



ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK AKRAN ZORBALIĞI PSİKOEĞİTİM PROGRAMI

HAZIRLAYANLAR

Rahime Akın

Mihriban Akıntı

Salih Gül

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bir kişinin veya bir grubun kendilerini daha güçlü buldukları öğrencilere karşı devamlı surette olmak üzere verdiği rahatsızlığa zorbalık denir ve zorbalık saldırganlığın bir alt dalıdır.

Zorbalık kavramı son yıllarda literatürde geniş bir yer bulan ve çeşitli araştırmalarla üzerine yoğunlaşılacak bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Zorbalığa ilişkin tanımlar incelendiğinde bireye sürekli veya tekrarlı bir biçimde bir grup yada kişi tarafından uygulanan fiziksel ve duygusal şiddet (Bridge, 2003; Olweus, 1978; Olweus, 2005), kişiler arasındaki güç farkına bağlı olarak bir kişinin veya grubun diğerlerine karşı sürekli olarak ve kasıtlı bir biçimde saldırmaları (Furniss, 2000; Solberg ve Olweus, 2003); bireyleri yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik durum gibi değişkenlere bağlı olmaksızın bütün ortamlarda bir ya da birden fazla zamanda etkileyebilen bir sorun (Arslan ve Savaşer, 2009) olarak nitelendirilmektedir. Davranışların akran zorbalığı olarak tanımlanabilmesi için kasıtlı olarak zarar verme amacıyla saldırganlık içermesi, süreklilik göstermesi ve güç dengesizliğinin olması gerekmektedir (Olweus, 1999). (Korkmaz, Erkin ve Atbaşı, 2021)

Akran zorbalığı ile ilgili İsveç'te en kapsamlı çalışmaları başlatan Olweus'a (1999) göre bir davranışın akran zorbalığı olarak tanımlanabilmesi için üç temel ölçüt gerekmektedir. Bu ölçütler; (1) yapılan davranışın bilerek zarar verme niyeti olan saldırgan davranışlar taşıması; (2) devamlı olması (3) zorba ve kurban arasında güç dengesizliğinin olmasıdır (Pişkin ve Ayas, 2011).

Beale (2001) yaptığı incelemelerde dört tür zorbalıktan söz edildiğini belirtmektedir. İlk türü okullarda oldukça iyi bilinir ve "fiziksel zorbalık" olarak adlandırılır. Fiziksel zorbalar eylem yönelimlidir ve vurmak, tekme atmak gibi doğrudan zorbalık olarak nitelendirilebilecek davranışlar sergilerler. Bu, zorbalığın en kolay ayırdedilebilen türüdür. Fiziksel zorbaların büyük çoğunluğu erkektir. Zaman geçtikçe fiziksel zorbalar daha fazla saldırgan olurlar ve zorba davranışlarını yetişkinliklerine de taşıyabilirler. İkinci türü "sözel zorbalık"tır. Bu tür zorbalar kullandıkları sözcüklerle kurbanlarını incitirler, küçük düşürürler ve onurlarını kırarlar. Üçüncü zorbalık türü "ilişkilerde zorbalık ya da ilişkisel zorbalık"tır. Bu tür sıklıkla kızlar arasında olur ve sosyal ilişkilerde reddetmeye yol açar. Son zorbalık türü ise, "tepkisel zorbalık (reactive bullying)"tır. Bu zorbalık türü belirlenmesi en güç olanıdır (Beale, 2001).

Pace (2001) ise zorbalık türlerini üçe ayırmaktadır:

- 1. Psikolojik ve duygusal zorbalık (Bir kişi hakkında bir dedikodu yayma, bir kişiyi konuşmalardan, faaliyetlerden, oyunlardan dışlama vb.)**
- 2. Sözel zorbalık (isim takma, tehdit etme, gözdağı verme vb.)**
- 3. Fiziksel zorbalık (itme, tekme atma, vurma vb.) Görüldüğü gibi, zorbalık türleri sadece ilk anda akla gelen fiziksel zorbalıkla sınırlı değildir. Karşıdaki kişiye zarar veren ve inciten pek çok davranış, farklı kategoriler altında toplanabilir ve zorbalık kapsamında değerlendirilebilir. (Gökler, 2009)**

Son zamanların önemli ve her geçen gün hızla yayılan bir zorbalık ise Siber zorbalıktır. Bilgi ve iletişim araçlarının kötü niyetle kullanılmasından kaynaklanan isimsiz çağrılar, kimliği gizleyerek zararlı e-postalar (spam), kişi/leri karalamak için hakaret ve tehdit içerikli ses, görüntü ve metinler yayma vb eylemler siber zorbalık olarak isimlendirilmektedir. Siber zorlamanın öğrenciler üzerinde önemli etkileri olduğu yine araştırmalar sonucunda ortaya konmaktadır. (Gürhan, 2017)

Güner'e (2009) göre zorba kişilerin kişilik özellikleri aşağıda sıralanmıştır.

- 1. Genellikle fiziksel olarak güçlü bireylerdir.**
- 2. Saldırgan davranışlarda bulunurlar, çok kolay şiddete başvururlar.**
- 3. Aile içindeki etkileşimleri düşük seviyededir.**
- 4. Kendilerine karşı güven duyguları gelişmiştir.**
- 5. Başları otorite ile derde düştüğünde kurtulmayı bilirler.**
- 6. Zorbalık yapan erkek bireyler, kendi toplumsal ortamına uygun buldukları, güçlü ve baskın erkeklere uyum sağlamada zorlanmazlar.**
- 7. Nadiren endişeli olmalarına karşın, genelde kaygı düzeyleri düşüktür.**
- 8. Baş etme becerileri yüksektir, bağımsız hareket edebilirler ve kendilerini tam olarak ifade edebilirler.**
- 9. Yalan söyleme oranları yüksek olup, ahlak anlayışları zayıftır.**
- 10. Ön planda olma çabalarından dolayı çoklukla bozucu ve ayrıştırıcıdırlar.**
- 11. Sorumsuzdurlar ve empati kurmazlar.**
- 12. Başka bireylere acı çektirmekten mutluluk duyarlar.**
- 13. Kendi çıkarları için diğer öğrencileri kullanırlar.**
- 14. Farklı bireye menfaatçi yaklaşırlar.**
- 15. Kurbanı cezalandırma haklarının olduğuna inanırlar.**
- 16. Güç ve kontrolün kendilerinde olmasını isterler.**
- 17. Okulda ve sosyal hayatta kural tanımazlar.**
- 18. Kurban olarak kendilerinden yaşça küçük, fiziken zayıf, asosyal ve kendini savunamayacak durumdaki çocukları seçerler. (Karakuş-Şahbaz, 2019). Fitzgerald' a (1999) göre zorbaların, diğer kişilerin başarılarını kıskandıkları, yenilmeyi kabullenemediklerini, ilişkileri esnasında başarılı olamadıklarını ve öfkeli olduklarını ifade etmiştir. (Pişkin & Ayas, 2011).**

Arsenio ve Lemerise (2001) zorba çocukların farklı oldukları noktalarının, zorbaların yaptıkları davranışların diğer kişiler üzerinde nasıl bir etki bırakacağı konusunda bir fikirlerinin olmadığı, hislerini birileriyle paylaşmadıkları ve empati becerisinde olduklarını ifade etmiştir. (Pişkin & Ayas, 2011).

Dake, Price ve Telljohann (2003) profesyonel literatüre ilişkin yaptıkları incelemeler sonucunda, kurbanlara ilişkin belirledikleri özellikleri şöyle özetlemektedirler:

- Depresyon yaşarlar.**
- İntihar düşünceleri vardır.**
- Yalnızlık yaşarlar.**
- Özsaygıları düşüktür.**
- Kaygılıdır.**
- Psikiyatrik problemler yaşarlar.**
- Yeme bozuklukları yaşarlar.**
- Diğer çocuklardan daha az popülerdirler.**
- Zamanlarının çoğunu yalnız geçirirler.**
- Sosyal durumları kontrol etmek için çok az fırsat sunan ebeveynlere sahiptirler.**
- Daha az sorumluluk sahibi ve daha az destekleyici ebeveynlere sahiptirler.**
- Acımasız ve kötü ev ortamlarından gelirler. -İstismar sorunları yaşarlar.**
- Fiziksel sağlık problemleri (uyku problemleri, altını ıslatma, baş ağrıları, mide ağrıları, yorgunluk gibi) yaşarlar.**
- Sosyal uyumları zayıftır (ev ödevlerini yapma, kurallara uyma vb. konularda).**
- Okulla bağları zayıftır (okulda iyi ve mutlu olma, okulu ciddiye alma gibi istekleri).**
- Okul devamsızlıkları fazladır. (Gökler, 2009)**



30 yıl içerisinde yapılan araştırmalar gösteriyor ki zorbalık okullarda oldukça artmış ve çocukların uygun şekilde gelişimini engeller duruma gelmiştir. Zorbalığın çocuklar üzerindeki etkileri yıllar boyunca devam etmektedir. Zorbalık, hem zorbaları, hem de kurbanları olumsuz etkilemektedir. Zorbalığa uğrayan öğrenciler; kaygı, kızgınlık ve çaresizlik duyguları, depresyon, okulu sevmeme ve akademik başarıda düşüş, kendini değersiz ve mutsuz hissetme, dışlanmışlık ve yalnız kalma gibi sorunlar yaşamaktadır. (Gökler, 2009)

Okulda zorba davranışlara maruz kalmak, birçok kişi için büyük bir stres kaynağıdır ve öğrencilerin genel sağlık durumları üzerinde önemli ölçüde olumsuz yan etkileri bulunmaktadır. Saldırgan davranışlar sıklıkla hem kurban hem de zorba için çok ağır olumsuz sonuçlar da getirebilmektedir.

Ayas'a (2008) göre zorbalık sorunu, okul yapıtaşlarından veli, öğrenci ve öğretmenlerin tek başlarına gösterecekleri çabalarla çözülemeyeceği görülmüştür. Bundan dolayı zorbalığı önleme çalışmalarında okulun içerisinde herkesi kapsayacak çalışmalara ihtiyaç vardır. Okullarda yürütülen önleme çalışmalarının başarıya ulaşması için veli ve çevrenin de desteğine ihtiyaç vardır. Bu destek sağlandığı oranda yürütülen çalışmaların başarıya ulaşması beklenebilir.

Okullarda zorbalığı önlemeye yönelik programlar oluşturulurken; her okulun eşsiz ve kendine özgü problemlerinin olduğu; ayrıca bu problemlerin kendine özgü yaklaşımlar gerektirdiği hatırdan çıkarılmamalıdır. Bu nedenle, tüm ülke çapında bir tek program seçip uygulamaktan kaçınılmalıdır; her okulun gereksinimleri ve problemleri temelinde farklı programlar uygulanmalıdır. (Genç, 2007)

Astor ve diğerlerine göre (2005) 1. Okulda ortaya çıkan şiddetin türüne göre (cinsel istismar, kavga veya silah kullanımı gibi) öğrencilerin, öğretmenlerin ve ailelerin farkındalık düzeylerini artırmalı ve sorumluluk almalarını sağlamalıdır. 2. Bütün okul için açık, net ve kolay anlaşılabilir talimatlar ve kurallar oluşturulmalıdır. 3. Bütün okul toplumunun şiddet eyleminden önce, sonra ve şiddet eylemi sırasında yapacaklarını içermelidir. 4. Programlara okul işgörenleri, öğretmenler ve öğrencilerin katılımı üzerinde odaklanmalıdır. 5. Müdahale programları, okulun öz görevine (misyon) ve normal akışına kolayca uymalıdır. 6. Okuldaki bütün birimlerin, işgörenlerin ve ailelerin okul ortamında programın planlanması, yürürlüğe konması ve sürdürülmesi sürecine katılımını sağlamalıdır. 7. Sınıf dışındaki alanların da, çeşitli biçimlerde izlenme ve denetlenme olanağını artırmalıdır. (Genç, 2007)



GRUBUN AMAÇLARI

1. Öğrencilerin psikoeğitim programı konusunda bilgilenmelerini, birbirleriyle tanışmalarının sağlanması,
2. Akran zorbalığı konusunda bilgilenmelerinin sağlanması,
3. Öğrencilerin öfke duygusunu tanıması ve bunu doğru şekilde ifade edebilmesi,
4. Öğrencilerin empati kurabilme becerisini geliştirmesi,
5. Günlük yaşamda olumlu iletişim kurmanın önemini açıklaması,
6. Çatışma çözme becerisini geliştirmesi,
7. Grup üyeleri ile vedalaşmalarını sağlama ve gruptan olumlu duygularla ayrılma.



GRUBA ÜYE SEÇİMİ VE DİĞER İLKELER

Okul psikolojik danışmanlarının bireysel ve grup görüşmeleri, sınıf rehber öğretmenlerinin gözlemleri sonucu belirlenmiş olan zorba, mağdur öğrenciler ile iletişim ve empati becerisi yüksek, gruba olumlu katkı sağlayacak gönüllü öğrencilerden gruba üye seçimi yapılabilir.

HEDEF GRUP

Psikoeğitim programı ortaokul öğrencilerine yönelik hazırlanmıştır.

OTURUM SAYISI

Ortaokul öğrencilerine yönelik akran zorbalığı psikoeğitim programı 8 oturumdan oluşmaktadır.

KAYNAKLAR

Ayas, T. ve Pişkin, M. (2011). Lise öğrencileri arasındaki zorbalık olaylarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve okul türü bakımından incelenmesi. VIII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Erzurum.

Bükel, S., Gülsaran, D., Gülebağlan, C., ve Çetin, H. (2007). İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumları Sınıf Rehberlik Programı İlköğretim Rehberlik Etkinlikleri s. 28,110-112. Edt. Serdar Erkan, Ankara: MEB.

Demircioğlu, H., Kepir-Savoly, D., ve Demirtaş-Zorbaz, S. (2015). Yaşam Becerileri Etkinlik Kitabı s. 43-44 ORGM, MEB.

Duru, Y.B. ()

Genç, G. (2007). Genel liselerde akran zorbalığı ve yönetimi. (Yayımlanmamış doktora tezi). İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.

Gökler, R. (2009). Okullarda akran zorbalığı. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 6(2), 511.

Gürhan, N. (2017). Her yönü ile akran zorbalığı. Türkiye Klinikleri J Psychiatr Nurs-Special Topics, 3(2).

Korkmaz, T., Erkin, M. ve Atbaşı, Z. (2021). Akran zorbalığı kavramının lisansüstü tezlerde incelenmesi. Turkish Special Education Journal: International, 3(1).

Işık, Ş. (2016). Ortaokulda grup rehberliği etkinlikleri. Ankara:Pegem Akademi.



1. OTURUM - Tanışma

Program 8 oturumdan oluşmaktadır ve her oturumun amacı, kazanımları ve süreci oturumlar

AMAÇ	Öğrencilerin Psiko-Eğitim programı konusunda bilgilenmelerinin, birbirleriyle tanışmalarının sağlanması.
KAZANIMLAR	-Grup üyeleri birbirlerini tanır. -Süreç hakkında bilgi edinir. -Grup kurallarını öğrenir.
SÜRE	40 Dakika
MATERYAL	Tenis topu
PAYLAŞILACAK KONULAR	- Eğitmcilerin kendini tanıtması - Program hakkında bilgi verilmesi - Grup kurallarının belirlenmesi

şeklinde aşağıda sunulmuştur.



1. OTURUM - TANIŞMA

SÜREÇ

Sevgili arkadaşlar; Bu çalışmanın amacı, akran zorbalığı konusunda öğrencilere yönelik hazırlanan psiko-eğitim programının uygulanışının sunulmasıdır. Bu program 8 oturumdan oluşmaktadır ve haftada bir yapılması planlanan her bir oturum yaklaşık 40 dakika sürecektir. Bu programın uygulanmasındaki temel hedefimiz sizlerle akran zorbalığı hakkında bilgilendirme, öfke kontrolü, empati becerisini geliştirme, iletişim becerisini ilerletme ve çatışma çözme becerilerini geliştirme konusunda sizlere yardımcı olmaktır.

1. Programın amacı ve içeriği kısaca anlatıldıktan sonra grup kuralları üyelerle birlikte belirlenir. Bazı kurallar grup lideri tarafından grup üyelerine önerilir ve üyelerden gelen öneri doğrultusunda grubun kuralları belirlenmiş olur. Önerilebilecek grup kuralları şunlardır:

- Gizlilik ilkesi:** Grup sürecinde yaşananların gizli kalması ve dışarıda bu sürecin paylaşılmaması,
- Katılım:** Gruba katılımın tam olması ve oturumlara devam edilmesi,
- Dinleme:** Bir üye konuşurken sözünün kesilmemesi ve sabırla dinlenilmesi ve konuşulanların yargılanmaması,
- Paylaşım:** Üyelerin grup etkinliklerine içten katılmalarının ve yaşantılarını paylaşmaları şeklindedir.

2. Öncelikle grup üyeleri ve grup liderinin birbirleriyle tanışmaları için,

- Etkinlikte her bir öğrenci kendisine atılan topu tutarak isminin baş harfini kullanarak kendinde bulunan bir özelliğini dile getirerek ismini söylemiştir. Bu durum yanındaki kişi hem kendi ismini ve özelliğini hem de kendinden öncekilerin ismini ve özelliğini söyleyerek devam etmiştir.**



2. OTURUM-Akran Zorbalığı

AMAÇ	Öğrencilerin akran zorbalığı hakkında bilgi edinmesi
KAZANIMLAR	Akran zorbalığı ve türlerini kavrar. Zorba-mağdur-izleyici ilişkisini ifade eder. Hangi davranışların zorbaca davranış olduğunu ayırt edebilir.
SÜRE	40 Dakika
MATERYAL	Kutu- renkli kağıtlar Çalışma Yaprağı 1 A4 Kağıdı
PAYLAŞILACAK KONULAR	Hangi tür zorbalık? Etkinliği

SÜREÇ

1. Grup üyelerinden Akran Zorbalığının tanımını yapmaları istenir. Düşünceleri ve paylaşımları için süre tanınır. İsteyen üyelerden yaptıkları tanımları paylaşımları istenir. Tanımlardan sonra grup lideri Akran zorbalığının tanımını yapar ve bir davranışın zorbalık olabilmesi için gerekli ölçütleri söyler.
2. Grup üyelerinden yaşadıkları herhangi bir zorbalık örneğini paylaşımları istenir.
3. Akran zorbalığı hakkında bilgilendirme çalışması yapılır.
4. Bilgilendirme kısmı bittikten sonra Çalışma Yaprağı 1 deki başlıklar kesilip tahtaya asılır. Etkinlikten önce bir kutuya zorbaca davranış örnekleri küçük renkli kağıtlara yazılıp atılır. Her üyeden kutudan birer kağıt çekmeleri istenir. Kağıtta yazan zorbaca davranışlar okunarak Çalışma Yaprağı 1'de uygun olan zorbalık türüne göre yapıştırılmaları istenir. Kutudaki bütün kağıtlar bitene kadar süreç devam eder.
5. Grup üyelerinin zorlandığı ve ya bu konuyla ilgili sormak istedikleri konular konuşulur.
6. Son olarak grup üyeleri 4 gruba ayrılır. Her gruptan hayal güçlerini ve bu gün öğrendiklerini kullanarak önlerinde bulunan boş A4 kağıtlarına Akran zorbalığıyla baş edebileceklerini düşündükleri bir ürün tasarımları istenir. Gruplara 10 dakika süre tanınır. Her gruptan bir sözcü belirlemeleri istenir. Hazır olan grubun sözcüsü tasarladıkları ürünü tanıtır. Grupların paylaşımları bittikten sonra öğrencilerin etkinliklerle ilgili sormak istedikleri olup olmadığını öğrendikten sonra çalışma sonlandırılır.

ÇALIŞMA YAPRAĞI -1

FİZİKSEL ZORBALIK	SÖZEL ZORBALIK
SOSYAL ZORBALIK	SİBER ZORBALIK

ZORBA DAVRANIŞLAR

vurmak dövmek tekmelemek	saçını çekmek	defter ya da kitaplarını karalamak	bedensel özellikleriyle alay etmek (boyu, kilosu, saç vb.)	görmezden gelmek	onurunu zedelemek
tokat atmak	çelme takmak	eşyalarını izinsiz kullanmak	dış görünüşüyle (giysi, gözlük) alay etmek	yok saymak	Kişi hakkında internette söylenti ve dedikodu yaymak
Sosyal medya şifrelerini çalmak	tükürmek	Küfür etmek	konuşma tarzı, aksanı veya ağzı (şivesiyle)da lga geçmek	diğer öğrencilerin de onunla konuşmasını ve arkadaşlık yapmasını engellemek	cep telefonu aracılığıyla izin almadan kişinin özel ve mahrem fotoğraflarını çekmek ve yaymak
Uygun olmayan saatlerde arayıp mesaj atmak	eşyalara zorla el koymak	alay etmek	hakaret etmek	Diğer öğrencileri kışkırtarak aralarını bozulmaya çalışmak	tehdit içeren, utandıran ve kırıcı mesajlar göndermek
itmek- çekmek	para ya da eşya çalmak	dalga geçmek	tehdit etmek	dedikodu yapmak ve söylenti çıkarmak	kişisel bilgileri kullanarak başkalarına o kişiymiş gibi zarar verici çevrimiçi faaliyetlerde bulunmak
tırnaklamak	zorla bir şeyler ısmarlatmak	lakap takmak	dışlamak	haksız yere şikayet etmek (öğretmene, müdüre)	kişinin video veya fotoğrafları ile ona şantaj yapmak

3.OTURUM - Akran Zorbalığı Etkinliği

AMAÇ	Akran baskısıyla nasıl baş edeceğini açıklayabilme
KAZANIMLAR	Akran baskısıyla karşılaştığı zaman onula nasıl baş edebileceğini bilir.
SÜRE	40 Dakika
MATERYAL	Çalışma yaprağı 1 Çalışma yaprağı 2
PAYLAŞILACAK KONULAR	“Akran Baskısı mı?” Etkinliği (Işık, 2016)

SÜREÇ

- 1.Etkinliğin amacının öğrencilerin akran baskısıyla nasıl başa çıkılabileceğini ifade etmek olduğu açıklanır.
- 2.Öğrencilere "Akran baskısı, arkadaşlarımızın sizi kendinizi rahat hissetmediğiniz, yapmak istemediğimiz ya da yanlış olduğunu bildiğiniz bir şey için sizi zorlamalarıdır" şeklinde bir açıklama yapılarak öğrencilerden akran baskısına örnek vermeleri istenir.
3. Akran baskısı ve bu baskı ile nasıl başa çıktıkları konusunda farkındalık kazanmaları amacıyla öğrencilere grup çalışması yapılacağı söylenir.
4. Çalışma Yaprağı 1 tahtaya asılır ve grup çalışmasında ne yapacakları açıklanır.
5. Öğrenciler 3 kişilik gruplara ayrılır, her gruba Çalışma Yaprağı 2'de yer alan senaryolardan biri verilir ve Çalışma Yaprağı 1'de açıklanan başlıkları senaryoya uygun şekilde doldurmaları için 10 dakika süre verilir.
- 6.Sürenin bitiminde her gruptan bir temsilci senaryolarını ve senaryoya uygun olarak verdikleri cevapları sınıfla paylaşır.
7. Uygulayıcı bütün sunumlar bittikten sonra akran baskısı ile başa çıkma yollarını aşağıdaki gibi özetler:
 - Benzer şeyleri yapmaktan hoşlanan insanlar ile birlikte olma
 - Hayır deme
 - Güvenebileceğiniz kişilerle konuşma
 - Rahatsız olduğunuz bir konuyu ifade ederken:
 - Ø Ne alçak ne de yüksek bir ses tonuyla kibar ve otoriter bir şekilde konuşun.
 - Ø Karşınızdakinin doğrudan gözlerinin içine bakarak konuşun.
 - Ø Konuştuğunuz konuya önem veren ciddi bir yüz ifadesi takının.
 - Ø Konuştuğunuz kişiye doğru yüz yüze bakacak şekilde dönün ve vücudunuzun dik olmasına özen gösterin.
8. Süreç tartışma soruları kapsamında değerlendirilerek sonlandırılır.

Tartışma Soruları

- Senaryolarda ne tip bir akran baskısı vardı? (İpucu: dışlama, aşağılama, ikna, bakış, sözsüz grup baskısı) Akran baskısına maruz kalan öğrenci neler hissetmiş olabilir?
- Senaryolarda ne tip bir akran baskısı vardı? (İpucu: dışlama, aşağılama, ikna, bakış, sözsüz grup baskısı) Akran baskısına maruz kalan öğrenci neler hissetmiş olabilir?
- Eğer akran baskısına boyun eğilirse sonuçlar ne olur?
- Akran baskısına boyun eğmeden sorunu uygun bir biçimde nasıl çözebilir?
- Başınıza bu tip olaylar geldi mi? Siz ne yaptınız?
- Öğrencilerin etkinlikle ilgili sormak istedikleri olup olmadığını öğrendikten sonra çalışmayı sonlandırın.

ÇALIŞMA YAPRAĞI -1

'ÖNCE DÜŞÜNELİM'

Problem:

**Arkadaşın ne yapmamı istiyor?
Senden istediği şey, iyi bir şey
mi ya da kötü bir şey mi?
Sağlıklı bir davranış mı ya da
sağlıksız bir davranış mı?
Kurallara uygun bir davranış mı
değil mi?**

Sonuçları:

**Bu davranışı yaparsan ne ile
karşılaşırsın?
Olası kötü sonuçları ne olabilir?
Canını yakar mı? Başın belaya
girer mi? Sana ya da başkalarına
zarar verebilir mi?**

Davranış:

**Arkadaşının isteği karşısında ne
yapman gerekir?
Nasıl davranırsan kendinle gurur
duyarsın?
Nasıl davranırsan arkadaşların, ailen,
öğretmenlerin seninle gurur duyar?**



ÇALIŞMA YAPRAĞI-2

Senaryo 1

Bir arkadaşın ödevini yapmadığı için senin yapmış olduğun ödevi istedi. Eğer ödevini vermezsen seninle artık bir daha konuşmayacağını söyledi.

Problem:

Sonuçları:

Davranış:

Senaryo 2

En iyi arkadaşın uygun olma yan bir şeyi (akşam ailesine haber vermeden dışarı çıkma, okuldan kaçma gibi) yapmak için yardımını istiyor.

Problem:

Sonuçları:

Davranış:

Senaryo 3

Arkadaşarımla birlikte gittiğiniz bir alışveriş merkezinde arkadaşlarından biri mağazadan bir şey çalmayı teklif etti.

Problem:

Sonuçları:

Davranış:

Senaryo 4

Okuldan eve dönerken arkadaşlarından biri sigara içmen için ısrar etti.

Problem:

Sonuçları:

Davranış:

Senaryo 5

Bir arkadaşın okulda anlaşılamadığı bir öğrenciyle kavga etmek için senden yardım istedi.

Problem:

Sonuçları:

Davranış:

Senaryo 6

Sınıfta bazı arkadaşların bir başka arkadaşınla alay ediyorlar ve senin de onların yanında olmanı istiyorlar.

Problem:

Sonuçları:

Davranış:



4. OTURUM - Öfke Kontrol Etkinliği

AMAÇ	Öğrencilerin öfke duygusunu tanıması ve bunu doğru şekilde ifade edebilmesi
KAZANIMLAR	Öfkenin zaman zaman yaşanabilen bir duygu olduğunu kavrar. Öfkesini uygun yollarla ifade eder.
SÜRE	40 Dakika
MATERYAL	Form-22
PAYLAŞILACAK KONULAR	“Öfke Doğal Bir Duygudur” ve “Öfkem” Etkinliği (Bükel, Gülsaran, Gülebağlan, ve Çetin, 2007)

SÜREÇ

1. Aşağıdaki bilgiler okunarak, etkinlik başlatılır.

“İnsanlar pek çok duyguya sahiptirler. Farklı zamanlarda mutlu, üzgün, ya da kıskanç olabilirler. Herkes öfkelenir, önemli olan öfke ile nasıl baş edebileceğini ya da kontrol edebileceğini bilmektir. Öfkede diğer duygular gibi zaman zaman yaşanabilen doğal bir duygudur.

Öfkeyi uygun biçimlerde ifade etmek önemlidir. Aksi takdirde öfke, kaynayan bir kap suya benzer. Eğer buhar dışarı çıkmazsa, su kaynadıkça buhar kapaktan fışkırır. Bu durumda etrafa zarar verir.”

(Tynan, 2004).

2. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- Daha önce hiç öfkelenmiş mi? Neden?
- Öfkelendiğiniz zaman vücudunuzda ne tür değişiklikler oluyor? (kalp çarpması, yüz kızarması, kasların gerilmesi vb.)
- Öfkelendiğiniz zaman neler yaptınız?
- Öfkemizi kontrol etmek önemli midir? Neden?

3. Öğrenciler 6 kişilik gruplara ayrılır.

4. Öğrencilere aşağıdaki açıklama yapılır.

“Öfke temel bir duygudur. Her insan zaman zaman öfkelenebilir. Öfke ne iyi ne de kötü bir duygudur. Mutluluk, üzüntü gibi insanda var olan bir duygudur. İnsanlar incindiklerinde, hakları ihlal edildiğinde, işler yolunda gitmediğinde öfkelenebilirler. Öfke uygun olan ya da olmayan çeşitli biçimlerde gösterilebilirler. Uygun olmayan biçimlerde gösterildiğinde çevreye, eşyalara ya da başka insanlara zarar verilebilir. Şimdi sizlere dağıtacağım formdaki durumları okumanızı ve bu durumlara verebileceğiniz uygun tepkileri yazmanızı istiyorum.”

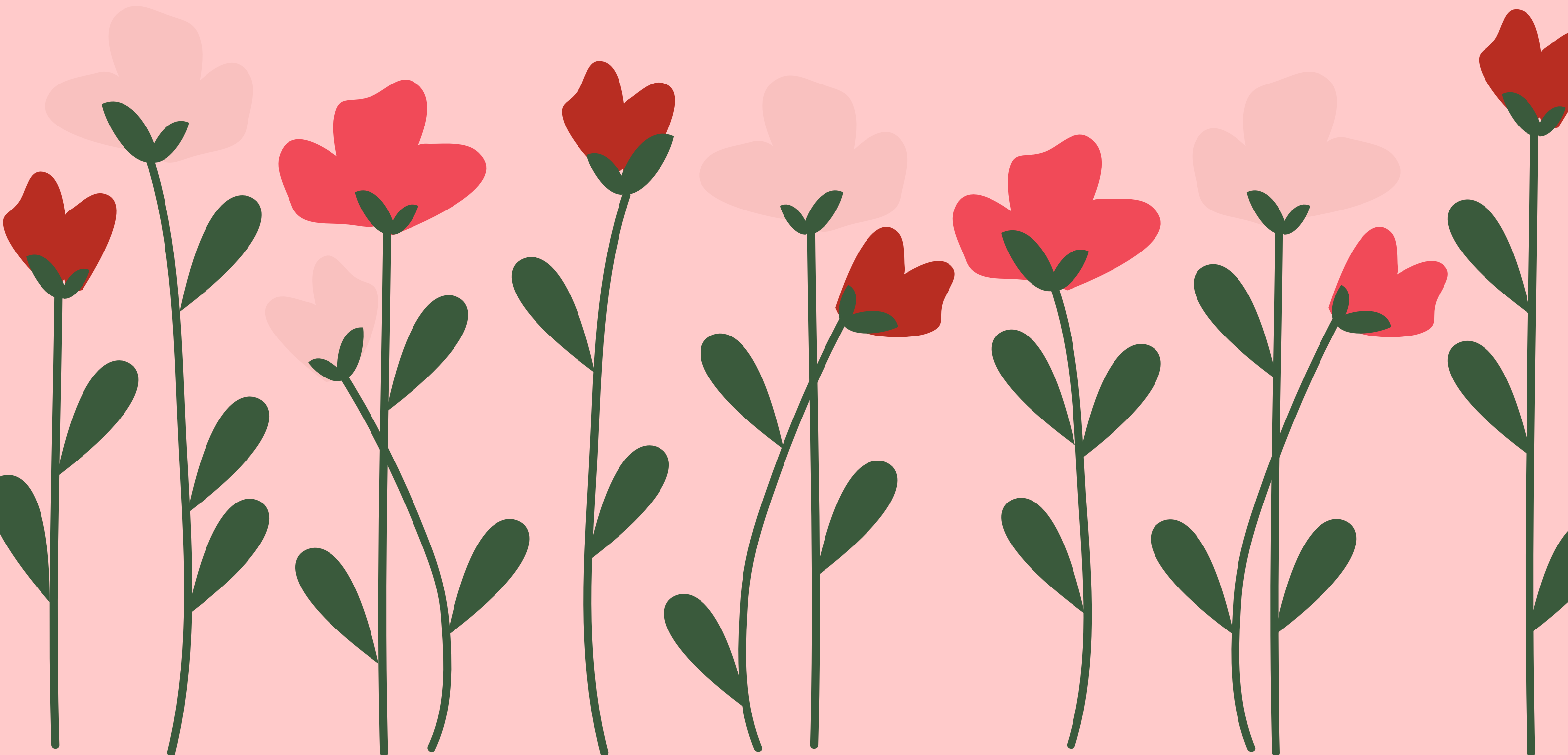
5. Her gruba Form-22 verilir ve doldurmaları istenir.

6. Her grup cevaplarını sınıfla paylaşır ve cevapların uygun olup olmadığı konusunda konuşulur.

7. Aşağıdakilere benzer sorularla grup etkileşimi devam eder.

- Form-22 de verilen durumlara benzer yaşantılarınız oldu mu? Olduysa ne yaptınız?**
- Öfkeyi uygun olmayan yollarla ifade edersek neler olur?**
- Öfkeyi uygun yollarla ifade edersek ne olur?**

8. Öfkesini uygun yollarla ifade etmenin ve öfkenin zaman zaman yaşanabilen doğal bir duygu olduğu vurgulanarak etkinlik sonlandırılır.



FORM-22

Arkadaşınız izin almadan defterinizi aldı götürdü ve uzun süre defterinizi aradınız. Sonunda defterinizin arkadaşınızda olduğunu öğrendiniz ve çok öfkeleniniz:

Öfkenizi uygun yolla nasıl ifade edersiniz, davranışınız ne olur?

.....
.....
.....

Koridorda yürürken koşan bir arkadaşınız geldi ve size çarptı. Elinizdekiler yere saçıldı ve öfkeleniniz:

Öfkenizi uygun yolla nasıl ifade edersiniz, davranışınız ne olur?

.....
.....
.....

Okul kantininde sırada beklerken iki kişi geldi ve bir şey söylemeden sizin önünüze geçtiler. Siz bu durum karşısında öfkeleniniz:

Öfkenizi uygun yolla nasıl ifade edersiniz, davranışınız ne olur?

.....
.....
.....

Geç bir saatte dışarı çıkıp arkadaşınızla oynamak istediniz. Anneniz izin vermedi. Bu duruma öfkeleniniz:

Öfkenizi uygun yolla nasıl ifade edersiniz, davranışınız ne olur?

.....
.....
.....

Ders çalışırken kardeşiniz geldi ve ödevinizin üzerini çizdi. Bu duruma öfkeleniniz:

Öfkenizi uygun yolla nasıl ifade edersiniz, davranışınız ne olur?

.....
.....
.....



5. OTURUM - Empati Etkinliği

AMAÇ	Öğrencilerin empati kurabilme becerisini geliştirme
KAZANIMLAR	Kendilerini diğerlerinin yerine koyar. Onların ne düşündüklerini ve hissettiklerini anlar.
SÜRE	40 Dakika
MATERYAL	Öğrenci sayısı kadar not kağıtları, boş torba/çanta
PAYLAŞILACAK KONULAR	Empati Kurabilme” Etkinliği (Demircioğlu, Kepir Savoly ve Demirtaş-Zorbaz, 2015)

SÜREÇ

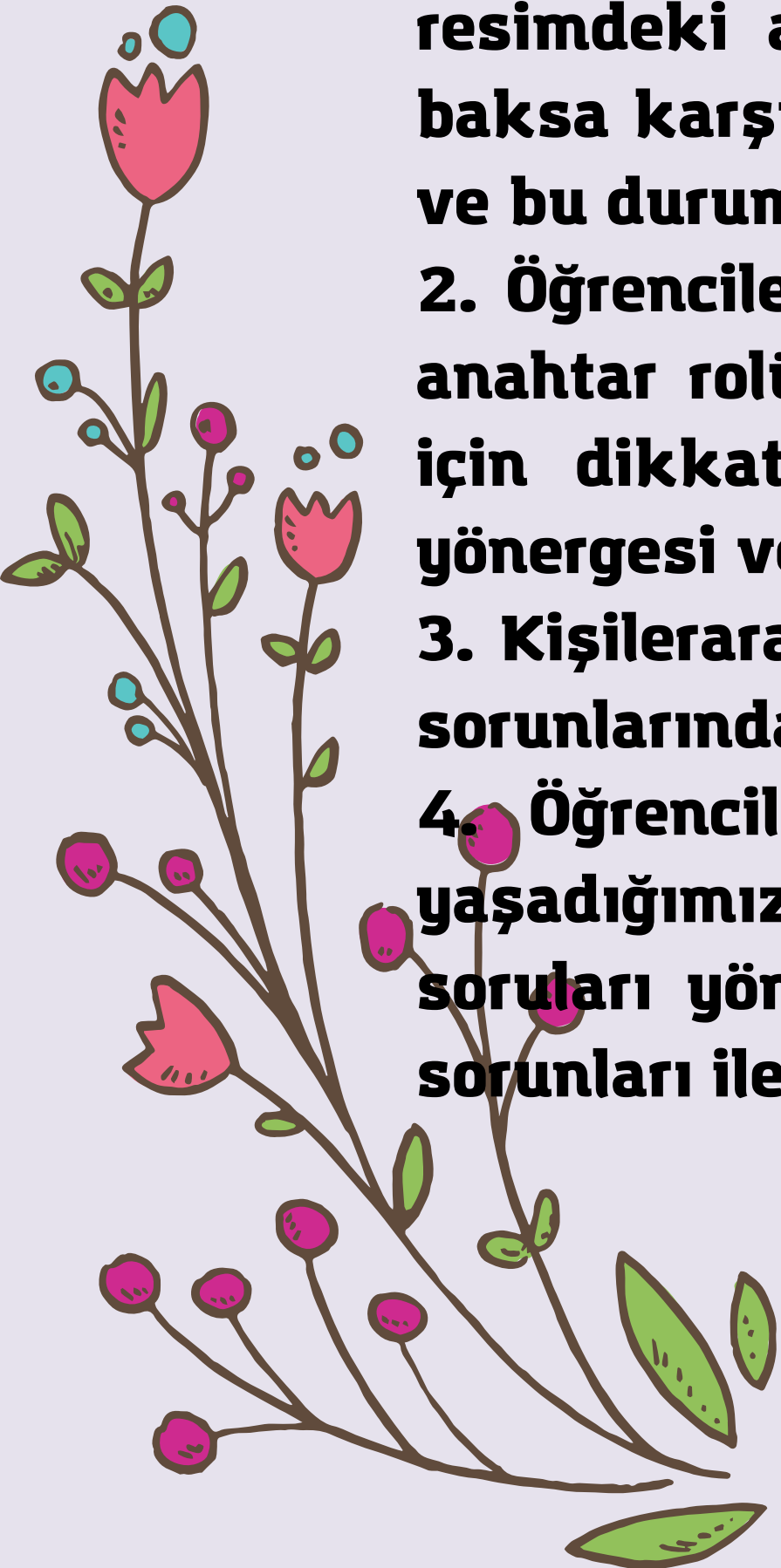
Öğrencilere empatinin ne anlama geldiğini sorun. Öğrencilerin açıklamalarından sonra eksik kalan noktalara değinerek empatinin tanımını yapın ve birkaç örnek verin. Ardından öğrencilere 2’şer not kağıdı dağıtın ve herkesin bir olumlu bir de olumsuz duygu yaşadığı olayı bir cümle ile kağıda yazmalarını isteyin. Ör: Annem doğum günü hediyesi olarak Japon balığı aldığında çok sevindim. Öğrenciler yazma işlemini tamamladıktan sonra yazdıklarını torbaya koyun. Gönüllüler öncelikli olmak üzere öğrencilerin torbadan bir kağıt çekmelerini ve cümlede yazanı sanki şu an kendileri yaşamış gibi hissetmelerini isteyin. Çektikleri duyguyu hissetmeleri için öğrencilere bir süre verin. Ardından gönüllü öğrencilerden çektikleri kağıtta yazan durum ve duyguyu canlandırmalarını isteyin. Canlandırmalardan sonra öğrencilere “Başka birisinin duygusunu anlamak ve o duyguyu yaşamak nasıl bir yaşantıydı? Olayı başkasının penceresinden görmekte zorlandınız mı? Günlük hayatınızda karşınızdaki kişinin duygularını anlamaya çalışır ve kendinizi onun yerine koyar mısınız?” Kağıda yazmış olduğu durumu canlandıran kişilere, yaşadığın bir olayı başka birisinden izlemek nasıl bir histi? Senin hissettiklerin ve arkadaşının canlandırdıkları arasında bir farklılık var mıydı?” sorularını yöneltin. Farklılık varsa durumlar aynı olsa bile kişilerin farklı farklı tepkiler verdikleri ve farklı duygular yaşadıklarının ve bunun doğal olduğunu vurgulayın. “Kendimizi başkasının yerine koymamızın bize faydası nedir?” sorusu ile öğrencilerin empati kavramını anlamalarına yardımcı olun. Öğrencilerin etkinlikle ilgili sormak istedikleri olup olmadığını öğrendikten sonra çalışmayı sonlandırın.

6. OTURUM-Olumlu İletişim

AMAÇ	Olumlu iletişim kurabilme
KAZANIMLAR	Günlük yaşamında olumlu iletişim kurmanın önemini açıklar.
SÜRE	40 dakika
MATERYAL	Çalışma yaprağı-1 Çalışma yaprağı-2 Çalışma yaprağı-3
PAYLAŞILACAK KONULAR	"Olumlu İletişim" etkinliği (Işık, 2016).

Süreç

1. Çalışma Yaprağı I'de yer alan resim öğrencilere gösterilir ve bu resimde hangi tarafın haklı olduğu sorulur. Bu resimde ne anlatılıyor olabileceği sınıf ortamında tartışılır. Öğrencilere "Resimdeki her iki adamın da kendi açısından bakınca haklı olduğu ancak karşı tarafa kendi görüşünü ısrarla kabul ettirmeye çalıştığı görülmektedir. Eğer resimdeki adamlardan biri diğerinin yanına gitse ve sayıya oradan baksa karşı tarafın da haklı olabileceğini görecektir." yönergesi verilir ve bu durumun "empati" anlamına geldiği öğrencilere ifade edilir.
2. Öğrencilere "Empati, kişilerarası ilişkilerimizde olumlu iletişim için anahtar rolündedir. Bunun yanı sıra bu etkinlikte olumlu bir iletişim için dikkat edilmesi gerekenler konusunda bilgi sahibi olacağız." yönergesi verilerek etkinliğin amacı kısaca anlatılır.
3. Kişilerarası ilişkilerimizde yaşanan problemlerinin çoğunun iletişim sorunlarından kaynaklandığı öğrenciye ifade edilir.
4. Öğrencilere "günlük yaşamda çevremizdeki insanlarla problem yaşadığımız oluyor mu? Bu problemlere örnek verebilir misiniz?" soruları yöneltilir ve öğrencilerin ifade ettikleri problemlerin iletişim sorunları ile ilişkisi kurulmaya çalışılır.



5. Öğrencilere "günlük yaşamımızda çevremizdekilerle ne kadar olumlu ilişkiler kurabilirsek o kadar uyumlu ve sağlıklı bir yaşamımız olur." yönergesi verilir ve "Peki nasıl olumlu ilişkiler kurabiliriz?" sorusu sorulur.

6. Öğrencilerin soruya ilişkin paylaşımları alınır. Paylaşımlar da vurgulanan temel özelliklere dikkat çekmek amacıyla bu kavramlar tahtaya büyük harflerle yazılır.

7. Öğrencilere Çalışma Yaprağı 2 dağıtılır. Öğrencilerden bu bilgi formlarını okumaları istenir. Bilgi formunda yer alan maddeler ile tahtada yazan temel özellikler karşılaştırılır. Eğer gerekiyorsa bilgi formuna ek maddeler eklenebilir.

8. Süreç tartışma soruları kapsamında değerlendirilerek sonlandırılır.

Tartışma Soruları

- Olumlu iletişimden ne anlıyorsunuz?
- İnsanlarla olumlu iletişim kurmak neden önemli?
- Olumlu iletişim içerisinde olmak için neler yapmalıyız?
- Biz çevremizdeki insanlarla ilişkilerimizde genel olarak nasılız? Örnek verebilir misiniz?
- Çevremizdekilerle olumlu iletişim kurmazsak neler olur?

Değerlendirme

Sürecin Değerlendirilmesi

Etkinliğe katılan öğrenci sayısı:

Etkinliğin yapıldığı yer:

Etkinlik tarihi:

Etkinliğin uygulanmasında karşılaşılan güçlükler:

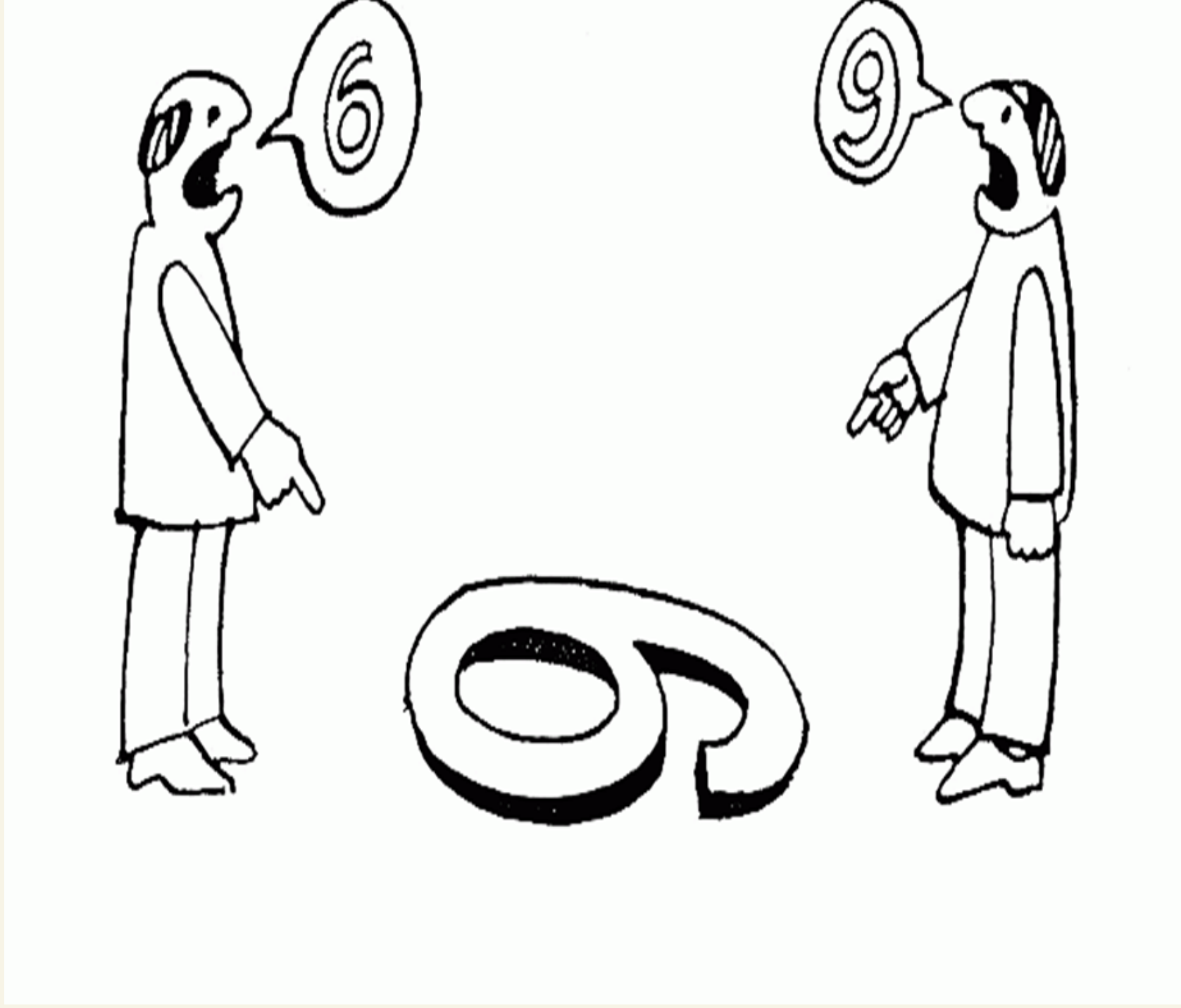
Kazanımın Değerlendirilmesi

Kazanımın değerlendirilmesi için etkinlikten iki hafta sonra öğrencilere Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Envanteri uygulanır. Öğrencilere bireysel görüşmeler yapılarak değerlendirme sonuçları ifade edilir.

Ölçeğe Ulaşım: Ersanlı, K. ve Balcı, S. (1998). İletişim Becerileri Envanterinin Geliştirilmesi. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", "Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Eylül, 10 (2), s.7- 12.



ÇALIŞMA YAPRAĞI-1



ÇALIŞMA YAPRAĞI-2

Kişilerarası İletişim Bilgi Formu

OLUMLU İLETİŞİM

Eğer sağlıklı bir iletişim kurulursa çözülemeyecek bir problem de ortada olmayacaktır.

Bu nedenle şimdi olumlu ve sağlıklı bir ilişki için neler yapmalıyız bir bakalım;

- Kişiler iletişim kurarken bir taraf konuşurken bir taraf dinleyip onu anlamaya çalışmalıdır.
- Konuşan taraf sözünü bitirene kadar beklenmeli ve sözü bittiğinde diğer taraf konuşmalıdır.
- Olumlu bir iletişim kurmak için insanlar sınırlarına ve duygularına hakim olmalıdır ve fiziksel bir hareket yapmaksızın birbirlerini dinlemelidir.
- Her iki taraf da sabırla duygu ve düşüncelerini net bir şekilde anlatmalı ve aynı şekilde karşı taraf konuşurken de onu dinlemelidir.
- İnsanlar sorunlarla karşılaştığında sorunlarını kendi kafalarına göre değil konuyla ilgili bilgisi olan birini dinleyerek çözmelidir.
- Eğer kurulan iletişim sağlıklı bir iletişim ise insanlar konuşarak tüm sorunlarını duygu, düşüncelerini ve isteklerini aktarabilirler.
- İnsanlar ilişki kurduklarında birbirlerinin hatalarını maruz görmelidirler.
- İnsanlar ancak sade ve anlaşılır şekilde konuşurlar ise sağlıklı bir iletişim kurabilirler bu nedenle düşüncelerini kısa, öz ve anlaşılır kelimelerle ifade etmeye çalışmalıdırlar

7. OTURUM: Çatışmalarımı Kendim Çözebilirim

AMAÇ	Çatışma durumlarını doğru şekilde çözmeyi sağlama
KAZANIMLAR	Çatışma çözme becerilerini kullanır.
SÜRE	40 dakika
MATERYAL	Çalışma Yaprağı-1 Çalışma Yaprağı-2 Etkinlik Bilgi Notu
PAYLAŞILACAK KONULAR	“Çatışmalarımı Kendim Çözebilirim” etkinliği

Süreç

- 1- Etkinliğin amacının çatışma çözme becerilerini kullanmak olduğu açıklanır.
- 2- Grup lideri tarafından “Etkinlik Bilgi Notu”nda yer alan çatışma çözme becerileri hakkındaki bilgiler öğrencilere kısaca anlatılır.
- 3- “Çalışma Yaprağı-1” öğrencilere dağıtılır. Kağıtta yazılı çatışma durumlarını, çatışma çözme becerilerini kullanarak çözmeleri istenir.
- 4- “Çalışma Yaprağı-1”i tamamlandıktan sonra sırayla tüm örnek olaylar karşısında kullandıkları çatışma çözme becerileri hakkında konuşulur, tüm öğrencilerin sürece aktif biçimde katılması sağlanır.
- 5- Süreç, tartışma soruları kapsamında değerlendirilerek devam ettirilir:
 - Günlük hayatta karşılaştığımız çatışmalara örnekler verebilir misiniz?
 - Bu çatışmalar karşısında hangi çatışma çözme becerilerini kullanıyorsunuz?
 - Bu etkinlikte hangilerini kullandınız?
 - Günlük hayatta yaşadığımız çatışmalar karşısında bugün öğrendiğimiz hangi çatışma çözme becerilerini kullanabilirsiniz?
- 6- Öğrencilerin paylaşımları alındıktan sonra aşağıdakine benzer bir açıklamayla süreç sonlandırılır:

“Evet sevgili öğrenciler, bugünkü etkinliğimizde hayatımızın her alanında sıklıkla karşılaştığımız çatışmalara yapıcı çözümler getirebilmeyi öğrendik. Çatışma çözme becerilerini geliştirmek ve bunları kullanmak bizleri geliştirir, olumlu anlamda değişim sağlar, hem kendimizi hem de karşı taraftaki kişi veya kişileri de yakından tanımamız konusunda bizlere yardımcı olur.”
- 7- Öğrencilere vermek istediğimiz kazanımın ne ölçüde kazandırıldığını değerlendirmek amacıyla “Çalışma Yaprağı-2” dağıtılarak öğrencilerin kendilerinde var olan ya da geliştirilmeye ihtiyaç duyulan çatışma çözme becerilerini fark edebilmeleri sağlanır.

Çalışma Yaprağı-1

Annen, kardeşine arkadaşlarıyla buluşması için izin verdi ama tüm ödevlerini bitirmene rağmen sana izin vermeyeceğini söyledi. Bu çatışmayı nasıl çözersin?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Çantanda kimselerin okumasını istemediğin günlüğünü sıra arkadaşın görmüş, ısrarla okumak istiyor ama sen istemiyorsun. Bu çatışmayı nasıl çözersin?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Çok çalışarak girdiğin sınavdan düşük not aldığını öğrendin. Öğretmenine bu durumun nedenini sorduğunda senin yan sıradaki arkadaşından kopya çektiğini düşündüğü için bu notu verdiğini söyledi. Bu çatışmayı nasıl çözersin?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Sen odanda ders çalışırken kardeşlerinin kavga ettiğini duydun, hem gürültüden dolayı ders çalışamıyorsun hem de onların kavga ediyor olmalarına üzülüyorsun? Bu çatışmayı nasıl çözersin?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Çalışma Yaprağı-2



1. Daha önce çatışma yaşadığım bir öğrenciyi okul bahçesinde gördüğümde yolumu değiştiririm.

Evet()

Hayır()

2. Arkadaşlarım bana küsmesinler diye onların her istediğini yaparım.

Evet()

Hayır()

3. Çevremdeki bir insanla çatışma yaşadığımda yalnızca benim isteklerimi yaparsa onunla barışıyorum.

Evet()

Hayır()

4. Bir arkadaşım bana tüm sınıfın önünde hoşlanmadığım bir lakap takarsa ona bu durumun beni ne kadar incittiğini çekinmeden ifade ederim.

Evet()

Hayır()

5. Benimle oyun oynamak istemeyen arkadaşıma bu durumun nedenini ona kırıcı sözler söylemeden sorarım.

Evet()

Hayır()

6. En yakın arkadaşımın okul çıkışında yan sınıftan birkaç öğrenciyle kavga edeceğini duysam bu durumu öğretmenime anlatıp kimse zarar görmeden çözülmesini sağlamak yerine ben de kavgaya dahil olurum.

Evet()

Hayır()

7. Çatışma yaşadığım kişiye küsmek yerine onunla konuşup sorunumuzu ikimizi de incitmeyecek şekilde çözmeyi tercih ederim.

Evet()

Hayır()

8. Çatışma yaşadığım insanlarla aynı ortamda olmak beni çok üzüyor ve bu durum karşısında ne yapacağımı bilemiyorum.

Evet()

Hayır()

9. Biriyle çatışma yaşadığımda kendimi onun yerine koyup ne düşündüğünü anlamaya çalışırım.

Evet()

Hayır()

10. Ailemden biriyle çatışma yaşadığımızda bu durumu yüz yüze konuşarak, sorunlarımızın nedenini anlamaya çalışarak çözmeye çalışırız.

Evet()

Hayır()

Etkinlik Bilgi Notu

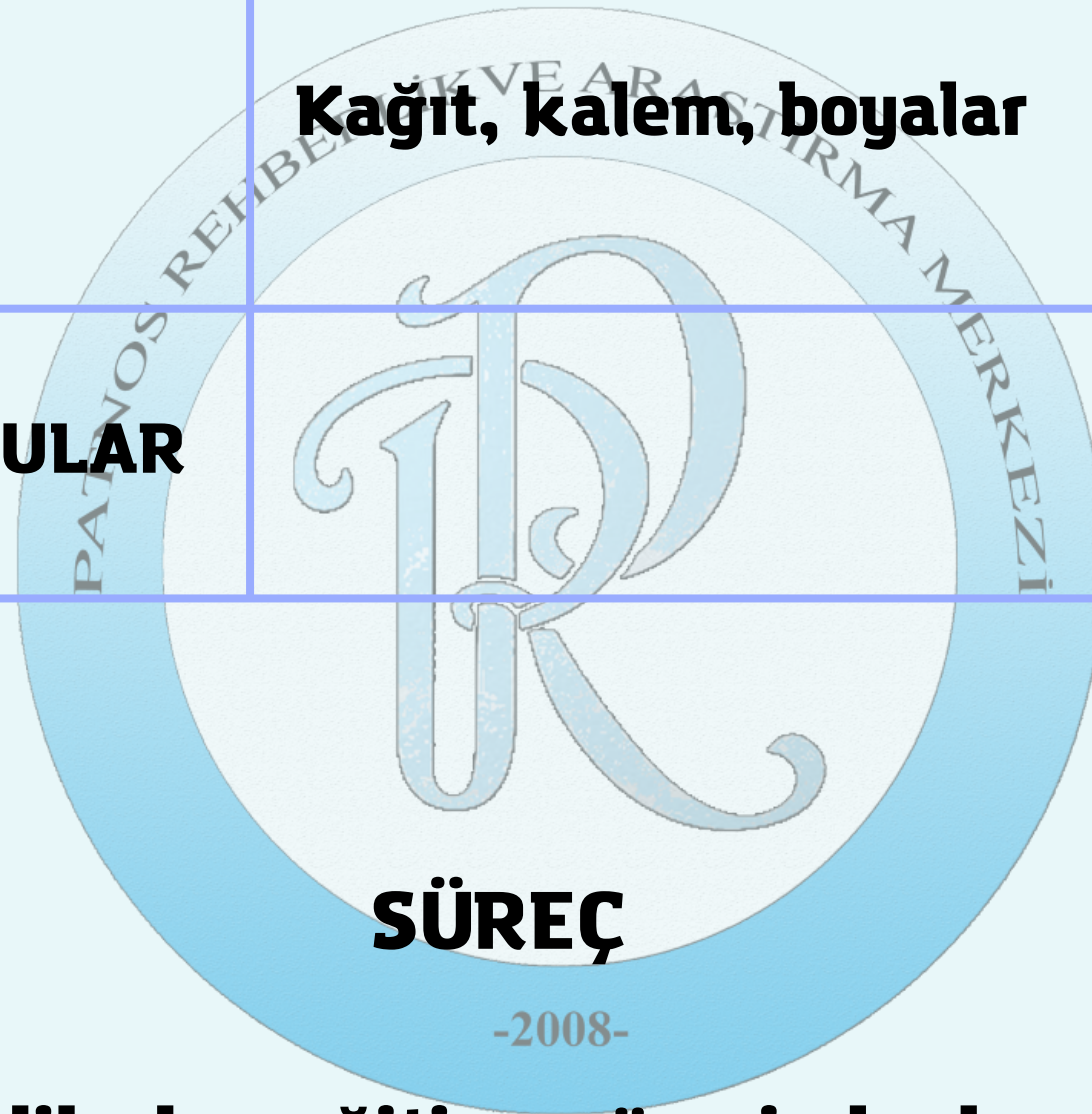
Çatışma, hayatımızın olmazsa olmaz bir parçasıdır, bize düşen görev günlük hayatımızın her alanında yaşayacağımız çatışma süreçleriyle daha sağlıklı nasıl başa çıkabileceğimizi öğrenmektir. Çatışma çözme becerisi öğrenilebilir. Çatışmalardan her iki tarafın da kazançlı çıkabilmesi için taraflar sorunlarını kabul etmeli, etkili çözüm yolları aramalı ve buldukları çözümü uygulamalıdır. Etkili bir çatışma çözme süreci için;

- **Ortak sorunumuzu yüz yüze konuşarak çözmeliyiz,**
- **İsteklerimizi ve isteklerimizin nedenlerini açık ve net bir şekilde dile getirmeliyiz,**
- **Duygularımız hakkında konuşmaktan asla çekinmemeli, karşı tarafın duygularını ifade edebilmesine de izin vermeliyiz,**
- **Çatışma durumunda kendimizi karşıımızdaki bireyin yerine koyarak onun duygularını, düşüncelerini, davranışlarını anlamaya çalışmalıyız,**
- **Asla geçmişte yaşanan sorunlara odaklanmamalı sadece ama sadece şu an yaşadığımız durumlar hakkında konuşmalıyız,**
- **Çatışma yaşadığımız kişilerin görüş ve düşüncelerine saygılı olmalıyız,**
- **Çatışma yaşadığımız bireylere kötü sözler söylememeli, onların da bizlere kötü sözler söylemesine izin vermemeliyiz,**
- **Çatışmanın çözümü için çatışma yaşadığımız bireylerle fikir alışverişinde bulunmalıyız,**
- **Sağlıklı bir şekilde çatışmamızı çözmemize yarayacak olan yöntemi karşıımızdaki kişiyle birlikte belirlemeliyiz,**
- **Belirlediğimiz ortak kararı karşılıklı olarak uygulamalıyız**



8.OTURUM – Sonlandırma

AMAÇ	Grup üyeleri ile vedalaşmalarını sağlama ve gruptan olumlu duygularla ayrılma
KAZANIMLAR	-Uygun vedalaşma davranışını fark eder -Uygun vedalaşma davranışı gösterir
SÜRE	40 Dakika
MATERYAL	Kağıt, kalem, boyalar
PAYLAŞILACAK KONULAR	



- 1. Öğrencilere 10 haftalık bu eğitim sürecinde hangi konular üzerinde çalışıldığı kısaca anlatılarak hatırlatılır.**
- 2. Gruptaki bütün öğrencilerin bu süreçte neler kazandığı ve süreçle ilgili neler hissettikleri sorulur.**
- 3. Öğrencilerin isimleri tek tek yazılır ve bir torbaya konulur ve gruptaki her öğrencinin kendi ismi dışında bir isim seçmesi ve seçtiği arkadaşı için bir mektup yazması istenilir. Bu mektubu alan öğrencinin okuduğunda keyif alacağı bir şekilde mektubun yazılması gerektiği bütün öğrencilere hatırlatılır.**
- 4. Öğrencilere mektuplarını yazmaları için 10'ar dakika süre verilir. Sürenin sonunda her öğrenci kime mektup yazdı ise mektubu sahibine verir.**
- 5. Kendisine yazılan mektubu alan öğrenciler yazılanları gruba okur.**
- 6. Son olarak grup lideri süreci değerlendirir ve ardından grup sonlandırılır.**