

# İLKÖĞRETİMDE SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ



ANKARA, 2006

**T.C.  
ANKARA VALİLİĞİ  
MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ**

**İLKÖĞRETİMDE  
SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ**

**ANKARA, 2006**

## İÇİNDEKİLER

İçindekiler	1
Önsöz	3
Giriş	4
SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ	5
Sosyal becerinin tarihçesi	5
Sosyal becerinin tanımı ve sınıflandırılması	5
Sosyal beceri eğitiminde kullanılan teknikler	9
Sosyal becerilerin değerlendirilmesi	10
SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ PROGRAMI	14
SINIF ÖĞRETMENİNE ÖNERİLER	16
DİNLEME	18
SELAMLAŞMA	28
KONUŞMAYI BAŞLATMA VE SÜRDÜRME	32
SINIF KURALLARI	37
DUYGULARI TANIMA VE İFADE ETME	46
TEŞEKKÜR ETME	59
HATALI DAVRANIŞLARI FARKETME VE ÖZÜR DİLEME	62
HAYIR DİYEBİLME	71
FARKLILIKLARA SAYGI	76
HAKLAR VE ÖDEVLER	80
ALAY ETME	82
YARDIM ETME	87

**Koordinatör  
Murat Bey Balta  
Milli Eğitim Müdürü**

**Koordinatör Yardımcısı  
Yaşar Ertuğrul  
Şube Müdürü**

**Komisyon Başkanı  
Uzm. Dilek Oluklu**

**Komisyon Üyeleri**

**Dilek Oluklu  
Suna Çetin  
Zeynep Uluk  
Dilek Yılmaz  
Elveda Fidan Yekiz  
Melek Özdemir  
Özlem Tagay  
Zehra Sur  
Şükran Çamaşırıcı  
Yalçın Tağtekin  
Saliha Afşin  
Fevzi Bakır  
Nurdan Güven  
Tülay Zengin  
Özge Yıldız  
Burcu Sopacı  
Duygu Atalay  
Neslin Özsoy  
Gül Sallıoğlu Turan  
Tuğba Oruç**

**Tasarım  
Uzm. Dilek Oluklu  
Elveda Fidan Yekiz**

**Kapak Tasarım  
 Mete Özbaş**

## ANKARA 2006

### ÖNSÖZ

Niçin sosyal beceri eğitimi? Sosyal göç olgusu, ekonomik sıkıntılar, aile yapısındaki değişimler, annenin iş hayatına atılması, boşanmalar, tek ebeveynli ailelerin artması, eğitim ve bilimdeki gelişmeler, teknolojinin hızla gelişmesi, çarpık kentleşme ve bunlara paralel olarak da yabancılaşmanın artması sosyal beceri eğitimini gerekli kılmaktadır.

Okulların, öğrencilerimizin akademik becerilerini geliştirmelerine yardımcı olurken, aynı zamanda kişisel ve sosyal çevreye uyumları için gerekli becerileri geliştirmeleri de gerekmektedir. Sosyal becerilerin tesadüfi öğrenilmesi ya da bilişsel olgunlukla gelişmesi beklenmemelidir. Böyle bir yaklaşım, binlerce öğrencimizin, sosyal çevrelerine uyum sağlamalarında ve kişiler arası ilişkilerini sağlıklı sürdürebilmelerinde önemli sıkıntılar yaşamasına sebep olabilmektedir. Bu anlayışla sosyal becerilerin kazandırılması vazgeçilmez bir unsur ve zorunluluk olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bu çalışmayla, uygulanabilirliği ön planda tutarak, öğrenciye yansımaları kolay bir ürün ortaya koymaya çalışıldı. Programdaki sosyal beceri eğitimi konularının, aşama aşama gösterilmesi ve sade anlatımıyla herkese ışık tutacağına inanıyoruz. Bu programda, öncelikle, okullarımızda mutlaka kazandırılması gereken, en temel "olmazsa olmaz" sosyal beceriler ele alındı. Dinleme, parmak kaldırma gibi sosyal beceri konularına, ders kitaplarında değinilmektedir. Ancak, sistematik olarak beceri eğitimi programı uygulanmadığında, çocukların bu becerileri yeteri kadar kazanamadıkları ve gerekli sosyal ortamlarda kullanamadıkları açıkça ortadadır. Birçok öğretmenimizin, sosyal becerileri, öğrencilerinde davranışa dönüştürmekte çok çaba sarfettiği halde zorlandığını bilmekteyiz. Amacımız, öğretmenlerimizin işini kolaylaştırarak, öğrencileriyle birlikte yaratıcılığın harekete geçtiği, keyifli ve dinamik bir sınıf ortamı yaşamalarını sağlamaktır.

Sosyal beceri eğitimi programının bir süreç olduğunu gözönünde bulundurarak, sabırla ve sistematik olarak üzerinde duracakları uygulamalar sonucunda öğrencilerde değişim olacağına inanıyoruz. Bu konuda göstereceğiniz duyarlılık ve katılımlarınızdan dolayı teşekkür eder bu çalışmada emeği geçen tüm arkadaşlara teşekkür ederim.

Murat Bey BALTA  
Milli Eğitim Müdürü

## GİRİŞ

Yirminci yüzyılda, değişen yaşam koşullarına paralel olarak eğitim alanında da gerek işlev gerekse amaç bakımından birçok değişimin yaşandığı görülmektedir. Çağdaş eğitim anlayışı, bireyin bedensel, duygusal, düşünsel ve sosyal yeteneklerinin, kendisi ve toplum için en uygun şekilde gelişimini hedeflemektedir (Yeşilyaprak, 2003).

Çağdaş örgün eğitim sistemi içerisinde, öğrencilerin zihinsel güçlerini geliştirmek için verilen *öğretim hizmetleri*; öğrencilerin bu hizmetlerinden en iyi şekilde yararlanmalarını ve bir bütün olarak kendilerini her yönüyle geliştirmeleri için verilen *öğrenci kişilik hizmetleri* ve bu iki hizmetin sağlıklı bir şekilde yürütülmesi için gerekli personel, araç, gereç vb sağlama ve programları yürütme hizmeti veren *yönetim hizmetlerinin* üçünün de temel amacı, bireyin bütün kapasitelerini kendisi ve toplum için en uygun düzeyde geliştirmektir (Yeşilyaprak,2003).

Okullarda yürütülen rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri, öğrenci kişilik hizmetleri kapsamında ele alınmaktadır. Rehberliğin amacı da en genel anlamıyla, bireyin kendini gerçekleştirmesidir. Bunu yapabilmek için çeşitli alanlarda rehberlik hizmetleri verilmektedir. Bunlar; “kişisel-sosyal”, “eğitsel” ve “mesleki” gelişim alanlarıdır (Yeşilyaprak,2003).

*Kişisel-sosyal rehberlik*; bireyin kendini tanıması, anlaması, üstün ve sınırlı yönleriyle kendini kabul etmesi ve geliştirmesi; kendine güvenen, kişiler arası ilişkilerde becerili; kişisel ve sosyal yönden dengeli ve uyumlu bireyler yetiştirmek amacıyla verilen hizmetleri kapsamaktadır (Yeşilyaprak,2003).

Sosyal beceri eğitimi kişisel- sosyal gelişim alanı ile ilgili rehberlik hizmetleri içinde ele alınmaktadır.

## SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ

İlköğretim çağı çocukların kişisel ve sosyal gelişimlerinin hızlı ve önemli olduğu bir dönemdir. Daha önceki dönemde ben merkezci olan çocuklar, ilkokula başlamalarıyla birlikte, sadece kendi bakış açılarını fark ettikleri ve buna önem verdikleri ben merkezci dönemden çıkmaktadırlar (Kuzgun ve ark. ,2000). Yeni girdikleri okul ortamında artık çocuklardan beklentiler de farklılık göstermektedir. Çocuğun diğer çocuklarla birlikte oynaması, kendi yaşlıları ile birlikte sosyal bir grup olarak etkileşim içinde yaşamalarını öğrenmeleri, bu dönemde çocuklardan beklenen davranışlardır (Akkök, 1999).

Okul döneminde çocuk, duygu ve düşüncelerini ifade etme, nasıl soru sorulacağını bilme, karşıdaki insanı dinleyebilme ve zor durumlarla başa çıkabilme gibi davranışları gösterebilmelidir. Çocuklardan beklenen bu davranışları göstermeleri, onların bazı becerilerinin gelişmesine bağlıdır. Kişiler arası ilişkilerin

kurulabilmesi için gerekli olan bu becerilere *sosyal beceriler* adı verilmektedir (Kuzgun ve ark.,2000; Akkök,19

### **Sosyal Becerinin Tarihçesi**

Sosyal beceri kavramının tarihi gelişimine bakıldığında, William James'in Psikolojinin Prensipleri adlı kitabında "sosyal benlik" kavramına değinmiş olduğu görülmektedir. James'e göre, bireylerin toplumsal yaşamda ilişkiye girdikleri bireyler kadar benlikleri vardır (James'ten Aktaran: Kuzgun ve ark,2000).James beceriden ziyade benlik üzerinde durmaktadır. Daha sonra Thorndike'in çoklu zeka kuramı içerisinde "sosyal zekaya" yer verdiği görülmektedir. Sosyal zeka kişiler arasındaki ilişkilerde başarılı olmayla ilgili bir kavram olarak ele alınmıştır. Sonraki yıllarda çıkan davranışsal zeka ve empati gibi kavramlar da kişiler arası ilişkilere değinmektedir.

Özel eğitim hizmetleri alanındaki gelişmelerle, özel eğitime muhtaç çocukların topluma kazandırılma çalışmalarının gündeme gelmesi ile birlikte, sosyal beceri eğitiminin de öneminin anlaşılmasına başlandıği görülmektedir. Ayrıca, hızlı toplumsal gelişme de insanların gündelik hayatlarını sürdürebilmek ve toplum içinde yaşamak için daha fazla bilgiye ihtiyaç duymalarına neden olmuştur. Çalışan annelerin sayısının artması da aile ortamında öğrenilmiş olması gereken sosyal bilgi ve becerilerin okullarda öğretilmesi ihtiyacını doğurmuştur. Tüm bunlar sosyal beceri eğitiminin gelişimine yol açmıştır (Kuzgun ve ark, 2000).

### **Sosyal Becerilerin Tanımı ve Sınıflandırılması**

Sosyal becerinin hem tanımlanmasında hem de sınıflandırılmasında bir tek tanımda uzlaşma olmadığı görülmektedir. Bunun bir kaç farklı nedeni olduğu söylenebilir. Bu nedenlerden biri, farklı kuramsal bakış açıları iken bir başkası farklı disiplinlerin olaya kendi kavramları ve bakış açılarıyla bakması olabilir. Bir başka uzlaşmazlık konusu da beceri kavramının işlevine ya da beceri sürecine yönelik olarak farklı tanımlamalar yapıyor olmasıdır.

Aşağıda sosyal beceri kavramının çeşitli tanımlarına yer verilmiştir ( Akt. Bacanlı,H. 1999).

1-Çocukların, kişiler arası bağlamda diğer bireylerin tepkilerini etkiledikleri sözel ve sözel olmayan davranışlar repertuarı. Çocuklar başkalarını incitmeden istenir sonuçları elde etme ve istenmeyenlerden kaçma veya kaçınımda başarılı oldukları ölçü, onların sosyal açıdan becerikli olduklarının düşünüldüğü ölçüdür. ( Rinn – Markle 1979: 108)

2-Belli bir durumda, etkili olan veya etkileşen izin olumlu etkiler üretme, sürdürme veya artırma ihtimalini artıran tepkiler. ( Foster – Ritchey , 1979: 626 )

3-Belli bir sosyal bağlamda, sosyal açıdan yararlı veya öncelikle başkalarına yararlı olacak şekilde etkileşim kurma yeteneği. ( Combs - Slaby, 1977: 161 ).

4-Bireylerin kişiler arası durumlarda çevrelerinden pekiştirme elde etmek veya sürdürmek için kullandıkları belirlenebilir ( teşhis edilebilir ), öğrenilmiş davranışlar ( Kelly, 1982: 3 ).

5-Bireyin tabii çevrelerinde; okul, ev ve işte başkalarıyla başarılı bir şekilde etkileşimde bulunma yeteneği. ( Hersen – Eisler, 1976: 362 ). ( Akt. Bacanlı,H. 1999)

Tüm bu sayılanlara paralel olarak bir sosyal beceri tanımlaması yapmak gerekirse, "Sosyal beceri bireyin başkalarıyla başarılı bir şekilde etkileşimde bulunmasına olanak sağlayan davranışlardır." diyebiliriz ( Bacanlı, H. 1999 ).

Sosyal beceriler, genellikle diğer bireylerin gözlenmesi, gözlenen davranışların model alınması ve taklit edilmesiyle kazanılmakta; çevreden alınan geri bildirimlerle kalıcı hale gelmektedir. Günümüzde birçok gelişmiş ülkede , sosyal becerilerin önemi kabul edilmekte ve eğitim programlarında sosyal beceri öğretimine yer verilmektedir. Böylece farklı yaş ve özellikteki çocuklar ile yetişkinler için farklı sosyal beceri programları hazırlanmakta; yapılan araştırmalarla bu programların etkililiği ve bireylerin sosyal becerileri öğrenme ve kullanma düzeylerini etkileyen etmenler belirlenmeye çalışılmaktadır ( Sucuoğlu ve Çiftçi , 2003).

Sosyal becerilerin tanımlanmasında olduğu gibi sınıflamasında da farklı yazarların farklı yaklaşımları bulunmaktadır . Bunlar; ( Aktaran :Bacanlı , H. 2005 ).

Yong ve West'e göre sosyal beceriler işlevlerine göre beş kategoride gruplandırılabilir:

1. Sosyal beceri etkileşimi artırabilir: Başkalarını selamlama, başkalarını oyuna davet etme, başkalarının oyun davetini kabul etme, soru sorma, paylaşma, başkalarına yardım önerme, başkalarını övme ve onlara kompliman yapma, teşekkür etme, rica etme, açıklama isteme, yakınlık belirtme, bilgi sunma, ilgi gösterme, rahatlık sunma.

2. Sosyal beceri hoş olmayan durumlarla başa çıkmamıza yardım edebilir: İstekleri reddetme, lakap takma ve takılmayla başa çıkma, olumsuz geribildirim verme, akran baskısına direnme, özür dileme, şikayette bulunma, özürle ( accusation ) başa çıkma.

3. Bazı sosyal beceriler çatışmayı ele almayı veya çözmeyi amaçlar: Uzlaşma, görüşme,problem çözme.

4. Diğer sosyal beceriler halihazırda başlamış bulunan sosyal etkileşimleri sürdürmemize yardımcı olur.

5. Atılgan davranışlar sık sık sosyal beceri olarak sınıflanır: Duygularını ifade etme, isteği tekrarlama, anlayışı açığa kavuşturma, hayır deme, özürle başa çıkma, ilgi gösterme .

Goldstein ve arkadaşları ( Goldstein, Sprafkin,Gershaw ve Klein, 1980 ) ise sosyal becerileri altı kategoride incelemişlerdir:

1. Başlangıç sosyal beceriler

Dinleme, konuşma başlatma, soru sorma, teşekkür etme, kendini tanıtmaya, başka kişileri tanıtmaya, kompliman yapma.

2. İleri sosyal beceriler

Yardım isteme, katılma, yönerge verme, yönergeye uyma, özür dileme, başkalarını ikna etme.



### 3. Duygularla başa çıkma becerileri

Duygularını bilme, duygularını ifade etme, başkalarının duygularını anlama, başkalarının da öfkesiyle başa çıkma, sevgiyi ifade etme, korkuyla başa çıkma, kendini ödüllendirme.

### 4. Saldırganlığa alternatif beceriler

İzin isteme, bir şeyleri paylaşma, başkalarına yardım etme, uzlaşma, kendini kontrollü kullanma, haklarını savunma, takılmaya karşılık verme, çatışmaktan kaçınma, dövüşmekten uzak durma.

### 5. Stresle başa çıkma becerileri

Şikayet etme, şikayete cevap verme, oyun sonrası sportmenlik, sıkılganlıkla başa çıkma, terk edilmekle başa çıkma, bir arkadaşı savunma, ikna edilmeye karşılık verme, başarısızlığa tepki verme, zıt konuşmaya hazır olma, zor konuşmaya hazır olma, grup baskısıyla başa çıkma.

### 6. Planlama becerileri

Bir şey yapmaya karar verme, sorunun nedenine karar verme, bir hedef belirleme, yeteneklerine karar verme, bilgi toplama, problemleri önemine göre düzenleme, bir karar verme, bir konu üzerinde yoğunlaşma.

Rin ve Markle ise, sosyal becerileri kendini anlatma, çevresini genişletme, atılganlık ve iletişim becerileri olmak üzere dört gruba ayırmışlardır.

#### 1. Kendini anlatma becerileri.

Duygu ( üzüntü ve mutluluk ) anlatımı, kanı ( opinion ) anlatımı, kompliman kabul etme, kendisi hakkında olumlu düşünceler ifade etme.

#### 2. Çevresini genişletme becerileri.

İyi bir dost hakkında olumlu düşünceler ifade etme, başkasının düşüncesine içten katılım ifade etme, başkalarını övme.

#### 3. Atılganlık becerileri.

Basit ricalarda bulunma, başkasının kanısına katılma, akıldışı ( mantıksız ) ricaları reddetme.

#### 4. İletişim becerileri.

Konuşma, kişiler arası problem çözme.

Campbell ve Siperstein (1994 ), konuyu sosyal beceriler ve sosyal davranışlar olarak ikiye ayırarak ele almışlardır. Onlara göre;

#### Sosyal Beceriler:

Yardım kabul etme, bir etkinliği ( oyun ) bitirme, konuşma, yardım isteme, bir gruba katılma ( yemekhane ), arkadaşlığı sürdürme, akran baskısıyla başa çıkma, açık ret ile başa çıkma, takılmaya karşılık verme, işbirliği içinde çalışma, gruptan ayrılma, geniş bir grupta çalışma, sıkılganlıkla başa çıkma, küçük gruplarda çalışma, bağımsız çalışma, sınıfta bir gruba girme, grup tartışmasına katılma, süren konuşmaya katılma, bir etkinliği bitirme( akademik ), bir gruba katılma ( oyun alanı ),

yalnızlıkla başa çıkma, hayal kırıklığı ile başa çıkma, gizli ret ile başa çıkma, dost / arkadaş edinme, başka bir kişi ile oynama, çatışmadan kaçınma, işbirliği içinde oynama, grubun yeni bir üyesini kabullenme, geniş bir grupta oynama, bir kişiyle çalışma.

#### Sosyal Davranışlar:

Gülümseme, göz kontağı kurma, göz kontağını sürdürme, başkalarını selamlama, konuşmayı başlatma, konuşmayı sürdürme, konuşmayı bitirme, kendini tanıtmaya, dinleme, yardım isteme, yardım kabul etme, yardım teklif etme, başkalarını bırakma, başını sallama, övgü kabul etme, kompliman yapma, uygun bir şekilde kesme, izin isteme, kuyruğa girme, kuyrukta ilerleme, övgü yapma, hoş şeyler söyleme, uzlaşma, materyali paylaşma, sıraya geçme, eleştiri kabul etme, doğruyu söyleme, sır saklama, özür dileme, iyilik isteme, kaba düşünceleri görmezden gelme, sırasını bekleme, eşyalarına dikkat etme, atılgan olma, başkasının hakkına saygı gösterme, başkalarını bırakma, el ve ayaklarına hakim olma, öneride bulunma.

Elksnin ve Elksnin, sosyal becerilerin; kişiler arası davranışlar, benlikle ilgili davranışlar, akademik başarı, atılganlık, akran ilişkileri ve iletişim becerileri içerdiğini belirtmektedir. Her bir sınıfı da şu şekilde tanımlamışlardır. Kişiler arası davranışlar,; arkadaş edinme, kendini tanıma, katılma yardım için bir şeyler isteme, kompliman yapma ve özür dileme gibi sosyal ilişkileri içermektedir. Benlikle ilgili davranışlar ise; sosyal ortamları değerlendirme, kendine özgü becerileri ayırma ve etkili olanları seçme, günlük stresle başa çıkma, başkalarının duygularını anlama ve kızgınlığın kontrol edilmesi becerilerin içermektedir. Akran kabulü; bilgi alma ve verme, bir etkinliğe katılma ve diğer insanların duygularını anlamayı içermektedir. İletişim becerileri de; iyi bir dinleyici olma, hoş sohbet olma, konuşmayı sürdürme, geri bildirim verme becerilerini içermektedir (Aktaran: Uzamaz,2000)

Akkök,(1999) ise, sosyal becerileri altı ana başlık altında toplamıştır. Bunlar:

1. *İlişkiyi başlatma ve sürdürme becerileri:* Dinleme, konuşmayı başlatma ve sürdürme, soru sorma, teşekkür etme, kendini tanıtmaya, başkalarını tanıtmaya, iltifat etme, yardım isteme, bir gruba katılma, yönerge verme, yönergelere uyma, özür dileme ve ikna etme becerilerini içermektedir.
2. *Grupla bir işi yürütme becerileri:* Grupta iş bölümüne uyma, grupta sorumluluğu yerine getirme, başkalarının görüşlerini anlamaya çalışma becerilerini içermektedir.
3. *Duygulara yönelik beceriler:* Kendisinin ve başkalarının duygularını anlama, duygularını ifade etme, karşı tarafın kızgınlığı ile başa çıkma, sevgiyi iyi duyguları ifade etme, korku ile başa çıkma, kendini ödüllendirme becerilerini içermektedir.
4. *Saldırgan davranışlar ile başa çıkma becerileri:* İzin isteme, paylaşma, başkalarına yardım etme, uzlaşma, kızgınlığını kontrol etme, hakkını koruma, savunma, alay etmeye karşı koyma ve kavgadan uzak durma becerilerini içermektedir.
5. *Stres durumlarıyla başa çıkma becerileri:* Başarısız olunan bir durumla başa çıkma, grup baskısıyla başa çıkma, utarılan bir durumla başa çıkma, yalnız bırakılma ile başa çıkma becerilerini içermektedir.
6. *Plan yapma ve problem çözme becerileri:* Ne yapacağına karar verme, sorunun nedenini araştırma, amaç belirleme, bilgi toplama, karar verme ve bir işe yoğunlaşma becerilerini içermektedir.

## Sosyal Beceri Eğitiminde Kullanılan Teknikler

Sosyal beceri eğitimi aslında gündelik etkinlikler içinde ve gizli müfredat içerisinde yer almaktadır. Açık müfredat MEB tarafından bildirilen “ okullarda ne okutuluyor” sorusuna verilen yanıttır. Gizli müfredat ise, açıkça amaçlanmadığı ya da belirtilmediği halde, okuldaki çeşitli öğelerle öğrencinin etkileşimi sonucunda kazandığı davranışları ifade eder. Örneğin, öğrenciler okula giriş çıkış sırasında uymaları gereken kurallar bir ders konusu olarak öğretilmediği halde öğrenciler bunu çeşitli etkileşimler sonucu öğrenir. Ya da komşuluk ilişkilerinin konu olduğu bir derste, öğrenciler bir yandan da kişiler arası ilişkiler hakkında bilgi edinmektedirler. Cambell ve Siperstein, öğretmenlerin gündelik etkinlikler içerisinde sosyal beceri eğitimine yönelik olarak şunları yapabileceklerini belirtmektedirler (Akt: Kuzgun ve ark. 2000; s. 177-178).

1. Okulda ne yaptığınızı değerlendirmek, gizli müfredatın nasıl işlediğini görmek için zaman ayrılmalıdır.

2. Olabildiğince çok öğrenciyi derse katmalıdırlar. Yoksa bazı öğrenciler kendilerin ihmal edilmiş hissedebilirler.

3. Soruları her öğrenciye göre ayarlamaya çalışmalıdırlar. Böylelikle bazı öğrencilere kolay, bazılarına zor gelen soru sormanın önüne geçilmiş olacaktır.

4. Öğrencilere düşünmeleri için zaman vermelidirler. Onların öğretmen kadar hızlı düşünemeyecekleri göz önünde bulundurulmalıdır.

5. Öğrencilere hitap ederken onların isimlerini kullanmaya özen gösterilmelidir. Herkes gibi öğrenciler de kendi isimleriyle hitap edilmesinden hoşlanır.

6. Öğrencilerin verdikleri cevaplar dikkatli dinlenmelidir. Öğrencinin verdiği cevap önemsenmiyormuş duygusuna kapılmasına meydan verilmemelidir.

7. Öğrenciler problemleri tartışırken, onları destekleyici bir tavır takınılmalı, eleştirici, ırdeleyici bir görünüm oluşturulmamalıdır

Gündelik etkinlikler içerisinde sosyal beceri eğitiminin verilmesi gelişimsel yaklaşım anlayışı ile de uyuşan bir yöntemdir. Ancak, bazı durumlarda sosyal beceri eğitimine özel olarak ihtiyaç duyan öğrencilere de rastlanmaktadır. Özel ihtiyacı olan öğrencilerin, ihtiyaç alanına uygun hedeflerin gerçekleştirileceği özel grup rehberliği programlarına da ihtiyaç duyulabilmektedir. Bu özel gruplarla yapılacak grup rehberliği çalışmalarında iki farklı yaklaşım gündeme gelmektedir. Bunlardan birincisi bilişsel yaklaşım ikincisi ise davranışçı yaklaşımdır.

*Bilişsel yaklaşımda*, sosyal beceri öncelikle bilişsel bir beceri olarak ele alınmaktadır. İnsanların davranışlarında bilişsel şemaların rol oynadığı ve bir davranışın gerçekleşmesinin bilişsel senaryonun gerçekleştirilmesi olduğu vurgulanmaktadır. Sosyal beceri eksikliğinde de bireylerin sosyal becerilerle ilgili senaryo eksikliği yaşadığı düşünülmektedir. Buna göre, eğer bireylere bilişsel düzeyde konferans, ikna, tartışma vb. yapılırsa semantik bilgileri artırmak yoluyla sosyal becerilerin geliştirilebileceği düşünülmektedir (Kuzgun ve Ark. 2000).

*Davranışçı yaklaşım*, sosyal beceri eksikliğinin davranışın kazanılmamış olmasından kaynaklandığı vurgulanmaktadır. Bir başka deyişle, kişinin davranış repertuarında sosyal davranış bulunmamaktadır. Bu davranışları kazandırmak için,

davranışçı yaklaşımın çeşitli metodlarından yararlanılmaktadır. Bunlar model alma ve rol oynama etkinlikleridir (Uzamaz,2000).

*Model alma* bireyin ya da grubun davranışını gözleyerek yapılan bir öğrenme işlemidir. Temelinde taklit mekanizması yatmaktadır. Gözleyenler model alınan kişinin, tutumlarını, davranışlarını, sözlerini benzer ortamlarda taklit ederler. Sosyal model almada özellikle çocukların gelişme çağlarında çevrelerindeki anne, baba, öğretmenleri ve arkadaşlarının davranışlarının taklit etmeleri yoluyla sosyal davranışları öğrenirler. Model alma yaklaşımında önce, ilgili sosyal becerinin gerçeği ile ilgili bilgiler verilerek bir açıklama yapılır. Ardından öğrenilen bilginin performans dönüşmesi sağlanır. Son olarak da öğrenilen davranışın pekişmesinin sağlanması için pratik yapılır. İkinci teknik olan rol oynama ise, katılımcılara kişiler arası ortamlardaki farklı rolleri özümsemelerini öğretmeyi içerir. Bu teknikte, bir durum oluşturulur ve kişinin o durumda bulunan kişi veya kişilerin rolünü oynaması istenir. Kişiler hipotetik durumlarda hipotetik davranışlar yaptıkları için, hatalı davranış sonunda olumsuz etkilenme riski en aza indirgenmiştir (Uzamaz,2000; Kuzgun ve Ark,2000).

### **Sosyal Becerilerin Değerlendirilmesi**

McFall sosyal becerilerin değerlendirilmesinde dört önemli yöntem olduğunu belirtmektedir. Bunlar; a) Kağıt-kalemle kendini değerlendirme b) Rol oynama testi c) Yarı doğal performansın gözlenmesi d) Başkalarının önemli değerlendirmeleri (Akt: Uzamaz, 2000).

Kâğıt kalem testlerinde likert tipi ya da doğru yanlış cevaplar içeren testler kullanılmaktadır. Davranışsal rol alma tekniklerinde, birey gerçek yaşama benzeyen durumlarda ortaya çıkardığını varsaydığı davranışlardan çıkarımlar yapar. Bireyin gösterdiği davranışlar, gözlemciler tarafından değerlendirilir. Yarı doğal performansın gözlenmesinde ise, bireyin kişilik özelliklerinin, tüm insanlar arası ilişkilerde tutarlı bir yaklaşım gösterdiği varsayımından hareketle bireyin davranışlarını gözlenmesi esasına dayanır. Başkalarının önemli değerlendirmeleri tekniğinde ise, sosyometri, kimdir bu, problem tarama listesi gibi ölçme araçlarından ve öğretmenlerin gözlemlerinden yararlanır (Uzamaz, 2000).

#### **Kaynakça**

Akkök,F. (1999). **İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi. Öğretmen El Kitabı.** (2. Basım). İstanbul: Özgür yayınları.

Kuzgun ve Arkadaşları, (2000). **İlköğretimde Rehberlik.** (2.Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Uzamaz, F. (2000). **Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Kişiler arası İlişki Düzeylerine Etkisi.** Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Yeşilyaprak,B.(2003). **Eğitimde Rehberlik Hizmetleri.** (6.Baskıdan tıpkı basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Bacanlı, H. (1999 ). **Sosyal Beceri Eğitimi .** (Ankara: Nobel Yayın Dağıtım).

Çiftçi, İ., Sucuoğluç, B. (2003 ) **Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Öğretimi** Ankara, Kök Yayıncılık

### Sosyal Beceriler Eğitimi İçin Önerilen Bazı Kaynaklar.

S.N.	Soyadı –Adı - Yılı	Kaynağın İsmi	Yayın Yeri – Yayın Evi
1.	Akkök, F. (1999 )	İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi ( Öğretmen el kitabı ).	İstanbul, Özgür Yayınları
2.	Akkök, F. (1999 )	İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi (Anne baba el kitabı ).	İstanbul, Özgür Yayınları
3.	Akkök, F., Sucuoğlu B. (1990 )	Aile rehberliğinin yuvaya yeni başlayan çocukların sosyal becerilerinin gelişmesine etkisi. Psikoloji Seminer Dergisi Özel Sayısı	İzmir, Ege Üniversitesi Basımevi
4.	Çiftçi İ., Sucuoğlu B. (2003)	Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Eğitimi	Ankara, Kök Yayıncılık
5.	Altinoğlu-Dikmeer, İ (1996 )	Sosyal beceri eğitiminin içedönük ergenlerin içedönüklük düzeylerine etkisi.	Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
6.	Avcioğlu, H. ( 2001)	İşitme engelli çocuklara sosyal becerilerin öğretilmesinde işbirlikçi öğrenme yaklaşımı ile sunulan öğretim programının etkililiğinin incelenmesi.	Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
7.	Aydın, A.G. (1985)	Sosyal başarı eğitimi ile sosyal beceri eğitiminin çocuklarda öğrenilmiş çaresizlik davranışının ortadan kaldırılmasına etkisi.	Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
8.	Bacanlı, H. (1999)	Sosyal Beceri Eğitimi	Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
9.	Çakıl, N. ( 1998 )	Grupla sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkisi.	Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
10.	Çetin, F., Alpa Bilbay, A., Albayrak Kaymak, D. (2001)	Araştırmadan uygulamaya çocuklarda sosyal beceriler.	İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
11.	Çiftçi, İ. (2001)	Zihinsel engelli bireyler için hazırlanan bilişsel süreç yaklaşımına dayalı sosyal beceri programının etkililiğinin incelenmesi.	Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
12.	Dökmen, Ü. (1995)	Sosyometri ve psikodrama.	İstanbul: Sistem Yay.

13.	İpek, A. ( 1998 )	Eğitimde dramanın zihinsel engelli çocukların sosyal gelişimleri üzerinde etkisinin incelenmesi.	Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara
14.	Kırcaali- İftar, G., Tekin, E. (1997 )	Tek denekli araştırma teknikleri.	Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları ( 1.Basım )
15.	Kuzgun, Y. ( 1991)	Rehberlik ve psikolojik danışma	Ankara: ÖSYM Yayınları
16.	Poyraz Tüy, S. (1999 )	3 – 6 yaş arasındaki işitme engelli ve işiten çocukların sosyal beceri ve problem davranışları yönünden karşılaştırılmaları.	Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
17.	Sorias, O. ( 1986 )	Sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri.	Psikoloji Dergisi, 5 (20) , 24-29.
18.	Sucuoğlu, B., Çiftçi, İ ( 2001)	Yapamıyor mu? Yapmıyor mu?. Zihinsel engelli çocuklar için sosyal beceri öğretimi.	Ankara: A.Ü. Basımevi.
19.	Şahin, R. ( 1999 )	İletişim becerileri eğitiminin çocukların yalnızlık ve atılganlık düzeyine etkisi.	Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
20.	Yüksel, G. ( 1996)	Sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyine etkisi.	Yayınlanmamış Yüksek Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
21.	Bacanlı, H. ( 1990)	Kendini ayarlama becerisinin çeşitli değişkenlerle ilişkisi.	Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
22.	Bacanlı, H. ( 1994)	Sosyal Zeka	Eğitim Dergisi, 7, 46-53 .
23.	Bacanlı, H. ( 1997 )	Sosyal ilişkilerde benlik: Kendini ayarlamanın psikolojisi.	İstanbul: MEB
24.	Bacanlı, H., Erdoğan, F. ( 2003)	“Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği”nin (MESSY) Türkçe’ye Uyarlanması” ,	Kuramdan Uygulamaya Eğitim Bilimleri
25.	Kağıtçıbaşı, Ç., Bekman, S., Sunar, D. ( 1993 )	Başarı ailede başlar: Çok amaçlı eğitim modeli.	İstanbul: Ya-Pa Yayınları
26.	Öğülmüş, S. ( 1991 )	Eylem kimikleme düzeyine yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve okul türünün etkisi.	Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Ankara
27.	Öner, N. ( 1997 )	Türkiye’de kullanılan	İstanbul: Boğaziçi

		psikolojik testler.: Bir başvuru kaynağı.	Üniversitesi Yayınları ( 3.Basım )
28.	Özgüven, İ.E. ( 1994 )	Psikolojik Testler	Ankara: ?
29.	Yavuzer, H. (Ed.) ( 1995 )	Ana - baba okulu	İstanbul: Remzi Kitabevi (5.Basım)
30.	Weisinger,H. (Çeviren: Süleymangil, N.) (1998 )	İş yaşamında duygusal zeka.	İstanbul: MNS Yayınları
31.	Editör: Kuzgun, Y. (1999)	İlköğretimde Rehberlik	Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
32.	Editörler: Erkan,S., Kaya,A. (2005)	Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları	Ankara: Pegem A Yayıncılık
33.	Öğülmüş,S. (2004 )	Ben Sorun Çözebilirim.	Ankara: Babil Yayıncılık
34.	Kulaksızıoğlu,A. ( 2003 )	Kişisel Gelişim Uygulamaları	Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

## SOSYAL BECERİ EĞİTİMİ PROGRAMI

**Programın Tanımı :** Bu program, ilköğretim öğrencilerine gelişimsel rehberlik anlayışı temel alınarak, kişisel-sosyal alanda, ilişkiyi başlatma ve sürdürme, becerilerini kazandırmayı amaçlayan sosyal beceri eğitimi programıdır.

**Gerekçesi:** Gelişimsel rehberlik ve psikolojik danışma programının bir parçası olarak hazırlanan ve kişisel-sosyal alandaki yeterlilik alanlarına yönelik hedefleri gerçekleştirecek olan bu program, öğrencilerin sosyal gelişimlerini sağlıklı olarak gerçekleştirmelerini sağlayarak, bir sonraki gelişim dönemine hazır biçimde girmelerini sağlayacaktır. Öğrenciler tarafından sınıf içinde eğitim-öğretim ortamını ve sosyal ilişkilerini olumsuz etkileyebilecek istenmedik davranışların gösterilmemesi, arkadaş, öğretmen ve diğer yetişkinlerle en iyi şekilde ilişki kurmalarını sağlamak için bu program gerekli görülmüştür.

### Sayıtları:

- Program öğrencilerin özelliklerine ve gereksinimlerine uygun olarak hazırlanmıştır.
- Program, toplumun gereksinimleriyle ilişkilidir.
- Program, öğrencilerin ve sınıf öğretmenlerinin değişen gereksinimlerine uyum sağlayacak esnekliği korur.
- Programın öğrenci yeterliliklerini karşılamada ne kadar etkili olduğu düzenli ve sistematik olarak değerlendirilmelidir.
- Program ebeveyn-öğrenci-öğretmen-yönetici ve danışmanın işbirliğini gerektirir.
- Program öğrenci ihtiyaçlarının düzenli olarak değerlendirilmesi temeline dayanır.
- Program eğitim yaşamının bir parçasıdır.

**Kimler Uygulayabilir? :** Program hem sınıf rehber öğretmenin hem de okul rehber öğretmenin uygulayabileceği şekilde hazırlanmıştır. Uygulayıcılar kendileri için uygun tanışma ya da değerlendirme tekniklerini kullanabilirler

**Genel Amaç:** Sosyal becerilere yönelik eğitim verilmesi için hazırlanan bu programda, sosyal becerileri artırılırken, öğrencilerin kişiler arası ilişki düzeylerini geliştirmelerine yardımcı olmak amaçlanmaktadır.

**Hedefler:** Sosyal beceri eğitimi programına katılan öğrenciler bu program sonunda;

- Günlük yaşamın bir gereği olan selamlaşma becerisini gösterir
- Bir konuda konuşma başlatabilir ve sürdürebilir
- Gerekli olduğu durumlarda teşekkür etme davranışı gösterir
- Davranışlarında gördüğü hataları tanımlar ve değiştirme yollarını açıklar
- Hatalı davranışları için özür dileyebilir.
- Başkalarının duygularını ve yüz ifadelerini anlar.
- Kişiler arası ilişkilerde olumlu ve olumsuz duygularını ifade edebilir.
- İyi bir dinleyicinin özelliklerini gösterir.
- Bireysel farklılıkları tanır ve kabul eder.
- Kendinin ve diğerlerinin önemini kabul eder.



- Toplum içinde farklı kültürel gruplar olduğunu; bunların farklılıklarını tanıma, kabul ve takdir etmeyi öğrenir.
- Sınıf içindeki sorumluluklarının farkına varır ve bunları yerine getirir.
- Hayır denmesi gereken durumlarda bu beceriyi gösterir.
- Alay edilmeye başatme yollarını bilir.
- Yardım etme ve yardım alma becerisini gösterir.

**Etkinlikler:** Programın hedeflerini gerçekleştirmek için planlanan etkinliklerde: Rol oynama, geribildirim, bilgi verme, model alma, yaratıcı drama tekniklerinden yararlanılması gerekmektedir..

## SINIF ÖĞRETMENİNE ÖNERİLER

1. Sınıf öğretmenleri sosyal beceri programının en önemli unsurlarıdır. Dolayısıyla programın amacına ulaşması için, sınıf öğretmenlerinin uygulama sürecinde öğrencilere en uygun şekilde model olmaları önemlidir.(Program sürecinde verilecek bütün sosyal becerilerin, davranışsal olarak uygulayıcı tarafından sergilenmesi model olmak açısından çok önemlidir. Örneğin; etkin dinleme, teşekkür etme gibi)
2. Sosyal beceri programı süresince, olabildiğince çok öğrencinin etkinliklere katılması sağlanmalı; ancak zorlanmadan cesaretlendirilmelidir.
3. Öğrencilere düşünmeleri için zaman verilmelidir. Onların öğretmen kadar hızlı düşünemeyecekleri göz önünde bulundurulmalıdır.
4. Öğrencilere hitap ederken, onların isimlerini kullanmaya özen gösterilmelidir. (Herkes gibi öğrenciler de kendi isimleriyle hitap edilmesinden hoşlanır.)
5. Öğrencilerin verdikleri cevaplar dikkatle ve sabırla dinlenmelidir. Bu programın bir ders programı olmadığına bilincinde olarak sınıftan gelen bütün cevapları yargılamamaya özen göstererek dinlemeli ve önemsemelidir.
6. Onları destekleyici bir tavır takınılmalı, eleştirici, irdelleyici bir görünüm oluşturulmamalıdır .
7. Uygulama basamakları birbiriyle bağlantılı olduğu için, programı sıralı şekliyle uygulamalıdır.
8. Etkinliklerde zamanı verimli kullanmak için, uygulayıcının ön hazırlık yaparak, (gerekli materyallerin ve sınıf içi düzenlemelerin yapılması) sınıfa girmesi gerekmektedir.
9. Her uygulamadan sonra öğrencilere, kazanımları açısından değerlendirme yapılması, eksikliklerin belirlenmesi ve daha sonraki uygulamalarda üzerinde durulması önemlidir.
10. Sosyal beceri için önerilen bazı kaynakların, uygulama öncesi dikkatle okuması yararlı olacaktır.
11. Her uygulamadan önce öğrencilere uygulamanın amacı, süresi ve içeriği hakkında bilgi verilmelidir.
12. Sınıf öğretmeni her etkinlikten sonra istek, öneri ve görüşlerini yazılı olarak rapor haline getirmeli rehberlik servisiyle paylaşımında bulunmalıdır.
13. Sosyal beceri eğitimi programının her şeyden önce bir ders olmadığı unutulmamalıdır. Dolayısıyla öğretilen becerilerin tamamının yaşantımızın bir parçası olduğu düşünülerek, her fırsatta ve derslerin işleme sürecinde vurgulanmasına dikkat edilmelidir.

14. Bu programın bir süreç olduğu göz önüne alınmalı; uygulamalar sırasında veya sonrasında bu becerileri sergilemekte güçlük çeken öğrencilerin eleştirilmeden ve yargılamadan, beceriyi kazanması yönünde cesaretlendirilmesi genel tutumumuz olmalıdır.

15. Sınıf öğretmenleri sınıfın ihtiyacını göz önüne alarak, etkinliklerde kendi yaratıcılıklarını kullanarak programı destekleyebilirler.

16. Uygulama sırasında, öğrencilerin birbirlerini dinlemeleri ve süreci, neşeli ve eğlenerek tamamlamaları sağlanmalıdır.

17. Sınıf öğretmeni, 1. ve 2. sınıflar için, görsel malzemeleri zenginleştirebilir. Uygulamalarda geçen ifadeler öğretmen tarafından sınıf düzeyine göre sadeleştirilebilir ya da ayrıntılı açıklanabilir.

18. Sınıf öğretmeni, örnek hazırlanmış değerlendirme formlarından yararlanarak, diğer konularda değerlendirme formlarını geliştirebilir. Değerlendirme formları öğrencileri tanımanıza ve onları desteklemeniz gereken konularda sizlere bilgi verecektir.

19. Anne babaların ve tüm okul personelinin sosyal beceri eğitimi konusunda bilgilendirilmeleri; uygulamalara katılarak bu konuları içselleştirebilmeleri bu programın amacına ulaşmasında önemli katkı sağlayacaktır.

20. Sosyal beceri eğitimi uygulamalarını, tüm okul genelinde aynı anda ve tüm personelin katılımının da sağlanmasıyla, öğrencilerin bir şenlik havasında öğrenmeleri sağlanabilir. (Örneğin teşekkür etme becerisi öğretiliyorsa, kantin görevlisine kadar herkesin, o hafta bu beceriyi sergilemesi ; konularla ilgili afişlerin okul koridorlarına asılması; o konuyla ilgili şiir, resim vs. yarışma düzenlenmesi, şarkılar dinletilmesi gibi)

Amaç : Öğrencilerin dinleme kurallarını öğrenmesi

Düzyey : 1. sınıf ve üstü

Materyal : Uygulama 1: :Yazı tahtası Uygulama 2: Kurallarla ilgili resimler,

Ekteki,“İyi bir dinleyici olacağım” listesi

Süre : Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama, sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa, bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

#### KULAKTAN KULAĞA OYUNUNU OYNAYALIM.

##### NASIL OYNANIR?

- Sınıfınızı, öğrenci mevcuduna göre 10-12 ya da 15 kişi olacak şekilde gruplara ayırın.
- Öğrencilerin, kulaktan kulağa konuşmalarına olanak sağlayacak şekilde oturmalarını düzenleyin.



- Aşağıdaki mesajları farklı kağıtlara yazın. Her grubun, en öndeki öğrencisini yanınıza çağırın. Yazılı mesajlardan birini gösterin ve içinden okumasını isteyin.(Mesajları sınıf seviyesine uygun olarak kendinizde belirleyebilirsiniz.)

1.grup için

**“Seni can kulağıyla dinliyorum”**

2.grup için

**“Müzik dinlemek beni mutlu ediyor”**

3.grup için

**“Okulumu ve arkadaşlarımı çok seviyorum” vs.**

- d. Mesajı okuyan öğrencilerin yerlerine geçmesini ve kendisinden sonraki arkadaşına, mesajı, sadece onun duyabileceği ses tonuyla iletmesini isteyin.
- e. Her öğrencinin, mesajı kendisinden sonraki arkadaşına iletceğini, onların bu işlemi arkadaşlarının duyamayacağı ses tonuyla yapması gerektiğini belirtin.
- f. Grubun en sonundaki öğrenciye, mesaj ulaştığında cümleyi yüksek sesle söylemesini isteyin.

Oyunumuz bitti.

Öğrencilerinizle aşağıdaki konuları tartışın.

**a. “Arkadaşınız cümleyi değiştirmeden söyleyebildi mi?”**

**b.** Eğer cümle değişti ise **“Cümle neden değişmiş olabilir”** diye sınıfa sorun. Öğrencilerin düşüncelerini tahtaya yazın. Daha sonra açıklamada bulunun.

## **UYGULAMA 2**

**Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaştığını öğrencilerinize hatırlatın.**

## **1. Aşama**

**a.“Nasıl davranırsak iyi bir dinleyici oluruz?” diyerek konuşmayı başlatın. Konunun tartışılmasını sağlayın. Söylenenleri tahtaya yazın.**

**b.Öğrencilerin düşüncelerini aldıktan sonra “Söylediklerinizin yanısıra şunları da yapmalıyız” deyin ve “İyi bir dinleyici olacağım” listesinde bulunan bilgileri okuyun.**

### **” İYİ BİR DİNLEYİCİ OLACAĞIM”**

- ✓ İlk önce konuşan kişinin yüzüne bakmalı ve göz teması kurmalıyız.
- ✓ Düzgün durmayı başarmalıyız. Bedenimiz dinlediğimiz kişiye dönük, sağa sola sallanmadan, ellerimiz yanlarda herhangi bir şeyle uğraşmadan, dinlemeliyiz.
- ✓ Söylenenleri dinlediğimizi hissettirmeliyiz. Başka iş ve kişilerle ilgilenmemeli ve başkalarına cevap veriyor olmamalıyız.(TV, oyuncak, kalem vs.)
- ✓ Dinlediğimiz kişiye ne söylemek istediğimizi, ne hissettiğimizi doğru kelimelerle ifade etmeliyiz
- ✓ Bize söylenenler üzerinde düşünmeliyiz.
- ✓ Konuşan kişinin sözünü kesmemeliyiz.
- ✓ Anlatılanı daha iyi anlayabilmek için gerekiyorsa sorular sormalıyız.

## ” İYİ BİR DİNLEYİCİ OLACAĞIM”



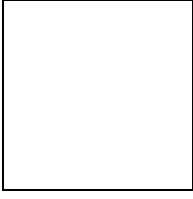
- ✓ İlk önce konuşan kişinin yüzüne bakmalı ve göz teması kurmalıyız.



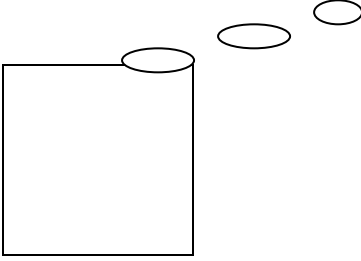
- ✓ Düzgün durmayı başarmalıyız. Bedenimiz dinlediğimiz kişiye dönük, sağa sola sallanmadan, ellerimiz yanlarda herhangi bir şeyle uğraşmadan, dinlemeliyiz.



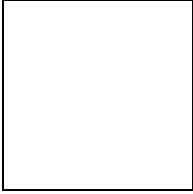
- ✓ Söylenenleri dinlediğimizi hissettirmeliyiz. Başka iş ve kişilerle ilgilenmemeli ve başkalarına cevap veriyor olmamalıyız.(TV, oyuncak, kalem vs.)



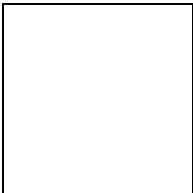
✓ **Dinlediğimiz kişiye ne söylemek istediğimizi, ne hissettiğimizi doğru kelimelerle ifade etmeliyiz.**



**Bize söylenenler üzerinde düşünmeliyiz.**



✓ **Konuşan kişinin sözünü kesmemeliyiz.**



✓ **Anlatılanı daha iyi anlayabilmek için gerekiyorsa sorular sormalıyız.**



## 2. Aşama

“İyi bir dinleyici olacağım” listesini, aşağıdaki yönergeyi izleyerek uygulayın.

1. “İyi bir dinleyici olacağım” afişini bütün öğrencilerin görebileceği bir yere asın (1-2 hafta afiş asılı kalabilir).
2. Her madde üzerinde tek tek durarak açıklamalarda bulunun.
3. Her maddeyi anlatırken, bir öğrencinizle ya da istekli öğrencilerle o davranışı prova edin.
4.
  - a. Tüm maddeler üzerinde durduktan sonra gönüllü iki öğrencinin tahtaya gelmesini isteyin.
  - b. Öğrencilerden birinin “dinleyen”, diğerinin “anlatan” kişi olmasını isteyin.
  - c. Anlatacak olan öğrenciniz, konu bulmakta güçlük çekerse yardımcı olabilirsiniz. (Hafta sonunda neler yaptın?Yarı yıl tatilinde neler yaptın?En sevdiğin oyuncağını anlatabilirsin gibi.)
  - d. Yukarıda belirtilen davranışları prova etmelerini sağlayın. Öğrencinin anlattıklarının doğruluğu, yanlışlığı vs. üzerinde durmayın. Uygulama sırasında sadece iyi bir dinleyici olmanın özellikleri üzerinde durun ve diğer öğrencilerinizin de bu duruma yoğunlaşmasını isteyin.
  - e. Uygulamaya katılan öğrencilere teşekkür ederek, yerlerine oturmalarını isteyin.
  - f. Bu uygulamada, dinleyen ve anlatan öğrencilerin ilk kez denemeleri sebebiyle, tam başarılı olması söz konusu olmayabilir. Eğer öğrenciniz istenmedik dinleme davranışında bulunursa:

” **Nasıl dinlememiz gerekiyordu, hatırlayalım mı?** ya da

“**Nasıl dinlememiz gerekiyordu, panoyu bir inceleyelim mi?**”

gibi hatırlatmalarda bulunarak bilgileri yineleyin.

Bu beceriyi kullanma konusunda öğrencilerinizi yüreklendirin.

” **Başka nasıl dinleyebilirdik**” diyerek, tekrar denemelerine yardımcı olun ya da öğrencinizle birlikte, o sahneyi dramatize edin.

## Ev Ödevi:

Öğrencilerinizden, bir sonraki uygulamaya başlamadan önce sınıfta sergilemek üzere afişler, sloganlar hazırlamalarını isteyin.

Örnek:

**“Ben seni dinliyorum“**

**“Söylediklerin hakkında düşünüyorum“** gibi

## UYGULAMA 3

**Uygulama 3'e geçmeden önce Uygulama 1 ve 2'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

### 1. Aşama

- a. Gönüllü olan bir öğrencinizin sınıfın dışında -kapıda- beklemesini, yaşadığı ya da hayali bir olayı sınıfta anlatmak üzere düşünmesini isteyin. Konu belirlemede güçlük çekiyorsa yine yaz tatilinde, hafta sonunda kendisini etkileyen ya da mutlu eden vs. bir olayı anlatabileceğini söyleyin.
- b. Sınıftaki öğrencilerinize, **“Arkadaşınız öyküsünü anlatmaya başladığında onu dinlemeyin ve yanınızdaki arkadaşınızla yüksek sesle aralıksız konuşun.”** yönergesini verin.
- c. Öğrencinizi sınıfa çağırın. **Yaşadığı olayı anlatmaya başlamasını** söyleyin. Eğer gürültüden dolayı susarsa **anlatmaya devam etmesini** isteyin . Konuşma süresi 3-5 dakika sürebilir.

Konuşması bittikten sonra, öğrencinizi tekrar dışarı çıkarın.

- d. Sınıftaki öğrencilerinize **“Şimdi arkadaşımızı can kulağı ile dinleyeceğiz. İyi bir dinleyici olarak, sıramızda oturumuzu düzenleyelim. Hazır olduğunuzda arkadaşınızı sınıfa alacağım”** deyin. Sınıf hazır olduğunda kapıda bekleyen **öğrencinizi içeri alın ve aynı olayı şimdi anlatmasını** isteyin. **Anlatması bitene kadar bekleyin ve teşekkür ederek yerine oturmasını** sağlayın.

## 2. Aşama

Bu aşamada, öğrencilerin kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmeleri için yardımcı olun. Eğer başka arkadaşının duyguları ya da uygulama sırasındaki davranışlarından bahsediyorsa, sevecen ve yumuşak bir ses tonuyla:

**“Arkadaşını çok iyi dinlediğini görüyorum, bu arkadaşının duygusu, peki sen ne hissediyorsun”**

**“Arkadaşını çok iyi dinlediğini görüyorum, bu arkadaşının düşüncesi sen ne düşünüyorsun”**

gibi ifadeler kullanarak kendi duygu ve düşünceleri hakkında konuşmalarını sağlayın. Bu anlayışla,

**Aşağıdaki soruları tartışın.**

### ➤ **Dinlenilmeyen sahne için:**

Sınıfı sorun:

- a. **“Konuşmacıyı dinlemediğiniz zaman, neler hissettiniz?”**
- b. **Kendinizi konuşmacının yerine koyun, siz onu dinlemeyince neler hissetmiş olabilir? Öğrencilerin paylaşmasını sağlayın.**
- c. **“ Karşımızdakini dinlemezsek ne olur?”**

**En son kendi duygunuzu paylaşın.**

### ➤ **Dinlenen sahne için:**

- a. **“Konuşmacıyı dinlediğiniz zaman, neler hissettiniz? “**
- b. **Kendinizi konuşmacının yerine koyun, siz onu dinlerken neler hissetmiş olabilir? Öğrencilerin paylaşmasını sağlayın.**
- c. **“ Karşımızdakini dinlersek ne olur?”**

**En son kendi duygunuzu paylaşın.**

**İyi bir dinleyicinin nasıl olması gerektiğini hatırlatın.**

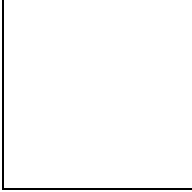
- d. **Konuşmalar sırasında yaşanan iletişim bozukluğunu yaşamamak, yanlış anlaşılmamak için konuşma ve dinleme kurallarına uymanın gerekliliğini vurgulayın .**

- e. **Özgüvenle konuşmanın, nezaket ifadelerini kullanmanın ve böyle bir ortamda, dinlemenin önemini ve her iki tarafın da kendini iyi hissetmesine etkisini açıklayın.**

**ANNE VE BABALARA NOT:**

**Anne ve babalara öğrencinize kazandırmaya çalıştığınız becerilerle ilgili yazılı ya da sözlü bilgi verin. Örnek:**

“Sınıfımızda, “Dinlemeyi öğrenme” konularında çalışma yapılmaktadır. İyi bir dinleyicinin nasıl olması gerektiğini çocuklarımız öğreniyorlar. Bu kurallar içerisinde çocuğunuzu dinlemeye özen gösterin. Çocuğunuzu dinlerken TV’ye ya da örgünüze... bakmayın. Çocuğunuzun gözlerine bakın. Onu dinlediğinizi ona hissettirin” vs. Onu dinlemek için özel zamanlar yaratın. Göreceksiniz, sizinle konuşmak isteyip de konuşamadıkları ne çok konu varmış.



## UYGULAMA 4

“**HAYDİ KIZLAR OKULA**” öğretmen el kitabındaki tek ses kuralı uygulaması, bu çalışmaları tamamlayabilecek bir uygulamadır.

Tüm çalışmalarda tek sesin çıktığı sınıf ortamının sağlanması çalışmaların niteliği açısından önemli ve gereklidir.

### TEK SES KURALI:

Söze şöyle başlayın:

“**Çocuklar şimdi size bazı sorular soracağım. Söylediklerimi herkes duyuyor mu?**”(Öğrencilerinizden “Evet” yanıtını alın).

“**Peki beni neden duyuyorsunuz?**”

“**Çünkü şimdi, şu anda bir tek ben konuşuyorum. Şimdi sizinle bir oyun oynayacağız. Ben elimi çırpınca yanınızdaki arkadaşınıza dönerek konuşmaya başlayacaksınız ve ben elimi bir kez daha çırpana kadar konuşmaya devam edeceksiniz? Hadi şimdi elimi çırpıyorum**” diyerek oyunu başlatın. Çocuklar kendi aralarında konuşurken siz de bir şeyler anlatmaya devam edin. Bir süre sonra elinizi çırparak oyunu bitirin.

Öğrencilerinize şu soruları sorun:

“**Benim neler anlattığımı duydunuz mu?**”**Sınıftaki gürültü sizi rahatsız etti mi?**”Öğrencilerinizin yanıtlarını aldıktan sonra şunları söyleyin:

“**Gördüğünüz gibi hepimiz aynı anda konuşursak birbirimizi duyamayız. Ben konuşurken sizler kendi aranızda konuşursanız benim söylediklerimi duyamazsınız. Oysaki ben sizlerin beni duymasını istiyorum. Ya da sizler bir şeyler söylediğinde ben sizi duymak istiyorum. Öyleyse kuralımız “Tek Ses Kuralı” Yani sınıfımızda her zaman tek bir ses olacak. Birisi konuşurken başka hiç kimse konuşmayacak.**”

### UNUTMAYALIM

- Öğrencilerimizden hemen davranış değişikliği beklemeyelim
- “Dinlemeyle ilgili yeni konu işledik, hala değişmedin” gibi ifadeler kullanmayalım.
- Bu tür davranışlar olduğunda, öğrettiğimiz **bilgileri tekrar hatırlatalım.**
- Ortam uygunsa **prova** yaptıralım.
- Öğrencinin olumlu yanları üzerinde durarak “**Aferin bak şu anda beni çok iyi dinliyorsun, bunu her zaman başarabilirsin**” gibi ifadeler kullanalım.
- Biliyoruz ki sosyal beceri eğitiminin en önemli boyutu aile eğitimidir. Öğrencimizin ailesine de bu beceriler hakkında bilgi verelim.

Kaynak

Sosyal Beceri Eğitimi, Özel Bilkent İlköğretim Okulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi  
Özgün İlköğretim Eğitim Seti (2005) Özgün Yayınları

## Konu: SELAMLAMA

Amaç : Görgü kurallarını geliştirme.

Düzyey : 1. sınıf ve üstü

Materyal : Uygulama 1: Yazı tahtası. Uygulama2: Gazete ve dergilerden konuyla ilgili fotoğraflar, öğrencilerin kendi çizdikleri resimler, kağıt, kalem

Süre :Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

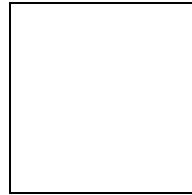
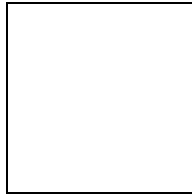
### UYGULAMA 1

#### 1.Aşama

a. Sınıfa girdiğinizde hiçbir şey demeden, öğrencilere bakmadan masaya yönelin ve birkaç saniye masada bir şeylerle ilgilenin. Daha sonra hemen öğrencilere dönerek **“Bugün sınıfa girdiğimde her zamankinden farklı bir durumla karşılaştınız mı?”** diye sorun.

Birkaç öğrencinin görüşünü aldıktan sonra **“Sizin de belirttiğiniz gibi “Merhaba, günaydın...” demeden masaya oturdum. Bu konuyla ilgili neler söylemek istersiniz?”** diye sorun.

Cevapları aldıktan sonra konu ile ilgili öyküyü öğrencilere okuyun.



## SELAMLAŞMA

Tam da apartmandan içeriye girecekti ki... Kapıda kendisine gülümseyen biri duruyordu. Kendi akranıydı besbelli. “Merhaba ben Canberk” demişti. Kadir ne diyeceğini bilememiştir. Biraz utanmış hiçbir şey söyleyemeden koşarcasına merdivenlere yönelmişti. Merdivenleri üçer beşer çıkarken bir taraftan da düşünüyordu... Aslında birkaç kez daha görmüştü Canberk’i. Yeni taşınmışlardı apartmana. Canberk, Kadir’i her gördüğünde ya gülümsüyor, ya “Merhaba” diyor ya da “Selam” diyordu. O ise her seferinde susuyordu. Bir kere karşılık verebilse gerisi gelecekti elbet. Böylece çok iyi bir arkadaş olabileceklerdi belki de... Aslında yaşadığı çevrede o kadar sıkça rastlıyordu ki bu duruma. Komşular birbirini gördüğünde, annesi tanıdığı birilerini gördüğünde, ya da bir yerlere girilip çıkıldığında, insanlar yeni tanıştıklarında ve sonrasında karşılaştıklarında... Eve misafir geldiğinde hep ama hep “Merhaba biz geldik”, “Selam nasılsınız?” Sözlerini duyuyordu. Bunun önemli olduğunun farkındaydı. İnsanlar bunu niye sıkça yapıyorlardı. Ne işe yarayıyordu?

Yazan: Yalçın Tağtekin

“Selamlaşmayla ilgili bir öykü okudum. Amacım işleyeceğimiz selamlaşma konusuna dikkat çekmekti” deyin ve aşağıdaki soruları öğrencilere yöneltin.

**Parmak kaldıranlardan başlamak üzere öğrencilerin yaşantılarını dinleyin.** (Parmak kaldırmayan öğrenciler de zorlanmadan konuyla ilgili yaşantıları hakkında konuşmaya cesaretlendirilebilir.)

***Bu öyküde dikkatinizi çeken olaylar nelerdir. Haydi paylaşalım?***

***Size isminizle hitap edildiğinde neler hissedersiniz?(İnsanlara ismi ile hitap etmenin önemini vurgulayın.)***

***Sizler, çevrenizdekilerle nasıl selamlaşırsınız?Haydi düşünelim.(Sınıfta farklı selamlaşma şekillerinin dramatize ettirilmesini sağlayın.)***

***Bugüne kadar siz bir tanıdığınızın yanından “Merhaba, günaydın” demeden geçtiniz mi? Neden ?***

***Bugüne kadar bir tanıdığınız yanınızdan “Merhaba, günaydın...”demeden geçti mi? Siz bu durumda ne hissettiniz?***

## 2. Aşama

**Selam vermenin önemini anlatın.**

**“İnsanlarla selamlaştığımızda; karşılıklı iyi ilişkiler gelişir, insanlara karşı duyarlı olduğumuzu, onlara saygı duyup değer verdiğimizizi gösteririz”** gibi açıklamalarda bulunun.

**Ev Ödevi:**

Bir hafta boyunca etraflarındaki kişilerin selamlaşma davranışlarını gözlemlenmelerini isteyin. Neler yaşadığınızı ve gözlemlerinizi sınıfta paylaşın.

## UYGULAMA 2

**Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

### 1.Aşama

**“Bir hafta boyunca etrafınızdaki kişilerin selamlaşma davranışlarını gözlemlediniz. Neler yaşadığınız, gözlemlerinizi sınıfta kim paylaşmak ister”** deyin ve anlatmaya istekli öğrencilerden başlayarak diğer öğrencilerinizin de konuşmalarını sağlayın.

### 2.Aşama

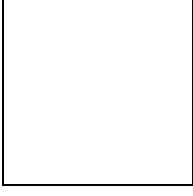
- a. Aşağıdaki “Robinson ve Cuma” resmini ya da konuya uygun bir başka resmi tahtaya asın. Öğrencilerden, resim hakkında selamlaşma konusunu kapsayacak şekilde bir öykü yazmaları söyleyin. Sınıfta okunmasını isteyin.
- b. Çalışmaların sonunda sınıfta, selamlaşma ile ilgili bir sloganın hazırlanması sağlayın. Bu sloganı öğrencilerinizin görebileceği bir köşeye asın.

**Ev ödevi:**

Öğrencileri gruplara ayırın. Selamlaşma şekillerini içeren resimlerden (Gazete ve dergi resimleri, öğrencilerin kendi çizdikleri resimler vs. olabilir)



sınıf panosunun oluşturulmasını sağlayın. Yapılan çalışmayı iki hafta süre ile sergiletin.



**Not:** Selamlaşma davranışının pekiştirilebilmesi için, öğrencilerin selamlaşma davranışlarını fark edip o anda sözlü olarak ödüllendirin.

Kaynak: Prof.Erkan S.Yrd. Doç.Kaya Alim, Deneysel olarak sınanmış grupla psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları, Pegem Yayıncılık, Şubat 2005

### Konu:KONUŞMAYI BAŞLATMA VE SÜRDÜRME

**Amaç:** Sözel iletişimi başlatabilme ve sürdürebilme.

**Düzyey:** 1.sınıf ve üstü

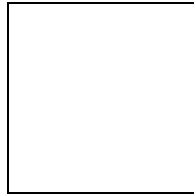
**Materyaller:** Yazı tahtası, Ekler

**Süre:** :Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1



#### 1. Aşama

Sizce “**Konuşmayı başlatmak ve sürdürmek ne demek? Bu beceriye sahip olmak önemli mi?**” sorusunu öğrencilere yöneltin. Verilen cevapları tahtada listeledikten sonra neden önemli olduğunu vurgulayın.

Daha sonra aşağıdaki durumu öğrencilere söyleyerek etkinliği başlatın.

**“Sınıfınıza yeni bir arkadaşınız geldi. Okuldaki ilk gününü geçirmekte olan arkadaşınızla, nasıl konuşmaya başlar ve ona neler söylersiniz.”**

Doğaçlama tekniği ile öğrencilerin canlandırmalarını isteyin. Öncelikle gönüllü öğrenciler tarafından senaryonun oynanmasını sağlayın.

(Sınıfı gruplara ayırıp kendi aralarında 3-5 dak. hazırlık yapmalarını sağlayabilirsiniz)

## 2. Aşama

Canlandırma bittikten sonra **sınıfa yeni gelen** ve **sınıfın öğrencisi** rolündeki öğrencilere konuşmayı başlatma ve sürdürme yaklaşımlarıyla ilgili olarak aşağıdaki soruları sorun.

**“Konuşmaya nasıl başladın?”**

**“Karşıdaki kişiye neler söyledin ve sordun?”**

**“Kendinle ilgili neler söyledin?”**

Her iki öğrencinin de duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını sağlayın.

**”Konuşmaya başlamadan önce, konuşurken, kendini tanıtırken ve arkadaşını dinlerken neler düşündün ve neler hissettin?”** gibi sorularla duygu ve düşüncelerini alın.

Sınıfa **“Doğaçlamaları izlediniz. İzlediklerinizle ilgili neler sizin dikkatinizi çekti.”** diye sorun. Daha sonra en uygun, olası senaryoyu canlandırmalarına yardımcı olun.

### Ev Ödevi:

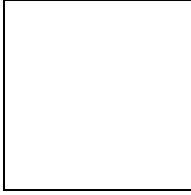
**Konuşmayı başlatma ve sürdürme becerisinde dikkat edilecek noktalar listesini** öğrencilerin defterlerine yazdırın. Bir sonraki uygulamaya kadar bu basamaklarla ilgili düşüncelerini isteyin.

## UYGULAMA 2

**Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaştığını öğrencilerinize hatırlatın.**

## **1. Aşama**

Öğrencilerinizle, aşağıda belirtilen “Konuşmayı başlatma ve sürdürme becerisinde dikkat edilecek noktalar” listesini tahtaya yazın.



**1. Kiminle konuşmak istediğinize karar verin.**

**2. Konuşmak istediğiniz konuya karar verin.**

**3. Konuşmak için uygun zaman ve yeri seçin.**

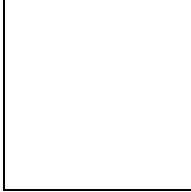
**4. Konuşmaya, uygun kelimeler ile başlayın.**

(Merhaba, .....  
.....Bana yardımcı olur musun?  
İyi günler.....bu konu ile ilgili bilgi almak istiyorum vs.  
Lütfen.....)

**5. Konuşmak istediğiniz konuyu paylaşın.**

(Merhaba, sizinle veya seninle bir konuda konuşabilir miyim?  
Lütfen.....konusunda bana yardımcı olur musun?  
..... konu ile ilgili bilgi almak istiyorum vs.)

**6. Konuşma sırasında karşı tarafın dinleyip dinlemediğine karar verin.**



**7. Konuşma sırasında karşı tarafın cevap vermesine imkan verin.**

**8. Konuşma bittikten sonra teşekkür edin.**

## **2. Aşama**

- a. Öğrencilerin yanındaki ya da farklı arkadaşıyla eşleşmelerini sağlayın. Yukarıdaki bilgileri paylaştıktan sonra **“Haydi çocuklar kendinizin belirleyeceği bir konu hakkında 5 dakikayı aşmayacak şekilde arkadaşınızla konuşacaksınız.”** deyin.

Öğrencilere düşünmeleri için 1-2 dakika zaman tanıyın. Konu bulmakta zorlanan öğrenciler olursa, Ek-1'deki konuları konuşmayı başlatma ve sürdürme açısından önerebilirsiniz.

Hazırlığını tamamlayan, gönüllü öğrencilerin karşılıklı olarak konuşmalarını sağlayın.(Bu konuda çekingen davranan öğrencileri yöreklendirin ama zorlamayın.)

- b. Bu uygulamanın sonunda öğrencilere:  
**-Bir konu üzerinde konuşmak sizde neler yaşattı? (Kendini nasıl hissettin, o anda neler düşündün şeklinde de sorular sorulabilir)**

**-Konu belirlemede ve başlamada zorlandınız mı?** sorularıyla öğrencilerin duygu ve düşünceleri alın.

Son olarak 1. Aşama basamağında yer alan konuşmayı başlatmak ve sürdürmek için dikkat edilecek noktalar hatırlatın.

- c. Öğrencilere **“Bugün konuşmaya başlama ve sürdürmenin önemli bir beceri olduğunu ayrıca bu beceri için gerekli davranışları öğrendiniz. Ancak sizin ya da karşı taraf için önemli bir durum olduğunda konuşmaya başlamak ve sürdürmek zor gelebilir. Şimdi söyleyeceğim örnek durumları böyle kabul ederek konuşmaya nasıl başlayıp sürdüreceğinizi düşünün. Kullanmanız gereken bir nezaket ifadesi varsa söyleyin”** deyin. Dramatize ettirerek ya da sözlü olarak söylemelerini sağlayın.

- Arkadaşının doğum gününü unuttun ve onunla okulda karşılaştın. Konuşmayı nasıl başlatır ve sürdürürsün?
- Hazırladığın ödevi unuttun. Konuşmayı nasıl başlatır ve sürdürürsün?
- Anne ve baban ile, okulda yaşadığın önemli bir konuyu paylaşmak istiyorsun. Konuşmayı nasıl başlatır ve sürdürürsün?

Bu uygulama resim dersinde ya da uygulamanın devamı olarak yaptırılabilir. Evde yapmaları istenerek sınıfta sergilemeleri sağlanabilir.

Ek-1



**Yönerge:** Bir kağıdın ortasına kendini anlatan bir resim çiz. Resmin güzel olup olmaması önemli değil, önemli olan kendini resminle anlatabilmen.

Sonra da aşağıdaki soruların cevaplarını çizerek veya yazarak cevapla.

1. **Nerede oturuyorsun?**
2. **Kaç kardeşsin?**
3. **En sevdiğin yemek hangisi?**
4. **En çok sevdiğin dersler hangileri?**
5. **Hayvan besliyor musun? Besliyorsan hangi hayvan?**
6. **En çok ne yapmaktan hoşlanırsın?**
7. **Hangi takımı tutuyorsun?**
8. **En sevdiğin oyun ve spor dalı hangisi?**
9. **En sevdiğin TV programı hangisi?**

## 11. En sevdiğin renk ne?

### Konu: SINIF KURALLARI

Amaç \_\_\_\_\_ : Öğrencilerin sınıf kurallarını öğrenmesi ve uygulaması

Düzyey \_\_\_\_\_ : 1. sınıf ve üstü

Materyal \_\_\_\_\_ : Her öğrenci için bir adet kağıt,kalem,

Uygulama2: Sınıf kuralları panosu için fon kağıdı, kurallarla ilgili resimler,boya kalemleri  
Ekteki,“Sınıf kurallarına uyan öğrenci” listesi

Süre \_\_\_\_\_:Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

#### 1.Aşama

Öğrencilere “ **Sınıfımızda kurallar olmasaydı ne olurdu**” sorusunu sorun ve öğrencilerinizin bu konuda konuşmasını isteyin. Söz almaya çekinen öğrenciler olursa onları cesaretlendirerek konuşmalarını sağlayın.

#### 2.Aşama

**“Evet çocuklar, şimdi size bir öykü okuyacağım fakat bu öyküyü iyi dinlemenizi istiyorum.(Daha önce öğretilen dinleme becerisine atıfta bulunun ve nasıl dinleyeceklerini tekrar hatırlatın.) Öyküden sonra dinlediklerinizle ilgili sizlere birkaç soru soracağım.**

Öğrencilere aşağıdaki öyküyü okuyun ve öykü hakkında ki soruları yöneltin.

Hatice öğretmen, zil çaldığında sınıfına doğru büyük bir sevinçle ilerledi, dersleri müzik dersiydi ve öğrencilerine bu gün yeni bir şarkı öğretecekti. Öğrencileri en çok müzik dersi yapmak istiyordu. Öğretmenlerine “öğretmenim ne zaman müzik yapacağız ne zaman bize yeni şarkılar öğreteceksiniz” diye hep sorar dururlardı. Öğretmen sınıfa girdiğinde gözlerine inanamadı, öğrenciler beslenme saatinde yedikleri bisküvi poşetlerini ve meyva suyu kutularını yere atmışlardı, çöplere basmamaya çalışarak yerine oturdu. Öğretmen, evet çocuklar dersimiz müzik şimdi sizlerle yeni bir parça öğreneceğiz” demeye kalmadan Can, yerinden kalktı ve izinsiz sınıfta dolaşmaya başladı, öğretmeni Can’a yerine oturmasını söyledi. Bu arada Neşe sıra arkadaşı Gül’ün saçını çekti ve Gül ağlamaya başladı. Öğretmen Gül’ e ne olduğunu sordu , fakat Gül cevap vermeden İsmail,Ayşe,Fahri hep bir ağızdan konuşmaya başladılar,olayın nasıl olduğunu kendilerince anlatmaya çalıştılar, fakat öyle bağıyor ve aynı anda konuşuyorlardı ki öğretmen hiçbir şey anlamadı. Öğretmen Gül’e söz verdiğini diğerlerinin izin almadan konuşmamasını söyledi. Hatice öğretmen, sorunu halletti. Ve “evet çocuklar şimdi dersimize başlıyoruz, şimdi dersimiz müz.....” derken sınıfa kapıyı çalmadan paldır küldür bir öğrenci girdi. Öğretmen sınıfa giren öğrenciye, “ Server , zil çalalı 15 dakika oldu,neredeydin” diye sordu. Server tuvalette olduğunu söyledi. Server tenefüste oyun oynadığı için tuvalete gidecek zaman bulamamıştı böylece derse de geç kalmıştı. Öğretmen Server’e yerine geçmesini söyledi.Hatice öğretmen sınıfında ki bu olaylarla uğraşırken zaman ilerlemişti ve ders zilin çalmasına 10 dakika kalmıştı.Yaşadığı olaylar onu hem üzmüş hemde öğrencilerine kızmıştı. Hatice öğretmen sınıfa şöyle dedi: “ Bu ders saatinde sizlerle müzik dersi yapacaktık ve size çok seveceğiniz yeni bir şarkı öğretecektim. Fakat sınıfta bazı arkadaşlarımız kurallara uymadığı için çok zaman kaybettik. Şarkıyı size öğretemeyeceğim, bu da size küçük bir ceza olsun” dedi. Öğrenciler bu söylenenlerden sonra çok üzüldüler. Yaptıklarını tekrar düşüneceklerini sınıf kurallarına artık uyacaklarını söyleyerek öğretmenlerinden onu üzdükleri için özür dilediler.

Öğrencilere şu soruları sorun

1- “Dinlediğiniz öyküde neler oldu ?”

- Öğretmen sınıfa ilk girdiğinde ne gördü.
- Can sınıfta ne yaptı ?
- Neşe sınıfta ne yaptı ?
- Gül neden ağladı?
- Ayşe,Fahri ve İsmail sınıfta ne yaptılar
- Server ne yaptı?

2- Öğrenciler sınıfta kurallara uymadığı için ne oldu?

3-“Öğrenciler bu sınıfta hangi kurallara uymadılar” diye sınıfa sorun ve söylenen ifadeleri tahtaya yazın, eğer benzer cevaplar gelirse cümlelerin yanına çek atın.

### 3. Aşama

“Öykümüzde öğrencilerin hangi kurallara uymadığını ve kurallara uyulmadığında neler olduğunu konuştuk. Şimdi, biraz önce verdiğiniz cevaplardan yola çıkarak sınıfımızın kurallarını belirleyelim” deyin.

Tahtaya “**SINIFIMIZIN KURALLARI**” başlığını yazın.

Öğrencilerin cevaplarını başlığın altına sıralayın. Sınıf Kurallarını oluştururken aşağıdaki bilgilerden yararlanın.

“Evet çocuklar, sınıf kurallarımızı sizlerin katkıları ile buraya yazdık. Şimdi bunları yüksek sesle okuyalım.” deyin ve kurallar listesini yüksek sesle okuyun. Daha sonra sınıfın tekrar etmesini isteyin.

**Belirlediğimiz sınıf kurallarından yararlanarak, şimdi  
“SINIF KURALLARINA UYAN ÖĞRENCİ” listesini yazalım deyin.**

**SINIF KURALLARINA UYAN ÖĞRENCİ;**

- ✓ Ben, ders zili çaldığında hemen sınıfıma girerim. Derslerimle ilgili araç ve gereçlerimi hazırlar ve öğretmenimi sessizce beklerim.
- ✓ Sınıfımı temiz tutar, çöpleri çöp kutusuna atarım.
- ✓ Öğretmenimden parmak kaldırarak söz isterim.
- ✓ Sınıfta izinsiz dolaşmaktan kaçınırım.
- ✓ Sınıfa uygun şekilde girerim.
- ✓ Arkadaşıma zarar vermekten kaçınırım.Duygu ve düşüncelerimi sözle ifade ederim.
- ✓ Sınıf eşyalarını özenli kullanırım.



- ✓ **Derste öğretmenimi ve arkadaşımı başka şeylerle ilgilenmeden dinlerim.”**
- ✓ **Söz almak için arkadaşımın ve öğretmenin sözünü bitirmesini beklerim.**

Bir sonraki uygulamada sınıf panosunu hazırlayacağınızı hatırlatın.

## UYGULAMA 2

**Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

### 1.Aşama

Öğrencilerle birlikte, sınıf için belirlediğiniz kuralların yazılı olduğu **sınıf kuralları panosunu** öğrencilerinize hazırlatın. Hazırlanan bu panoyu öğrencilerin görebileceği bir köşeye asın.

Aşağıdaki sınıf panosu örnek olarak verilmiştir. Ekte verilen kurallar panosundaki resimlerden yararlanabilirsiniz.

### 2.Aşama

Öğrencilerinizle belirlediğiniz kuralları tek tek ele alarak ve somutlaştırarak açıklayın. Böylece öğrencilerin kuralları öğrenmelerini sağlayın. Öğrencilerin daha iyi kavramalarını sağlamak için istekli bir öğrencinizi kürsüye çağırarak istenen davranışları prova ettirebilirsiniz.

## ÖNERİLER

1-Öğrettiğiniz sınıf kuralları maddelerini diğer ders saatlerinde ara sıra tekrar edin, hatırlatılması gereken durumlarda hemen gerekli bilgilendirmeyi yapın.

2- Sınıfınızda kurallara uyan çocukları fark edin ve onları ödüllendirin. Sınıf kurallarına uymakta güçlük çekmesine rağmen çaba sarfettiğini gördüğünüz öğrencileri çabasından dolayı takdir edin.

3- Kurallara uymayan bir öğrenci gördüğünüz zaman **uygun yer ve zamanda, sevecen bir yaklaşımla** sınıf kurallarını hatırlatın. Şu anda hangi kurala uymadığını sorun ve kurallara uymanın önemini tekrar açıklayın.

4- Öğrencilerden, kurallara uymayan arkadaşları olduğu zaman, kuralları birbirlerine hatırlatmalarını isteyin. Ancak uyardığı arkadaşı ısrarla kurala uymuyorsa ısrarcı davranmamalarını **bir kere söylemek dışında sorumlulukları olmadığını** hatırlatın.

5-Öğrencilerin kurallara uymaları konusundaki beklentilerinizi sınıf seviyelerini, öğrencilerin öğrenme stillerini, kişilik özelliklerini vs dikkate alarak belirlemek durumunda olduğumuzu unutmamalısınız.

6- Özellikle birinci sınıflarda öncelikli olarak beş, altı tane –ya da daha az- ve uygulanma olasılığı yüksek kurallar belirlenmesi yararlı olacaktır.

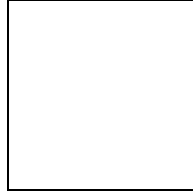
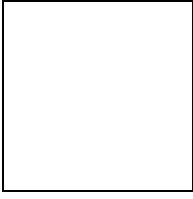
## ALTERNATİF ETKİNLİKLER:

1. Öğrencilere kuralların ne işe yaradığı, neden konulmuş olabileceği sorulabilir.
2. Kurallara uyulduğu ve uyulmadığı zaman ortaya çıkabilecek olası sonuçlar tartışılabilir. Kurallara uymanın kendilerine sağlayacağı yararlar anlatılabilir.
3. Kurallar öğrenciler tarafından bilinmiyorsa ve yeni bir kural öğretimi yapılacaksa ; kurallar belirlendikten sonra (Uygulama 1 - 3.aşama) kurallar için öğretmen doğru model oluşturup , öğrencilerin rol oynama tekniğini kullanılarak kuralları canlandırmaları istenebilir.
4. Öğrenciler okul kuralları ile ilgili yaşantılarını paylaşabilirler.
5. Resim dersinde, öğrencileri gruplara ayırıp, her gruba bir sınıf kuralı verip, bu kurallarla ilgili resim yapmaları istenebilir.

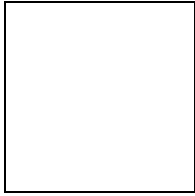
Kaynak

Özgün İlköğretim Eğitim Seti (2005) Özgün Yayınları

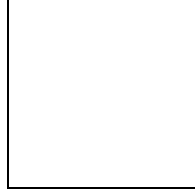
Çiftçi İ., Sucuoğlu B. (2003) Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Öğretimi



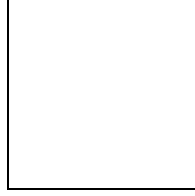
**1- Sınıfa uygun şekilde girer.**



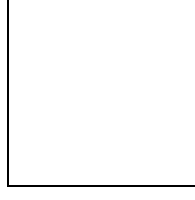
**2- Sınıfını temiz tutar, çöplerini çöp kutusuna atar.**



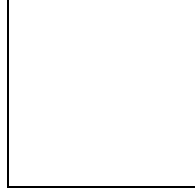
**3- Derste öğretmenini ve arkadaşını başka şeylerle ilgilenmeden dinler.**



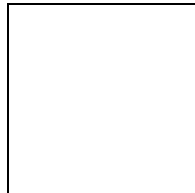
**4.Ders zili çaldığında hemen sınıfına girer, dersle ilgili araç ve gereçleri hazırlar ve öğretmeni sessizce bekler.**



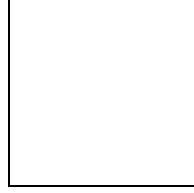
**5- Söz almak için, arkadaşının ve öğretmenin sözünü bitirmesini bekler.**



**6- Sınıfta izinsiz dolaşmaktan kaçınır.**



**7- Arkadaşlarına zarar vermekten kaçınır, duygu ve düşüncelerini sözle ifade eder.**



## 8- Öğretmeninden parmak kaldırarak söz ister.

### Konu: DUYGULARI TANIMA VE İFADE ETME

Amaç: Kendi duygularını ifade etmek, başkalarının duygularını fark etmek, ifade etmek

Düzyey : 1. sınıf ve üstü

Materyal: Yazı tahtası, kağıt, kalem,

Uygulama 2 için uygulama 2'deki yüz ifadeleri,

Uygulama 3 için, Gazete ve dergilerden farklı yüz ifadelerini gösteren resimler

Süre : Süre:Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

### SÜREÇ

#### UYGULAMA 1

## 1. Aşama

Sınıfa girdiğinizde sınıfınızı gözlemleyin. Öğrencilerinizin yüz ifadesine göre öncelikle onların dikkatini duygularının üzerine çekin. **“Suratını asmışsın..., kızgın mısın? Ne oldu? Seni kızdıran nedir?”** veya **“Ne güzel gülümsüyorsun. Mutlu görünüyorsun”** gibi çeşitli ifadeler kullanın. Öğrencilerin duyguları hakkındaki konuşmalarını sınıfça dinleyin. Olumlu duygular üzerine dikkat çekmek, uygulamanın akışının değişmesini engelleyecektir.

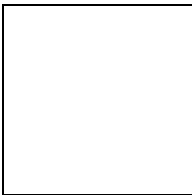
## 2. Aşama

Öğrencilerle duygular ve duyguların ifade edilmesi üzerinde konuşun. Değişik duygulardan söz edin. Bunun için Ek1’deki Temel duygular listesinden yararlanabilirsiniz. Temel duygular listesinden yararlanırken sınıf düzeyimize göre sadeleştirmeler yapabiliriz.

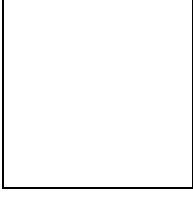
## 3. Aşama

- Aşağıdaki sorularla öğrencilerin farklı duyguları tanımasını ve doğru ifade etmesini sağlayın.

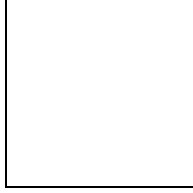
**“Sevdiğin bir kişiyi gördüğünde, hoşlandığın bir durumla karşılaştığında ne hissedersin?”**



**“ Hasta olduğun zaman ne hissedersin?”**



“Arkadaşınla oyun oynarken yenilirse ne hissedersin?”



## UYGULAMA 2

Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.

### 1. Aşama

Öğrencilerden;

- **Sevinçli, mutlu birinin**
- **Çok üzgün bir kişinin**
- **Şaşkın birinin**

resmini çizmelerini isteyin. ( Çizerken onlara yardım edebilirsiniz)

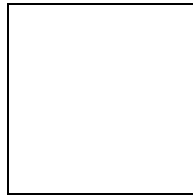
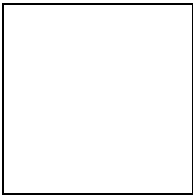
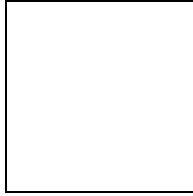
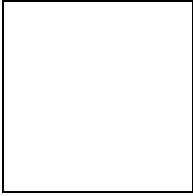
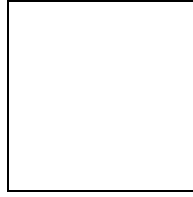
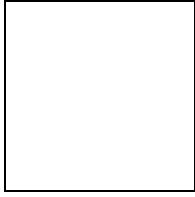




## 2. Aşama

Aşağıdaki yüz ifadelerini gösterdikten sonra “Bu **yüz ifadelerinde hangi duygular var**” sorusunu öğrencilere yöneltin.

Cevapları aldıktan sonra, karşıımızdaki kişinin duygularının yüz ifadelerinden anlaşılabilceğine ilişkin açıklamalarda bulunun.



## 3. Aşama

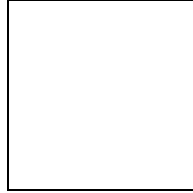
a.Öğrencilere bazı durumlar söyleyin. **Bu durumlar karşısında “Kendinizi nasıl hissedersiniz”** diye sorun. -yüzleriyle ifade etmelerini isteyebilirsiniz-

Örnek:

“ **Akşam eve gelirken baban sana çok istediğin bir şeyi alıp getirirse, ne hissedersin?**”

“ **Diyelim ki annenin yeni aldığı pantolon kaza ile yırtıldı. Ne hissedersin?**”

b.Öğrencilere, aşağıdaki karikatürlerde kişilerin ne hissetmiş olabileceğini sorun.



UYG  
ULA  
MA 3

U

ygul  
ama  
3'e  
geç  
med  
en  
önce

Uygulama 1 ve 2'de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.

## 1. Aşama

Gazete ve dergilerden kesilmiş farklı yüz ifadeleri olan resimleri (daha önceden öğrencilerin sınıfa getirmeleri isteyin) sınıfa gösterin. Öğrencilerin, resimlere bakmasını ve duygu durumları ile ilgili yorum yapmalarını isteyin. Diğer resimlere de bakarak, “**Bu adam üzgün görünüyor. Neden acaba? Belki de kendini iyi hissetmiyordur**” gibi açıklamalarla duyguları

farketmelerini sağlayın. Bu resimlerden birini seçerek bir öykü yazmalarını isteyebilirsiniz.

## 2.Aşama

Şimdi bir oyun oynayacağınızı söyleyin. Öğrencileri gruplara ayırın. Grupların istediği herhangi bir –ya da birkaç - duyguyu kullanarak, bu duyguyu yansıtacak şekilde küçük bir gösteri yapmalarını isteyin. Gruplara 10 dakika hazırlık süresi verin. Birkaç dakikada sunacaklarını söyleyin.

## 3.Aşama

Öğrencilerin konuyla ilgili slogan bulmalarını isteyin.  
Slogan örnekleri:

**Duyguları fark edip, hissederek, tanıyarak kabul edelim.**

**Başkalarının duygularını okuyun.**

**Duyguları önemseyin, saygı gösterin.**

### **Ev ödevi:**

Bu sloganları sınıf panosunda sergilenmek üzere, evlerinde hazırlayıp getirmelerini isteyin

## UYGULAMA 4

**Uygulama 4'e geçmeden önce Uygulama 1, 2 ve 3'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

**Aşağıdaki cümleleri öğrencilere okuyun.**

Eğer karşımızdakine aşağıdakine benzer cümleler söylüyorsak;

- **“Bunda üzülecek ne var”**
- **“Ne var bu kadar üzülecek”**
- **“Sen de her şeyi abartırsın”**

- “Felaket senaryoları yazmada üstüne yoktur”
- “Boş ver şimdi kaygılanma”
- “Canım sen de amma alıngansın”
- “Sinirlenmekte haksızsın!”
- “Bu kadar büyütecek bir konu değil...”

### ***Yanlış yapıyoruz demektir...***

Çünkü karşımızdakinin duygularını yadsıyoruz, alay ediyoruz, önemsemiyoruz, yargılıyoruz, normal olmayanı söylüyoruz.

Bir kimsenin hissettiği duygunun yanlış olduğunu / uygun olmadığını söylemek ***suya nemli olmaması, çimene yeşil olmaması, kayaya sert olmamasını*** söylemek gibidir diyerek açıklamalarda bulunun.

Eleştirmek, saldırmak, yargılamak, katı dar kafalınca davranıp red edip onaylamamak, esneklik göstermemek. Bu davranışlar duygusal ihtiyaçlarımızın doyurulmamış olduğunun göstergeleridir.

Kendilerini İyi Hisseden İnsanın Sergilediği Tutumlar:

Üretken, güdülenmiş, sabırlı, iltifatkar, yaratıcı, yeniliklere açık, anlayışlı, açık fikirli, işbirliğine açık, empatik, sıcak kanlı, kabul eden, esnek yapıdadır.

## **UYGULAMA 5**

**Uygulama 5'e geçmeden önce Uygulama 1, 2, 3 ve 4'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

**“Şimdi duygularımızı yönetmede kullanabileceğimiz 5 adımı konuşacağız”** deyin.

Aşağıdaki maddeleri okuduktan sonra her madde üzerinde tek tek durun.

### **DUYGULARI YÖNETMEDE 5 ADIM**

#### **1. Temel duyguları tanımla, fark et.**

Ne, nasıl hissediyor, duyguların yoğunluğu ne kadar ?

## 2. Duyguların nedenlerini fark et (belirle)

Neden böyle hissediyorum, gerçek neden nedir, duygumun bana söylediği ihtiyacım nedir ?

## 3. Bununla nasıl baş edebilirim ?

Duygumu nasıl yönetebilirim?  
Daha iyi hissetmeme neler yardım edebilir?  
Duygum beni geliştirebilir mi?

## 4. Seçenekler üretin.

Nasıl davranabilirsem kendime yardım edebilirim?  
Ne istiyorum?  
İhtiyaçlarımı nasıl karşılayabilirim?  
Alternatif davranışlar neler?  
Ne yaparsam kendimi iyi hissederim?

## 5. En iyi seçeneği seç

Şu anda benim için en uygunu ne?  
Eyleme nasıl geçmeliyim?  
Gerçekten bunu istiyor muyum?  
Evet  
Eylem  
Sonucu değerlendir.

***Duygusal okur yazarlığı geliştirmek için “Başkalarının duygularına duyarlı ol oku!”***

-Empati (Karşımızdaki kişinin duygularını anlayabilme ) yeteneğini geliştiriniz  
-Olumlu olumsuz duygularınız ile empati kurabiliyor musunuz? Hangisi güç geliyor?

## UYGULAMA 6

**Uygulama 6'ya geçmeden önce Uygulama 1, 2, 3 ve 4, ve 5'de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.**

Aşağıdaki maddeleri okuduktan sonra her madde üzerinde tek tek durun. Öğrencilerinizin etkin katılımını sağlayın. İfadelerle ilgili yaşantıları varsa paylaşımlarını isteyin.

## ALTIN ÖNERİLER

1. Kişiye ya da duruma yönelik ifade yerine ne hissettiğinizi ifade etmek

**“Sen duyarsız birisin” yerine, ” İncindim”**

**“Deli gibi araba sürüyorsun” yerine, “korkuyorum” demek**

2. Düşünce ve duyguları birbirinden ayırmaya çalışmak

**“Benim söylediklerime inanmadığını düşündüm ve önemsenmediğimi hissettim”**

yerine

**“Yanlış yaptığımı düşündüm ve hayal kırıklığına uğradım.”**

3. Duygularının sorumluluğunu karşıya yüklemek yerine üzerine almak

**“Beni kızdırıyorsun” yerine “Kızıyorum”**

**“Beni kıskançlığa zorluyorsun” yerine “Kıskanıyorum” demek**

4. Kararlar verirken duyguları dikkate almak ve onlardan yararlanmak

**“Böyle yaptığımda kendimi nasıl hissediyorum?”**

**“Bunu yapmazsam nasıl hissederim?”**

**“Hangi duyguyu yaşamayı tercih ederim?”**

5. Başkalarının duygularını dikkate almak ve onlara saygı göstermek

**“Böyle yaparsam o nasıl hissedecek?”**

diye düşünmek etkili yaklaşımlardır.

**EK 1:**

## **TEMEL DUYGULAR**

### **1. Öfke**

Hiddetlenme, sinirlenme, kızma, hınç duyma, içerleme, hakaret, tükenme, kin, rahatsızlık, alınganlık, düşmanlık, nefret, şiddet ...

### **2. Üzüntü**

Acı, keder, can sıkıntısı, neşesizlik, kasvet, melankoli, acıma, hüzn, yalnızlık, umutsuzluk ,depresyon ...

### **3. Korku**

Kaygı, kuruntu, endişe, tasa, şüphe, gerginlik, vicdan azabı, huzursuzluk, tedirginlik, ürkme, kuşku...

**4. Mutluluk**

Sevinç, coşku, huzur, tatmin, haz, eğlenme, gurur, heyecan, coşkunluk hali, hoşnutluk, enerji...

**5. Sevgi**

Sevme, kabul görme, dostluk, yakın ilgi, şefkat, iyilik, sadakat, bağlılık, hayranlık, muhabbet, tutku...

**6. Şaşkınlık**

Hayret, merak, afallama, şok...

**7. İğrenme**

Tiksinti, hor görme, aşağılama, küçümseme, itici bulma, hoşlanmama, nefret etme....

**8. Utanç**

Utanma, mahcubiyet, pişmanlık, küçük düşme, hayal kırıklığı, üzülme, kötü hissetme, çile

**Ek 2:**

**Açıklama:** Bu etkinlik konuyu destekleyen ek etkinlik olarak verilmiştir.

**DUYGULARIN DANSI**

**Konu:** Duyguları tanıma ve ifade etme

**Amaç:** Öğrencilerin, bir olayda birden çok duygunun yaşanabileceğinin farkına varmalarını sağlamak ve empati duygusunu geliştirmek.

**Düzey:** 4. ve 5. Sınıflar. Uygulayıcı, daha alt sınıflara uyarlayabilir.

**Materyal:** Her öğrenci için birer tane boş kağıt

**Süre:** Bir ders saati

**SÜREÇ**

- 1- Öğrencilere duygulardan bahsedin ve onlara duygu çeşitlerini bilip bilmediklerini sorun.
- 2- Gönüllü öğrencilerden bildikleri duyguları saymalarını isteyin ve onların cevaplarından yararlanarak bir 'Temel Duygular Listesi' oluşturun; öğrencilerinizin tıkanıp noktalarında onlara duygularla ilgili ipuçları verebilirsiniz. (Sevinçli, üzgün, mutlu, kızgın, korkmuş vb. temel duygu örneklerini verebilirsiniz. Sınıfın seviyesine göre duyguları çeşitlendirin.)
- 3- Bir olayda birden fazla duygunun yaşanabileceğini belirtin ve böyle bir durumla karşılaşan öğrenciler olup olmadığını sorun.(Yoksa kendiniz örnekler verebilirsiniz.)
- 4- Öğrencilere "Bulunmayacak Tek Şey Senin Benzerindir" adlı hikayeyi okuyun.
- 5- Aşağıdakine benzer sorular sorarak grup etkileşimini başlatın:
  - Hikayede yaşanan duygu çeşitlerini yazabilir misiniz?
  - Ayakkabı satıcısı ile küçük çocuğun yaşadığı duyguları karşılaştırır mısınız ?
  - Ayakkabıcının yerinde olsaydınız ne hissederdiniz ?
  - Küçük çocuğun yerinde olsaydınız ne hissederdiniz ?
  - Küçük çocuğun dükkana girmeden önce hissettikleriyle,dükkana girdikten sonra hissettikleri arasında sizce ne gibi farklılıklar vardır?

Daha sonra gönüllü öğrencilerden, sınıfla yazdıklarını paylaşmalarını isteyiniz.Bu paylaşımlar sırasında sınıfın anlatılanlara gülmemesi, yazılanlarla dalga geçmemesi çok önemlidir. Bu konuda sınıfla birlikte kuralları baştan koymanız, sonradan oluşacak sıkıntıları engeller.

## **BULUNMAYACAK TEK ŞEY SENİN BENZERİNDİR**

**Ayakkabıcı, yeni getirdiği malları vitrine yerleştirirken, sokaktaki bir çocuk onu seyretmekteydi. Okullar kapanmak üzere olduğundan, spor ayakkabılara rağbet fazlaydı. Gerçi mallar lüks sayılmazdı ama küçük bir dükkan için yeterliydi. Onların en güzelini ön tarafa koyunca, çocuk vitrine biraz daha yaklaştı fakat bir koltuk değneği kullanmaktaydı, hem de güçlkle...**

**Adam ona bir kez daha göz attı. Üstündeki pantolonun sol kısmı, dizinin alt kısmından sonra boştu. Bu yüzden de sağa sola uçuşuyordu. Çocuğun**



baktığı ayakkabılar, sanki onu kendinden geçirmişti. Bir müddet öylece durdu. Daldığı hayalden çıkıp yola koyulduğunda, adam dükkandan dışarı fırlayıp:

- "Küçüüük!" diye seslendi. "Ayakkabı almayı düşündün mü? Bu seneki modeller bir harika!"

Çocuk, ona dönerek:

- "Gerçekten çok güzeller!" diye tebessüm etti, "Ama benim bir bacağıma doğuştan eksik".

- "Bence önemli değil!" diye atıldı adam. "Bu dünyada her şeyiyle tam insan yok ki! Kiminin eli eksik, kiminin de bacağı. Kiminin de aklı veya vicdanı." Küçük çocuk, bir şey söylemiyordu. Adam ise konuşmayı sürdürdü:

- "Keşke vicdanımız eksik olacağına, ayaklarımız eksik olsaydı" Küçük çocuk, bir kez daha tebessüm etti. O güne kadar çektiği acılar hafiflemiş gibiydi. Adam vitrini işaret ederek:

- "Baktığın ayakkabı sana yakışır!" dedi. "Denemek ister misin?" Çocuk, başını iki yana sallayıp:

- "Üzerinde 30 Lira yazıyor" dedi "Almam mümkün değil ki!"

- "İndirim sezonunu senin için biraz öne alırım!" dedi adam, "Bu durumda 20 liraya düşer; zaten sen bir tekini alacaksın, o da 10 lira eder." Çocuk biraz düşünüp:

- "Ayakkabının diğer teki işe yaramaz!" dedi, "Onu kim alacak ki?"

- "Amma yaptın ha!" diye güldü adam. "Onu da, sağ ayağı eksik olan bir çocuğa satarım." Küçük çocuğun aklı, bu sözlere yatmıştı. Adam, devam ederek:

- "Üstelik de öğrencisin değil mi?" diye sordu.

- "İkiye gidiyorum!" diye atıldı çocuk, "Üç geçtim sayılır."

- "Tamam işte!" dedi adam. "5 Lira da öğrenci indirimi yapsak, geri kalır 5 Lira. O da zaten pazarlık payı olur. Bu durumda ayakkabı senindir, sattım gitti!"

Ayakkabıcı, çocuğun şaşkın bakışları arasında dükkana girdi. İçerideki raflar, onun beğendiği modelin aynıyla doluydu ama adam vitrindekini çıkarttı. Bir tabure alıp döndükten sonra, çocuğu oturtup yeni ayakkabısını giydirdi ve çıkarttığı eskiyi göstererek :

- "Benim satış işlemim bitti!" dedi, "Sen de bana bunu satsan memnun olurum."

- "Şaka mı yapıyorsunuz?" diye kekeleydi çocuk, "Onun tabanı delinmek üzere. Eski bir ayakkabı, para eder mi?"

- "Sen çok cahil kalmışsın be arkadaş..." dedi adam, "Antika eşyalardan haberin yok herhalde. Bir antika ne kadar eski ise, o kadar para tutar. Bu yüzden ayakkabın, bence en az 30-40 Lira eder."

Küçük çocuk ardi ardına yaşadığı şokları üzerinden atabilmiş değildi. Mutlaka bir rüyada olmalıydı hem de hayatındaki en güzel rüya. Adamın, heyecandan terleyen avuçlarına sıkıştırdığı kağıt paralara göz gezdirdikten sonra, 10 Liralık banknotu geri vererek:

- "Bana göre 20 Lira yeterli." dedi. "İndirim mevsimini başlattınız ya!"

Adam onu kırmayıp parayı aldı. Nedense içi içine sığmıyordu. Bütün mallarını bir günde satsa, böyle bir mutluluğu bulamazdı. Çocuk yavaşça yerinden doğruldu, sanki koltuk değneğine ihtiyaç duymuyordu. Sımsıcak bir tebessümle teşekkür edip;

- "Babam haklıymış!" dedi. "Engelli olduğun için üzölmene hiç gerek yok!" demişti."

- \* Her rüzgar, savuracak bir toz bulur,
- \* Her hayat, yaşanacak bir can bulur,
- \* Her umut, gerçekleşecek bir düşün bulur,
- \* Bulunamayacak tek şey senin benzerindir.

## Ev Ödevi:

**" Davranışlarımızın, başkalarının duyguları üzerinde yarattığı etkiler"** konusunda öğrencilerden yaşadıkları bir olayı kompozisyon şeklinde yazmalarını isteyin.

Kaynak: Akkök, F. (1999). İlköğretimde Sosyal Becerilerin geliştirilmesi. Öğretmen el kitabı. ( ikinci basım). Ankara: Yeşilyaprak B "İletişimin Alfabetesi: Duygusal Okuryazarlık" Seminer

## Konu: TEŞEKKÜR ETME

**Amaç** : Öğrencilerin teşekkür etme davranışını geliştirmelerine yardımcı olmak. Olumlu duyguları ifade etme becerisini geliştirmek.

**Düzyey** : 1. sınıf ve üstü

**Materyal:** Fon kağıdına hazırlanmış teşekkür ederim yazısı, yazı tahtası, kalem

**Süre** : Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

#### 1. Aşama

Sınıfa girdiğinizde bir öğrenciden kalem isteyin ve öğrenci ile göz teması kurarak vurgulu bir ses tonuyla ” **Teşekkür ederim**” deyin. Daha sonra diğer öğrencilere dönerek, “**Peki çocuklar fark ettiniz mi ben şimdi ne yaptım?**” diye sorarak öğrencilerin dikkatini çekin ve “**Arkadaşınızdan kalem aldım ve teşekkür ettim**” açıklamasında bulunun. Daha sonra öğrencilere bugün “**TEŞEKKÜR ETME konusunda konuşacağız**” deyin.

Önceden fon kağıdına yazılmış **TEŞEKKÜR EDERİM** yazısını tahtaya asın.

- “**Size teşekkür edildi mi?**” “ **Şu anda aklınıza gelen hangi davranışınızdan dolayı size teşekkür edildi ?**” diyerek konuşmayı başlatın? Söylenen olayları tahtaya yazın.
- “**Peki siz teşekkür ettiniz mi?**” sorusunu yöneltin.
- Öğrencilerin cevaplarını tahtaya listeleyin. “**Bu listede ilk defa karşılaştığınız bir örnek var mı? Neler? Haydi paylaşalım**” deyin. Yoksa bir sonraki basamağa geçin.
- “**Peki size birisi teşekkür ettiğinde neler hissedersiniz ve nasıl davranırsınız?**”
- “**Böyle bir anınızı anlatır mısınız? O zaman neler hissetmiştin?**” diyerek öğrencilerin paylaşımında bulunmasını ve duygularına yoğunlaşmasını sağlayın.

Hem bize teşekkür edildiğinde hem de teşekkür ettiğimizde her iki durumda da kendimizi ne kadar iyi hissettiğimizi ve karşı tarafın da memnun olduğunu farketmelerini sağlayın.

Nezaket ifadelerinin insan ilişkilerindeki önemi ve gerekliliğini vurgulayın.

### Ev Ödevi:

- Aşağıdaki çizelgeyi öğrencilerinize dağıtın.
- Öğrencilerinize, bir hafta içerisinde kimlere hangi durumlarda teşekkür ettiklerini ve kendilerine edilen teşekkürleri **not etmelerini** isteyin.

## TEŞEKKÜR EDERİM

KİME TEŞEKKÜR ETTİM	NE ZAMAN	HANGİ DURUMDA	NASIL HİSSETTİM
1			
2			
3			
4			
5			
6			

KİM SİZE TEŞEKKÜR ETTİ	NE ZAMAN	HANGİ DURUMDA	NASIL HİSSETTİM
1			
2			
3			
4			
5			
6			

## UYGULAMA 2

Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.

### 1.Aşama

Verdiğiniz ev ödevi hakkında konuşun.

- Öğrencilere, bu hafta içerisinde kimlere teşekkür ettiniz? Kim paylaşmak ister? Neler olmuştu? Gibi ifadelerle listelerini paylaşmalarını sağlayın. Eğer gerekiyorsa “**Başka neler yapılabilirdi?**” Diyerek, yaşananlar üzerinde düşüncelerini isteyin.
- “**Peki kimler size teşekkür etti? Kim paylaşmak ister? Neler olmuştu? Başka neler yapılabilirdi?**”

## 2.Aşama

**Teşekkür etmede yol gösterici basamakları madde madde ele alın. Sınıfta örneklerle açıklanmasını sağlayın.**

### TEŞEKKÜR ETMEDE YOL GÖSTERİCİ BASAMAKLAR

- ✓ Karşınızdaki kişinin teşekkür etmenizi gerektiren bir şey yapıp yapmadığına karar verin. (Size iyilik mi yaptı? Yardımda mı bulundu? İltifat mı etti? vb.)
- ✓ Doğru yer ve zamanı seçin.
- ✓ Dostça teşekkür edin.
- ✓ Neden teşekkür ettiğinizi söyleyin.



- **Öneriler:**
- Teşekkür etme ile ilgili bir hikaye okunabilir.
- Öğrencilere yazdırılabilir.
- Yarım kalan bir hikaye tamamlattırılabilir.

Kaynak:

Erkan, S. Ve Kaya, A. (2005). Grupla Psikolojik Danışma ve Rehberlik Programları. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

## Konu: HATALI DAVRANIŞLARI FARK ETME VE ÖZÜR DİLEME

**Amaç** : Arkadaşlık ilişkilerini geliştirmek için davranışları analiz etme ve özür dileme davranışını geliştirme; Öğrencilerimizin kişilerarası ilişkilerde kendi yaptığı yanlış davranışları fark etmesi; başkalarının davranışlarında gördüğü hataları tanımlayabilmeleri ve değiştirme

yollarını açıklayabilme; arkadaşlık ilişkilerinde özür dilemenin önemini kavrayarak, hangi davranışlar için özür dilenmesi gerektiğini bilmeleri; yanlış davranışları olduğunda özür dileyebilme.

Düzy :Uygulama 1 ve 2 için, 1. sınıf ve üstü.

Uygulama 3 için, 4. sınıf ve üstü . Etkinlikler diğer sınıf düzeylerine,, sınıf öğretmeninin yapacağı düzenlemeler ile uygulanabilir.

Materyal: Uygulama 1 ve 2 için, Posterleştirilmiş ‘Zıp Zıp Çocuk Ne Yapsın’ formu, tepegöz yansıması biçiminde de hazırlanabilir), tepegöz , Ne yapmış Ne yapmalı? Formları (Öğrenci sayısı kadar), ödev formları.

Uygulama 3 için: Yazı tahtası, Fon karton

Süre : Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

#### ZIP ZIP ÇOCUK NE YAPSIN ?

- Öğrencilere “**Bazen arkadaşlık ilişkilerimizde bir takım hatalar yapabiliriz ve bu hatalar arkadaşlığımızın bozulmasına neden olabilir**” deyin. **Hata yapmanın normal olduğunu, önemli olanın bu hatamızı fark edip düzeltmek olduğu vurgulayın.**
- Öğrencilere “Zıp Zıp Çocuk Ne Yapsın?” Ek-1 posterini gösterin. Öğrencilerin, örneklerde hatalı davranışların neler olduğu ve bu hatalar karşısında yanlış ve doğru davranışların neler olabileceği üzerinde düşünmelerini sağlayın.

Öğrencilerden aldığınız cevapları tahtaya yazın. Yapılması gereken doğru davranışların üzerinde durun.

- “**Dağıtacağım formlarda arkadaşlıkları olumsuz etkileyen bu türden hatalı davranışlar var, şimdi bu hatalı davranışlar yerine hangi davranışların olması gerektiği hakkında tartışacağız**” açıklamasını yapın. “**Ne yapmış? Ne Yapmalı**” Ek 2 formlarını dağıtın, herkesin kendisinin cevaplaması gerektiğini vurgulayın ve doldurmaları için 10 dakika süre verin. İlköğretim 1-2 için çalışma sözlü olarak yapılabilir.

- d. Daha sonra **öğrencilerden yazdıklarını arkadaşları ile paylaşmalarını isteyin.** **Doğru ve yanlış davranışlar ve yanlış davranışlar karşısında zarar gören insanların neler hissetmiş ve yaşamış olduğu üzerinde tartışın.**

## UYGULAMA 2

**Uygulama 2'ye geçmeden önce Uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

- a. Öğrencilere **“Bir önceki derste yanlış davranışlar hakkında konuştuk şimdi ise yanlış davranışlar karşısında ne yapılması gerektiği hakkında konuşacağız”** açıklamasını yapın. Ardından **formdaki durumlara tekrar dönün, her durumda diğer insanların ne yaşamış ve hissetmiş olduğu** hatırlatın. **“Hepsinin ortak özelliğinin insanların rahatsız olmaları”** olduğunu vurgulayarak, insanları davranışlarımızla bilerek ya da bilmeyerek rahatsız ettiğimizde onlardan bu davranışlarımızdan dolayı **özür dilememiz gerektiğinden söz edin.**
- b.
- Aşağıdaki formda belirtilen ifadeleri tahtaya yazın ya da **“Ne zaman Özür Dilerim” Ek-3** formunu çoğaltarak öğrencilere dağıtın.
  - Öğrencilere düşünmeleri ve formu doldurmaları için zaman verin.
  - Daha sonra düşüncelerini ya da yazdıklarını sınıfta paylaşmalarını isteyin. (1. sınıf düzeyinde bu etkinlik sözlü olarak da yapılabilir.)
  - Bir iki örnek de sınıfta drama yoluyla canlandırılabilir.
- c. Öğrencilere yapılan etkinliklerden neler öğrendiklerini sorun. Öğrencilerden alınan görüşleri de onaylayarak özetleyin.

## UYGULAMA 3

**Uygulama 3'e geçmeden önce Uygulama 1 ve 2'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

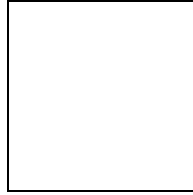
1. Şu ana kadar yapılan çalışmaların sonunda öğrencilerin kendi davranışlarını değerlendirmeleri ve özür dileme davranışı ile ilgi örnekler vermeleri beklenir. Bu amaçla;

- Öğrencilerden **son günlerde arkadaşlarına ya da yakın vrelerinden birisine karşı yaptıkları bir yanlış davranışı dŐnmelerini isteyin.**
- **2-3 dakika dŐnme süresi** verdikten sonra saygıyla dinleme, glmeme gibi **kuralları da hatırlatarak yanlış davranışları hakkında, sınıfta konuşmak isteyen olup olmadığını** sorun. **Gönüllü öğrencilerden örneklerini sınıfla paylaşmalarını** isteyin.

**Not:** Arkadaşları ile ilgili bir örnek vereceklerse, sınıf dıŐından bir arkadaşları olmasını isteyin.( Sınıf içinden bir arkadaşla ilgili sorun görüŐülürken, istenmeyen tartıŐmalar olabilir ve etkinlik amacından uzaklaŐabilir. )

- Verilen örneklerdeki doğru davranışların, (hatalı davranış karşısında özür dileme) gönüllü öğrenciler tarafından drama yoluyla canlandırılmasını sağlayın.

**Not:** Ailenin de evde aynı konu üzerinde tartıŐmasını ve öğrenciye verilen dev formunu doldurması konusunda çocuklarına yardımcı olmasını isteyin.



**Ev devi :**

Hatalı davranışın neydi?	Hata yaptığın kişi ne hissetti ?	Hatalı davranışın için özür diledin mi?	Özür dilediğin kişi ne yaptı?

#### **UYGULAMA 4**

**Uygulama 4'e geçmeden önce Uygulama 1 ,2 ve 3'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını ğrencilerinize hatırlatın.**



1. Öğrencilere bazen arkadaşlık ilişkilerimizde bir takım hatalar yapabildiğimizi ve bu hataların arkadaşlıklarımızı bozabildiğini söyleyin. Hata yapmanın normal olduğunu önemli olanın bu hatamızı fark edip düzeltmek olduğunu vurgulayın.
2. Arkadaşlık ilişkilerinde, hata yaptığımız durumlarda durumu düzeltmek için izlenmesi gereken aşamaları sıralayın. Bu aşamaları tahtaya yazın ya da bir fon kartona yazarak hazırlanan posterin sınıfta herkesin görebileceği bir yere asılmasını sağlayın.

- Yaptığın davranışın farkına var.
- Nerede hata yaptığını tespit et.
- Bu durumun karşındaki kişiye ne hissettirdiğini düşün.
- Özür dilemeye karar ver.
- Nasıl özür dileyebileceğini düşün.
- Doğru zaman ve yeri seç.
- Olayla ilgili duygularını paylaş.
- Özür dile.
- Sonucu değerlendir.

**ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİNDE HATA YAPTIĞIMIZ DURUMLARDA DURUMU  
DÜZELTMEK İÇİN İZLENMESİ  
GEREKEN AŞAMALAR**

- Yaptığın davranışın farkına var.

- Nerede hata yaptığını tespit et.
- Bu durumun, karşıdaki kişiye ne hissettirdiğini düşün.
- Özür dilemeye karar ver.
- Nasıl özür dileyebileceğini düşün.
- Doğru zaman ve yeri seç.
- Olayla ilgili duygularını paylaş.
- Özür dile.
- Sonucu değerlendir.

**3.** Her aşama üzerinde tartışıldıktan sonra örnekler üzerinde konuşun.

**Örnek Olaylar:**

- Kantinde sıra beklerken, istemeden bir arkadaşının içeceğini döktün.
- Annen çiçekleri sulamanı istedi, sen bunu unuttun.
- Arkadaşının veya babanın eşyasını izinsiz kullandın.

- Sınıfa, zil çaldıktan ve öğretmen derse başladıktan sonra girdin.
4. Aşağıdaki yönergeleri vererek, öğrencilerin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını isteyin.

**A-** Son bir hafta içinde özür dilemeniz gereken bir durum oldu mu?

- Bu durumda ne yaptın?
- Ne hissettin?
- Karşı taraf ne yaptı?

**B-** Son bir hafta içinde senden özür dileyen bir kişi oldu mu?

- Bu durumda ne yaptın?
- Ne hissettin?
- Karşı taraf ne yaptı?

**C-** Özür dilemekte zorluk çektiğiniz oluyor mu? Neden?

**Ev Ödevi:** Öğrencilerden bir hafta boyunca **özür diledikleri** ve **kendilerinden özür dilendiği** durumları not etmeleri ve bu durumlar karşısında ne hissettiklerini yazmalarını isteyin.

Kaynak:

- 1.Akkök,F. (1999). İlköğretimde Sosyal Becerilerin geliştirilmesi. Öğretmen el kitabı. ( ikinci basım). Ankara:
- 2.Özgün İlköğretim Eğitim Seti (2005) Özgün Yayınları
- 3.Erkan, S. Ve Kaya, A. (2005). Grupla Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Programları. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

## EKLER

### Ek 1

### ZIP ZIP ÇOCUK NE YAPSIN ?

**1.DURUM:** Zıp Zıp Çocuk bir grup arkadaşıyla birlikte sohbet ediyordu, ama sohbet sırasında sürekli olarak kendisi konuşmak istiyor; başkalarının konuşmalarını sürekli kesiyor ve diğerlerinin konuşmasına fırsat vermiyordu.

**BURADAKİ DOĞRU DAVRANIŞ:**

**BURADAKİ YANLIŞ DAVRANIŞ:**

**DİĞER ARKADAŞLARI NE HİSSETMİŞ OLABİLİR?**

**2. DURUM:** Zıp Zıp Çocuk okulun bahçesinde bir grup arkadaşı ile birlikte neşe içinde yakalamaca oynamaktadır. Zıp Zıp Çocuk koşarken bir ara kenarda sohbet etmekte olan iki çocuğa çarpmıştır.

**BURADAKİ DOĞRU DAVRANIŞ:**

**BURADAKİ YANLIŞ DAVRANIŞ:**

**DİĞER ARKADAŞLARI NE HİSSETMİŞ OLABİLİR?**

Ek :2

**NE YAPMIŞ? NE YAPMALI?**

**ÖRNEK:**

**Durum:** Üç çocuk futbol oynarken biri topu sürekli ayağında tutmaktadır.

**Buradaki doğru davranış:** Çocuğun diğer arkadaşları ile oynaması

**Uygun olmayan davranış:** Çocuğun topu ayağında tutması

**Diğer arkadaşları ne hissetmiş olabilir?:** Topla oynayamadıkları için üzüntü ve kızgınlık

Bu örneğe göre aşağıdaki boşlukları siz doldurunuz

**1. Durum:**

Arkadaşlarınızla birlikte ödev yapmak üzere bir araya geldiniz. Arkadaşınızdan kitabını istiyorsunuz, ancak alırken yanlışlıkla kitap yırtılıyor.

**Buradaki doğru davranış:**.....

**Buradaki yanlış davranış:**

**Kitabın sahibi olan arkadaşınız ne hissetmiş olabilir?**

**2. Durum:**

Arkadaşınızın doğum günü partisine gittiniz. Pastalar ve meyve suları masada duruyor. Bir arkadaşınız meyve suyuna uzanırken, bir başka arkadaşınızın üzerine meyve suyu dökülüyor.

**Buradaki doğru davranış:**

**Buradaki yanlış davranış:**

**Üzerine meyve suyu dökülen arkadaşınız ne hissetmiş olabilir?**

**3. Durum:**

Kütüphanede bir grup arkadaş, öğretmenlerinin verdiği ödevi yapmak için bir araya gelmiş araştırma yapmaktadır. Ancak, bunu yaparken aralarında sesli olarak konuşmaktadır. Kütüphanede başka çocuklar da kitap okumaktadır.

**Buradaki doğru davranış:**

**Buradaki yanlış davranış:**

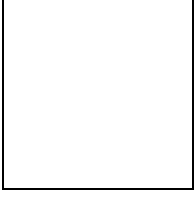
**Kitap okuyan diğer çocuklar ne hissetmiş olabilir?**

**Ek: 3**

**NE ZAMAN ÖZÜR DİLERİM**

1. Aşağıda size bazı durumlar verilmiştir. Bunlardan hangisinde “özür dilerim” demeniz uygun olacaktır.

**Söylediğiniz saatte arkadaşınıza gidememişseniz**



**Arkadaşınızın sizden istediği kitap sizde yoksa**



**Arkadaşınızın başına üzücü bir olay geldiyse**



**Sınıfa zil çaldıktan sonra girerseniz**



### **Konu: HAYIR DİYEBİLME**

**Amaç** : Çocuklara, “Hayır” diyebilme ve arkadaş baskısının yarattığı çatışmalı durumlarla başa çıkma becerilerini kazandırmak.

**Düzyey** : 1. sınıf ve üstü

**Materyal**: Kartonlar, renkli kalın yazan kalemler, panolar, yazı tahtası, varsa bilgisayar,

projeksiyon ve perde.

Süre :Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

**“HAYIR” diyebilmek, bizi istemediğimiz şeyleri yapmaktan kurtaran sihirli kelimedir”**

**“Hayır demek sanıldığı kadar zor değildir.”**

**“Yeri geldiğinde “HAYIR” diyebilmek bizi mutsuzluktan, tehlikelerden ve zarar görmekten kurtarır.”**

vb. önceden hazırlanan, renkli kalemlerle kartonlara yazılmış cümleler uygun yerlere asılır.

**“Çocuklar hepimizin zaman zaman arkadaşlarımıza, tanıdığımız, sevdiğimiz insanlara “HAYIR” diyemediğimiz durumlar vardır”** deyin ve örneklendirin.

**Örnek 1:**

**“Sizden sürekli ödünç bir şey isteyen ancak geri getirmeyen (para, kitap, araç-gereç vs.) bir arkadaşınız vardır. Kızarsınız, kırılırsınız, artık ona bir şey vermek istemiyorsunuzdur; yaptığı hatayı yüzüne vurmanız gerekmektedir ve ardından da bu şekilde davranmaya devam ettiğinde kocaman bir “HAYIR” demeniz kaçınılmaz olmuştur. Ama, bir şeyler sizi engeller”** deyin.

**Örnek 2:**

**Evde yapmanız gereken bir sürü işiniz vardır. Arkadaşınız ısrarla sokağa çağırılmaktadır. Bir de tehdit savurur. “Gelmezsen bir daha seni takıma almayız. Tam da sizin ders çalışma saatinizde... Belki de ertesi gün çok önemli bir de sınav vardır...”**

**“Çocuklar şimdi bu iki örneği düşünelim”** deyin ve soruları sorun.

Örnek 1 ve 2 için;

- Soru 1: Sizce bu örnekte **“Hayır”** diyememek ne gibi zararlara yol açar?

- Soru 2: Sizce bu örnekte **“Hayır”** denmiş olsa ne gibi yarar sağlar?

Öğrencilerin verdiği yanıtları tahtaya yazın.

**“Evet çocuklar çok güzel yanıtlar verdiniz”** deyin ve ardından şu soruyu sorun:

**“Şimdi bir düşünün bakalım sizin de “Hayır” diyemediğiniz ve zor durumda kaldığınız; istemediğiniz halde yapmak zorunda kalıp, mutsuz olduğunuz, zarar gördüğünüz durumlar oldu mu?”**

- Daha sonra çocuklara, kötü ya da yanlış olduğunu düşündükleri, yapmak istemedikleri halde yapmak zorunda kaldıkları durumda **neler hissettiklerini** sorun ve paylaşın.

**“Peki, söylediğimizde bize bu kadar yarar sağlayabilecek, söyleyemediğimizde de bizi korumasız bırakan bir kelimeyi “HAYIR” ı söylemekte neden zorlanırsınız?”**

Çocukların yanıtlarını alın. Siz katkıda bulunarak **“Hayır”** demeyi engelleyen nedenleri yazın.

**“Çocuklar istemediği durumlarla karşılaşan herkesin “Hayır” demeye hakkı vardır”** deyin.

**“Seni istemediğin bir şey yapmaya zorlayan, sana zarar veren, seni mutsuz eden bir arkadaşı kaybetmekten ve yalnız kalmaktan korkma.”**

**“Sana “HAYIR” diyemediğin için baskı yapan ve istemediğin şeylere zorlayan ya da “Hayır” dediğinde arkadaşlığını bitiren kişi zaten iyi arkadaş değildir ve seni sevmiyordur”** deyin ve bunları yazın.

### **Ev Ödevi:**

Bir sonraki derse, bunlarla ilgili **engeller panosunu** hazırlayıp ya da hazırlatıp sınıfa asılmasını sağlayın.

### **UYGULAMA 2**

**Uygulama 2’ye geçmeden önce Uygulama 1 ’de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

Bir önceki dersteki bilgileri ve kazanımlarını hatırlatarak **“hayır”** diyememenin çekingен bir durum olduğu üzerinde durun.

Tahtaya,



Çocukların arkadaş baskısı karşısında kullanabilecekleri bazı sözlerden örnekler yazın:

- Hayır, teşekkürler.
- Hiç şansın yok.
- Hiçbir yolu yok!
- Böyle bir şeyin olmasının imkanı yok.
- Israr etme, yararsız.
- Üstüme gelme, istemiyorum.
- Bu hoşuna gitmeyecek ama istemiyorum.

**Yukarıdaki reddetme cümlelerinin kullanıldığı beceri alıştırmaları yaptırın.**

Örnekleri **sınıf düzeyini göz önünde bulundurarak** paylaşın. Öğrencilerin örnekler bulmasını isteyin.

**1.öğrenci:**Biraz daha oynayalım, öğretmen zili çaldıktan sonra derse gireriz.

**2.öğrenci:** Reddetme cümlesi söyler(Yukarıdaki örneklerden yararlanmasına izin verin)

**1.öğrenci:**Ahmeti oyuna katmayalım, bana kalemimi vermedi.

**2.öğrenci:** Reddetme cümlesi söyler(Yukarıdaki örneklerden yararlanmasına izin verin)

**1.öğrenci:**Ben Suna'ya küstüm, sen de küs.Onunla oynamayalım.

**2.öğrenci:** Reddetme cümlesi söyler(Yukarıdaki örneklerden yararlanmasına izin verin)

**1.öğrenci:** “Hadi gel sigara içelim.”

**2.öğrenci:** Yukarıdaki reddetme cümlelerinden uygun birini söyler.

**1.öğrenci:** Yarın ki sınavda kopya çekelim mi?

**2.öğrenci:** .....

**Bu aşamadan sonra öğretmen “Hayır” deme ile ilgili önemli noktaları vurgular;**

a) Bir teklif ya da durumla karşılaştığında önce isteyip istemediğine karar ver.

b) Sonra kabul et ya da reddet.

c) Eğer reddedilen sen isen bunu kabullen, karşındakine seçenek sun ama sakın zorlama.

- d) “Hayır” derken karşıdaki kişiyi incitmemeye çalış.
- e) Ses tonunu uygun şekilde ayarla.
- f) Göz teması kur.

### Ev Ödevi:

**1-Sizinle dalga geçildiğinde ya da başkasıyla dalga geçildiğini gördüğünüzde, yapmanız gerekenleri hatırlayarak ve uygulayarak nasıl hissettiğinizi, verdiğiniz tepkileri ve arkadaşlarınızın tepkilerini yazın.**

Sizinle dalga geçildiğini hissettiğiniz konu	Öğrendikleriniz doğrultusunda verdiğiniz tepki	Neler hissettiğiniz?	Arkadaşınızın size olan tepkisi
1			
2			
3			
4			
5			
6			

**2-Arkadaşlarınızın sizden yapmanızı istedikleri fakat sizin yapmak istemediğiniz durumlarda, konuştuklarımızı hatırlayarak ve uygulayarak, nasıl tepki verdiğinizi, neler hissettiğinizi ve arkadaşlarınızın size olan tepkilerini yazın.**

Arkadaşlarınızın sizden yapmanızı istedikleri fakat sizin yapmak istemediğiniz durumlar	Nasıl tepki verdiğiniz?	Neler hissettiniz?	Arkadaşınızın size olan tepkisi

1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			

### Konu: FARKLILIKLARA SAYGI

Amaç : Kendi bireysel farklılıklarının farkına varma.  
Kendisi ile aile bireyleri arasındaki farklılıkları tanıma.  
Kendi toplumsal konumunun farkına varma.  
Kendi isteğimiz dışında oluşan farklılıkları tanıma.  
Farkındalıklara saygı duyma.

Farkındalıklara saygının insanlığa kazandırdıkları.

Düzyey :Uygulama 1-2 : 1. sınıf ve üstü.Uygulama 3: düzey 4. sınıf ve üstü.

Uygulama 4 : düzey 4. ve 5. sınıf. Uygulama 5 : düzey 4 ve 5. sınıf

Uygulama 6 : düzey 4 ve 5. sınıf

Bu etkinlikler diğer sınıf düzeylerine, sınıf öğretmeninin yapacağı düzenlemeler ile uygulanabilir.

Materyal:

Uygulama 1: Bir adet çizgisiz kağıt, Kendi fotoğrafı.

Uygulama 3: Atık materyaller,Fon kartonu.

Uygulama 4:Farklı ülkelerin, orada yaşıyan insanların ve çocukların resimleri, o ülkelerin sanat ve kültür eserleri, fon kartonu.

Uygulama 6: 2 çarpı 2 boyutlarında iki karton,

savaş manzaraları,üzgün insanlar,savaş mağdurlarının resimleri.

barışı simgeleyen gülen mutlu insanların, kentlerin, ülkelerin fotoğrafları.

Süre :Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

a. Kendi fiziksel özelliklerinizi tanımlayın. Örneğın ”**Ben siyah gözlü, uzun saçlı, kısa boylu, kilolu,vb. fiziksel özelliklere sahibim**” gibi. Sonra

“**Siz de kendi fiziksel özelliklerinizden bahseder misiniz?**”deyin.

b. Kendi kişilik özelliklerini tanımlayın. Örneğın “**Ben sakin, cana yakın, iyilik sever, alıngan biriyim**” gibi. Sonra

“**Sizler de kendi kişilik özelliklerinizden bahseder misiniz?**”deyin.

c. Kendi fotoğraflarını çizgisiz kağıda yapıştırıp altına kendi fiziksel ve kişilik özelliklerini yazmalarını isteyin.

### UYGULAMA 2

**Uygulama 2’ye geçmeden önce Uygulama 1’de neler öğrendiklerini, neler paylaştığını öğrencilerinize hatırlatın.**

Kendi aile bireyleriniz ile kendinizin farklılıklarını fiziksel yönden ve kişilik bakımından anlatın. ”**Benim kardeşim çok sinirlidir; fakat ben çok sakin ve sabırlıyım; annem yeşil gözlüdür ama ben kahverengi gözlüyüm vb.**”

- 1.Kardeşinin/kardeşlerinin senden farklı olan fiziksel özelliklerini söyler misin?
- 2.Annenin/babanın farklı olan fiziksel yönlerini söyler misin?
- 3.Kardeşinin senden farklı olan –Olumlu özellikler üzerinde durulmasını sağlayın-kişilik özelliklerini tanımlar mısın?
- 4.Anne/babanın senden farklı –Olumlu özellikler üzerinde durulmasını sağlayın-kişilik özelliklerini tanımlar mısın?

### **Ev Ödevi**

Malzeme :Bir adet fon kartonu, Aile bireylerinin fotoğrafları.

Kendisinin, kardeşi/kardeşlerinin, anne ve babasının fotoğraflarını bir fon kartonuna yapıştırıp altına fiziksel özellikler ve olumlu davranışları hakkında yazılar yazması istenebilir.

Bu etkinliği, evde yapıp getirmeleri istenebilir ya da yukarıdaki uygulamanın devamı olarak sınıfta yapılması sağlanabilir.

## **UYGULAMA 3**

**Uygulama 3'e geçmeden önce Uygulama 1 ve 2'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

"Ben İzmir'in Ödemiş ilçesinde orta halli bir ailenin 3. çocuğu ve kız olarak dünyaya geldim vb."deyin ve onlarında aşağıdaki sorulardan yararlanarak kendileri hakkında bilgi vermelerini sağlayın.

- 1.Yaşadığınız yeri tanımlayınız.(ülke,il,ilçe)
- 2.Anne-babanızın mesleği nedir?
- 3.Cinsiyetinizi söyleyin.

**ETKİNLİK:** Artık materyaller kullanılarak yaşadığı yerin özelliklerini anlatan, grup sanat çalışmasının hazırlanmasını sağlayın.

Artık materyaller kullanarak yaşadığı yerin ve ailesinin fon kartonu üzerine resmini yapmasını sağlayın. İki konu birleştirilerek de yaptırılabilir.

## **UYGULAMA 4**

**Uygulama 4'e geçmeden önce Uygulama 1,2,3'de neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

- 1.Doğuştan belirleyemediğimiz fiziksel yönler nelerdir?(cinsiyet ,fiziksel görünüş vs.)

2.Doğuştan belirleyemediğimiz toplumsal yönlerimiz nelerdir?(Aile, yaşanılan bölge,gelir düzeyi, eğitim imkanları)

**“Bizim dış görünüşümüzü, ailemizi, ülkemizi vb. özelliklerimizi belirleme hakkımız yoktur, bunları biz belirleyemediğimize göre farklılıklarından dolayı insanları yargılamaya ve aşağılamaya hakkımız yoktur”** diyerek kısa bir açıklama yapın.

### **ETKİNLİK:**

Farklı ülkelerin ve o ülkelerde yaşayan kişilerin resimlerini, folklorik özelliklerini vurgulayan posterleri getirmelerini isteyin. Kartondan bir dünya yaptırıp, etrafına renk renk çocuk fotoğrafları yapıştırabilirsiniz vb. Ortaya çıkan ürünün sınıfta sergilenmesini sağlayın.

23 Nisan çocuk bayramının ve Atatürk'ün öneminden bahsederek çalışmayı sonlandırın.

## **UYGULAMA 5**

**Uygulama 5'e geçmeden önce Uygulama 1,2,3,4'de neler öğrendiklerini, neler paylaştığını öğrencilerinize hatırlatın.**

1.Fiziksel farklılıklarımıza(cinsiyet,fiziksel görünüm) saygı duyulmasa ne hissederdik?

2.Sosyal farklılıklarımıza(sosyo-kültürel) saygı duyulmasa ne hissederdik?

### **ETKİNLİK:**

Bir gemiye bindiniz, yolculuk yapıyorsunuz. Gemi arızalandı ve bir adaya düştünüz. Renkleri, gelenek ve görenekleri çok farklı olan insanlarla karşılaştınız. Siz burada bir yabancısınız. Bu adada, yukarıda konuşulanları dikkate alarak neler yaşarsınız.(kabul edici veya reddedici durumlar.)

### **RED**

A.Fiziksel görünüşünüzün farklı olmasından dolayı sizi aşağıladılar.

B.Zorla kendi yemeklerini yedirmeye çalışıyorlar.

C.Onların ülkesinde sizin karşı cinsiniz söz sahibi ve size kötü davranıyorlar.

D.Sizi kendileri gibi giyinmeye zorluyorlar.

### **KABUL**

A.Sizi insan olarak kabul ettiler.

B.Sizi anlamaya çalışıyorlar.

C.Size yemeklerini ikram ediyorlar. Ama yemeniz için sizi zorlamıyorlar.

D.Cinsiyetiniz önemli değil, sizi insan olarak görüyorlar.

Çocuklara bu örnek durumları da söyleyin, bu durumda kendilerini nasıl hissedeceklerini sorun.

## UYGULAMA 6

**Uygulama 6'ya geçmeden önce bundan önceki uygulamalarda neler öğrendiklerini, neler paylaşıldığını öğrencilerinize hatırlatın.**

- 1.Farklılıklarımıza saygı duyulduğunda ne hissediyoruz?
- 2.Sizce savaşlar neden çıkar?
- 3.Sizce barışın temelinde ne yatar?

**Yurtta barış cihanda barış.**

**Mustafa Kemal ATATÜRK**

**Etkinlik:**

Kartonlara resimler yapıştırılır.

Çirkin ördek yavrusu gibi çizgi filmler sınıfta izlenebilir.

## VELİYE ÖNERİLER

**Öğretmen tarafından, velilerin yukarıdaki bilgilerden haberdar olmaları ve aşağıdaki konularda çocuklarıyla dialog kurma çalışmalarına katkı sağlayacaktır.**

Çevresindeki insanların farklılıklarına dikkat çekerek onların olumlu yönlerinden bahsetme.

İnsanlar arasındaki farklılıkların doğal olduğunu, bunları insanların kendilerinin belirleyemediğini vurgulama.

Farklılıkların güzelliklerinden bahsetme.

Farklılıkların yaşamımıza kattığı olumlu duygulardan, zenginliklerden bahsetme.

## Konu: HAKLAR VE ÖDEVLER

Amaç : Okuldaki haklarını bilmek.Ailedeki haklarımızı bilmek.

Ailedeki ödevlerini bilmek. Haklar ve ödevler dengesini kavrama.

Düzyey :2. sınıf ve üstü. Etkinlikler sınıf öğretmeninin , diğer sınıflarda sınıf düzeylerine göre yapacağı düzenlemeler ile uygulanabilir.

Materyal:Uygulama 1 ve 3 için, Fon kartonu,A4/4 büyüklüğünde kağıt.

Uygulama 4 için,"Parayı Veren Düdüğü Çalar" hikayesi.

**Süre** :Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.)

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

**Konunun amacından bahsederek, aşağıdaki soruları tek tek sorarak çalışmayı başlatın.**

- 1.Okula geliş amacınız nedir?
- 2.Nasıl bir okulda okumak istersiniz?
- 3.Sınıfınızın nasıl olmasını isterdiniz?
- 4.Öğretmeninizin nasıl olmasını isterdiniz?

Sorularla ilgili paylaşımlar bittikten sonra, öğrencilerin okulda ve sınıftaki haklarını bir kartona (Her öğrenciye bir tane gelecek şekilde de olabilir) yazarak ya da resimlerle süsleyerek sınıfa ve koridorlara asılmasını sağlayın.

### UYGULAMA 2

**Uygulama 2'ye geçmeden önce uygulama 1'de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.**

**Aşağıdaki soruları tek tek sorarak çalışmayı başlatın.**

- 1.Okuldaki ödevleriniz nelerdir?
- 2.Sınıfa karşı görevleriniz nelerdir?
- 3.Öğretmene karşı görevleriniz nelerdir?vs.

Sorularla ilgili paylaşımlar bittikten sonra, görevlerini söyleyen her öğrenci tarafından A4/4 büyüklüğündeki bir kağıda, bunların yazılıp bir kartona yapıştırılarak sınıfa ve koridorlara asılmasını sağlayın.

### UYGULAMA 3

**Uygulama 3'e geçmeden önce uygulama 1, 2'de neler öğrendiklerini, neler paylaştığını öğrencilerinize hatırlatın.**

- 1.Annemizde ne gibi haklarımız vardır?
- 2.Babamızda ne gibi haklarımız vardır?
- 3.Kardeşlerimizde ne gibi haklarımız vardır?



## Ev Ödevi

Bunları maddeler halinde yazıp odasına asıp ailesiyle paylaşması.

### UYGULAMA 4

**Uygulama 4'e geçmeden önce uygulama 1, 2,3'de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.**

Aşağıdaki sorular üzerinde durarak öğrencilerin duygu ve düşüncelerini alın.

1. Annenize karşı görevleriniz nelerdir?
2. Babanıza karşı görevleriniz nelerdir?
3. Kardeşinize karşı görevleriniz nelerdir?

Daha sonra aşağıdaki soruları öğrencilerinizle tartışarak gerekli bilgilenmeyi sağlayın.

1. Okuldaki ödevlerimizi yerine getirmezsek okul nasıl olur?
2. Ödevlerimizi yerine getirmeden hak talep edebilir miyiz?
3. Evdeki ödevlerimizi yerine getirmezsek ne olur?
4. Evdeki ödevlerimizi yerine getirmeden hak talep edebilir miyiz?

### Konu: ALAY ETME

Amaç : Başkalarına saygı duymayı öğrenme.

Alay etme ile baş edebilme becerisini kazandırma

Düzyey : 1. sınıf ve üstü

Materyal: Uygulama 1 için: Yazı tahtası, kağıt, kalem

Uygulama 2 : Kuklalar,oyuncak bebekler

Süre \_\_\_\_:Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine ya da sınıf düzeyine göre süre daha az olabilir.

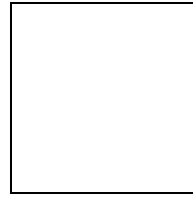
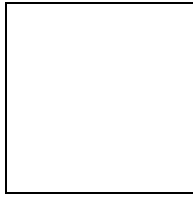
Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

#### 1. Aşama

- a. Sınıfa girdikten sonra öğrencilere **“Şimdi bir öykü okuyacağım, bakalım bu öykü neler anlatıyor ?”** diyerek dikkat çekin ve okumaya başlayın.



**“Tan uzun boylu, zayıf bir çocuktur. Bir gün okula güzel bir çanta ile geldi. Cem bakmak için çantayı Tan’ın elinden çekip aldı. Tan Cem’e kızdı ve “Çantamı geri ver!” dedi. Cem “Al çantamı leylek!” diye çantayı yere attı. Bu olaydan sonra bazı çocuklar, Tan’a “leylek” demeye başladılar.”**

- b. Öyküyü okuduktan sonra aşağıdaki soruları öğrencilere yöneltin. Cevapları tahtaya yazın ve konu üzerinde sınıfça tartışın.( Öncelikle parmak kaldıran öğrencilere söz hakkı vermekle birlikte, parmak kaldırmayan öğrencileri de zorlamadan konuşmaya cesaretlendirebilirsiniz.)

1. Bu durumda Tan ne hissetmiş olabilir?
2. Bu durumda Tan ne yapmalı ?
3. Size hiç isim takan oldu mu ? Öyleyse, siz ne hissettiniz ?
4. Siz bir arkadaşınızı takma isimle çağırdınız mı ?

#### 2. Aşama

Öykü hakkında tartışıldıktan sonra, öğrencilere **şimdiye kadar kimsenin onlarla dalga geçip, duygularını incitip incitmediğini sorun. Bu arada dalga geçilip geçilmedikleri konusunda emin olmaları gerektiğini de hatırlatın; arkadaşlarının şaka da yapmış olabileceklerini söyleyin.**

Sonra, **çocukların dalga geçildiğinde, bununla nasıl baş ettiklerini sorun Hepsini tahtaya yazın.**

Daha sonra bunların hangilerinin olumlu baş etme yolları olduğunu sorun ve sizinde yardımınızla.

**OLUMLU BAŞETME YOLLARI**

.....

**SALDIRGAN BAŞETME YOLLARI**

.....

**ÇEKİNGEN BAŞETME YOLLARI**

.....

olarak gruplandırmalarını sağlayın. Bu tutumların sonuçları üzerinde tartışın.

### 3. Aşama

Daha sonra kendisiyle **alay edildiğinde öğrencilere uygulayabilecekleri seçeneklerin listesini** verin. Sınıfta herkesin görebileceği uygun bir yere asın.

Ek:1

## **UYGULAMA 2**

**Uygulama 2'ye geçmeden önce uygulama 1' de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.**

- a. Alay edildiğinde, öğrencilere uygulayabilecekleri seçeneklerin listesindeki maddelerin her biri üzerinde tek tek durun, örnekler verin.
- b. Daha sonra öğrencilere alay edilmenin konu olduğu aşağıdaki senaryoları verin ve çocuklardan bu senaryoları canlandırmalarını isteyin.

Sonunda **her öğrenciye neler hissettiğini ve bu durumda ne yapmak isteyeceğini** sorun.

Öğrencinizin vereceği tepkileri, diğer öğrencilerin sunacağı seçeneklerle karşılaştırarak değerlendirin.

--	--	--

- Öğretmene yardım ettiğin için arkadaşların seninle alay ediyorlar.
- İsmiyle dalga geçiyorlar.
- Gözlük taktığın için seninle dalga geçiyorlar.
- Öğretmenin sınıfta sorduğu soruya cevap veremediğinde alay ediyorlar.
- Düşük not aldığın için, sana gülüyorlar.
- Derslerine çok çalıştığın için seninle alay ediyorlar.
- Dış görünüşünle ilgili (boy,kilo çil vs.) alay ediyorlar.

### UYGULAMA 3

Uygulama 3'e geçmeden önce uygulama 1 ve 2' de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.

--

--

--

- a. Elinde kuklalarla veya oyuncak bebeklerle ya da çalışma için uygun gördüğünüz materyallerle sınıfa girin.  
**Çocukların birbirleriyle alay etmeleri, birbirlerini kızdırmaları hakkında öğrencilerle konuşun ve böyle durumlarda neler yapabileceklerini sorun.**
- b. Cevapları aldıktan sonra alayla baş edebilme konusunda geri bildirimde bulunun. Burda Ek-1 kullanılabilirsiniz.
- c. "Şimdi sizlerle kukla oynayalım" deyin ve kuklaları elinize geçirip aşağıdaki şekilde oynatın.

- Kukla: (Ağlar)

- Diğer Kukla: Ne oldu ?

- Kukla: Arkadaşlarım beni hep kızdırıyorlar, bana "şişko" diyorlar. Çok kızıyorum. Onlara vurmam istiyorum.

- Diğer Kukla: Seni böyle kızdırdıkları için çok üzgünüm. Ben sana yardım edeceğim.

- Kukla: Nasıl?

- Diğer Kukla: Sana çok kolay bir şey öğreteceğim. Böylece arkadaşların seninle bir daha alay etmeyecekler.

- Kukla: Gerçekten mi?(Ağlamaya devam eder)

- Diğer Kukla: Evet. Böyle zamanlarda yapacağın tek şey ne biliyor musun? Onları görmüyormuş, duymuyormuş gibi yapmak

- Kukla: Nasıl yapacağım bunu ?

- Diğer Kukla: Gel seninle çalışalım. Sana ne zaman “şişko” derlerse onlara bakmayacaksın, duymamış gibi yapacaksın, arkanı döneceksin.

- Kukla: Haydi başlayalım. Sen bana “şişko” de...

“İki arkadaş 5-6 gün çalıştılar. Sonunda, kendisiyle alay edenleri duymuyormuş gibi davranmayı öğrendi. Böylece alay eden çocuklar, onun kızmadığını görünce vazgeçtiler” diyerek öğretmen öykünün sonunu getirir.

d. “Şimdi de siz dener misiniz?” diyerek öğrencileri cesaretlendirin. Gönüllü iki öğrenciye kuklaları verin, gerektiğinde öğrencilere yardım edin.

Bitirince “Aferin, çok güzel yaptınız” diyerek öğrencileri ödüllendirin. Kukla oyunu hakkında tartışın ve siz bir değerlendirmede bulunun.

( Daha üst sınıflarda kukla yerine, rol yaptırarak bu etkinlik denenebilir)

Kaynak:

- 1.Akkök,F. (1999). İlköğretimde Sosyal Becerilerin geliştirilmesi. Öğretmen el kitabı. ( ikinci basım). Ankara: Özgür Yayınları.
2. Çetin, F. Alpa Bilbay, A. Albayrak Kaymak, D. (2001) Araştırmadan uygulamaya çocuklarda sosyal beceriler. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.

## Konu: YARDIM ETME

Amaç : Öğrencilerin yardım etme duygularının geliştirilmesi

Düzyey : 1. sınıf ve üstü

Materyal: Yazı tahtası,kalem,fon kağıdı

Süre :Her uygulama için 1 ders saati(Sınıfınızın özelliğine göre süre daha az olabilir.

Bir Uygulama sınıfınızın özelliğinden ya da konunun içeriğinden vs. dolayı yarım kalırsa bir sonraki ders bir önceki derste neler yapıldığı hatırlatılarak kalan bölüme devam edilebilir.

## SÜREÇ

### UYGULAMA 1

#### 1.Aşama

1- Çocuklara hangi durumlarda, insanlara yardım ettiklerini sorun. Çocukların yanıtlarını tahtaya yazdıktan sonra, yardım etmenin de öğrenilebileceğini ve bunun basamakları olduğunu söyleyin.



2- Önceden fon kağıdına hazırladığınız bu basamakları tahtaya asın.

- Karşıdaki kişinin yardıma ihtiyacı olup olmadığına karar ver . (Onu izle ve o an gereksinimi olan şeyi düşün).

- Yardım etme yollarını düşün. (Bir şey yaparak, ona cesaret verip destekleyerek ya da başka birinden yardım isteyerek).



- Bir kişiye yardıma gerek duyup duymadığını ya da yardım isteyip istemediğini sor.
- Yanıt evet ise “Yardım et.”

3- Yukarıdaki basamakların ardından aşağıdaki örnek olayı verin ve öğrencilerin basamakları uygulamalarını sağlayın.

**Okul bahçesinde, bir çocuğun taşıdığı kağıtlar rüzgarla uçmaya başlar. Çocuk etrafa savrulan kağıtları yakalamaya çalışır.**

4-

a. Öğrencilere bu durumda neler yapabilecekleri sorulur ve verdikleri yanıtlar tahtaya yazılır. Olası yanıtlar şunlar olabilir:

- Yanından geçer görmezlikten gelirim.
- Kağıtları toplamasına yardım etmek istediğimi söylerim.
- Onun bu komik haline güler geçerim.

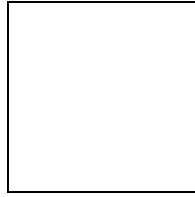
➤ Beceriksiz olduğunu söyler, dalga geçerim.

b. Öğretmen verilen cevapların arkasından şu soruyu sorar ve cevaplarını alır.

“**Sonra neler olur?**” (olası cevaplar)

- ✓ Benim için bir şey değişmez.
- ✓ O memnun olur ve ben kendimi iyi hissederim.
- ✓ O daha da utanır.
- ✓ Kendini daha kötü hisseder.

c. Öğretmen verilen cevapların içinden sizce en iyi seçenek hangisi? diye sorar ve cevaplarını tahtaya yazar.



Yaşanan bu durumla ilgili “**Olumsuz düşünceler neler?**” Bunları öğrencilerle paylaşın.

d. “**Ona yardım etmeye cesaret edemiyorum. Eğer yardımımı istemezse bana kızabilir ve kendimi çok kötü hissederim. Ona ne söyleyeceğimi bilemiyorum.**”

Çocuklara bu düşüncenin kişiyi nasıl hissettireceğini ve bu duygu sonucunda nasıl davranacaklarını sorun. Sonra diğer olumlu yanıtlar üzerinde konuşun.

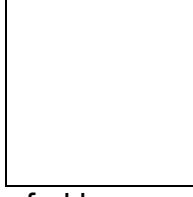
## UYGULAMA 2

**Uygulama 2’ye geçmeden önce Uygulama 1’ de neler öğrendiklerini, neler paylaştıklarını öğrencilerinize hatırlatın.**

- a. Öğrencilerinizin nasıl yardım önerebileceğini **canlandırarak** gösterin  
Örnek; **Yüksek fakat arkadaşça bir ses tonuyla, gülümseyerek yüzlerine bakın ve sorun.**

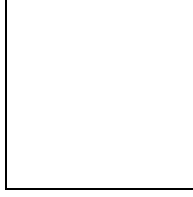
“**Zavallı çocuk, kağıtlarını toplamak için uğraşiyor. Ona yardım etmek istediğimi söyleyeceğim, isterse birlikte toplayabiliriz. Eğer yardımımı istemezse, “Hayır” der. En azından ben yardım önermiş olacağım.**”





b. Daha sonra her çocuğa farklı senaryolar verip, basamakları uygulayarak canlandırmalarını isteyin.

- **Büyük bir parkta, annesini kaybeden bir çocuk görüyorsunuz.**
- **Arkadaşınızla birlikte sinemaya gitmek istiyorsunuz fakat arkadaşınızın annesi eve gelmeden dağıttığı odasını toplaması gerek.**
- **Arkadaşınızın koşarken düştüğünü görüyorsunuz.**
- **Okulda ellerinde torbalar olan bir çocuk görüyorsunuz. Torbalardan biri delik ve içindekiler düşmek üzere.**
- **Arkadaşınız, silgisini arıyor ver bulamıyor.**
- **Kardeşiniz ayakkabısının bağcıklarını bağlamakta zorlanıyor.**



c. Yapılan bu rol çalışmalarının ardından sırası gelen her çocuğa şu

soruları sorun :

- **Sence yardım etmen gerekli mi?**
- **Ne şekilde yardım edebilirsin?**
- **Ne söylemen gerekir?**

Bu soruları sorup neler hissettikleri hakkında duygularını paylaşımlarını sağlayın.



d. Bu paylaşımın arkasından tüm sınıfa “**Bugün neler konuştuk, neler öğrendik**” deyip öğrencilerin bu etkinlikteki kazanımları hakkında konuşmalarını sağlayın. Öğrencilerin konuşmalarının ardından tekrar bir toparlama yapın ve konuyu iyi dileklerle bitirin.

Kaynak:

Çetin F. Bilbay A. Kaymak D. B. Araştırmadan uygulamaya Çocuklarda sosyal beceriler

## FARKLILIKLARA SAYGI

### Örnek PUANLAMA ÖLÇEĞİ

Öğrencinin Adı Soyadı:.....

Yaşı :.....

Sınıfı

Ölçeği Doldurma

tarihi:.....

Ölçeği Dolduran Kişinin İsmi:.....

Sınıf Öğretmeninin Adı Soyadı:.....

**YÖNERGELER:** Bu öğrenciyi aşağıdaki becerileri ne kadar iyi kullandığı yönünde puanlayın.

Yuvarlak içine alın:

1

1-Beceriye **ÇOĞU ZAMAN** kullanıyorsa

2-Beceriye **BAZEN** kullanıyorsa

3-Beceriye **HİÇ BİR ZAMAN** kullanmıyorsa.

Değerlendirme

2

3

Arkadaşlarının fiziksel görünümü ile dalga geçen bir öğrenciyi yukarıdaki gibi puanladınız.Eğer bu şekilde düşük puanlama yapmışsanız öğrencinizin bunları yapamama nedenlerini tespit ederek gerekli yönlendirmeyi, ek çalışmaları planlayın.Öğrenciyi motive ederek zaman içerisinde bu beceriyi kazanması konusunda çalışın. Tekrar uygun örnekler vermek yapıcı yorumlar yapmak, zaman zaman olumlu davranış ve düşüncelerini pekiştirmek vs. Becerinin öğrencide yerleşmesinde yararlı olacaktır.

---

**PUANLAMA**

	ÇOĞU ZAMAN	BAZEN	HİÇ BİR ZAMAN
1. Arkadaşlarının fiziksel görünümü ile dalga geçer.	1	2	3
2. Arkadaşlarını fakir diye küçümsemez.	1	2	3
3. Arkadaşları arasında fiziksel özelliklerine göre ayırım yapmaz.	1	2	3
4. Ailesinin mesleki konumundan dolayı diğer arkadaşlarını küçümsemez.	1	2	3
5. Ailesinin gelir düzeyinden dolayı arkadaşları arasında ayırım yapmaz.	1	2	3
6. Ailesinin mesleki konumlarına göre arkadaşları arasında ayırım yapmaz.	1	2	3

## HAKLAR VE ÖDEVLER

### Örnek PUANLAMA ÖLÇEĞİ

Öğrencinin Adı Soyadı :..... Sınıfı :.....  
Yaşı :..... Ölçeği Doldurma tarihi:.....

Ölçeği Dolduran Kişinin İsmi:.....  
Sınıf Öğretmeninin Adı  
Soyadı.....

**YÖNERGELER:** Bu öğrenciyi aşağıdaki sosyal becerileri ne kadar iyi kullandığı yönünde puanlayın.  
Yuvarlak içine alın:

- 1-Beceriye **ÇOĞU ZAMAN** kullanıyorsa
- 2-Beceriye **BAZEN** kullanıyorsa
- 3-Beceriye **HİÇ BİR ZAMAN** kullanmıyorsa.

Değerlendirme:

Eğer öğrencinize düşük puanlama yapmışsanız öğrencinizin bunları yapamama/ yapmama nedenlerini tespit ederek gerekli yönlendirmeyi , ek çalışmaları planlayın.Öğrenciyi motive ederek zaman içerisinde bu beceriyi kazanması konusunda çalışın. Tekrar, uygun örnekler vermek yapıcı yorumlar yapmak , zaman zaman olumlu davranış ve düşüncelerini pekiştirmek vs. becerinin öğrencide yerleşmesinde yararlı olacaktır.

**PUANLAMA**

	<b>ÇOĞU ZAMAN</b>	<b>BAZEN</b>	<b>HIÇ BİR ZAMAN</b>
1.Etkinlik öncesine göre sınıf kurallarına daha iyi uyar.	1	2	3
2.Etkinlik öncesine göre hakkını daha iyi savunur.	1	2	3
3. Etkinlik öncesine göre ödevlerini daha çok yerine getirir.	1	2	3
4. Etkinlik öncesine göre sorumluluklarının daha iyi bilincindedir.	1	2	3
5. Etkinlik öncesine göre okuldaki sorumluluklarını daha iyi yerine getirir.	1	2	3

**ÖRNEK DEĞERLENDİRME TABLOLARI**

**DİNLEME**

Öğrencinin Adı Soyadı :..... Sınıfı :.....

	<b>EVET</b>	<b>HAYIR</b>	<b>BAZEN</b>
Dinlerken göz teması kurar			
Dinlediği kişiye dikkatini yoğunlaştırır			
Görgü kurallarına uygun dinler			
Dinlediği konuda anlamadığı noktalarda soru sorar			
Dinlediği konuda sorulara yanıtlar verir.			
Dinlerken düzgün durur			

**SELAMLAŞMA İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME TABLOSU.**

Öğrencinin Adı Soyadı :..... Sınıfı :.....

	<b>EVET</b>	<b>HAYIR</b>	<b>BAZEN</b>
Tanıdığı kişilerle karşılaştığında			

gölümser.			
Onlara, biliyorsa ismi ile hitap eder.			
Merhaba, günaydın, nasılsın veya uygun sözcüğü söyler.			
Değişik selamlaşma şekillerini bilir ve kullanır.			
Tanıdığı kişilerden selam aldığında, o da karşılık verir.			
Selam verip aldığında kendini iyi hisseder.			

### Konuşmayı Başlatma ve Sürdürme İle İlgili Değerlendirme Tablosu.

Öğrencinin Adı Soyadı :..... Sınıfı :.....

	EVET	HAYIR	BAZEN
Konuşmaya karar vermek ve başlamakta zorlanır			
Konuşmaya başladığında uygun şekilde davranır			
Konuşmaya başlamak için uygun yer ve zamanı seçer			
Konuşmak istediği konuyu belirler ve paylaşır.			
Karşıdaki kişi konuşurken, onun davranışlarını gözlemler.			
Karşı tarafın cevap vermesine izin verir			
Konuştuğu konuyu sonuna kadar sürdürür			
Konuşma bittikten sonra uygun şekilde teşekkür eder			

## Örnek Öğrenci Değerlendirme Tablosu

### TEŞEKKÜR ETME

Öğrencinin Adı Soyadı :..... Sınıfı :.....

	EVET	HAYIR	BAZEN
1.Yardım aldığımda memnuniyetimi belirtirim.			
2.Memnuniyet duygularımı ifade ederim. (Hoşlanma durumları)			
3.Başkaları tarafından bana teşekkür edildiğinde kendimi iyi hissederim.			
4.Durumla ilgili olumlu duygularımı ifade ederim. (Teşekkür etme)			
5.Teşekkür ederken sıkıntı çekerim.			

Bu etkinlikte ilgili duygularınızı ve düşüncelerinizi ekleyiniz. Zorlandığınız durumları sınıfla veya öğretmeninizle paylaşınız.

### Kaynakça

Akkök,F. (1999). **İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi. Öğretmen El Kitabı.** (2. Basım). İstanbul: Özgür yayınları.

Akkök, F. (1999 ). **İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi (Anne baba el kitabı )**. İstanbul, Özgür Yayınları

Aydın, A.G. (1985) **Sosyal başarı eğitimi ile sosyal beceri eğitiminin çocuklarda öğrenilmiş çaresizlik davranışının ortadan kaldırılmasına etkisi.** Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara

Bacanlı, H. (1999 ). **Sosyal Beceri Eğitimi** . (Ankara: Nobel Yayın Dağıtım).

Çetin, F. Alpa Bilbay, A. Albayrak Kaymak, D. (2001) **Araştırmadan uygulamaya çocuklarda sosyal beceriler.** İstanbul: Epsilon Yayıncılık.

Çiftçi İ., Sucuoğlu B. (2003) **Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Öğretimi** Ankara, Kök Yayıncılık

Çiftçi, İ. (2001) **Zihinsel engelli bireyler için hazırlanan bilişsel süreç yaklaşımına dayalı sosyal beceri programının etkililiğinin incelenmesi.** Yayınlanmamış Doktora Tezi,Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Dökmen, Ü. ( 1995 ) **Sosyometri ve psikodrama** İstanbul: Sistem Yayıncılık

Erkan, S. Ve Kaya, A. (2005). **Grupla Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Programları.** Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Kuzgun ve Arkadaşları, (2000). **İlköğretimde Rehberlik.** (2.Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım

- Özgün İlköğretim Eğitim Seti (2005) Özgün Yayınları  
Sucuoğlu, B., Çiftçi, İ ( 2001) **Yapamıyor mu? Yapmıyor mu?. Zihinsel engelli çocuklar için sosyal beceri öğretimi.** Ankara: A.Ü. Basımevi.  
Sosyal Beceri Eğitimi,Özel Bilkent İlköğretim Okulu Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birimi
- Uzamaz, F. (2000). **Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Kişiler arası İlişki Düzeylerine Etkisi.** Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yeşilyaprak,B.(2003). **Eğitimde Rehberlik Hizmetleri.** (6.Baskıdan tıpkı basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yeşilyaprak B “İletişimin Alfabetesi: Duygusal Okuryazarlık” Seminer
- Yüksel, G. ( 1996 ) Sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyine etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Öğülmüş,S. (2004 ) Ben Sorun Çözebilirim. Ankara: Babil Yayıncılık
- Kulaksızoğlu,A. ( 2003 ) Kişisel Gelişim Uygulamaları Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.