

# AYNAYA BAKIYORUM

08.09.2024 • • Hayat Bilgisi 2

*Bu bölüm, öğrencilerin kendilerini daha iyi tanımalarına ve özsaygılarını artırmalarına yardımcı olmayı amaçlamaktadır.*

## AYNAYA BAKIYORUM

Bu bölümde, aynanın önemi ve günlük hayatta nasıl kullanıldığı hakkında bilgiler verilmektedir. Aynalar, fiziksel görünümümüzü görmemize yardımcı olurken, kendimizi tanıma ve öz farkındalık açısından da önemli bir araçtır.

### Ana Başlıklar:

#### 1. **Kendimizi Tanıma:**

- Aynaya bakarak dış görünümümüzü değerlendirme.
- Kendimizi nasıl hissettiğimizin farkına varma.

#### 2. **Öz Farkındalık:**

- Duygularımızı yansıtma.
- Kendimize yönelik olumlu düşüncelerin geliştirilmesi.

#### 3. **Aynanın Kullanım Alanları:**

- Gündelik hayatta aynanın rolü (makyaj, saç düzenleme vb.).

- Aynaların sosyal ve psikolojik etkileri.

#### 4. **\*\*Görsel İletişim:\*\***

- Aynaların sanat ve tasarımda nasıl kullanıldığı.

- Yansımaların anlamı ve estetik değeri.

Kaynak: <https://halukozyurt.com.tr/konu/aynaya-bakiyorum>

PDF çıktısı: 02.05.2026 12:48