



This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي



OKUL ÖNCESİ ÖĞRENCİLERİNİN
ÖĞRETMENLERİNE YÖNELİK

SOSYAL DUYGUSAL
BECERİLER

**FARKINDALIK
PROGRAMI**



ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ





This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي



OKUL ÖNCESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞRETMENLERİNE YÖNELİK

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER

FARKINDALIK PROGRAMI



ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



ANKARA 2024

OKUL ÖNCESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞRETMENLERİNE YÖNELİK
SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER FARKINDALIK PROGRAMI

EDİTÖRLER

| Doç. Dr. Mustafa OTRAR
Cengiz METE

YAYIN KOORDİNATÖRÜ

| Serpil ALTUNCU VAROL
Cihan KIVANÇ

YAZARLAR

| Prof. Dr. Şerife IŞIK
Doç. Dr. Ayşe Sibel BİÇER
Dr. Öğr. Üyesi Ümre KAYNAK
Arş. Gör. Sabire KILIÇ

PROJE EKİBİ

| Millî Eğitim Uzmanı Doğan Onur KÖKSAL
Uzm. Psk. Dan. İsmail YILDIRIM
Uzm. Psk. Dan. Elif Asena AKIN

YAYINA HAZIRLAYANLAR

| Uzm. Psk. Dan. Erdi YÜCE
Uzm. Öz. Eğ. Öğr. Özlem ÜLGÜT
Merve TAŞÇI

GENEL YAYIN NO

| 9469

TANITICI YAYINLAR DİZİ NO

| 3127

ISBN

| 978-975-11-8205-0

Tasarım

| Sude Ajans Reklam Org. Tan. Ltd. Şti.

Resimleyen

| Mustafa ŞAHİN

Sosyal Duygusal Beceri Eğitimi Programı'nın her hakkı saklıdır ve Millî Eğitim Bakanlığı Türk Eğitim Sistemindeki Çocukları İçin Kapsayıcı Eğitimin Desteklenmesi Projesi'ne aittir. Programın içerik ve şekilleri kısmen de olsa hiçbir suretle alınıp yayınlanamaz.

Bu yayın Avrupa Birliği'nin maddi desteği ile hazırlanmıştır. Yayında beyan edilen görüşler kişilerin kendi sorumluluğundadır ve hiçbir şekilde Millî Eğitim Bakanlığı ve Türk Eğitim Sistemindeki Çocukları İçin Kapsayıcı Eğitimin Desteklenmesi Projesi'nin görüş ve politikalarını yansıtmamaktadır.

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ.....	5
Farkındalık Programının Uygulanması	9
Farkındalık Programının Uygulanmasında Dikkat Edilmesi Gereken İlkeler.....	9
Kaynakça	10
OKUL ÖNCESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞRETMENLERİNE YÖNELİK SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER FARKINDALIK PROGRAMI	12
1. OTURUM PLANI	13
Çalışma Yapağı-1	18
Bilgi Notu-1	19
Çalışma Yapağı-2	20
2. OTURUM PLANI	21
Destekleyici Görsel-1	24
Çalışma Yapağı-1	25
Çalışma Yapağı-2	30
Çalışma Yapağı-3	32
3. OTURUM PLANI	33
Destekleyici Görsel-1	36

GİRİŞ

Sosyal duygusal beceriler çeşitli şekilde sınıflandırılrsa da genel olarak çocukların ve yetişkinlerin duygularını yönetme, olumlu hedefler belirleme ve bunlara ulaşma, diğerlerine yönelik empatik davranma, olumlu ilişkiler kurma ve sorumlu karar vermeye yönelik bilgi, tutum ve beceriler edindiği ve etkin şekilde uygulama becerisi geliştirdiği süreç olarak ele alınır (CASEL, 2020; Weissberg ve Cascarino, 2013). Weissberg ve Cascarino (2013) beş temel sosyal duygusal beceriler kümesi tanımlamışlardır:

Öz farkındalık: Kişinin duygularının, güçlü ve zayıf yönlerinin farkında olması, duygu ve düşüncelerinin davranışları üzerindeki etkisini doğru bir şekilde değerlendirmesi ve sağlam bir öz güven duygusu geliştirmesidir.

Öz yönetim: Kişinin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını farklı durumlarda etkin bir şekilde düzenlemesi ve uygun şekilde ifade etmesi, kişisel hedefler belirlemesi ve bu hedeflere ulaşmaya yönelik çalışmasıdır.

Sosyal farkındalık: Farklı geçmişlere ve kültürlere sahip olanların farklılıklarını tanımak ve takdir etmek, bakış açılarını anlamak, görüşlerine saygı duymak, empati kurmak ve olumlu etkileşimde bulunmaktır.

İlişki geliştirme becerileri: Diğerleriyle sağlıklı ilişkiler kurmaya ve sürdürmeye, sosyal normlara uygun hareket etmeye, açık iletişimde bulunmaya, aktif olarak dinlemeye ve işbirliği yapmaya karşılık gelmektedir.

Sorumlu karar verme: Eylemlerin sonuçlarını gerçekçi bir şekilde değerlendirmeyi, başkalarının sağlığını ve refahını göz önünde bulundurmaya, etik standartları dikkate almayı, kişisel davranış ve sosyal etkileşimlerde etkili seçimler yapmayı sağlayan bilgi, beceri ve tutumları içermektedir.

Bu becerilerin öğrencilerin akademik performanslarını, olumlu sosyal davranışlarını ve sosyal ilişkilerini kolaylaştırdığı düşünülmekte, davranış problemlerini ve psikolojik sıkıntıları azalttığı ve öğrencileri genel olarak okulda, ailede ve toplumda başarılı olmaya hazırlamaya yardımcı olduğu vurgulanmaktadır (Elias, 2014; Jones ve Kahn, 2017). Öte yandan sosyal duygusal becerilerin öğrencilerin madde kullanımı, okul terki, şiddet içerikli davranışlar sergileme gibi riskli davranışlarına yönelik koruyucu bir işlevi olduğu gibi, hızla değişen yaşam koşullarına daha iyi uyum sağlama ve sosyal yaşamda karşılaşılabilecek karmaşa ve çeşitliliği yönetmeyi kolaylaştırmaktadır (OECD, 2021).

SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME

ÖZ FARKINDALIK

Kişinin kendi duygularını, düşüncelerini ve değerlerini bilmesi ve bunların davranışlarını nasıl etkilediğini fark etmesidir. Sağlam temellere dayanan bir güven duygusu, iyimserlik ve "gelişim odaklı düşünme" ile kişinin güçlü yönlerini ve sınırlarını doğru bir şekilde değerlendirme yeteneğidir.

SOSYAL FARKINDALIK

Farklı geçmişlere ve kültürlere sahip olanlar da dâhil olmak üzere diğer insanların bakış açısını anlama ve onlarla empati kurma yeteneğidir. Bir davranışta bulunurken sosyal ve etik normları anlama ile aile, okul ve toplum temelli kaynakları ve destekleri fark etme becerisini içerir.

SORUMLU KARAR VERME

Etik standartlara, güvenlik kaygılarına ve sosyal normlara dayalı kişisel davranış ve sosyal etkileşimler hakkında yapıcı seçimler yapma yeteneğidir. Çeşitli eylemlerin sonuçlarının gerçekçi değerlendirmesi ve kişinin kendisinin ve başkalarının iyiliğini düşünmesi şeklinde karakterize edilir.

İLİŞKİ GELİŞTİRME BECERİLERİ

Farklı birey ve gruplarla sağlıklı ilişkiler kurma ve bu ilişkileri sürdürme yeteneğidir. İletişimde açık olma, aktif dinleme, diğerleriyle işbirliği yapma, sosyal baskılara direnebilme, çatışmaları yapıcı bir şekilde müzakere etme ve gerektiğinde yardım arama veya yardım teklif etme şeklinde karakterize edilir.

ÖZ YÖNETİM

Bireyin farklı durumlarda duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını başarılı bir şekilde düzenleme becerisi; stresi etkin bir şekilde yönetme, dürtüleri kontrol etme ve motivasyonu sürdürme durumudur. Kişisel ve akademik hedefler belirleme ve bu hedeflere yönelik çalışma yeteneğidir.

ÖZ FARKINDALIK

- Duyguları Tanımlama
- Gerçekçi Benlik Algısı
- Güçlü Yönlerini Fark Etme
- Öz Güven
- Öz Saygı
- Gelişim Odaklı Düşünme

SOSYAL FARKINDALIK

- Bakış Açısı Edinme
- Empati
- Başkalarının Duygularını Önemseme
- Farklılıkları Takdir Etme
- Diğerlerine Saygı Duyma
- Şükran

SORUMLU KARAR VERME

- Durum Analizi
- Sorunları Belirleme
- Sorunları Çözme
- Değerlendirme
- Eleştirel Düşünme ve Açık Fikirlilik
- Etik Davranış

İLİŞKİ GELİŞTİRME BECERİLERİ

- Etkili İletişim
- Sosyal Katılım
- İlişki Geliştirme
- Takım Çalışması
- Yardım Etme ve Yardım Arama
- Yapıcı Çatışma Çözme

ÖZ YÖNETİM

- Dürtü Kontrolü
- Stres Yönetimi
- Öz Disiplin
- Öz Motivasyon
- Hedef Belirleme
- Organizasyon Becerileri

Alanyazında yapılan araştırmalardan elde edilen sonuçlardan yola çıkıldığında sosyal duygusal becerilerin potansiyel etkileri şöyle özetlenebilir. Birincil etkileri; başarının, motivasyonun, okula ilginin ve bağlılığın artması, okul terkinin azalması ve daha iyi bir dereceyle mezun olma şeklinde kümelenen akademik başarıyla ilişkili faktörlerdir. İkincil etkileri ise çevreyle olumlu ilişkiler kurulması, sosyal becerilerin, problem çözme becerisinin ve topluma bağlılık duygusunun artması ile riskli davranışların azalması gibi iyi oluş düzeyini arttırıcı faktörlerdir (Zins ve ark., 2001). Görüldüğü gibi sosyal duygusal beceriler öğrencileri sadece okul ortamında değil yaşamın diğer alanlarında da başarılı, sağlıklı ve sorumluluk sahibi bireyler olmaları için bütün yönleri ile geliştirmeyi amaçlar.

Sosyal duygusal becerilerle ilgili yapılan araştırmalar çocukların, ergenlerin ve genç yetişkinlerin okulda, işte ve yaşamda başarılı olmalarının en temel nedenini sosyal duygusal alandaki gelişmişliklerine bağlamaktadırlar (Duckworth ve ark., 2012; Osher ve ark., 2016). Bu bağlamda sosyal duygusal becerilerin öğrencilerin gelişim alanlarında olumlu etkilerinin kanıtlanması sonucunda pek çok ülkede sosyal duygusal beceriler programı eğitim sistemine dâhil edilmiştir. Sosyal duygusal beceriler programları; olumlu sınıflar, olumlu okul kültürü ve iklimi oluşturarak öğrencilerin sosyal duygusal yeterliklerini geliştirir. Ayrıca ilgili, işbirlikçi, kültüre duyarlı, katılımcı ve güvenli öğrenme ortamlarının sürdürülmesine katkı sağlar (Zins ve ark., 2004).

Çocuklara sosyal duygusal becerilerin kazandırılması tüm okul yaklaşımı ve ilgili paydaşların (aile ve toplum) işbirliği içinde çalışmasını gerekli kılar. Sosyal ekolojik yaklaşıma göre çocuğun sosyal duygusal gelişimi öğrenci-ebeveyn ilişkisi, öğretmen-öğrenci ilişkisi, öğrenci-öğrenci ilişkisi gibi aile, okul ve diğer sosyal yaşam alanlarındaki etkileşimler bağlamında gerçekleşir (Bronfenbrenner, 1979). Bu kapsamda birey kendini çevreleyen sosyokültürel bağlamın hem etkileneni hem de etkileyeni konumundadır. Yani sosyal duygusal gelişim birbirine bağlı alt sistemlerin karşılıklı etkileşimlerinin bir ürünüdür. Alt sistemler arasındaki ilişkinin güçlü olması çocuğun gelişimi üzerinde olumlu bir etkiye sahipken zayıf olması ya da eksikliği çocuğun gelişimi ile ilgili bir risk faktörü oluşturur (Weissberg ve Greenberg, 1998). Araştırmalar sosyal duygusal becerilerle ilişkili programların aile katılımı (Albright ve Weissberg, 2010; Sheridan, 1997; Patrikakou ve Weissberg, 2007) ve okulun tüm personelinin katılımı (Banerjee, Weare ve Farr, 2014; CASEL, 2015) sağlandığında daha güçlü hâle geldiğini kanıtlamıştır.

Bu açıdan bakıldığında hazırlanan bu programda öğretmenleri çocukların sosyal duygusal becerilerini geliştirmeye yönelik yapılan çalışmalara aktif ve etkili bir şekilde katılmaları konusunda bilgilendiren ve güçlendiren, okulda çocuklarının sosyal duygusal becerilerini geliştirmelerine ve pekiştirmelerine yardımcı olan tutum ve davranışlarla ilgili farkındalık kazandıran bir içerik hazırlanmıştır.

Öğretmenlere yönelik farkındalık programı için aktif öğrenme yaklaşımı benimsenmiştir. Aktif öğrenme yaklaşımı ile öğretmenlerin öğrenmeyi kendilerinin deneyimleme ve keşfetmeleri, yeni anlayışlar kazanmaları, kendi öğrenmeleri için sorumluluk almaları, süreçte öğrendiklerini içselleştirmeleri ve öğrendiklerini günlük yaşama aktarabilmeleri hedeflenmiştir.

Farkındalık Programının Uygulanması

- Okulda farkındalık programının planlaması, uygulanması için gerekli tüm malzeme ve düzenlemelerin sağlanması ile yürütülmesi sürecinden okul müdürü sorumludur.
- Farkındalık programı psikolojik danışman/rehber öğretmen tarafından uygulanır.
- Farkındalık programı oturumları haftada bir oturum ya da üç oturumun bir haftada uygulanması şeklinde planlanabilir.
- Farkındalık programı büyük grup rehberliği şeklinde uygulanabileceği gibi öğretmen ve okulun özellikleri dikkate alınarak küçük grup rehberliği şeklinde de uygulanabilir.



Farkındalık Programının Uygulanmasında Dikkat Edilmesi Gereken İlkeler

- Psikolojik danışman/rehber öğretmen, program içeriğine hakim olmak için uygulamaya başlamadan önce mutlaka sosyal duygusal becerilerle ilgili alanyazını okumalıdır.
- Programın uygulanmasından önce psikolojik danışman/rehber öğretmen tarafından okul yönetimine uygulanacak farkındalık programı hakkında bilgi verilmelidir.
- Psikolojik danışman/rehber öğretmen farkındalık oturumlarına başlamadan önce etkinlikleri dikkatle okuyup ön hazırlıkları tamamlamalıdır.
- Farkındalık programı güçlü bir şekilde grup yönetme ve grup liderliği gerektirmektedir. Gruplarla çalışmanın temel ilkelerinin ve grupla psikolojik danışmanın kuramsal yapısının uygulama öncesinde gözden geçirilmesi önerilmektedir.
- Programın sistematik ve yapılandırılmış olması öğretmenlerin tüm oturumlara katılımını gerektirmektedir. Bu nedenle oturumlara devamlılığın sağlanması için gönüllü öğretmenlerle yürütülmesi önemlidir.
- Her oturum öncesinde içeriği dikkatle gözden geçirin ve yönergelerdeki ifadelerin çalıştığınız grubun sosyal ve kültürel özelliklerine uygun olup olmadığını kontrol edin.
- Program kitapçığında yer alan yönergeleri kendi ifadelerinizle özgün hâle getirin.

Kaynakça

- Albright, M. I., & Weissberg, R. P. (2010). School-family partnerships to promote social and emotional learning. *Handbook of School-Family Partnerships*, 246-265.
- Banerjee, R., Weare, K., & Farr, W. (2014). Working with 'Social and Emotional Aspects of Learning (SEAL)': Associations with school ethos, pupil social experiences, attendance, and attainment. *British Educational Research Journal*, 40(4), 718-742.
- CASEL (2020, May 7). CASEL Cares Initiative. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). <https://casel.org/covid-resources/>
- Duckworth, A. L., Quinn, P. D., & Tsukayama, E. (2012). What no child left behind leaves behind: The roles of IQ and self-control in predicting standardized achievement test scores and report card grades. *Journal of Educational Psychology*, 104(2), 439-451.
- Durlak, J. A. ve Wells, A. M. (1997). Primary Prevention Mental Health Programs for Children and Adolescents: A Meta-Analytic Review. *American Journal of Community Psychology*, 25 (2), 115-152.
- Elias, M.J. (2014). Social-emotional skills can boost Common Core implementation. *Phi Delta Kappan*, 96(3), 58-62.
- Jones, S.M. & Kahn, J. (2017). *The evidence base for how we learn: Supporting students' social, emotional, and academic development – Consensus statements of evidence from the Council of Distinguished Scientists*. Washington, DC: National Commission on Social, Emotional, and Academic Development, The Aspen Institute.
- OECD (2021). Social and emotional skills: Well-being, connectedness and success. [https://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20%20Wellbeing,%20connectedness%20and%20success.pdf%20\(website\).pdf](https://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20%20Wellbeing,%20connectedness%20and%20success.pdf%20(website).pdf) adresinden erişildi.
- Osher, D., Kidron, Y., Brackett, M., Dymnicki, A., Jones, S., & Weissberg, R. P. (2016). Advancing the science and practice of social and emotional learning: Looking back and moving forward. *Review of Research in Education*, 40(1), 644-681.
- Patrikakou, E., & Weissberg, R. (2007). School-family partnerships to enhance children's social, emotional, and academic learning. *Educating People to be Emotionally Intelligent*, 49-61.

- PSHE Association (2016). Key principles of effective prevention education. London: PSHE Association.<https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-andresources/resources/key-principles-effective-prevention-education> adresinden erişildi.
- Sheridan, S. M. (1997). Conceptual and empirical bases of conjoint behavioral consultation. *School Psychology Quarterly*, 12, 119–133.
- Strein, W. ve Koehler, J. (2008). Best practices in developing prevention strategies for school psychology practice. In A. Thomas ve A. J. Grimes (Eds.), *Best practices in school psychology* (Vol. 4, pp. 1309–1322). Bethesda, MD: National Association of School Psychologists.
- Wang, Y., Yang, Z., Zhang, Y., Wang, F., Liu, T., & Xin, T. (2019). The effect of social-emotional competency on child development in Western China. *Frontiers in Psychology*, doi: 10.3389/fpsyg.2019.01282.
- Weissberg, R. P., & Greenberg, M. T. (1998). School and community competence-enhancement and prevention programs. In W. Damon, I. E. Sigel, & K. A. Renninger (Ed.), *Handbook of child psychology: Child psychology in practice* (pp. 877–954). John Wiley & Sons Inc.
- Weissberg, R.P. & Cascarino, J. (2013). Academic learning + social-emotional learning = national priority. *Phi Delta Kappan*, 95(2), 8-13.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (2001). Social-emotional learning and school success: Maximizing children's potential by integrating thinking, feeling and behavior. *The CEIC Review*, 10(6), 1-3.
- Zins, J. E., Weissberg, R., Wang, M., & Walberg, H. (Ed.) (2004). *Building academic success on social and emotional learning: what does the research say?* New York: Teachers College Press.

OKUL ÖNCESİ ÖĞRENCİLERİNİN ÖĞRETMENLERİNE YÖNELİK SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER FARKINDALIK PROGRAMI

Programın Temel Amacı

Çocukların sosyal duygusal becerilerini desteklemek amacıyla öğretmenlere sosyal duygusal becerilerle ilişkili farkındalık kazandırmaktır.

Programın Amaçları

CASEL modeli temel alınarak hazırlanan ve üç oturumdan oluşan "Sosyal Duygusal Beceriler Öğretmen Farkındalık Programı" okul öncesi içeriği ve amaçları aşağıda verilmiştir.

Oturum Sayısı	Amaçlar
1	Grup üyelerinin sosyal duygusal becerilerin tanımına ve önemine ilişkin genel bilgileri edinmelerine yardımcı olmak.
1	Grup üyelerinin sosyal duygusal beceriler hakkında bilgi sahibi olmalarını ve sosyal duygusal beceriler açısından kendilerini değerlendirmelerini sağlamak.
1	Grup üyelerinin bütün oturumları değerlendirerek öğrencilerin sosyal duygusal becerilerini nasıl destekleyebileceklerine ilişkin tutum ve davranışlarını ele almak, kazanılan becerilerin grup bittikten sonra nasıl kullanılacağına yönelik bilgi vermek ve üyelerin olumlu duygularla programdan ayrılmasını sağlamak.

1. OTURUM PLANI

Süre	: 40-50 dakika.
Amaç	: Grup üyelerinin sosyal duygusal becerilerin tanımına ve önemine ilişkin genel bilgileri edinmelerine yardımcı olmak.
Materyal	: » Çalışma Yaprığı-1 » Çalışma Yaprığı-2 » Bilgi Notu-1 » Kutu » Kalem » Beyaz tahta\ Ayaklı beyaz tahta » Tahta kalem » Bant » Masa
Ön Hazırlık	: » Çalışma Yaprığı-1 üye sayısı dikkate alınarak çoğaltılır ve ilgili yerlerden kesilir. Her bir üyeye yapraktan kesilen kâğıtlardan üç adet verilecektir. » Çalışma Yaprığı-2 üye sayısı kadar çoğaltılır. » Bilgi Notu-1 renkli çıktı alınır ve her bir beceriyi anlatan bölüm ilgili yerden kesilir. » Grup ortamında beş masa bulundurulur.

Süreç

1. Grup lideri tarafından üyeler grup ortamına alınır ve grup liderinin kendini tanıtmaları ve aşağıdaki açıklamayı yapması ile etkinlik süreci başlatılır:

"Değerli öğretmen arkadaşlarım, hepiniz hoş geldiniz. Bugün sizlerle üç oturum sürecekte Sosyal Duygusal Beceriler eğitimimizin ilk oturumunu gerçekleştireceğiz. Bugün bu oturumumuzda sosyal duygusal becerilerin ne olduğunu ve bizler ve çocuklar için neden önemli olduğunu birlikte keşfedeceğiz. Ancak bu keşif sürecine başlamadan önce hep birlikte bir tanışma etkinliği yapalım istiyorum."

2. Grup lideri tarafından "Çalışma Yaprığı-1"den kesilen kâğıtlar her bir üyeye üç kâğıt olacak şekilde dağıtılır ve aşağıdaki açıklama yapılır:

"Değerli öğretmenler, şimdi sizlerle 'Acaba kim?' isimli bir oyun oynayacağız. Bu oyun için sizlerden kendinizi tanıtan 3 özelliği düşünmenizi ve her birini sizlere verdiğim ayrı"

bir kâğıda yazmanızı istiyorum. Burada kendinizi tanıtırken istediğiniz bir özelliğinizi ifade edebilirsiniz. Nereli olduğunuz, nelerden hoşlandığınız, branşınız, sevip sevmediğiniz şeyler, ilgileriniz, kişilik özellikleriniz gibi herhangi bir özellik olabilir. Yazdıklarınızı katlayıp bir kutuya koyacağız. Kâğıtlarınızı iyice karıştıracağım ve sonrasında sizlerden kutudan üç kâğıt seçmenizi isteyeceğim. Çektiğiniz kâğıtlardaki özelliklerin kime ait olduğunu bulmaya çalışacaksınız. Bunun için de ayağa kalkıp odada dolaşacak ve farklı farklı kişilere o özellik hakkında bilgiler sorarak özelliğin sahibini öğrenmeye çalışacaksınız. Ama şimdi öncelikle kendinize yoğunlaşın. Size ait, sizi tanımlayan üç özelliğinizi düşünün ve onları ayrı kâğıtlara yazın.”

3. Üyeler kâğıtlara yazma işlemini tamamladığında grup lideri tarafından kutu ortamda dolaştırılarak üyelerden yazdıkları kâğıtlar toplanır ve karıştırılarak kutuda tutulur.
4. Grup lideri tarafından kâğıtlar karıştırıldıktan sonra kutu üyeler arasında dolaştırılarak her üyenin kutudan üç farklı kâğıt çekmesi istenir.
5. Grup lideri tarafından tüm üyelerin ayağa kalkarak çektikleri kâğıtlarda yazan özelliğe sahip kişileri bulmaya çalışmaları istenir.
6. Tüm üyeler ve yazdıkları özellikler bulunduktan sonra grup üyelerinden yerlerine geçmeleri istenir ve aşağıdaki açıklama yapılır:

“Sevgili öğretmen arkadaşlar, bu oyun aracılığıyla birbirimizi farklı özelliklerimiz ile tanımış olduk. Şimdi ise burada toplanmış olmamız ve bundan sonraki iki oturum süreci boyunca yürüteceğimiz bu eğitimler hakkında konuşalım istiyorum. Bu üç oturumdan oluşan program ile sosyal duygusal beceriler hakkında bilgiler edinmek, kendimizi değerlendirmek ve çocuklarda bu becerilerin gelişmesi ve desteklenmesi adına yapabileceklerimizi öğrenmek amacıyla bir araya geleceğiz. Ancak öncelikli olarak gelin bu becerilerden ne anlıyoruz, hangi becerileri kastediyoruz, birlikte bunu bulmaya çalışalım.”

7. Grup lideri tarafından tahta kalemi ile tahtaya üyeler tarafından görülebilecek şekilde büyük bir yuvarlak çizilir ve yuvarlağın kenarlarına büyük harflerle üyeler tarafından okunabilecek şekilde “Sosyal Duygusal Beceriler” yazılır.
8. Grup lideri tarafından aşağıdaki soru üyelere yöneltilir:
 - » Sosyal duygusal beceriler denildiğinde ne tür beceriler aklınıza geliyor? Aklınıza gelen becerilerden iki tanesini bizimle paylaşır mısınız?
9. Gönüllü üyelerden görüşler alınır ve görüşler grup lideri tarafından tahtada yazılan “Sosyal Duygusal Beceriler” yuvarlağının dışına kısaca not alınır.

10. Grup lideri tarafından beş sosyal duygusal beceri tahtaya çizilen yuvarlağın içerisine yazılarak aşağıdaki açıklama yapılır ve soru üyelere yöneltilir:

“Değerli öğretmenler, görüşleriniz için teşekkür ederim. Bu program kapsamında toplam beş sosyal duygusal beceriyi ele alacak ve detaylarıyla konuşacağız. Bu beceriler ‘Öz farkındalık, sosyal farkındalık, öz yönetim, sorumlu karar verme ve ilişki geliştirme becerileri’ olarak sayılabilir.”

- » Yuvarlağın içine yazdığımız bu becerilerle dışına yazdıklarımız arasında ne tür benzerlik veya farklılıklar var?

11. Gönüllü üyelerin cevapları alınır ve aşağıdaki açıklama yapılarak etkinlik süreci ilerletilir:

“Evet, bu program sürecinde ele alacağımız sosyal duygusal beceriler sizlerin görüşleriyle belirttiğiniz becerilerden bazılarına benzer, bazılarını kapsıyor veya bazılarından tamamen farklı olabilir. Ancak tüm bu beceriler sosyal duygusal becerilerin ne olduğu noktasında birleşiyor ve önem kazanıyorlar. Sosyal duygusal beceriler; bireylerin duygularını yönetme, hedefler belirleme, başkaları ile empati kurma, olumlu ilişkiler geliştirme ve sorumlu kararlar almak için gerekli olan bilgi, tutum ve becerileri edinip uygulamayı ifade ediyor. Bu kapsamda şimdi sizlerle yapacağımız farklı bir etkinlikle bu becerileri daha yakından öğrenecek ve neden önemli olduklarını birlikte keşfedeceğiz.”

12. Grup lideri tarafından etkinlik öncesinde “Bilgi Notu-1”den kesilerek elde edilen beş beceri kâğıdı beş farklı masanın üzerine yapıştırılır.

13. Grup lideri tarafından üyelere “Çalışma Yapağı-2” dağıtılır ve üyeler beş gruba ayrılır.

14. Grup lideri tarafında aşağıdaki açıklama yapılarak grupların farklı masalara yerleştirilmesi sağlanır:

“Sevgili öğretmenler, biraz önce söylediğim gibi birlikte sosyal duygusal becerileri daha yakından tanıyacağız. Şimdi sizlerden tahtada çizdiğim sosyal duygusal beceriler yuvarlağına bakmanızı istiyorum. Bu yuvarlağı yeni keşfedilmiş bir gezegen olarak düşünebilirsiniz. Bu gezegen; kendilerini tanıyan, başkalarına saygı duyan, kendilerini motive edip düzenleyebilen, sorumlu kararlar alan ve sağlıklı ilişkiler kuran insanlardan oluşuyor. Bu etkinliğimizde yeni keşfedilmiş bu gezegene gitmeye çalışacağız ancak hepinizin bir görevi var. Beş kupon biriktirenler bu gezegen için bilet hakkı kazanacaklar. Bu kuponları şu şekilde kazanabilirsiniz: Beş masayı tek tek dolaşacak ve masada yazan becerinin sizler ve öğrencileriniz için önemine dair görüşlerinizi elinizdeki formlara not alacaksınız. İlk olarak oturduğunuz masada yazan beceri ile başlayın sonrasında ise sırayla diğer masaları dolaşarak kuponları toplayın. Unutmayın bu gezegen için bir bilet, bir bilet için beş kupon gerekiyor.”

15. Üyelerin masaları dolaşması tamamlandığında üyelerden yerlerine geçmeleri istenir ve gönüllü olanlardan yazdıklarına ilişkin paylaşımlar alınır.

16. Gönüllü üyelerin paylaşımlarının ardından grup lideri tarafından sosyal duygusal becerilerin önemine ilişkin olarak söylenenler aşağıdaki açıklama ile özetlenir:

"Hepinize görüşleriniz için teşekkür ederim. Sizlerin de söylediklerine benzer olarak sosyal duygusal beceriler çok geniş kapsamı ile hepimizin hayatlarında çok önemli bir yere sahip. Özellikle çocuklar için konuştuğumuzda ise sosyal duygusal becerilerin çok boyutlu katkıları olduğunu söyleyebiliriz. Bunların içinde öğrenmeyi kolaylaştırma, davranış problemlerinde azalma, yeniliklere uyum sağlayabilme, insanlarla iş birliği içerisinde sorunları çözebilme gibi pek çok alanda katkısı yer almakta. Tüm bu farklı alanların yanında çocukların mutlu, başarılı ve sağlıklı bir birey olarak yetişmelerinde onlara gerekli bilgi, beceri ve tutumların temelini oluşturmaktadır."

17. Grup lideri tarafından aşağıdaki sorular üyelere yöneltilir:

- » Bugün yaptığımız oturum sürecinde en yoğun hissettiğiniz duygunuzu bizimle paylaşır mısınız?
- » Sosyal duygusal becerilere ilişkin bugün öğrendikleriniz arasında sizi en çok şaşırtan bilgi neydi?
- » Sosyal duygusal beceriler, sizin kendi yaşamınızda neden önemli olabilir?
- » Sosyal duygusal becerileri çocuklarda geliştirmesinde sizlerin nasıl bir rolü olabilir?

18. Gönüllü üyelerden paylaşımlar alınır ve aşağıdaki açıklama ile etkinlik sonlandırılır:

"Değerli öğretmenler, bugünkü katılımlarınız için çok teşekkür ederim. Bu oturum ile yürüteceğimiz üç oturumluk bu programın ilkinin tamamlanmış oluyoruz. Sizlerle birlikte sosyal duygusal becerilerin ne olduğunu, hangi becerilerin bu programda ele alınacağını, bu becerilerin açıklamalarını ve neden önemli olduğunu keşfettik. Bu oturumlar ile aslında çocukların eğitim öğretiminde önemli bir kaynak olan siz öğretmenlerin onların sosyal duygusal beceri gelişiminde de çok kritik olduğunu göreceğiz."

Uygulayıcıya Not

- » Tanışma etkinliğinde üyelerin ayağa kalkıp grup ortamında dolaşarak etkileşime girmeleri gerekmektedir. Grup ortamı böyle bir etkileşime uygun değilse üyelerden kutudan bir kâğıt çekip onun kim olduğunu tahmin etmeleri istenir. Bu şekilde her bir üye bir kâğıt çekip o özelliğin kime ait olduğuna ilişkin sözlü tahminini belirttikten sonra kâğıdın sahibi olan kişi kendini büyük gruba tanıtır.

- » Tanışma etkinliğinde üyeler kutudan bir kâğıt çekerek onun kime ait olduğunu bulmaya çalışmaktadırlar. Üyelerin kendi yazdıkları kâğıdı seçmesi durumunda üyelerden farklı bir kâğıt çekmeleri istenir.
- » Etkinlik sürecinde üyelerden gruplar oluşturulmakta ve masaları dolaşmaları istenmektedir. Üye sayısının fazla olması durumunda veya grup ortamında masa gibi materyallerin bulunamaması durumunda “Bilgi Notu-1”de yer alan bilgiler gönüllü üyeler tarafından okunabilir veya yansıtılarak gösterilebilir.

Çalışma Yaprağı-1

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Kendinizi tanıtan bir özelliği yazınız.

Bilgi Notu-1

ÖZ FARKINDALIK

Kişinin kendi duygularını, düşüncelerini ve değerlerini bilmesi ve bunların davranışlarını nasıl etkilediğini fark etmesidir. Sağlam temellere dayanan bir güven duygusu, iyimserlik ve "gelişim odaklı düşünme" ile kişinin güçlü yönlerini ve sınırlarını doğru bir şekilde değerlendirme yeteneğidir.

SOSYAL FARKINDALIK

Farklı geçmişlere ve kültürlere sahip olanlar da dâhil olmak üzere diğer insanların bakış açısını anlama ve onlarla empati kurma yeteneğidir. Bir davranışta bulunurken sosyal ve etik normları anlama ile aile, okul ve toplum temelli kaynakları ve destekleri fark etme becerisini içerir.

ÖZ YÖNETİM

Bireyin farklı durumlarda, duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını başarılı bir şekilde düzenleme becerisi; stresi etkin bir şekilde yönetme, dürtüleri kontrol etme ve motivasyonu sürdürme durumudur. Kişisel ve akademik hedefler belirleme ve bu hedeflere yönelik çalışma yeteneğidir.

SORUMLU KARAR VERME

Etik standartlara, güvenlik kaygılarına ve sosyal normlara dayalı kişisel davranış ve sosyal etkileşimler hakkında yapıcı seçimler yapma yeteneğidir. Çeşitli eylemlerin sonuçlarının gerçekçi değerlendirmesi ve kişinin kendisinin ve başkalarının iyiliğini düşünmesi şeklinde karakterize edilir.

İLİŞKİ GELİŞTİRME BECERİLERİ

Farklı birey ve gruplarla sağlıklı ilişkiler kurma ve bu ilişkileri sürdürme yeteneğidir. İletişimde açık olma, aktif dinleme, diğerleriyle işbirliği yapma, sosyal baskılara direnebilme, çatışmaları yapıcı bir şekilde müzakere etme ve gerektiğinde yardım arama veya yardım teklif etme şeklinde karakterize edilir.

Çalışma Yapağı-2

Sosyal Duygusal Beceriler Gezegenine Yolculuk

Becerileri oku, neden önemli olabilirler düşün ve not al.

Kuponları biriktirmek bu kadar kolay!

ÖZ FARKINDALIK

**SOSYAL
FARKINDALIK**

ÖZ YÖNETİM

**SORUMLU
KARAR VERME**

**İLİŞKİ
GELİŞTİRME
BECERİLERİ**

2. OTURUM PLANI

Süre	: 40-50 dakika.
Amaç	: Grup üyelerinin sosyal duygusal beceriler hakkında bilgi sahibi olmalarını ve sosyal duygusal beceriler açısından kendilerini değerlendirmelerini sağlamaktır.
Materyal	: » Destekleyici Görsel-1 » Çalışma Yapağı-1 » Çalışma Yapağı-2 » Çalışma Yapağı-3 » Projeksiyon Cihazı » Kalem (Üye sayısı kadar, renkleri yeşil, turuncu, mavi, kırmızı, mor ve bunlardan farklı bir renk olmalıdır.)
Ön Hazırlık	: » Çalışma Yapağı-1'deki sayfaların bir tane çıktısı alınır. » Çalışma Yapağı-2 ve Çalışma Yapağı-3 üye sayısı kadar çoğaltılır. » Destekleyici Görsel-1 projeksiyon cihazı ya da akıllı tahtaya yansıtılmak üzere dijital ortama aktarılır.

Süreç

1. Grup lideri tarafından aşağıdaki açıklamadan yararlanılarak bir önceki oturumun özeti yapılır.

"Sosyal duygusal beceriler programının amacı ve içeriği hakkında konuşmuş, sosyal duygusal becerilerin neler olduğu ve neden önemli olduğuna odaklanmıştık. Bu oturumda da sosyal duygusal beceriler hakkında daha detaylı bilgi sahibi olarak bu beceriler kapsamında kendinizi değerlendirmenize odaklanacağız."

2. Daha sonra grup lideri tarafından Destekleyici Görsel-1 ekrana yansıtılır ve aşağıdaki açıklama paylaşılır.

"Sizlerle geçen hafta sosyal duygusal becerilerin ne demek olduğunu ve hangi boyutlardan oluştuğunu ele almıştık. Görselde de gördüğünüz gibi öz farkındalık, sosyal farkındalık, öz yönetim, sorumlu karar verme, ilişki geliştirme becerileri olmak üzere beş boyuttan oluşmaktadır."

3. Grup üyeleri beş gruba ayrılır. Her gruba Çalışma Yapağı-1'den bir sayfa verilir ve aşağıdaki açıklama yapılır.

“Şimdi sizlerle ‘Sosyal Duygusal Beceriler Sözlüğü’ oluşturacağız. Her grupta sosyal duygusal becerilerin bir boyutu ve bu boyutun kısa açıklaması yer almaktadır. Bu açıklamalardan ve bu boyuta sahip olan insan özelliklerinden yola çıkarak grupça bu boyutu anlatan beş kelimeyi çalışma yaprağında belirtilen yere yazmanızı istiyorum.”

4. Tüm gruplar çalışmalarını tamamladıktan sonra belirledikleri bir sözcü ile grupça belirledikleri kelimeleri tüm grupla paylaşmaları istenir.
5. Her bir grubun sunumundan sonra aşağıdaki sorular diğer grup üyelerine yöneltilir.
 - » Diğer grupların/gruptaki üyelerin belirledikleri kelimeler hakkında ne düşünüyorsunuz?
 - » Bu boyuta sizlerin önereceği bir kelime var mı? Varsa, nedir?
6. Tüm grupların paylaşımı tamamlandıktan sonra grup lideri tüm kelimeleri bir araya getirerek grubun “Sosyal Duygusal Beceriler Sözlüğü” nü tüm grupla paylaşır.
7. Ardından aşağıdaki sorular yöneltilir ve gönüllü üyelerin paylaşımları dinlenir.
 - » Bu sözlükteki hangi kelimeler sizin yaşamınızda yer almaktadır? Örnek verir misiniz?
 - » Bu sözlükteki hangi kelimeler sizin yaşamınızda yer almamaktadır?
8. Tüm grup üyelerine Çalışma Yaprağı-2 ve Çalışma Yaprağı-3 dağıtılır.
9. Aşağıdaki açıklama üyelerle paylaşılır.

“Bu çantalar temsili olarak sizlerin sosyal duygusal öğrenme çantalarınızı oluşturmaktadır. Çalışma Yaprağı-3’ü detaylıca incelemenizi ve burada yazan maddeler açısından kendinizi değerlendirmenizi istiyorum. Bu çantayı dikip kapatmadan önce bir öğretmen olarak sosyal duygusal beceriler açısından hangileri çantanızda var, hangilerini çantanıza koymanız gerekli kendinizi değerlendiriniz. Bu açıdan zaten sizlerde olan sosyal duygusal becerileri Destekleyici Görsel-1 ve Çalışma Yaprağı-1’de ilgili boyutun verildiği renkte kalemle yazınız. Daha sonra verilen beş renk dışındaki bir renkli kalemle de sizde olmayan ama çantanızda olması gerektiğini düşündüğünüz becerileri yazınız. Sizlere dağıtılan çalışma yaprağının altındaki derecelendirmeyi de doldurarak çantanızı kullanıma hazır hâle getiriniz.”

10. Tüm üyeler çantalarını hazırladıktan sonra aşağıdaki sorular yöneltilir.
 - » Çantanızda var olan beceriler nelerdir?

- » Hangi beceriler çantanızda yoktur? Hangi becerilerin çantanızda olması gerektiğini düşünüyorsunuz? Neden? Bu becerileri çantanıza yani yaşamınıza nasıl dâhil edeceksiniz?
- » Bu becerileri sınıf ortamına nasıl aktarabilirsiniz?
- » Bu becerileri sınıfınıza ya da yaşamınıza aktardığınızda ne gibi değişiklikler meydana gelecektir? Neden ve nasıl?

11. Üyelerin paylaşımlarından sonra özellikle ortak cevaplar ve farklı cevaplar vurgulanarak üyelerin paylaşımları özetlenir.

12. Aşağıdaki açıklama grup üyeleriyle paylaşılır.

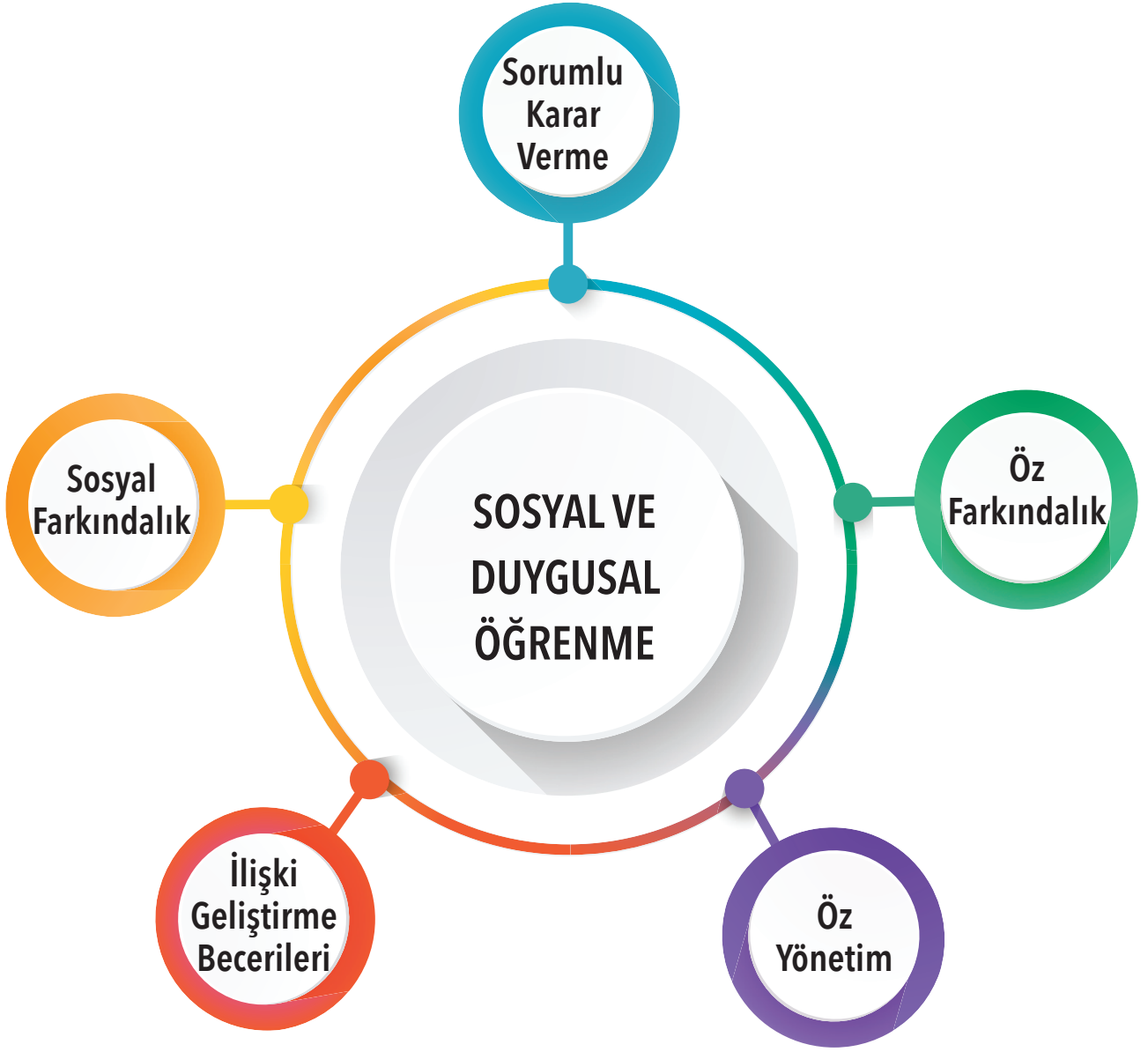
“Evet, bugünkü oturumun sonuna geldik. Bu oturumda sosyal duygusal öğrenmenin boyutları ve bu boyutların özelliklerinden yola çıkarak sosyal duygusal öğrenme sözlüğü hazırladık. Sonrasında kendi sosyal duygusal öğrenme çantamızı oluşturup sosyal duygusal beceriler açısından kendimizi değerlendirdik. Bu becerilerden sahip olduklarımız ve olmak istediklerimizi ele alarak çantamızı oluşturduk. Sosyal duygusal öğrenme becerileri gelişmiş olan bireyler empati kurarlar, problemlere adil ve barışçıl çözümler getirebilirler, öfkelerini ve yoğun duygularını daha rahat kontrol edebilirler ve ifade edebilirler. Bu beceriler günümüz dünyasında en çok ihtiyacımız olan becerilerdir. Bu becerilere sahip olmak ve karşımızdakini de bu bağlamda anlayabilmek bizi güçlü, farkında ve farklı kılar, ilişkilerimizi geliştirir ve iç huzurumuza katkıda bulunur. Hazırladığımız bu çantaları yeni becerilerle devamlı büyütüp geliştirmemiz dileğiyle katılımlarınız için teşekkür ederim.

13. Grup üyelerine teşekkür edilerek oturum sonlandırılır.

Uygulayıcıya Not

- » Destekleyici Görsel-1 yansıtma imkânı yoksa çıktısı alınarak -mümkünse A3 boyutunda- grup üyelerinin görebileceği şekilde asılabilir.
- » Çalışma Yaprağı-3 projeksiyon ile ekrana yansıtılarak üyelerin oradan okuyarak çantalarını hazırlamaları da istenebilir.

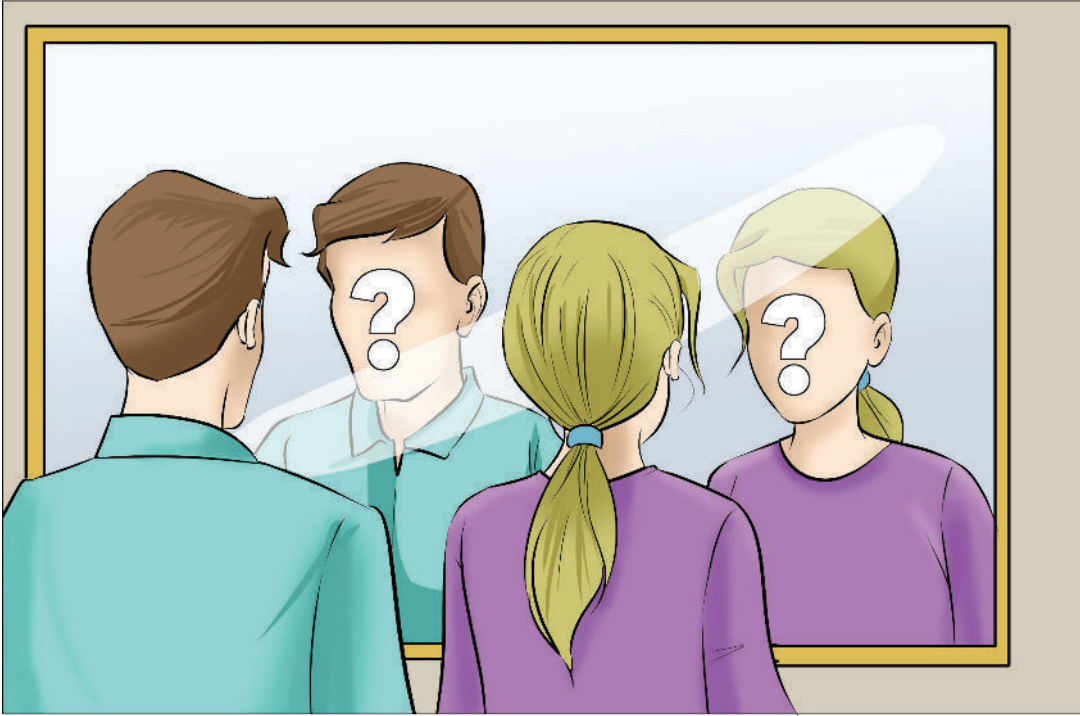
Destekleyici Görsel-1



Çalışma Yapağı-1

ÖZ FARKINDALIK

Benliğin güçlü ve zayıf yönlerini bilme, duygu ve düşüncelerin davranışları nasıl etkilediğini fark etme ve kendi ile ilgili gerçekçi bir değerlendirme yapabilme becerilerini içerir. Örneğin, benlik saygısı ve öz güven oluşturma, kendini izleme, kendini değerlendirme, hedef belirleme vb.



Kelimeler

1.

4.

2.

5.

3.

6.

İLİŞKİ GELİŞTİRME BECERİLERİ

Farklı birey ve gruplarla sağlıklı ve pozitif geri bildirimler içeren ilişki geliştirme ve bu ilişkileri sürdürme yeteneğidir. İletişimde açık olma, aktif dinleme, diğerleriyle işbirliği yapma, sosyal baskılara direnebilme, çatışmaları yapıcı bir şekilde müzakere etme ve gerektiğinde yardım arama veya yardım teklif etme şeklinde karakterize edilir.



Kelimeler

1.

4.

2.

5.

3.

6.

SORUMLU KARAR VERME

Karar verirken farkında olmayı, kararın değerler ve güven açısından uygunluğunu göz önünde bulundurmamayı ve bu kararların başkaları üzerindeki etkilerini dikkate almayı ve muhtemel sonuçların sorumluluğunu ifade eder. Bu beceri aynı zamanda karar verirken ihtiyaçlarımızın da sorumluluğunu almayı ve değerlendirme yapmayı ve böylece kendi esenliğimize katkı sağlamayı da ifade eder. Bu beceri, birçok yönüyle kararlarımızın başkaları üzerindeki etkisine, ilişkilerimize ve belirlediğimiz hedeflerimize etkisinin farkında olmaktır.



Kelimeler

1.

2.....

3.....

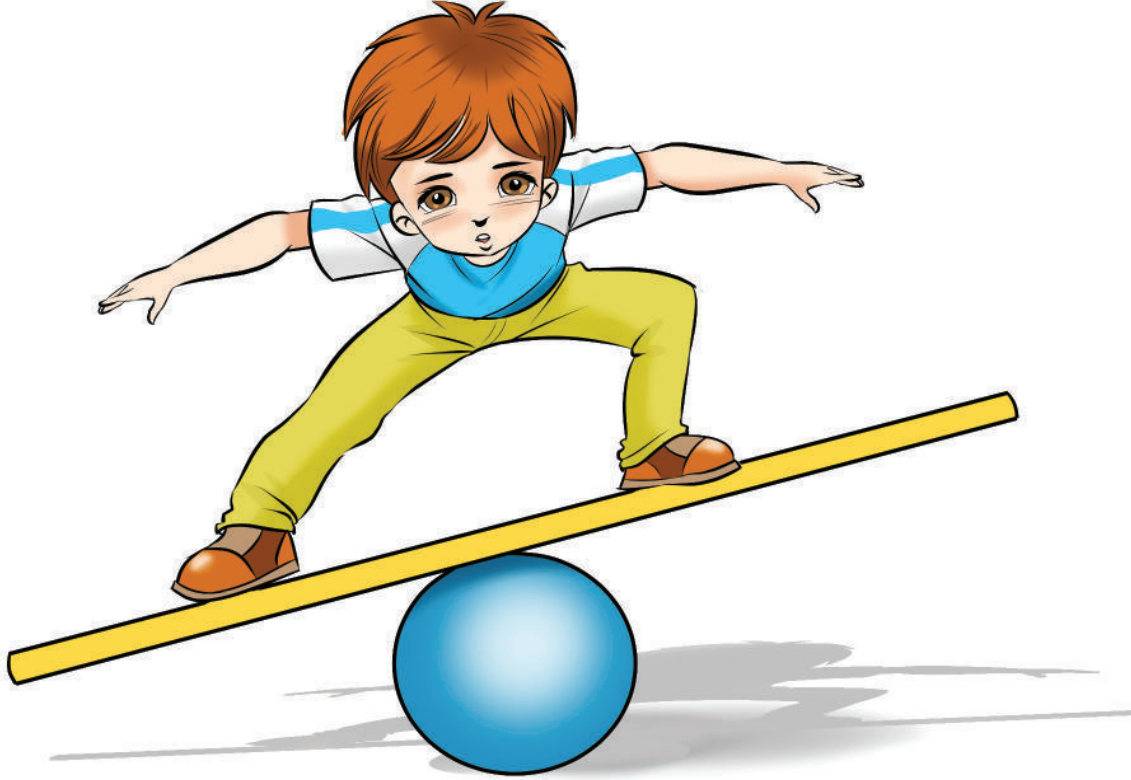
4.

5.....

6.....

ÖZ YÖNETİM

Bireyin farklı durumlarda duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını başarılı bir şekilde düzenleme becerisi; stresi etkin bir şekilde yönetme, dürtüleri kontrol etme ve motivasyonu sürdürme durumudur. Kişisel ve akademik hedefler belirleme ve bu hedeflere yönelik çalışma yeteneğidir. Örneğin: öfke ve stres yönetimi, zaman yönetimi, baş etme becerileri, dürtüleri kontrol etme, gevşeme vb.



Kelimeler

1.

4.

2.

5.

3.

6.

SOSYAL FARKINDALIK

Farklı geçmişlere ve kültürlere sahip olanlar da dâhil olmak üzere diğer insanların bakış açısını anlama ve onlarla empati kurma yeteneğidir. Bir davranışta bulunurken sosyal ve etik normları anlama ile aile, okul ve toplum temelli kaynakları ve destekleri fark etme becerisini içerir. Başkalarının perspektiflerini anlama, bunu kişilerarası etkileşimlerde kullanabilme, empati geliştirme ile ilgili becerilerdir. Örneğin: aktif dinleme, bireysel ve grup farklılıklarını tanıma ve takdir etme vb.



Kelimeler

1.

4.

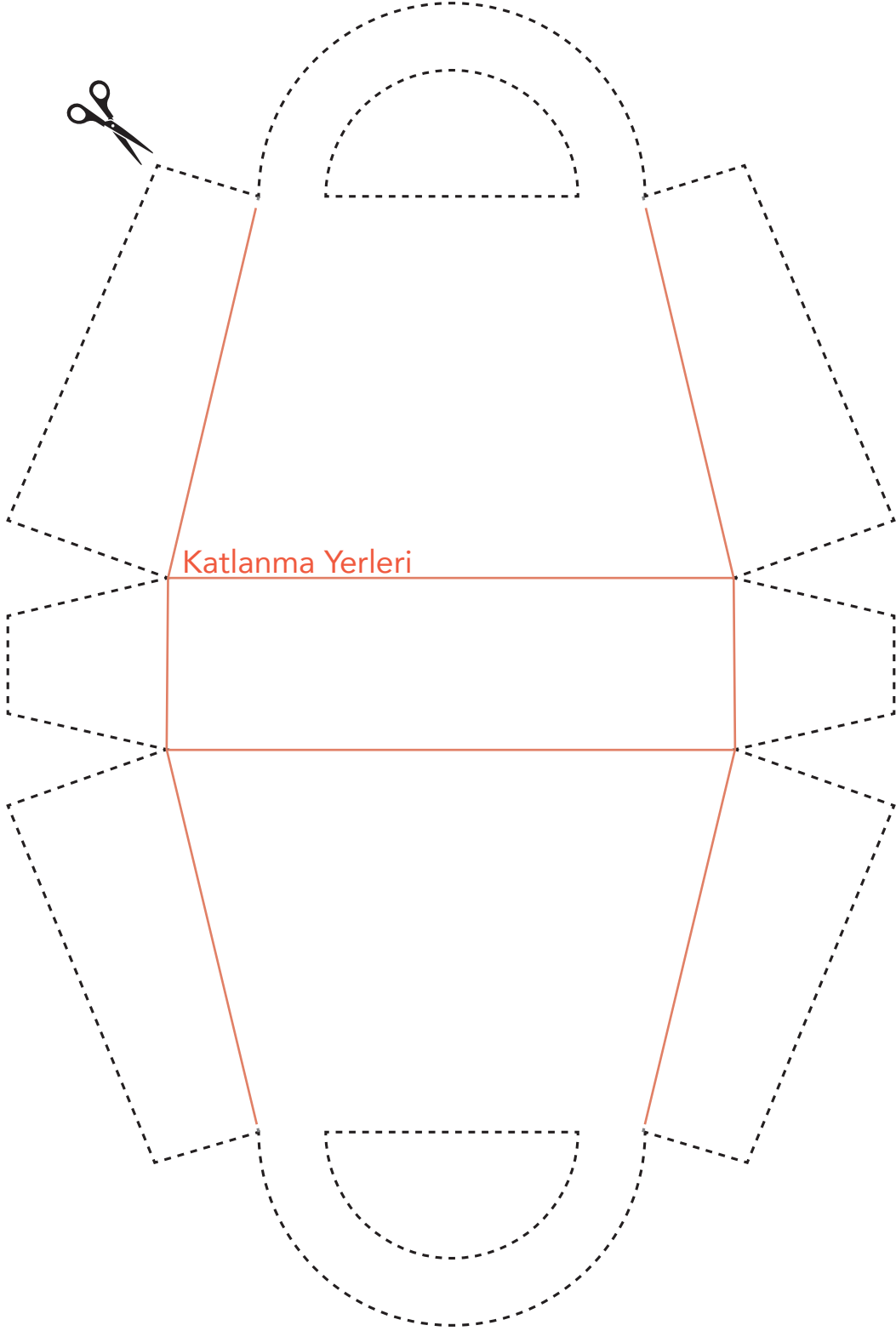
2.

5.

3.

6.

Çalışma Yapağı-2



Öz Farkındalık	Sosyal Farkındalık	Öz Yönetim	Sorumlu Karar Verme	İlişki Geliştirme Becerileri	Bu alanda sahip olunan beceri sayısı	Bu alanda geliştirilmek istenen beceri sayısı

Çalışma Yaprağı-3

Uygun şekilde dinlemek ve konuşmak	Diğerlerinin bakış açısını anlayabilmek
Ahlaki ve sosyal olarak sorumluluk alabilmek	Çatışma ile baş edebilmek (arabuluculuk, işbirliği yapabilmek)
Grup içinde bir takım üyesi olarak çalışabilmek	Akran baskısıyla baş edebilmek
İhtiyaç hâlinde yardım almak ve yardım teklif etmek	Başkaları ile olumlu ilişkiler kurmak
Karar vermek ve sorumluluk almak	Kendine ve başkalarına saygı göstermek, farklılıkları kabullenmek
Gerçekçi hedefler belirlemek	Kendi duygularımı ve başkalarının duygularını tanımak
Problemleri tanımlamak	Güçlü özelliklerinizin/yönlerinizin farkında olmak
Güçlü duygular ile baş edebilmek	Başkalarının duyguları ile ilgilenmek/duygularını sormak
Olumsuz eleştiri ve alaydan uzak tutum göstermek	Gerektiğinde özür dilemek
Zorlukları kendi gelişimim için birer fırsat olarak kullanmak	Bir baş etme yöntemi olarak mizahı kullanmak
İhtiyaç duyduğunda sosyal destek almak	Stres ve zorluklar karşısında sebat edebilmek
Duygular ve ihtiyaçlar arasındaki bağlantıyı kurabilmek	Duygularımı duygu kelimeleri ile ifade etmek
Kendi ihtiyaçlarının farkında olmak	Başkalarının ihtiyaçlarının farkında olmak

3. OTURUM PLANI

Süre	: 40-50 dakika.
Amaç	: Grup üyelerinin bütün oturumları değerlendirerek öğrencilerin sosyal duygusal becerilerini nasıl destekleyebileceklerine ilişkin tutum ve davranışlarını ele almak, kazanılan becerilerin grup bittikten sonra nasıl kullanılacağına yönelik bilgi vermek ve üyelerin olumlu duygularla programdan ayrılmasını sağlamak.
Materyal	: » Destekleyici Görsel-1 » Destekleyici Görsel-2
Ön Hazırlık	: » Destekleyici Görsel-1 ve Destekleyici Görsel-2 projeksiyon cihazı ya da akıllı tahtaya yansıtılmak üzere dijital ortama aktarılır.

Süreç

- Grup lideri tarafından aşağıdaki açıklamadan yararlanılarak bir önceki oturumun özeti yapılır.
"Geçen oturumda sosyal duygusal beceriler hakkında daha detaylı bilgi sahibi olarak bu beceriler kapsamında kendinizi değerlendirmenize odaklanmıştık. Bugünkü son oturumda ise öğrencilerinizin sosyal duygusal becerilerini nasıl destekleyebileceğiniz üzerinde duracağız."
- Destekleyici Görsel-1 kullanılarak sosyal duygusal becerilerin neler olduğu hatırlatılır.
- Üyelerden ayağa kalkmaları istenir ve grup lideri tarafından yüksek sesle "Çocuk!" dendiğinde oturarak kendi çocukluk dönemlerindeki sosyal duygusal becerilerini düşünmeleri istenir. "Yetişkin!" diye seslenildiğinde ise ayağa kalkmaları ve yetişkinlik dönemindeki sosyal duygusal becerilerini düşünmeleri istenir.
- Üyelere düşünebilecekleri kadar süre verildikten sonra uygulamaya geçilir. Aşamalar dört veya beş kez tekrarlanır. Etkinliğe gönüllü üyelerden kendi çocukluk dönemi ile yetişkinlik dönemi arasındaki farklılıkları paylaşmaları istenerek devam edilir. Bu değerlendirme için aşağıdaki sorulardan faydalanılır:
 - » Çocuk olduğunuzda ne hissettiniz?
 - » Yetişkin olduğunuzda ne hissettiniz?
 - » Çocuk rolünde sosyal duygusal beceriler açısından kendinizi nasıl değerlendirdiniz?

- » Yetişkin rolünde sosyal duygusal beceriler açısından kendinizi nasıl değerlendirdiniz?
- » Bu beceriler açısından çocukken hangi güçlü yönler ve geliştirilmesi gereken yönler sahiptiniz?
- » Bu beceriler açısından yetişkinken hangi güçlü ve geliştirilmesi gereken yönler sahiptiniz?

5. Grup lideri tarafından Destekleyici Görsel-2 üyelere prroeksiyon cihazı ile gösterilerek açıklama yapılır:

"Bu papatya sosyal duygusal becerileri temsil ediyor. Papatyanın her bir parçası öz farkındalık, sosyal farkındalık, öz yönetim, sorumlu karar verme ve ilişki geliştirme becerilerini temsil ediyor. Öğrencilerimizi bu papatyaya benzetirsek sağlıklı şekilde gelişimleri için bu becerileri nasıl besleyebiliriz?"

6. Üyelerden ikiyeşerli veya üçerli gruplar olmaları istenerek program boyunca öğrenilenleri dikkate alarak bu becerilerin gelişimleri için öğretmenlerin sınıfta neler yapabileceklerini tartışmaları ve ulaştıkları sonuçları paylaşmaları istenir.

7. Üyelerin paylaşımlarının ardından grup lideri tarafından aşağıdaki açıklama yapılır.

"Nasıl ki bir papatyanın sağlıklı şekilde açması, büyümesi ve solmaması için yeterli miktarda neme, suya, havaya, toprağa, sevgiye ihtiyacı varsa bir bireyin sağlıklı gelişiminde de öz farkındalığa, sosyal farkındalığa, öz yönetime, sorumlu karar veremeye ve ilişki geliştirme becerilerine ihtiyacı vardır. Sosyal Duygusal Öğrenme becerileri gelişmiş olan bireyler duygularını tanımlayabilir, anlayabilir, güçlü ve geliştirilebilir yönlerini ayırt edebilir. Çevresine empati ile yaklaşır, farklılıkları takdir eder, diğerlerine saygı duyar. Karşısına çıkan zorlu durumları yönetebilir, sorumluluklarını yerine getirme karşısında motivasyona sahiptir. Özerk kararlar verebilme becerisine sahiptir. Diğerleri ile etkili iletişim kurabilir, çatışmaları yapıcı şekilde çözmeye çalışır. Bu becerilere sahip olmak bireyi güçlü kılar."

8. Üyelerden tüm sürece dair duygu ve düşüncelerini paylaşmaları istenir. Bunun için aşağıdaki sorulardan faydalanılabilir:

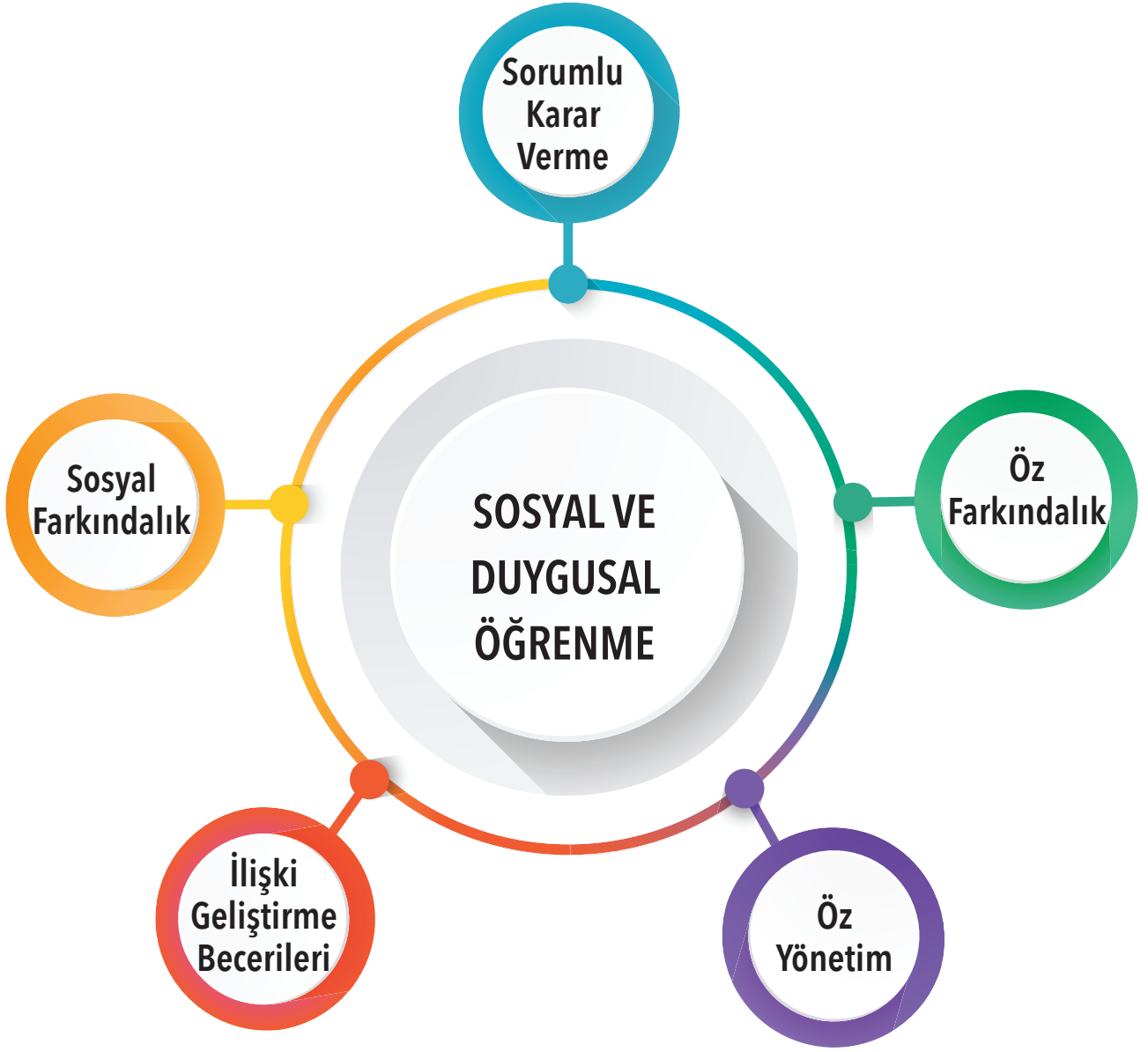
- » Bu eğitimde olmaktan dolayı yaşadığınız duyguları paylaşır mısınız? Neler hissediyorsunuz?
- » Bu programa katılmadan önceki hâlinizi düşündüğünüzde kendinizde nasıl farklılıklar gözlemliyorsunuz?
- » Bu eğitim bundan sonraki süreçte kendinize, öğrencilerinize ve çevrenize olan bakış açınızı nasıl etkileyecek?

9. Veda etkinliği için üyelerin bu eğitim programını 5 üzerinden değerlendirmeleri ve puanlarını gösteren parmakları ile “Hoşça kal!” yapmaları istenir ve oturum sonlandırılır.

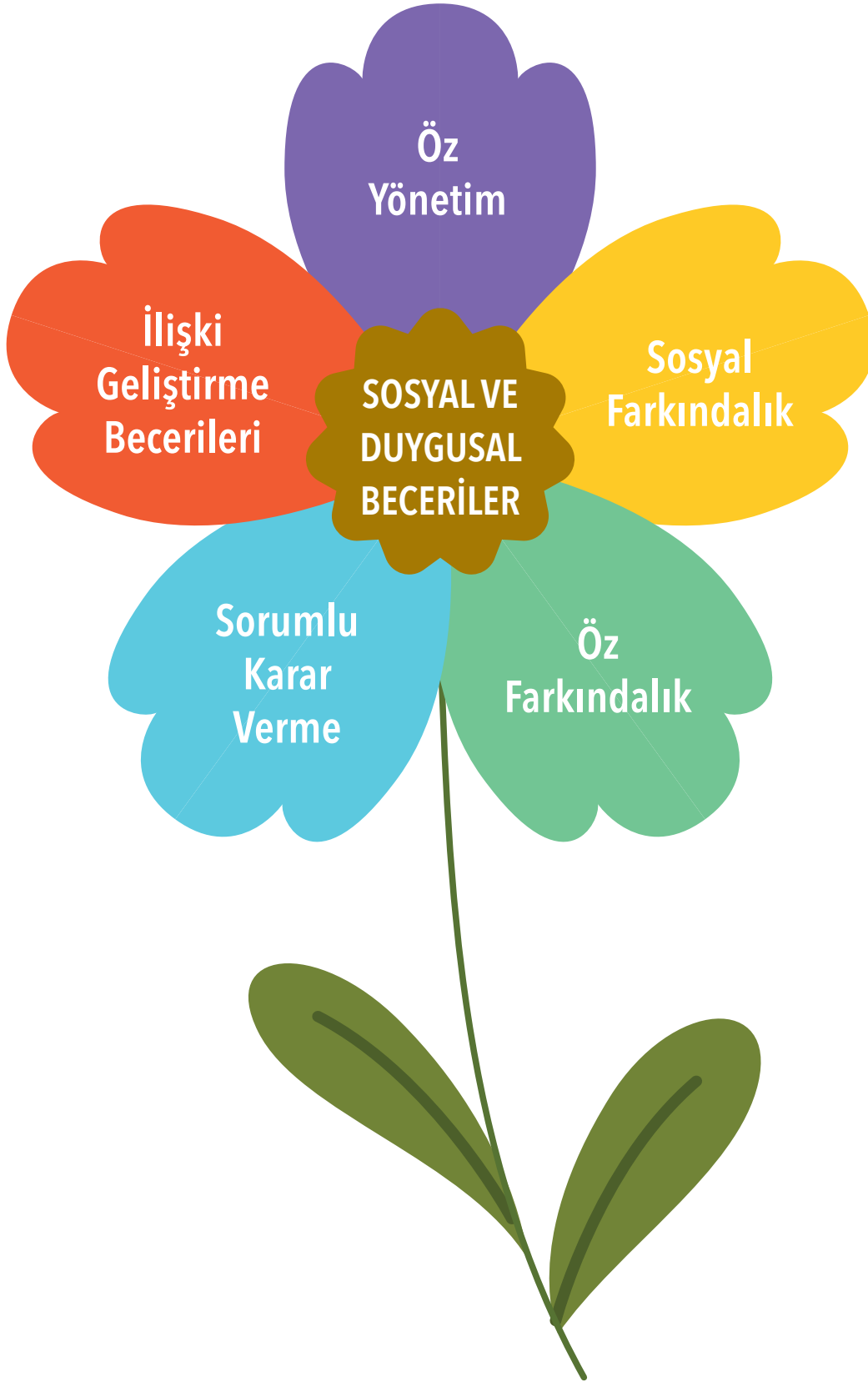
Uygulayıcıya Not

- » Destekleyici Görsel-1 yansıtma imkânı yoksa çıktısı alınarak -mümkünse A3 boyutunda- üyelerin görebileceği şekilde asılabilir.
- » Destekleyici Görsel-2 üye sayısına göre gerektiğinde çiçek şeklinde kesilip üyelere dağıtılabilir.

Destekleyici Görsel-1

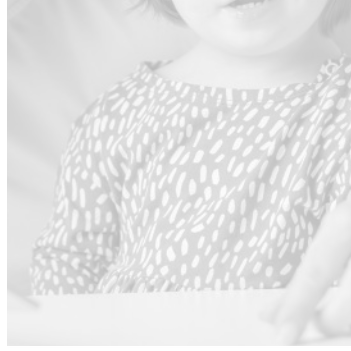
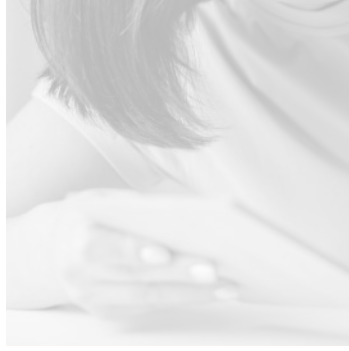
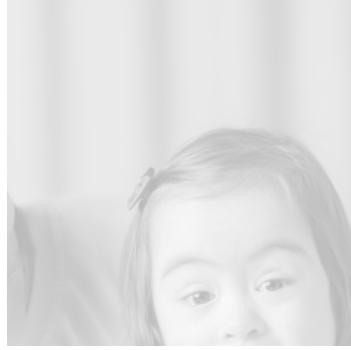
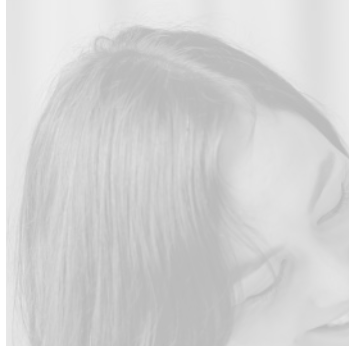


Destekleyici Görsel-2





This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي



***Bu Kitap Millî Eğitim Bakanlığınca Ücretsiz Olarak Dağıtılmıştır.
Para İle Satılamaz.***



**ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ**



PIKTES