

# "HAYIR" DİYEMEYEN KÖSTEBEK



Özel Eğitim ve  
Rehberlik Hizmetleri  
Genel Müdürlüğü

unicef   
her çocuk için



“HAYIR” DİYEMEYEN KÖSTEBEK

1. Baskı

2023

ISBN: 978-975-11-7411-6

Genel Yayın No: 9178

Yardımcı Dizin Kaynak No: 355

Baş Editör

Doç. Dr. Mustafa OTRAR

Editörler

Doç. Dr. Mustafa OTRAR

Serpil ALTUNCU VAROL

Yazarlar

Blm. Uzm. Nazlı DOĞAN

Prof. Dr. Müdriye YILDIZ BIÇAKÇI

Yayına Hazırlayanlar

Uzm. Psk. Dan. İsmail YILDIRIM

Uzm. Psk. Dan. Elif Asena AKIN

Yusuf Ersen ÖZCAN

Aynur Şeyma SELÇUK

Merve LAÇİN

Sevil CANPOLAT

Baskı

Epa-Mat Basım Yayın

Sertifika No: 46796

Yayında beyan edilen görüşler kişilerin kendi sorumluluğundadır ve hiçbir şekilde Millî Eğitim Bakanlığı ve UNICEF'in görüş ve politikalarını yansıtmamaktadır.



## HİKÂYENİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERİ

**Hikâyenin Adı**

Hayır Diyemeyen Köstebek

**Hedef Kitle**

3+ Yaş

**Hikâyede Geçen İyi Oluş Özellikleri**

Öz Saygı, Duygu Düzenleme, Problem Çözme

**Hikâyenin Temel Kazanımı/  
Kazanımları**

1. Yapmak istemediği eylemleri reddeder.
2. Görev ve sorumluluklarının farkına varır.
3. Duygularının fark eder.
4. Bir olayı ya da durumu neden sonuç ilişkisi ile açıklar.





Kuş civiltılarından başka ses duyulmayan ormanda yine sessiz bir gündü.  
Ta ki Zıp Zıp Tavşan'ın sesi duyulana kadar...  
Zıp Zıp Tavşan yüksek sesle konuşuyordu:  
Duyduk duymadık demeeeyiiiiiiiiin!  
"HAYIR" deme yarışması başlıyooooorr!





“İstemediği her Şeye “HAYIR” diyebilen, bu yarışmayı kazanıyooor!”  
Zıp Zıp Tavşan durmadan aynı Őeyi tekrarlıyordu. Ve sonuna ekliyordu.  
“Yarışmaya katılmak isteyen Yeşil Baş Őrdeke baŐvuruyoor!”







Ormanda bir anda heyecanlı bir koşuşturmaca başladı. Herkes yarışmaya katılmak için Yeşil Baş Ördek'in evine doğru yol alıyordu.





Köstebek de bu yarışmaya katılmayı çok istiyordu. Ancak büyük bir sorun vardı. Köstebek istemediği her şey için kimseye "HAYIR" diyemiyordu.





Dün Köstebek'i, arkadaşı Kıvrak Solucan toprakta yuvarlanma oyunu oynamak için çağırıldı. Aslında Köstebek toprakta yuvarlanma oyunu oynamak değil, annesi ile kek yapmak istiyordu. Ama Kıvrak Solucan üzülmesin diye ona "HAYIR" diyemedi. İstemeyerek oyun oynadığı için de kendini iyi hissetmedi.





Başka bir gün arkadaşı Çıglık Kuş, Köstebek'in saçına kendi tokalarından takmak istedi. Aslında Köstebek saçına dokunulmasından hiç hoşlanmazdı. Çıglık Kuş üzülmesin diye ona "HAYIR" diyemedi. İstemeyerek saçına toka taktığı için de kendini hiç iyi hissetmedi.







Üç gün önce Uzun Boyun Zürafa, Boksör Kanguru ve Konuşkan Papağan onunla yakalamaca oynamak istediğini söyledi. Aslında Köstebek, hızlı koşamadığı için yakalamaca oynamayı istemiyordu. Ama arkadaşları üzülmesin diye onlara "HAYIR" diyemedi. İstemeyerek yakalamaca oynadığı içinde kendini hiç iyi hissetmedi.





İstemediği Şeylere "HAYIR" diyemeyen Köstebek, yarışmayı kazanamayacağını düşünmüştü. Çok üzgün görünüyordu. Annesi Köstebeke neden bu kadar üzgün göründüğünü sordu.



Köstebek, başını hafifçe yere doğru eğdi. Üzgün bir sesle: "Ormanda istemediğin her şeye 'HAYIR' deme yarışması olacak. Yarışmaya katılmayı çok istiyorum ama ben kimseye 'HAYIR' diyemiyorum." dedi. Annesi: "Bazen 'HAYIR' demek gerçekten zordur." dedi. Köstebek, hemen başını kaldırdı ve annesini dinlemeye başladı. Annesi: "Neye 'HAYIR' diyebileceğimize karar vermemiz gerekir."





Bazen dişlerini fırçalamak istemeyebilirsin. Ama dişlerinin sağlıklı olması için diş fırçalamaya “HAYIR” dememelisin. Bazen yemek saati geldiğinde oyununa ara vermeyi istemeyebilirsin. Ama sağlıklı büyümen için yemek yemeye “HAYIR” dememelisin.”

Köstebek: “Şimdi anladım! Oyuncaklarımı bazen dağıttığımda toplamak istemiyorum ama toplamamı istediğinde “HAYIR” demiyorum. Çünkü oyuncaklarım kaybolabilir.





Annesi: " Biliyor musun istemediğin bazı Şeylere "HAYIR"  
diyebilirsin. Eđer arkadaŐınla oyun oynamak istemiyorsan ona HAYIR  
diyebilirsin. Sen istemediğin halde biri senin elini tutmak istiyorsa ona  
HAYIR diyebilirsin.

Köstebek: " İŐte bunu yapamıyorum. ArkadaŐlarım üzölür diye onlara  
HAYIR diyemiyorum"



Annesi: "Ben de önceden 'HAYIR' diyebileceğim şeylere HAYIR diyemiyordum" 'HAYIR' diyemediğim zaman kendimi dar bir ayakkabı ile yürüyormuş gibi hissediyordum. Ama biliyor musun artık 'HAYIR' diyebiliyorum. 'HAYIR' diyebildiğimde kendimi ayağымda en rahat ayakkabıyla dans ediyor gibi hissediyorum." dedi ve gülümsedi.

Köstebek gözlerini kocaman açtı ve annesine : "HAYIR" demeyi nasıl öğrendin? diye sordu. Annesi: "İçimdeki hazine kumbarasından." dedi.

Köstebek: " İçindeki hazine kumbarasından mı?" dedi ve annesine şaşkın şaşkın baktı. Annesi:

"Evet. İçimdeki hazine kumbarasından öğrendim. Biliyor musun her birimizin içinde bir hazine kumbarası vardır. Hazinekler bizim duygularımız. İstemediğimiz bir şeye "HAYIR" dediğimizde kendimizi iyi hissederiz. İyi hissettiğimizde hazine kumbaramıza bir duygu daha biriktirmiş oluruz. Hazine kumbaramız doldukça kendimizi çok mutlu ve rahat hissederiz." dedi.







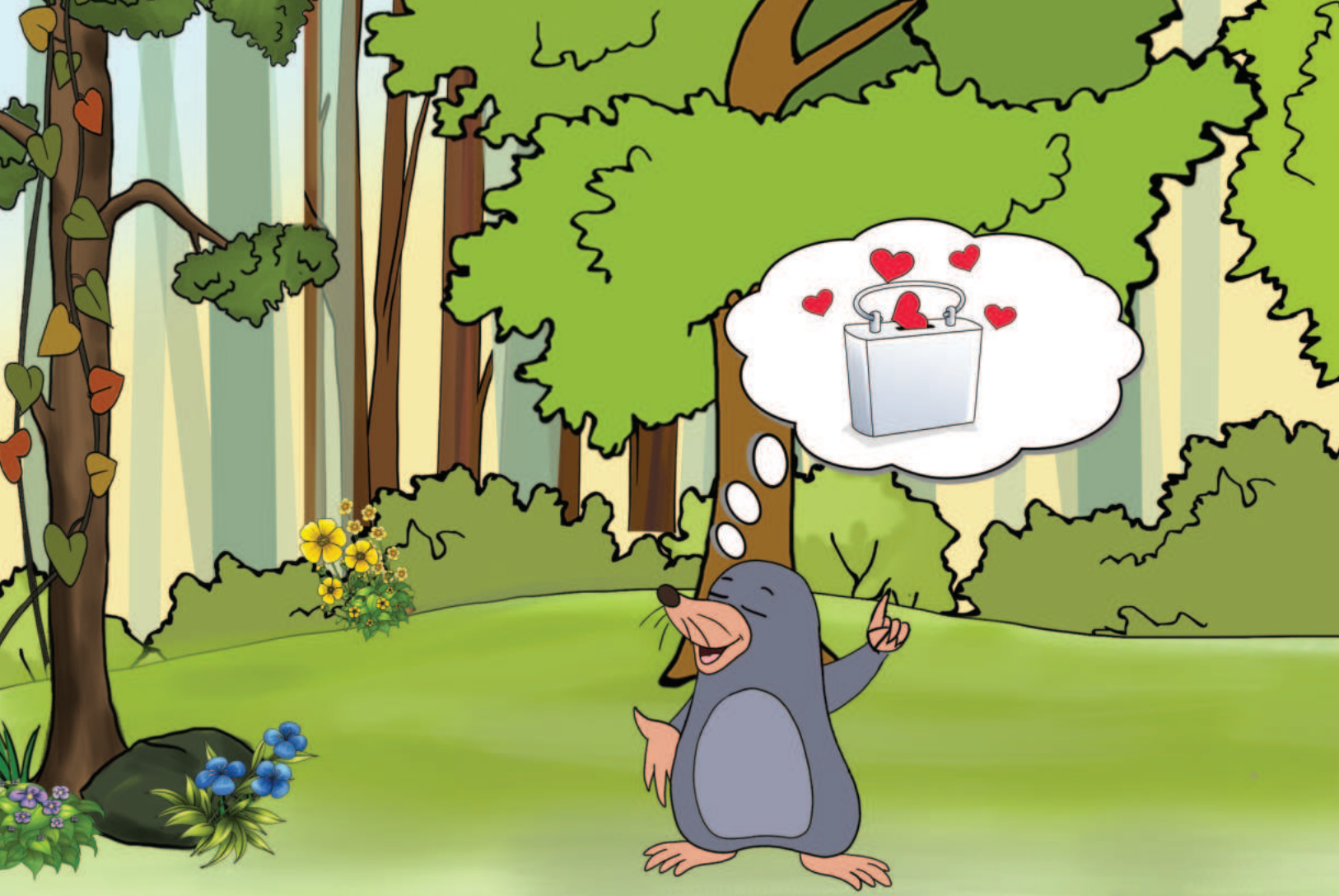
Köstebek: " Benim içimde de hazine kumbarası var mı?" dedi annesine. Annesi: "Elbette var. İstemediğin bir şey olduğunda gözlerini kapat ve bu konuştuklarımızı hatırla. 'HAYIR' dediğinde içindeki hazine kumbarasının dolduğunu hissedeceksin." dedi.





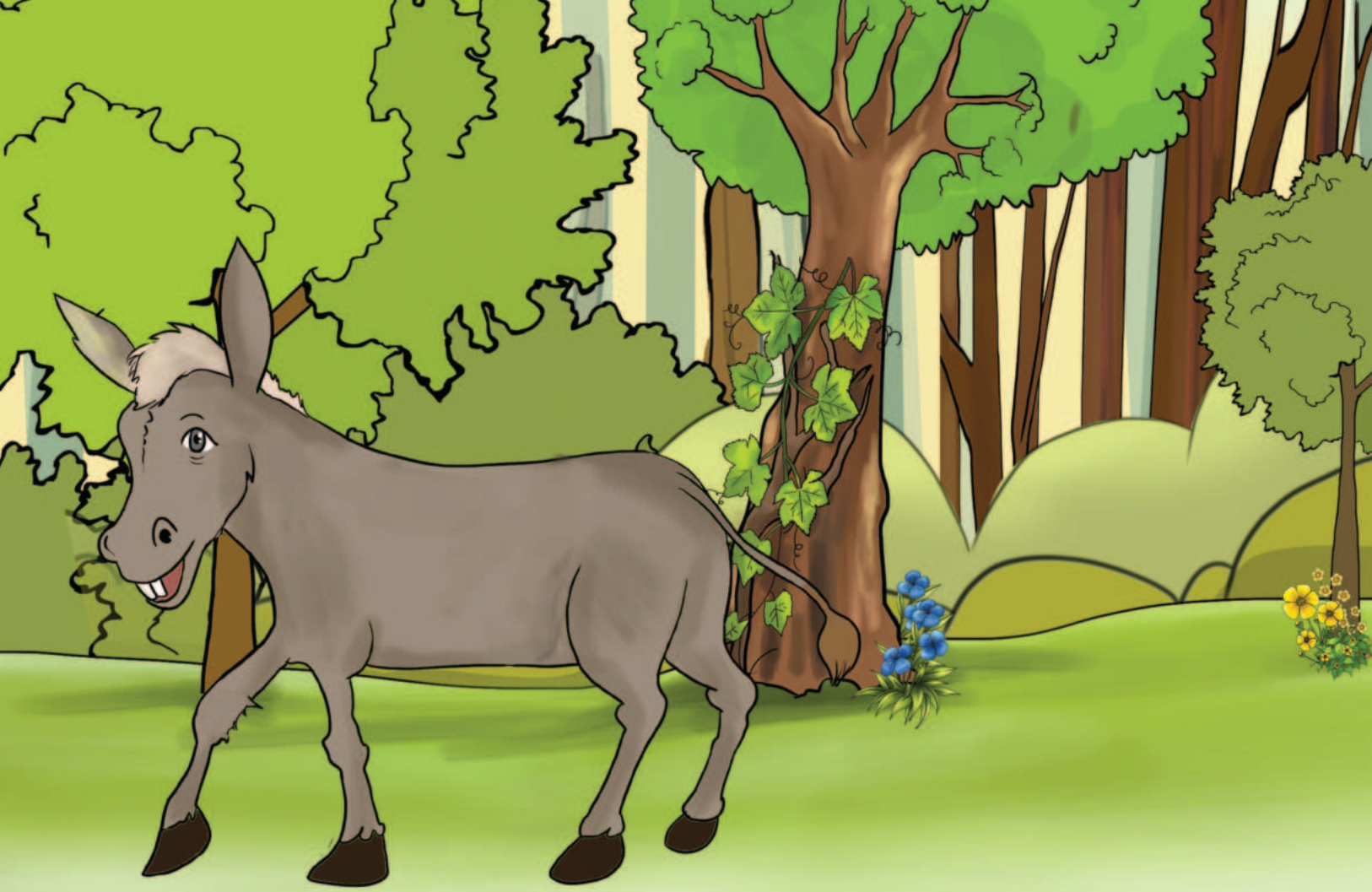
Köstebek annesine gülümseyerek sarıldı ve hemen dışarı fırladı. İstemediği her şeye "HAYIR" deme yarışmasına katılacaktı. Yarışmada istemediği bir şey olursa annesi ile konuştuklarını hatırlayacaktı.





Yeşil Baş Ördek'in evine doğru giderken yolda arkadaşı Şakacı Eşek ile karşılaştı. Şakacı Eşek şaka yapmaya bayılırdı. Belli ki Köstebek'e de şaka yapacaktı. Aslında Köstebek bir an önce yarışmaya katılmak istiyor, Şakacı Eşek'in şakasıyla zaman kaybetmek istemiyordu. Tam Şakacı Eşek'in üzüleceğini düşünürken annesi ile konuştuklarını hatırladı.





Gözlerini kapadı ve içindeki hazine kumbarasını düşündü. Köstebek gözlerini açtı ve Şakacı Eşek'e: "HAYIR" dedi. İlk defa istemediği bir şeye "HAYIR" diyebildiği için çok şaşırıldı. Öylece kalakaldı. Şakacı Eşek'in üzüleceğini düşündü.



Şakacı Eşek, Köstebek ona ilk defa “HAYIR” dediği için çok şaşırdı. Kendisine “HAYIR” diyen kimseye şaka yapmazdı. Hafifçe gülümsedi: “Demek şaka istemiyorsun. O zaman istediğin bir gün şaka yaparım sana.” dedi ve kuyruğunu sallayarak gitti.





Köstebek istemediği bir Şeye "HAYIR" diyebilmediği için kendisi ile gurur duydu. İçi sanki sıcak olmuŐtu. İçindeki hazine kumbarasının dolduğunu hissetti.





Köstebek hopluya zıplaya Yeşil Baş Ördek'in evine geldi. Artık yarışmaya o da katılmıştı. Yarışma birkaç dakika sonra başlayacaktı. Yarışmada istemediği bir şey olursa annesi ile konuştuklarını hatırlayacak, içindeki hazine kumbarasını düşünecekti. Kim bilir belki de yarışmayı Köstebek kazanacaktı.



## DÜŞÜNME SORULARI

1. Ormandaki yarışmanın adı neydi?
2. Köstebek neden "HAYIR" diyemiyordu? "HAYIR" diyemediğinde kendini nasıl hissediyordu?
3. Kimse senden yapmak istemediğin bir şey istedi mi? Ne istedi? Sen ne yaptın?
4. Sen istemediğin bir şeye "HAYIR" diyebiliyor musun? "HAYIR" diyemediğinde kendini nasıl hissediyorsun?
5. Köstebek istemediği bir şeye "HAYIR" diyebilmek için ne yaptı? Sen istemediğin bir şeye "HAYIR" diyebilmek için neler yapıyorsun?
6. Köstebek "HAYIR" dediğinde kendini nasıl hissetti? Sen "HAYIR" dediğinde kendini nasıl hissediyorsun?





Bu hikâye kitabı, Millî Eğitim Bakanlığı tarafından UNICEF'in finansal desteği ile Psikososyal Destek Projesi kapsamında hazırlanmıştır.  
Bu hikâye kitabı, Millî Eğitim Bakanlığınca ücretsiz olarak verilmiştir. Para ile satılamaz.