

**PATNOS
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**İLKÖĞRETİM İKİNCİ KADEME ÖĞRENCİLERİNİN
SALDIRGAN DAVRANIŞLARINI AZALTMAYA YÖNELİK
PSİKO-EĞİTİM PROGRAMI**

Psk. Dan. Adile ÖZKAN

Psk. Dan. Çisem YILMAZ

Psk. Dan. Merve Nur SİNOĞLU



İLKÖĞRETİM İKİNCİ KADEME ÖĞRENCİLERİNİN SALDIRGAN DAVRANIŞLARINI AZALTMAYA YÖNELİK PSİKO-EĞİTİM PROGRAMI

Psk. Dan. Adile ÖZKAN

Psk. Dan. Çisem YILMAZ

Psk. Dan. Merve Nur SİNOĞLU

KURAMSAL ÇERÇEVE

Saldırganlık bir başkasına zarar vermeye yönelik yıkıcı bir davranış biçimidir. Genellikle öfke, kin, nefret gibi duygular eşlik etmekle birlikte, saldırganlık bu duygular olmaksızın da ortaya çıkabilen bir davranıştır (Gültekin, 2008). TDK sözlüğünde ise saldırganlık “Bireyin kendi düşünce ve davranışlarını dıştaki direnmelere karşı, zorla karşısındakine benimsetme çabası” olarak tanımlanmaktadır. Şiddet ve saldırganlık kavramlarının birbirinin yerine kullanıldığı da görülmektedir. İkisinin arasındaki fark ise, saldırganlığın kasıtlı olarak fiziksel, duygusal ve psikolojik zarar vermeyi içermesi; şiddetin çoğunlukla birinin mülkiyetine, malına ve canına kasıtlı fiziksel zarar vermeyi içermesidir (Karataş ve Tagay, 2016).

Öfke sağlıklı bir duygu olmasına rağmen uygun biçimde ifade edilemeyen öfke, bireyde saldırgan davranışlara ve şiddete yol açabilmektedir. Bireyi koruyucu işlevi de bulunan öfke, bastırılması tehlikeli, ortadan kaldırılması imkânsız bir duygudur. Sağlıklı olan öfkenin kontrol edilmesi ya da uygun biçimde ifade edilmesidir. Öfkesini nasıl kontrol edebileceğini ya da nasıl ifade edebileceğini bilemeyen bireyler, çevresindeki kişi ve nesnelere saldırgan davranabilmekte ve önemli zararlar verebilmektedirler (Gültekin, 2008). Okullarda sözel sataşmalar, aşağılamalar, lakap takma, dedikodu yayma, fiziksel zarar verme şeklinde birçok saldırgan davranışla karşılaşmaktadır. Öğrencilere öfke kontrolü konusunda beceri kazandırılması yararlı olacaktır lakin bu becerinin öğrencilere yerleşmesi için okul ortamında, aile ortamında ve toplum içerisinde saldırganlığı tetikleyen durumların en aza indirilmesi gerekmektedir (Karataş ve Tagay, 2016).

Çocuğun saldırgan davranışlar geliştirmesinde öğretmenlerin öğrenciye ve aileye karşı olumsuz tutumları, öğrenci davranışlarını yönetme yetersizliği, öğrenci gelişimi için düşük destek, yetersiz iletişim becerileri ve saldırgan liderlik tarzı gibi özelliklerinin de etkili olduğu görülmektedir (Yavuzer, 2011).

Ailevi faktörler (Kılıç, 2020), aile içindeki ilişkiler, aile içi şiddet, anne baba tutumları, şiddet içerikli TV programları saldırganlığın öğrenilmesine neden olmaktadır (Karataş ve Tagay, 2016). Ailelerin çocuklarına dijital oyun oynama konusunda sınır koymamaları, fiziksel aktiviteye katılma konusunda çocuklarını desteklememeleri saldırganlığı arttırmaktadır. Çünkü bilgisayar oyunları çocukların sosyalleşme ve empati duygusundan uzaklaştırarak saldırganlık duygusunu yükseltebilmektedir (Güvendi, Demir ve Keskin, 2019). Medyada, sokakta, ailede neredeyse her yerde kişilerarası anlaşmazlıkların çözümünde şiddeti öğrenen çocuklar okul ortamlarında saldırgan davranışlar sergileyebilmektedirler. Bu konuda okullarda “yapıcı-barışçıl-onarıcı” çözüm yöntemlerinin öğrencilere kazandırılması yararlı olacaktır (Türnüklü, 2016). Çünkü yapılan araştırmalarda probleme olumsuz yaklaşan, kendine güvensiz yaklaşan ve sorumluluk almayan ergenlerin saldırganlıklarının yüksek olduğu görülmüştür. Yapıcı problem çözme yöntemlerini kullanan ve ısrarlı-sebatkâr yaklaşım sergileyen ergenlerin ise saldırganlık düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür (Arslan, Hamarta, Arslan ve Saygın, 2010). Bu doğrultuda okullarda “öfke yönetimi, güçlü taraflarını fark etme, sınırlarını bilme ve koruma, çatışma çözme becerisi kazanma, problem çözme becerisi edinme” gibi alt kazanımlarının da yer aldığı saldırganlığı önlemeye yönelik psikoeğitim çalışmalarının yapılması yararlı olacaktır.

Ortaokula devam eden öğrencilerin ergenlik sürecine geçiş aşamasında olduğu bilinmektedir. Ergenlik süreci fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişimlerin yoğun olarak yaşandığı yetişkinliğe geçiş dönemidir. Ergenlerin duygu, düşünce ve davranışlarında dengesizlikler yaşadıkları ve akran ilişkilerinde, iletişim konusunda, problem çözme konusunda da yeterli becerilere sahip olmadıkları bir dönemdir (Yavuzer, 2011). Türkiye İstatistik Kurumunun (TÜİK) verilerine göre güvenlik birimlerine gelen veya getirilen çocukların karıştığı olay sayısının 2019 yılında, 2018 yılına göre %5,8 oranında artarak 511 bin 247 olduğu, çocukların %50,1'inin 15-17 yaş grubunda, %25,2'sinin 12-14 yaş grubunda, %24,7'sinin ise 11 yaş ve altındaki çocuklar olduğu görülmektedir. Bu çocukların %31,7'si ise yaralama davranışından güvenlik birimlerine gelmiştir. TÜİK verileri ergenliğe geçiş ve ergenlik dönemindeki öğrencilerin saldırganlık davranışının ne kadar yüksek olduğunu göstermektedir. Okullarda güvenlik kamerası takma, okul önlerinde polis devriyelerinin dolaşması, sık sık öğrencilerde üst aramalarının yapılması, saldırgan çocukların okuldan uzaklaştırılması gibi uygulamalarla öğrencilerdeki saldırganlığın azaltılmasına yönelik tedbirler alındığı görülmektedir. Bu uygulamalar ise saldırganlığı azaltmayı geçici bir süre saldırgan davranışların görülmemesini sağlamaktadır (Yavuzer, 2011). Bu nedenle hem TÜİK verilerine baktığımızda hem de okulda yapılan müdahalelerin yetersiz oluşuna baktığımızda okul çapında saldırganlığı önlemeye yönelik daha kapsamlı farkındalık çalışmalarının yapılmasına ihtiyaç duyulduğu görülmektedir. Bu doğrultuda rehber öğretmen ve psikolojik danışmanların okullarda saldırganlığı önlemeye ve azaltmaya yönelik psikoeğitim çalışmaları yapmaları yararlı olacaktır.

GRUBUN AMAÇLARI

- Öğrencilerin psiko-eğitim programı konusunda bilgilenmelerinin, birbirleriyle tanışmalarının sağlanması
- Öğrencilerin öfke duygusunu ve kaynaklarını fark etmelerini ve duygusunu sağlıklı yollarla ifade etmelerinin sağlanması
- Kişisel sınırlarını bilir ve başkasının sınırlarını gözetir.
- Güçlü yanlarını ve yapabildiklerini fark etmesinin sağlanması.
- Ben Dilini kullanarak istek ve ihtiyaçlarını yapıcı ve tehditkar olmayan bir dille anlatabilme
- Değişik çatışma çözme biçimlerini tanıyabilme
- Problem çözme becerilerini kavrayabilme
- Grup üyeleri ile vedalaşmalarını sağlama ve gruptan olumlu duygularla ayrılma

GRUBA ÜYE SEÇİMİ VE DİĞER İLKELER

Gruba üye seçerken aşağıdaki bir takım özelliklere uygun ilköğretim ikinci kademe öğrencileri gruba alınabilir.

1. Saldırgan davranışlar gösteren ilköğretim ikinci kademe öğrenciler (iletişim becerileri düşük, akranları ile kişilerarası ilişkilerde sorun yaşayan, empati düzeyi düşük, problem çözme ve çatışma çözme düzeyi düşük öğrenciler).
2. Güçlü yanlarını fark etme, öfke kontrolünü sağlama, kendi kişisel sınırlarını bilme ve başkasının sınırlarına dikkat etme, anlaşmazlık-çatışmaları çözme becerilerinde yetersizlik yaşayan öğrenciler.
3. Gönüllü ve istekli öğrenciler ile grup çalışmasını yapabilecek öğrenciler bu gruplara katılabilirler.

-2008-

HEDEF GRUP

Psikoeğitim Programı ilköğretim ikinci kademe öğrencilerine yönelik hazırlanmıştır.

OTURUM SAYISI

İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin saldırgan davranışlarını azaltmaya yönelik hazırlanan program 7 oturumdan oluşmaktadır.

KAYNAKLAR

- Arslan, C., Hamarta, E., Arslan, E., & Saygın, Y. (2010). Ergenlerde Saldırganlık ve Kişilerarası Problemlerin Giderilmesi. İlköğretim Çevrimiçi, 9 (1), 379-388.
- Demircioğlu, H. , Kepir-Savoly, D.D. ve Demirtaş-Zorbaz, S. (2015). Yaşam Becerileri Etkinlik Kitabı Çocuğa Yönelik Şiddetin Önlenmesi Teknik Destek Projesi. Sf.73,74
- Erkan, S. ve Kaya, A. (2017). Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları 1. 6. Baskı. sf.282-285, 289-294 Pegem Akademi. Ankara.
- Gültekin, F. (2008). Saldırganlık Ve Öfkeyi Azaltma Programının İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık Ve Öfke Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Güvendi, B., Demir, G.T. ve Keskin, B. (2019). Ortaokul Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı Ve Saldırganlık. Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 11(18).
- Karataş, Z. ve Tagay,Ö.(2016). Okul Psikolojik Danışmanı El Kitabı: Sorunlar Çözümler. sf. 57-59. Vize Yayıncılık, Ankara.
- Karataş, Z. ve Tagay,Ö. *Üstün Yetenekli Öğrencilerin Sosyal Becerilerini Arttırmaya Yönelik Psikoeğitim Programı*
- Kılıç, C. (2020). Saldırganlık Üzerine Yapılan Psikolojik Danışma ve Rehberlik ve Psikoloji Doktora Tezlerinin İncelenmesi. Öğretmen Eğitiminde Yenilikçi Araştırmalar Dergisi, 1(1), 01-17.
- TDK. Saldırganlık. <https://sozluk.gov.tr/> adresinden 12.01.2022 tarihinde erişilmiştir.
- TÜİK, (2018). Güvenlik Birimine Gelen veya Getirilen Çocuklar, Haber bülteni. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Güvenlik-Birimine-Gelen-veya-Getirilen-Cocuk-Istatistikleri-2015-2019-33632> adresinden 14.01.2022 tarihinde erişilmiştir.
- Türnüklü, A. (2016). Ortaokullar İçin Akran-Arabiluculuk Eğitim Programı: Öğretmen Uygulama Kitabı . 2. Baskı. sf.8-9.
- Yavuzer, Y. (2011). Okullarda Saldırganlık/Şiddet: Okul ve Öğretmenle İlgili Risk Faktörleri ve Önleme Stratejileri. Milli Eğitim Dergisi, 41 (192), 43-61.

Program 7 oturumdan oluşmaktadır ve her oturumun amacı kazanımları ve süreci oturumlar şeklinde aşağıda sunulmuştur.

1. OTURUM -Tanışma

AMAÇ	Öğrencilerin Psiko-Eğitim programı konusunda bilgilenmelerinin, birbirleriyle tanışmalarının sağlanması
KAZANIMLAR	-Grup üyeleri birbirlerini tanır - Süreç hakkında bilgi edinir. - Grup kurallarını öğrenir.
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	-
PAYLAŞILACAK KONULAR	- Eğitimcilerin kendini tanıtması - Program hakkında bilgi verilmesi - Grup kurallarının belirlenmesi -“Tanışma” ve “İsim Yarışı” etkinlikleri

SÜREÇ

'Sevgili arkadaşlar; Bu çalışmanın amacı, saldırgan davranışları azaltarak iletişim becerilerini güçlendirme konusunda öğrencilere yönelik hazırlanan psiko-eğitim programının uygulanışının sunulmasıdır. Bu program 7 oturumdan oluşmaktadır ve haftada bir yapılması planlanan her bir oturum yaklaşık 40 dakika sürecektir.

Bu programın uygulanmasındaki temel hedefimiz zaman zaman ya da sıklıkla sergilediğimiz saldırgan davranışlarımızı azaltarak iletişim becerilerimizi güçlendirmektir.'

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:

a. Gizlilik İlkesi: Grup sürecinde yaşananların gizli kalması ve dışarıda bu sürecin paylaşılmaması,

b. Katılım: Gruba katılımın tam olması ve oturumlara devam edilmesi,

c. Dinleme: Bir üye konuşurken sözünün kesilmemesi ve sabırla dinlenilmesi ve konuşulanların yargılanmaması,

d. Paylaşım: Üyelerin grup etkinliklerine içten katılmalarının ve yaşantılarını paylaşmaları şeklindedir.

2. Öncelikle grup üyeleri ve grup liderinin birbirleri ile tanışmaları için

a. Herkes sıra ile ismini söyler ve hareket yapması istenir, Örnek Özer basketbol oynamak. Basketbol eylemini top sektiriyormuş gibi yaparak söylemesi istenir.

Sonra herkes birlikte tekrar eder. İkinci kişi ilk kişinin adını hareketini ve kendi adını hareketini yapar. Tüm grup tekrar eder.

Tüm çemberdeki katılımcılar bunu yapar. Sonra kimin tüm isimleri sayabileceği sorulup isimleri öğrenip öğrenmediği değerlendirilir. Yaklaşık 15 dakika etkinliğe devam edilir.

b. Grup ikiye bölünür A ve B karşılıklı sıra olunur. Her iki grup içlerinden birini seçer Grup lideri 3'e kadar sayar. 3 dediğinde seçilen kişiler ayakta kalır diğer tüm grup üyeleri çömelir. İki gruptan birer kişi ayakta kalır, kim diğerinin adını ilk söylerse 1 puan alır. 10 puan alan kazanır.

c. Bu etkinliklerin sonunda grup üyelerinin etkinliklere ilişkin duygu-düşüncelerini ve bu sürece ilişkin kazanımlarını paylaşmaları sağlanır.

2. OTURUM -Öfke Duygusunu ve Kaynaklarını Fark Etme Doğru Yollarla İfade Etme

AMAÇ	Öğrencilerin öfke duygusunu ve kaynaklarını fark etmelerini ve duygusunu sağlıklı yollarla ifade etmelerinin sağlanması
KAZANIMLAR	-Duygularını fark eder. -Öfke duygusunu tanır ve ifade eder.
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	Tahta, Tahta Kalem
PAYLAŞILACAK KONULAR	-Isınma etkinliği yapılması -Duygularımız ve tepkilerimiz hakkında bilgi verir.

SÜREÇ

1. Öncelikli olarak “ Yüzüm Duygularımı Yansıtıyor” ısınma etkinliği ile sürece başlanır. Grup lideri sırasıyla söylediği duyguların grup üyeleri tarafından yüz ifadelerini kullanarak canlandırmalarını ister. Sırasıyla şu duygular söylenebilir; mutlu, üzgün, öfkeli, şaşkın, incinmiş, korkmuş, endişeli, çaresiz, heyecanlı.

2. Öncelikle grup üyelerine duygular hakkında bilgilendirme yapılır.

a. Öğrencilere “ Hepimizin olumlu ve olumsuz duyguları vardır. Olumlu duygular kadar olumsuz duyguları yaşamak da normaldir. Bu duyguları doğru-yanlış, iyi-kötü olarak sınıflandıramayız. Duyguların bir sonucu olarak sergilediğimiz davranışlar, ancak iyi-kötü ve doğru -yanlış olarak adlandırılır.” bilgileri aktarılır.

b. Öğrencilere öfkenin temel bir duygu olduğu belirtilir ve öğrencilerin bu duyguyu yaşadıkları durumlara örnekler vermeleri istenir. Öğrencilerin verdikleri örneklerdeki tepkileri “sağlıklı tepkiler” ve “sağlıksız tepkiler” şeklinde tahtaya yazılır. Grup lideri de örnek tepkiler tahtaya yazabilir. Ek olarak, öğrencilere verilen tepkilerin neden sağlıksız olduğu açıklanır. Grup lideri aşağıdaki örnek durumdan yararlanabilir;

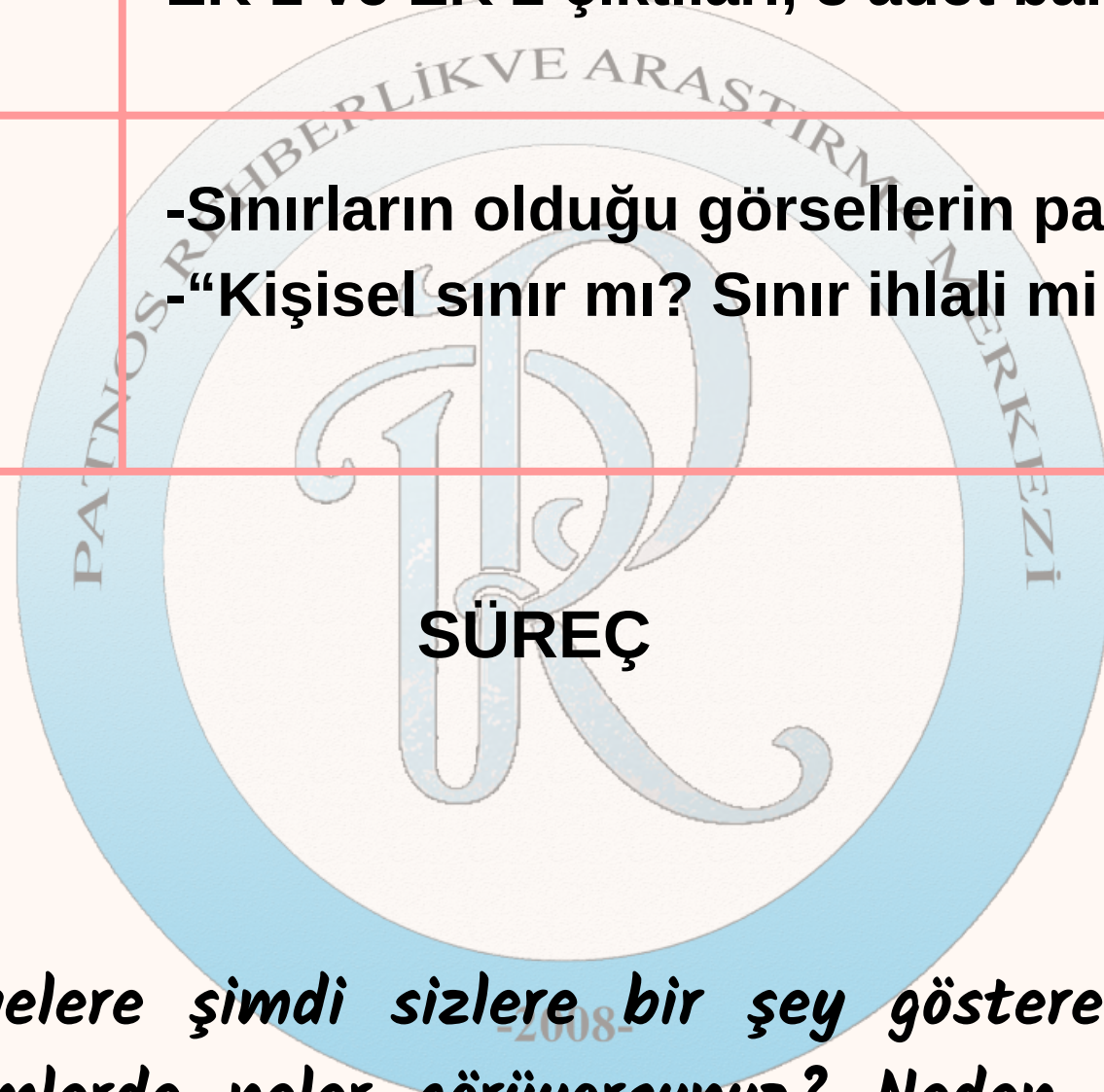
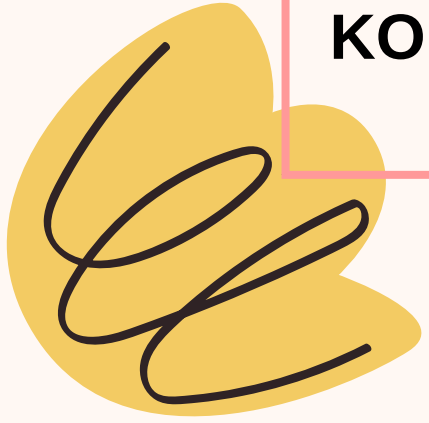
- “Arkadaşın senden habersiz günlüğünü alıp sınıfta herkesin duyabileceği bir şekilde okudu. Öfke ve üzüntü hissediyorsun. Bu duyguları sağlıksız bir şekilde ifade ederek”; Arkadaşının üzerine yürür, onu iterek yere düşürür. Sağlıklı bir şekilde ifade etmek için “Günlüğümü benden izinsiz bir şekilde alıp sınıfta okumana çok sinirlendim” der ve neden böyle bir davranış sergilediğini sorar.” cümlesi kullanılabilir.

-2008-

c. Ardından öğrencilerin öfke duygusunun yaşandığı örnek olaylarda verilen sağlıksız tepkiler yerine alternatif sağlıklı tepkiler/davranışlar üretmeleri için teşvik edilir. Öğrencilerin süreç hakkında duygu ve düşünceleri alınarak oturum sonlandırılır.

3. OTURUM -Kişisel Sınırlarını Bilme ve Başkasının Sınırlarını Gözetme

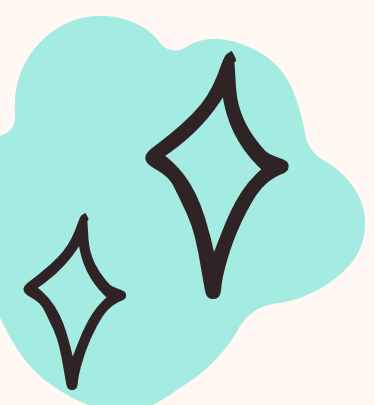
AMAÇ	Kişisel sınırlarını bilir ve başkasının sınırlarını gözetir.
KAZANIMLAR	-Kişisel sınırın ne demek olduğunu kavrar. -Sınır ihlali olan durumları fark eder. -Sağlıklı ilişkilerde sınırın önemini kavrar.
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	EK 1 ve EK 2 çıktıları, 3 adet balon
PAYLAŞILACAK KONULAR	-Sınırların olduğu görsellerin paylaşımı, -"Kişisel sınır mı? Sınır ihlali mi?" etkinliği



Balon sınırlar etkinliği.

1. Öncelikle grup lideri üyelere şimdi sizlere bir şey göstereceğim diyerek EK 1 deki görselleri gösterir. "Resimlerde neler görüyorsunuz? Neden bazı yerler koyu kalemle işaretlenmiş olabilir? (sınırları çizilmiştir cevabı aranır.) Sizce bu sınırlar istediğimiz şekilde değiştirilemez mi?" (cevaplardan sonra değiştirilemeyeceği açıklanır) soruları üyelere yöneltir.

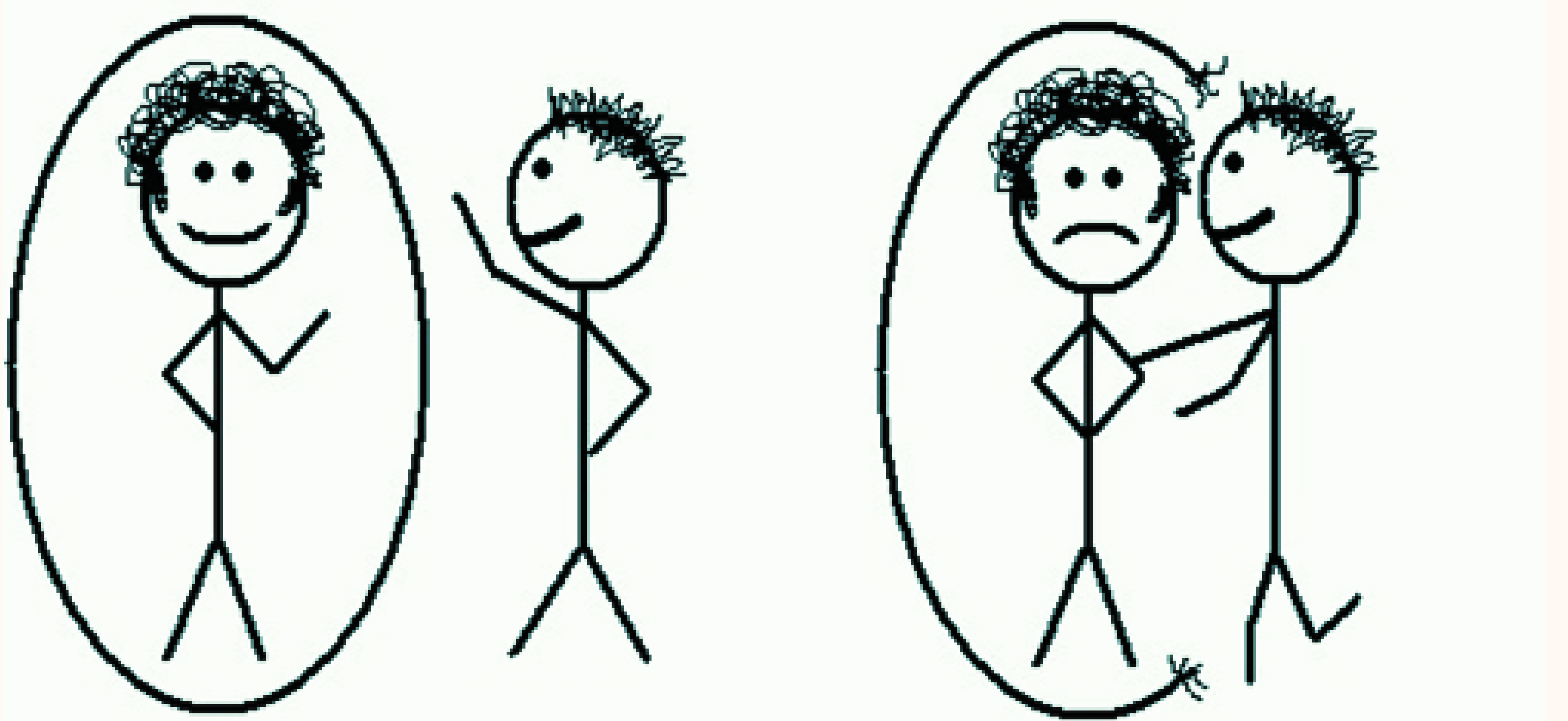
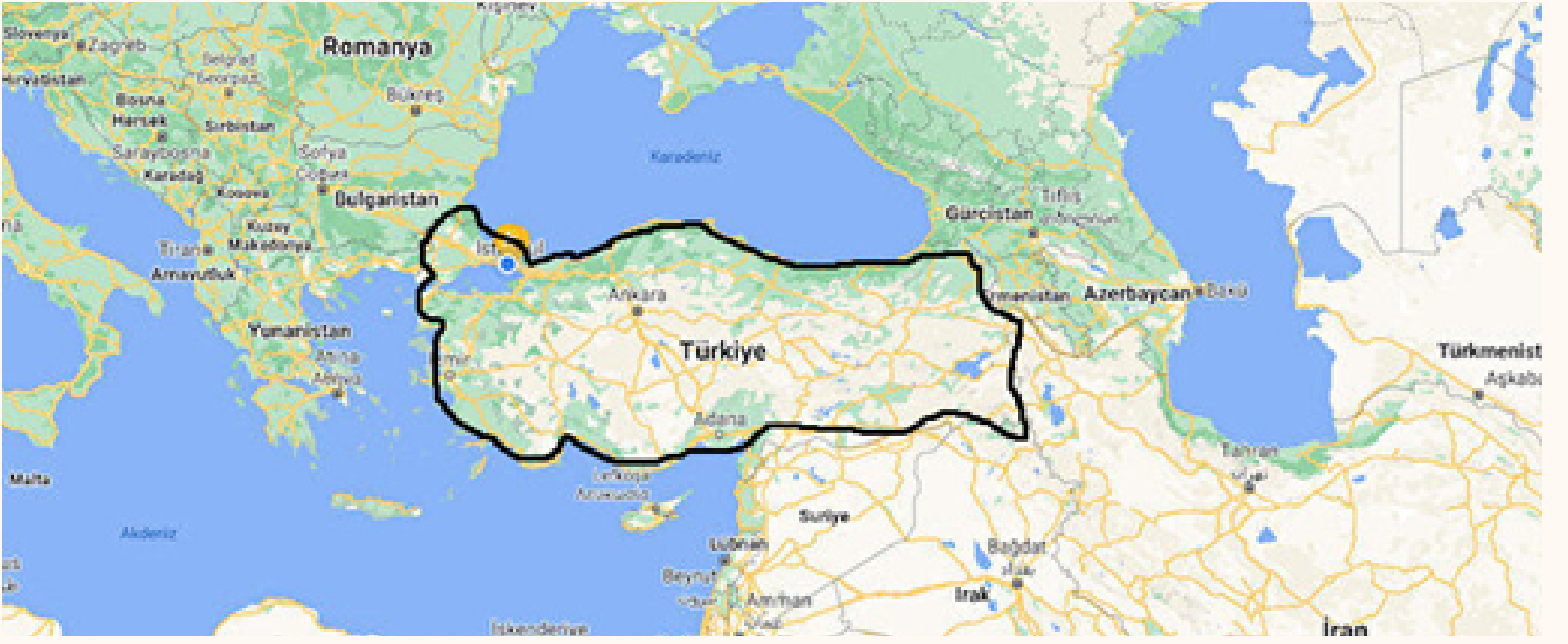
2. Grup lideri şu açıklamayı yaparak sürece devam eder: Bireylerin hem fiziksel hem de duygusal sınırları vardır. Bedenimizin bize ait olması fiziksel sınır örneğidir. Hiç kimse bedenimize izinsiz dokunamaz. Örneğin kimse evimize izinsiz giremez. Çünkü bu bizim mahrem alanımızdır. İnsanlarla karşılıklı konuşmamızda bile aramızda belli bir mesafenin olması bizi rahat hissettirir. Bunun dışında duygusal ve zihinsel bir sınırlarımızda vardır. Kendi ihtiyaçlarımız, karakterimiz ve duygu durumumuz doğrultusunda hareket edebiliriz. İstemediğimiz şeylere hayır diyebiliriz. İstemediğimiz bir yere gitmeyebiliriz. Bir başkası bizi zorla bir şeyler yaptıramaz. Biz bir insanın, özeli, herkesle aynı düşünceye sahip olmayabiliriz.

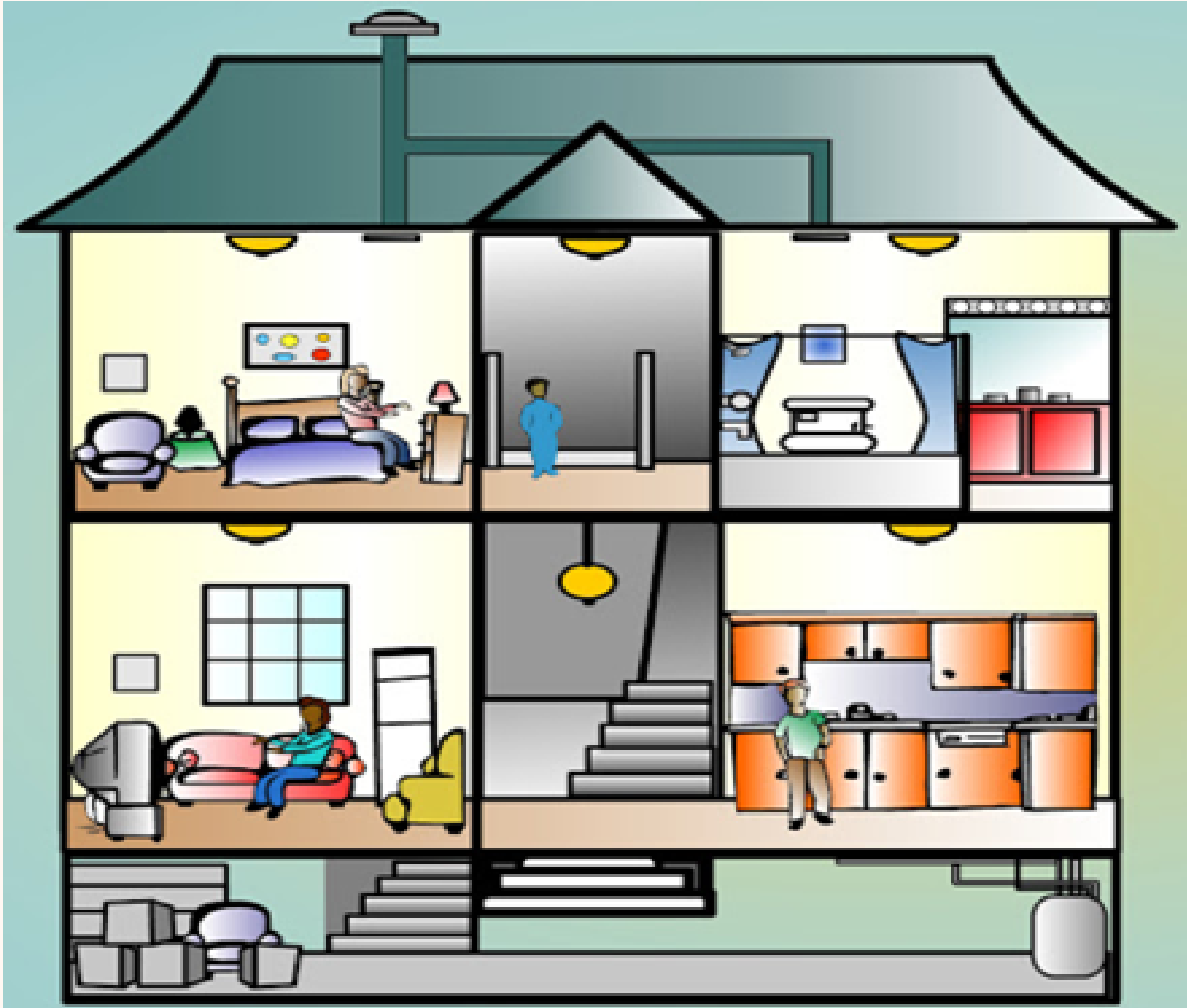


3. Balon sınırlama etkinliğine geçilir. Grup lideri üyelere herkesin birbirlerine sağdan, soldan, önden ve arkadan 1-2 metre mesafe olacak şekilde yan yana durmalarını ister. 3 adet şişirilmiş balonu öğrencilerin kendilerine belirledikleri noktadan dışarı çıkmadan ve yere düşürmeden birbirlerine atarak oynamalarını ister. Grup lideri isteğe bağlı olarak bu esnada müzik açabilir. Oyun 5 dk kadar oynandıktan sonra grup lideri üyeler kendi sınırlarını bilerek ve başkasının sınırlarını ihlal etmeden oyun oynamanın nasıl olduğunu sorar.



EK 1





EK 2

Kişisel sınırın korunduğu örnekler	Kişisel sınır ihlalinin yapıldığı örnekler
İsteklerini rahatça ifade edebilme	İsteklerini zorla yaptırmaya çalışmak
Hayır diyebilme	Birini istemediği halde evet demeye zorlamak
Yalnız kalmak istediğini söylemek	Arkadaşını gelmek istemediği halde zorla bir yere götürmeyi istemek
Oyuna katılmak istemediğini ifade etmek	Oyun oynamayan arkadaşını zorla oyuna katmaya çalışmak
Kopya vermek istememek	Kopya vermeyen arkadaşına küsmek
Özel hayatıyla ilgili bilgi vermek istemediğini söylemek	Başkasının çantasını karıştırmak, başkasının eşyasını izinsiz almak
Kendi hayatıyla ilgili kararları verebilmek	Bir odanın kapısını çalmadan girmek
Kavgaya katılmak istemediğini söylemek	Başkasının evinin içini gözetlemek
Değerli bir eşyasını ödünç veremeyeceğini söylemek	Samimiyetin olmadığı kişiye sen diye hitap etmek
	Arkadaşlarına özel hayatlarıyla ilgili sorular sormak. Örneğin annen hamile mi? Baban engelli mi? Gibi
	Arkadaşın rahatsız olduğu halde ona sarılmak, bedenine dokunmak
	Kapıyı çalmadan tuvalete girmek
	Geç saatte arkadaşını, akrabasını, öğretmenini telefonla aramak
	Okul sırasında başkasının önüne geçmek
	Başka birinin telefonuna izinsiz bakmak.

4. OTURUM -Güçlü Yanlarını Bilir, Yapabildiklerini Fark Eder

AMAÇ	“Güçlü yanlarını ve yapabildiklerini fark etmesinin sağlanması.
KAZANIMLAR	“Güçlü yanlarını bilir, yapabildiklerini fark eder”
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	Öğrenci sayısı kadar FORM-1 Taraftar Forması, Renkli pastel, Keçeli ve Kuru kalemler
PAYLAŞILACAK KONULAR	-“Güçlü yanlarını bilir, yapabildiklerini fark eder” etkinliği (Demircioğlu, Kepir-Savoly ve Demirtaş-Zorbaz, 2015)

SÜREÇ

1.Öğrencilere “Daha önce kendinizle ilgili olan olumlu özelliklerinizi, güçlü yanlarınızı düşündünüz mü? Neler buldunuz?” sorularını yönelttikten sonra etkinliğe geçilir.

2. Etkinlik için “Bilirsiniz futbol takımlarının taraftar formaları vardır ve bizler için tuttuğumuz takımın formasını giymenin anlamı büyüktür. Kendimizi o takımın gücüyle, güçlü yanlarıyla iyi hissederiz. Aynı zamanda formayı giymek, o gruba ait olduğumuzu ve grubun değerlerini, inançlarını desteklediğimizin bir göstergesidir. Bugün sizden, kendiniz için bir forma tasarlamanızı istiyorum. Formayı tasarlarken kendinizdeki olumlu özellikleri ve güçlü yanları, yapabildiklerinizi, becerilerinizi düşünün. Yazı yazabilir, resim çizebilirsiniz.” açıklaması yapıldıktan sonra öğrencilere T-shirt resminin olduğu kağıtları ve renkli boyalar/keçeli ve kuru kalemler verilir. Grup lideri aşağıdaki soruları öğrencilere yöneltir ve öğrencilerin güçlü yanları üzerinde etraflıca düşünmelerini sağlar.

- “Hayatınızdaki en değerli olan şey nedir? Veya hayatınızdaki en değerli olan kişi kimdir?”
- İyi yaptığınız üç şey nedir?
- Etrafınızdakilerce neyinle hatırlanmayı istersiniz?
- Hayatında yaptığın en önemli şey nedir?
- Arkadaşlarınız sizin en çok hangi özelliğinizi sever?”

3. Öğrenciler T-shirt'lerini hazırladıktan sonra grup lideri üyelere “Şimdi herkes grubundaki arkadaşlarına T-shirt'te yazdığınız güçlü yanlarınızı paylaşın.” açıklamasında bulunur. Gruplar paylaşımlarını yaptıktan sonra öğrencilere “Kendinizle ilgili olumlu ve güçlü yanlarınızı bulmak ve bunu diğerleriyle paylaşmak nasıldı? Bu etkinlik sırasında kendinizle ilgili fark ettikleriniz nelerdi? Grup arkadaşlarınızın paylaşımları sırasında arkadaşlarınızla ilgili farkındalıklarınız nelerdir?” sorularını yönelterek etkinlik hakkında konuşmalarını sağlar. Öğrencilerin etkinlikle ilgili sormak istedikleri olup olmadığını öğrendikten sonra çalışmayı sonlandırır.



FORM 1

TARAFTAR FORMASI



5. OTURUM-Ben Dili Sen Dilini Anlama

AMAÇ	Ben Dilini kullanarak istek ve ihtiyaçlarını yapıcı ve tehditkar olmayan bir dille anlatabilme
KAZANIMLAR	İstek ve ihtiyaçlarını ben-dilini kullanarak ifade eder. Sen-dili kullanmanın tehditkar taraflarını fark eder. Ben dili kullanmanın anlaşmazlıkları-çatışmaları çözmede yardımcı olduğunu fark eder.
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	1.Örnek durum 2'nin ve ben dili kalıbının yazılı olduğu kağıtlar 2.Ev ödevi formu(Ek.1).
PAYLAŞILACAK KONULAR	"Ben dili nedir? Sen dili nedir?" etkinliği (Erkan ve Kaya, 2017: 282)

SÜREÇ

1.Öncelikli olarak öğrencilerin ben-dili sen-dilini tanıması için "Ben Dili Nedir?Sen Dili Nedir?" etkinliği (Erkan ve Kaya, 2017: 282) uygulanır. Gup Lideri öğrencilere, aşağıda verilen sen-dili örnek olayını okur. Örnek olayı gönüllü öğrencilerin rol oynama tekniğiyle canlandırmasını sağlar.

Pelin: Bahar, sen hep eşyalarını alıp geri vermiyorsun. Dün eve gittiğimde yine silgimi bulamadım. O kokulu silgiyi babam bana yeni almıştı. Silgimi alıp kendi kalem kutuna koydun, eve götürdün değil mi? Bir de bana söz vermiştin senden aldığım şeyleri hemen geri vereceğim diye. Sen yalancısın, senin sözüne artık güvenmiyorum. Herkese de yalancı olduğumu söyleyeceğim. Silgimi geri ver.

Bahar: Söylersen söyle, sanki pek umurumdaydı. Senin silgini aldım da ne oldu? Yemedim ya, bugün sana geri verecektim. Sen de bundan sonra benim kalem kutumdan hiçbir şey kullanamazsın.

2.Sonra öğrencilere aşağıda verilen soruları sorulur ve onların cevapları alınır.

- Pelin'in Bahar'a karşı olan duyguları neler? Pelin neler hissediyor?
- Bahar'ın Pelin'e karşı olan duyguları neler? Bahar neler hissediyor?
- Böyle bir konuşmadan sonra Bahar, Pelin'e silgisini geri verir mi? Neden?

3.Öğrencilere aşağıda verilen ben dili örnek olayını okunur.

Pelin: 'Bahar dün eve gidip kalem kutumda silgimi bulamayınca çok üzüldüm. Biliyorsun o kokulu silgiyi babam bana yeni almıştı ve onu çok seviyorum. Biz seninle iyi arkadaşız ama bana söylemeden kalem kutumdan eşyalarımı almaya çok kızıyorum. Biliyorsun kalem kutumuzdan herhangi bir şey alınca birbirimize söyleyeceğimize söz vermiştik. Bir daha sözünü tutabilirsen çok sevinirim.'

Bahar: 'Pelin özür dilerim. Silginin bende kaldığını akşam eve gidip kalem kutumu açınca fark ettim. Birbirimize verdiğimiz sözü hatırlıyorum. Bir daha senden habersiz kalem kutundan bir şey almayacağım, söz veriyorum.'

Sonra öğrencilere aşağıdaki soruları sorulur ve onların cevaplarını alınır.

- Pelin Bahar'a karşı neler hissetmiş olabilir?
- Bahar, Pelin'e karşı neler hissetmiş olabilir?
- Bahar bundan sonra Pelin'den habersiz onun kalem kutusundan eşyalarını alacak mı? Aldığı silgiyi geri verecek mi? Neden?

4.Öğrencilere bu iki örnek olay arasındaki farkı ve hangisinin daha etkili bir çözüm yolu olduğunu sorulur.

5.Ben-dili ve sen-dili arasındaki farkı öğrencilere aşağıda belirtilen şekilde açıklanır.

"Eğer karşımadaki kişilerle olan anlaşmazlıklarımızda/çatışmalarımızda sen dili kullanırsak, başka bir deyişle, kötü sözler söyleyerek onu eleştirirsek bize sinirlenebilir ve davranışını değiştiremez. Başka bir deyişle, o kişiyle aramızda olan sorunu sen-dili kullanarak çözüme ulaştıramayız. Ama ben-dilini kullanırsak, karşı tarafı eleştirmek, onu suçlamak yerine kendi duygularımızı, nelerin bizi rahatsız ettiğini söylersek, karşımadaki kişiye, bizim onun davranışından dolayı kendimizi nasıl hissettiğimizi, ondan neleri yapmasını istediğimizi anlamasını sağlamış oluruz. Böylece aramızdaki anlaşmazlık da daha kolay çözülmüş olur."

6. Aşağıda verilen örnek durum 1'e "ben-dili" ile tepki vererek ben-dili ile tepki verme kalıbı tahtaya yazılır. Daha sonra, öğrenciler ikişer kişilik gruplara bölünür ve onlara kağıtlara yazılı halde örnek durum 2'yi ben dili tepki kalıbı verilir ve verilen örnek duruma ben dili kalıbını kullanarak tepki vermeleri istenir.

Örnek Durum 1

Arkadaşınıza kitabınızı verdiniz ve o size kitabınızı bazı sayfaları eksik ve bazı sayfaları da çizilmiş olarak geri verdi.

'Ben, sana verdiğim kitabı sayfaları yırtılmış olarak geri verdiğin zaman çok kızıyorum, çünkü yırtık kitapları okumayı hiç sevmiyorum.'

Ben,.....yaptığın zaman.....hissediyorum. Çünkü

.....

Örnek Durum 2

Yanınızda oturan arkadaşınız kaleminizi açtı ve çöpleri çöpe atmak yerine sıranızın altına attı. Öğretmen de size kalem açıklarını yere attığınız için kızdı. Yanınızda oturan arkadaşınıza ben-dili kullanarak ne dersiniz?

Ben,.....yaptığın zaman hissediyorum.

Çünkü

7.Oturumun sonunda grup lideri öğrencilere; ben dilinin kullanıldıkça daha kolay geleceğini, ben dili kullanmanın bize anlaşmazlıkları-çatışmaları çözmemizde yardımcı olduğunu, anlaşmazlıkların insanların birbirini dinlememelerinden, ne hissettiklerini, ne düşündüklerini karşılarındaki kişilere ben-dili ile aktarmamalarından kaynaklandığını, ancak, anlaşmazlıklar büyümeden ve daha basitken ben dili kullanılarak sorunların çözülebileceğini açıklar.

8.Oturum öğrencilere çatışma yaşadıkları durumlarda, duygularını, isteklerini, karşı tarafı incitmeden savunmaya geçirmeden ifade etmelerini sağlayacak olan ben dilini öğrendiklerini belirterek özetlenir.

9.Öğrencilere, gelecek görüşmeye kadar ben dilini kullanarak bir kez duygularını anne babalarına veya arkadaşlarına ifade etmeleri ev ödevi olarak verilir.(Ek.1)

EK 1

BEN DİLİ ÖDEV FORMU

Bir sonraki derse kadar “**ben dilini**” kullanarak anne-babana ya da arkadaşlarına duygularını ifade etmeye çalış. “**Ben dilini**” kullandığın bir örneği aşağıdaki kutuya yaz.

Adın-Soyadın:



6. OTURUM-Çatışmaları Nasıl Çözümlüyoruz?

AMAÇ	-Değişik çatışma çözme biçimlerini tanıyabilme -Problem çözme becerilerini kavrayabilme
KAZANIMLAR	-Çatışma çözme yollarını bilir. -Problem çözme becerilerini kavrar
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	Farklı Çatışma Çözme yöntemlerini anlatan kartonlar(Ek.1) Ev Ödevi Formu(Ek.2)
PAYLAŞILACAK KONULAR	“Çatışmaları Nasıl Çözümlüyorum” etkinliği(Erkan ve Kaya, 2017:289)

SÜREÇ

1.Öncelikli olarak öğrencilere çatışma çözme yollarını kavraması için “Çatışmaları Nasıl Çözümlüyoruz?” etkinliğini(Erkan ve Kaya, 2017:289) uygulanır. Bunun için Grup Lideri tahtaya her bir çatışma çözme stratejilerini tarif eden daha önceden hazırladığı kartonları asar(Ek.1) ve çatışmaların-anlaşmazlıkların çözümünde iki etkisiz, bir etkili yol olduğunu, etkisiz olanların, bir şey yokmuş gibi davranma ve saldırma; etkili olanın problem çözme olduğunu söyler. Daha sonra her bir çözümü aşağıdaki gibi açıklar

İNKAR ETME: BİR ŞEY YOKMUŞ GİBİ DAVRANMA

Karşımızdaki kişi ile olan anlaşmazlıklarda-çatışmalarda ona duygularımızı söyleyememek, aramızda anlaşmazlık yokmuş gibi davranmaya çalışmak.

YÜZLEŞME-SALDIRMA

Karşımızdaki kişi ile bir çatışma-anlaşmazlık yaşadığımızda ona sözle sataşmak kötü sözler söylemek, bağırma ve vurma.

PROBLEM ÇÖZME

Karşımızdaki kişi ile bir anlaşmazlık-çatışma yaşadığımızda anlaşmazlığa neden olan olay hakkında konuşmak, birbirimizi dinlemek, anlamak ve her ikimizi de memnun edecek biçimde problemi bir çözüme ulaştırmak.

Daha sonra öğrencilere bu üç çözümü anlayıp anlamadıkları ve soruları olup olmadığı sorulur ve gerekiyorsa tekrar açıklama yapılır.

2.Çatışma çözümlene stratejilerini tanıma. Bu aşamada öğrencilere çatışma çözme stratejileri aşağıda verilen sonu farklı biten üç hikaye ile tanıtılır

SONU FARKLI BİTEN ÜÇ HİKAYE

Grup Lideri, sonu farklı biten üç hikayeyi sırasıyla okur ve her bir hikayenin gönüllü öğrencilerle canlandırılmasını sağlar.

İNKAR ETME

Bir saatlik öğle teneffüsünde Ayşe, Cem ve Gül oyun oynama kararı vermişlerdi. Teneffüs vakti geldiğinde ne oynayacaklarını düşünmeye başladılar.

Ayşe: Hava çok güzel dışarıda basketbol oynayalım mı beraber?

Cem: Evet, bu çok iyi bir fikir. Ben basketbol oynamayı çok severim.

Gül: Ben aynı fikirde değilim. İçerde masa tenisi oynamak daha eğlenceli.

Ayşe: Bence masa tenisi oynamak iyi fikir değil, dışarıda top oynamak daha eğlenceli.

Cem: Masa tenisi oynamayı ben de istemiyorum. Dışarda basketbol oynayalım.

Gül: Siz bilirsiniz ben de size küstüm o zaman.

Hikaye canlandırıldıktan sonra aşağıdaki sorular sorulur.

- Bu üç arkadaş birbirlerini dinliyor ve birbirlerinin ne hissettiklerini anlıyorlar mıydı?
- Hikayenin sonunda herkes mutlu oldu mu?
- Bu hikayede hangi çatışma çözme-anlaşmazlık çözme biçimi kullanılmıştı?

SALDIRMA

Bir saatlik öğle teneffüsünde Ayşe, Cem ve Gül oyun oynamaya karar vermişlerdi. Teneffüs vakti geldiğinde ne oynayacaklarını düşünmeye başladılar.

Ayşe: çok güzel dışarıda basketbol oynayalım mı beraber?

Cem: Evet, bu çok iyi bir fikir. Ben basketbol oynamayı çok severim.

Gül: Ben aynı fikirde değilim. İçerde masa tenisi oynamak daha eğlenceli.

Ayşe: Bence masa tenisi oynamak iyi fikir değil, dışarıda top oynamak daha eğlenceli.

Cem: Masa tenisi oynamayı ben de istemiyorum. Dışarda basketbol oynayalım.

Hem Ayşe hem de Cem'in Gül'ün fikrini kabul etmemesi, Gül'ü çok sinirlendirmişti.

Gül: *Siz her zaman böylesiniz zaten, başkasının fikrine önem vermezsiniz, hep kendi istediğinizin olması için uğraşsınız, siz tanıdığım en bencil insanlarsınız.*

Ayşe: *Madem biz benciliz, başkalarının fikirlerine önem vermiyoruz, o zaman sen de bizimle oynama!*

Cem: *Bence de, biz seninle oynamak istemiyoruz zaten. Kendine başka arkadaşlar bul.*

Hikaye canlandırıldıktan sonra Grup Lideri aşağıdaki soruları sorar:

- Bu üç arkadaş birbirlerini dinliyor ve birbirlerinin ne hissettiklerini anlıyorlar mıydı?
- Hikayenin sonunda herkes mutlu oldu mu? Kimler mutsuz oldu?
- Bu hikayede hangi çatışma-anlaşmazlık çözme biçimi kullanılmıştı?

PROBLEM ÇÖZME

Bir saatlik öğle teneffüsünde Ayşe, Cem ve Gül oyun oynama kararı vermişlerdi. Teneffüs vakti geldiğinde ne oynayacaklarını düşünmeye başladılar.

Ayşe: *Hava çok güzel dışarıda basketbol oynayalım mı beraber?*

Cem: *Evet, bu çok iyi bir fikir. Ben basketbol oynamayı çok severim.*

Gül: *Ben aynı fikirde değilim. İçerde masa tenisi oynamak daha eğlenceli.*

Cem: *Masa tenisi oynamak da iyi bir fikir ama sadece iki kişi masa tenisi oynayabilir*

Ayşe: *Ben de Cem'le aynı fikirdeyim. Masa tenisi üçümüz için uygun bir oyun değil.*

Gül: *Evet haklısınız ama ben şimdi basketbol oynamayı hiç istemiyorum. Hepimizin hoşuna gidebilecek başka bir oyun oynayalım mı?*

Cem: *Bu daha iyi bir fikir. Üçümüz hangi oyunları oynayabiliriz.*

Birbirlerinin duygu ve düşüncelerine önem verdikleri için, üçü birlikte hangi oyunları oynayabilecekleri hakkında fikir yürütmeye başladılar.

Ayşe: *Sınıfa gidip İngilizce adam asmaca oynayalım.*

Gül: *Sınıfta tiyatro yapalım.*

Cem: *Dışarda köşe kapmaca oynayalım.*

Ayşe: *Peki arkadaşlar bu fikirlerden hangisi hepimiz için uygun şimdi de ona karar verelim.*

Cem: *İngilizce adam asmaca bence.*

Gül: *Bu fikir bence de çok iyi, hadi gidip oynayalım. Belki sonra eğer çok eğlenceli gelmezse başka bir oyun seçeriz.*

Cem: *Tamam bunu bir deneyelim, sonra tekrar karar veririz.*

Ayşe: *Benim için de uygun hadi gidip oynayalım.*

Hikaye canlandırıldıktan sonra aşağıdaki sorular sorulur.

- Bu üç arkadaş birbirlerini dinliyor ve ne hissettiklerini anlıyorlar mıydı?
- Hikayenin sonunda herkes mutlu oldu mu? Kimler mutsuz oldu?

Bu hikayede hangi çatışma-anlaşmazlık çözme stratejisi kullanılmıştı?

3.Öğrencilere, çatışmaların-anlaşmazlıkların üç farklı yolla çözüldüğünü, bunların inkar etme, saldırma ve problem çözme yolu olduğu söylenir. Bu çözüm yollarından tek etkili-yapıcı olanın problem çözme olduğu belirtilir çünkü bu yol sayesinde iki tarafın da kazançlı çıktığı vurgulanarak oturum özetlenir.

4.Grup Lideri öğrencilere, gelecek görüşmeye kadar çatışma-anlaşmazlık çözümü ile ilgili yaşadıkları veya gözlemledikleri olayları, öğrendikleri çatışma çözme stratejilerinden hangisinin kullanılarak çözüldüğünü, verilen formlar yazmalarını ev ödevi olarak verir. (EK.2)

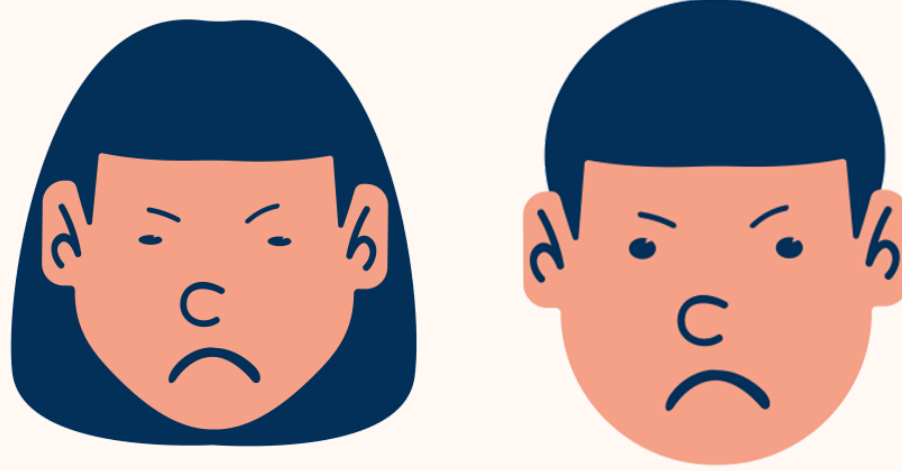


EK-1 ÇATIŞMA ÇÖZME STRATEJİLERİ KARTONU



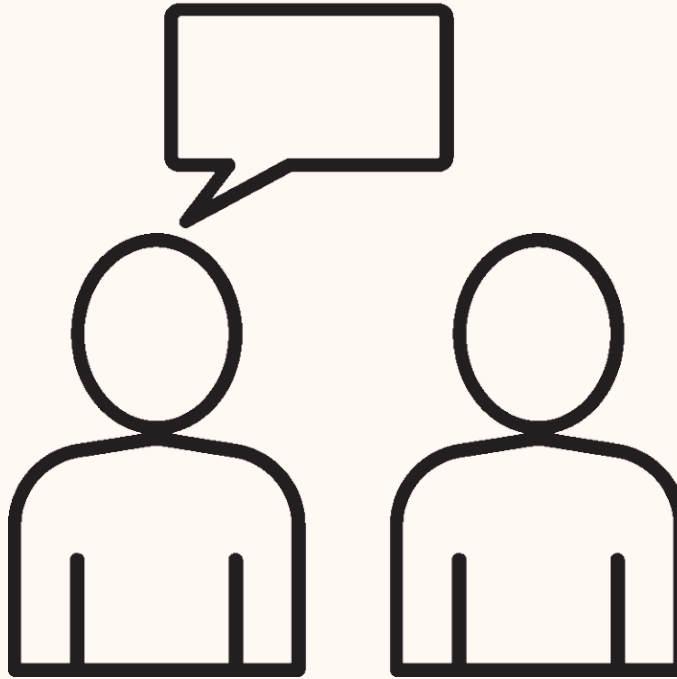
İNKAR ETME: BİR ŞEY YOKMUŞ GİBİ DAVRANMA

Karşımızdaki kişi ile olan anlaşmazlıklarda-çatışmalarda ona duygularımızı söyleyememek, aramızda anlaşmazlık yokmuş gibi davranmaya çalışmak.



YÜZLEŞME-SALDIRMA

Karşımızdaki kişi ile bir çatışma-anlaşmazlık yaşadığımızda ona sözle sataşmak kötü sözler söylemek, bağırarak ve vurmaktır.



PROBLEM ÇÖZME

Karşımızdaki kişi ile bir anlaşmazlık-çatışma yaşadığımızda anlaşmazlığa neden olan olay hakkında konuşmak, birbirimizi dinlemek, anlamak ve her ikimizi de memnun edecek biçimde problemi bir çözüme ulaştırmaktır.



Yaşadığın Anlaşmazlıklar ve Çözüm Yollarım Ödev Formu.

1.Okulda arkadaşlarınla yaşadığın anlaşmazlıklar neler?

Yellow rectangular area with horizontal dotted lines for writing.

2.Genellikle çatışmaları anlaşmazlıkları bugün öğrendiğimiz üç yoldan hangisi ile çözersin?

Cyan rectangular area with horizontal dotted lines for writing.

7. OTURUM -Sonlandırma

AMAÇ	Grup üyeleri ile vedalaşmalarını sağlama ve olumlu duygularla ayrılmalarını sağlama
KAZANIMLAR	-Uygun vedalaşma davranışını fark eder. -Uygun vedalaşma davranışı gösterir
SÜRE	40 dak.
MATERYAL	A/4 kağıdı
PAYLAŞILACAK KONULAR	-

SÜREÇ

- 1.Öğrencilere 7 haftalık eğitim sürecinde yapılanlar kısaca anlatılır.
2. Öğrencilerle “**kuyu etkinliği yapılır.**” Grup lideri öğrencilerden daire olmalarını ister. Dairenin ortasında hayali bir su kuyusu olduğunu düşünmelerini ister. Su kuyusu bizim eğitim sürecimizi temsil ediyor açıklamasını yapar. Öğrencilerden sırayla hayali su kuyusunun başına gelip, kuyudan su çekiyormuş gibi yapmalarını ve su kovalarına eğitim boyunca neler doldurduklarını sorar. Tüm öğrenciler sırayla etkinliğe katılır.
3. Öğrencilerin daire şeklinde oturması sağlanır ve her öğrenciye boş bir A/4 kağıdı dağıtılır. Öğrencilerden bu kağıtların başına kendi isimlerini yazmaları istenir. Öğrenciler sıraya kağıtlarını yanındaki arkadaşına verir. Her öğrenci sırayla tüm arkadaşları hakkındaki güzel düşüncelerini, iyi dileklerini, olumlu duygularını arkadaşına yazar, yazdığı kısmı katlar ve bir yanındaki kişiye bu kağıdı verir. Herkesin kağıdı kendine geldikten sonra katlanan kısımlar açılır ve herkes kendisi için yazılanları okur. İsteyen öğrenciler yazılanlar hakkındaki duygu ve düşüncelerini paylaşır. (Kağıtlar dolaştırılırken herkesin isim kısmı açık kalır, ifade edilen duygu düşünce kısmı katlanır.)
4. Son olarak grup lideri süreci değerlendirir ve ardından grup sonlandırılır.