/files/bilimcocuk_arsiv/S-139-53_0.pdf