

ANKARA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

POZİTİF GENÇ GELİŞİMİ TEMELLİ SINIF REHBERLİĞİ
PROGRAMININ İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM BECERİLERİNE
ETKİSİNİN İNCELENMESİ

DOKTORA TEZİ

GÜNNUR ÖZBAY

PROF. DR. SERAP NAZLI

Ankara, Kasım, 2017

ÖZET

POZİTİF GENÇ GELİŞİMİ TEMELLİ SINIF REHBERLİĞİ PROGRAMININ İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM BECERİLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Günnur Özbay

Doktora, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı,

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Serap Nazlı

.....2017, xi- 207 sayfa

Bu çalışmanın amacı Pozitif Genç Gelişimi Temelli Sınıf Rehberliği Programı'nın ilkokul öğrencilerinin yaşam becerilerine etkisinin incelenmesidir. Araştırma karma araştırma desenlerinden karma gömülü desenle desenlenmiştir. Karma yöntem nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanıldığı yöntemlerdendir. Araştırmanın nicel boyutunda yarı deneysel öntest, sontest, izleme kontrol gruplu 2x3'lük SPLIT PLOT desen kullanılmıştır. Nitel boyutunda ise nitel araştırma modellerinden biri olan tekli durum çalışması gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Ankara ili Yenimahalle ilçesinde bir devlet okulunda öğrenim gören dördüncü sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Deney ve kontrol grupları cinsiyet ve sosyo- ekonomik dağılımlar dikkate alınarak kura ile belirlenmiştir. Deney grubu 21, kontrol grubu ise 20 öğrenciden oluşmuştur. Deney grubuna araştırmacı tarafından hazırlanan Yaşam Becerileri Programı (12 hafta sınıf rehberliği, 12 hafta atölye eğitimi) uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise farklı bir uygulama gerçekleştirilmiştir. Araştırmada öğrencilerin yaşam becerileri düzeylerini belirlemek için Tomar ve arkadaşları tarafından geliştirilen Yaşam Becerileri Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca nitel veriler oturum değerlendirme formu, öğrenci görüşme formu, ebeveyn gözlem formu, öğretmen gözlem formu ve

ebeveyn odak grup görüşmesi ile toplanmıştır. İzleme testi, son test uygulamasından bir ay sonra gerçekleştirilmiştir.

Deney ve kontrol gruplarının deneysel işlem öncesinde ilgili bağımlı değişkenler açısından denk olup olmadıkları ilişkisiz ölçümler için t testi ile incelenmiştir. Araştırma kapsamında yürütülen müdahale programının ilişki ve sosyal ilgi'yi oluşturan her bir alt boyut üzerindeki etkisi, karışık ölçümler için varyans analizi ile incelenmiştir. Deney grubundan elde edilen nitel verilerin özetlenmesi ve yorumlanmasında betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Araştırma sonunda deney grubundaki öğrencilerin Yaşam Becerileri Ölçeğinden aldıkları ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Uygulanan eğitim programı deney grubuna katılan öğrencilerin ilişki (farklılıkları yönetme, çatışma çözme, işbirliği yapma, sosyal beceriler ve iletişim), sosyal ilgi (başkalarıyla ilgilenme, empati, paylaşma ve besleyici ilişkiler) boyutuna ait yaşam becerilerinde artış sağladığını göstermiştir. Ayrıca deney grubundaki öğrencilerin son test ve izleme testi ölçümleri arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Deney grubuna verilen eğitimin uygulamadan bir ay sonra da etkisinin devam ettiği görülmüştür. Araştırmada elde edilen nitel bulgular da, deney grubuna uygulanan Yaşam Becerileri Eğitim Programı'nın öğrencilerin yaşam becerilerine dönük olumlu etki ettiği yönündedir.

Anahtar Sözcükler: Pozitif Genç Gelişimi, Yaşam Becerileri, Pozitif Psikoloji, Kapsamlı Gelişimsel Rehberlik.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeline, çalışma grubunun özelliklerine, veri toplama araç ve yöntemlerine, uygulanacak sınıf rehberlik programı uygulamalarının içeriğine, verilerin toplanması ve analizine ilişkin bilgiler verilmiştir.

3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2016-2017 eğitim öğretim yılında Ankara ili Yenimahalle ilçesinde bir devlet okulunda dördüncü sınıfta öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Uygulamalarda aksaklıkla karşılaşmamak için çalışmalarda en uygun okulda çalışmaların yapılması, çalışmaların daha iyi gerçekleştirilebilmesi ve denetlenebileceği bir okulda öğrencilerin sosyo ekonomik düzeylerinin birbirine yakın olduğunun düşünülmesi çalışma grubunun seçiminde etkili olmuştur. Çalışma grubu oluşturulmadan önce tüm dördüncü sınıf düzeyindeki şubelerdeki öğrencilerin özellikleri incelenmiştir. Şubelerin cinsiyet ve sosyo ekonomik dağılımlarına bakılarak birbirine benzer gruplar içinden iki şube kura ile seçilmiştir. Seçilen şubelerden biri deney, biri kontrol grubu olarak atanmıştır. Araştırmanın gerçekleştirildiği okulda dört adet 4. sınıf şubesinde toplam 110 öğrenci bulunmaktadır. Değerlendirme sonuçlarına göre okuldaki 4. sınıflardan 4.B sınıfı deney, 4.C sınıfı ise kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Deney grubu 11 kız, 10 erkek olmak üzere 21, kontrol grubu 10 kız, 10 erkek olmak üzere 20 öğrenciden oluşmaktadır. Nitel durum çalışması için çalışma grubunu deney grubunu oluşturan denekler, çalışmanın gerçekleştirildiği sınıfın sınıf öğretmeni (deney öncesi ve deney sonrası gözlemler), deney grubunu oluşturan katılımcıların ebeveynleri (odak grup görüşmesi için gönüllü seçilen 7 ebeveyn ve deney grubunu oluşturan katılımcıların tümünün ebeveynleri) oluşturmuştur.

3.3. Pozitif Genç Gelişimi Temelli Sosyal Yaşam Becerileri Programı

Pozitif genç gelişimi, müdahale programlarının orta dereceli başarılı olmasına bir tepki olarak çıkmıştır (Benson, 1997; Pittman, 1991). Çünkü gençlerin günümüzde optimal gelişimi sağlayacak, yetkinlik kazandıracak yaklaşımlara ihtiyacı vardır

(Peterson, 2004). Bu nedenle hazırlanacak programların bireyin gelişimlerini teşvik edecek şekilde olması beklenir. Aydoğan'a (2013) göre iyi yapılandırılmış pozitif genç gelişim programları tüm öğrencilere yönelik, güçlere dönük, ilgi, yetenek, gelişim ihtiyaçlarına göre hazırlanan etkinliklerden oluşmalıdır. Ayrıca programlar geliştirilirken konuların ve program bileşenlerin belirlenmesi gerekir. Programlar bireyin gelişim özelliklerine göre hazırlanmalıdır (Catalano ve diğerleri, 2004). Blum (2003) gençlik programlarının etkililiği için gençlerin aktif olmasına ve etkili akran ilişkilerine vurgu yapmaktadır. Ayrıca Rhodes ve Roffman (2003) ise programlarda ailenin pozitif etkilerinin önemini vurgulamıştır. Ebeveynlerin çocukların sağlıklı ve olumlu yönde etkilenmeleri adına aracı bir durumda gözlemleme yapması açısından programın bir parçaları olmaları önemlidir (Bornstein, 2003). Bu anlamda bu çalışmada aileye dönük programla ilgili bilgilendirme çalışması yapılmıştır. Bilgilendirme içeriğinde, programın tanıtılması, programın uygulama süreci boyunca çocuklarına dönük gözlem süreçlerinin nasıl gerçekleştirileceği, kullanılacak gözlem formları hakkında bilgi verilmiştir. Program sonrasında ise gözlemlerine ve görüşlerine başvurulmuştur.

Pagliari ve Klindera'e (2001) göre gençlik geliştirme programları bireyin gerçek ihtiyaçlarına hitap etmelidir. Bu amaçla program hazırlanırken yaşam becerileri programları ve öğrencilerin gelişim düzeylerine göre ihtiyaçlarına yönelik alanyazın taraması gerçekleştirilmiştir. Yaşam becerileri programı hazırlanırken eğitimciler; grubun gelişim düzeyine göre yaşam becerilerini belirleme, bu yaşam becerilerini gruba adapte edebilme, etkin dinleme, pozitif çalışmayı cesaretlendirme, pozitif ve güven verici ortamı sağlama, duygusal desteği sunma, ödüllendirme, izleme ve değerlendirme yapma, grup üyelerinin kendilerini rahat ifade edebilecekleri yöntem ve metotlar kullanma konularında hassas olmalıdırlar (Hanbury, 2008). Bu nedenle tüm konular dikkate alınarak program hazırlanmıştır. Ayrıca program hazırlanırken çalışma saatlerinin belirli günlerde olmasına, düzenli bir çalışma takvimi oluşturulmasına, öğrencilerin etkili katılımının sağlanmasına, gerektiğinde sınıf öğretmeninden destek alınmasına özen gösterilmiştir. Çünkü günümüzde okullarda uygulanan kapsamlı gelişimsel rehberlik programları sınıf öğretmeni ile gerçekleştirilen programlardır.

Program hazırlık aşamasında yaşam becerilerini planlarken güçlü bir alt yapı ve destekleyici yapı ile başlanmalıdır (Hanbury, 2008). Bu amaçla bu çalışmada hazırlanan program planlaması yapılırken grubun ihtiyaçları ve ortak amaçlarını

belirleme, yaşam becerilerinin öğrenme seçeneklerini belirleme, eğitim programı içinde ve eğitim programını destekleyici bir program hazırlama, programı destekleyici başka bir eğitim çalışması olan atölye eğitimlerini hazırlama, programda kullanılacak materyalleri belirleme, öğretmen ve veli bilgilendirme, izleme ve değerlendirmenin nasıl yapılacağını belirleme gibi konular tek tek ele alınmıştır. Bu çalışmalar gerçekleştirilirken Nazlı (2017) tasarım aşamaları göz önünde bulundurulmuştur.

3.3.1. Programın Alt Yapısının Hazırlanması

Bu aşamada programın temel felsefesi, kuramsal temelleri belirlenmiştir. Pozitif psikoloji, hümanistik yaklaşım, sistem teorisi gibi pozitif genç gelişimine etki eden tüm felsefi ve kuramsal yapılar, daha önceden yapılan çalışmalar gözden geçirilmiştir. Program hazırlanırken mevcut eğitim programları incelenmiştir. Pilot uygulama için sınıf rehberliği etkinliklerinden örnek uygulama çalışması gerçekleştirilerek etkinliklerin sınıf düzeyine uygunluğu, gerçekleştirilebilirliği araştırılmıştır. Uygulama tarihinden önce, üç oturum (sınıf rehberliği ve atölye eğitimi) 2015-2016 eğitim öğretim yılının ikinci döneminde programın uygulanacağı çalışma grubunu oluşturan öğrencilerle aynı yaş grubunu oluşturan öğrencilere pilot uygulama gerçekleştirilmiştir. Pilot uygulama neticesinde bazı etkinliklerin uzun olduğu ve ısınma etkinliklerinin sınıf ortamında uygulamasının kısıtlayıcı olduğu gözlenmiştir. Yapılan pilot uygulama ile etkinliklerin gruba uygunluğu, süre, yöntem ve tekniklerin uygunluğu, kullanılabilirliği gibi konular değerlendirilmiştir.

3.3.2. Programın Tasarım Süreci

Program tasarım sürecinde kazanım, içerik, süreç ve değerlendirme aşamaları kullanılmıştır. Hedef ve kazanım belirleme aşamasında sınıf rehberliği programında ve atölye eğitiminde yer alacak kazanımlar belirlenmiştir. Araştırmada eğitim programına dahil olan bireylere kazandırılacak bilgi ve becerileri, kazanımları ve hedefleri belirlerken Wellman ve Moore taksonomisi olan fark etme, kavrama, genelleme aşamaları (Nazlı, 2017) dikkate alınmıştır. Araştırma ilkökul düzeyinde olduğu için kazanımların bu dönemdeki çocukların gelişim görevlerini yerine getirmeye dönük tasarlanması gerekmektedir (Yeşilyaprak, 2008; Külahoğlu, 2003). Yavuzer (2001) bu dönemi somut düşünce dönemi olarak kabul edip, bilgiyi yaşama transfer etme çabalarına geçiş için başlangıç olarak görür. Bu nedenle sınıf rehberliği ve atölye çalışması programının kazanımları algılama ve kavrama düzeyinde belirlenmiştir. Sınıf

rehberlik programı, atölye eğitimi içinde yer alan çalışmaların planlaması yapıldıktan sonra alanda çalışan iki rehber öğretmenden program ile ilgili görüşler alınmış ayrıca rehberlik ve psikolojik danışmanlık ana bilim dalında görev yapan iki öğretim üyesinin görüşlerine başvurulmuştur. Hazırlanan pozitif genç gelişimi temelli sosyal yaşam becerileri sınıf rehberliği programında kazanımlar şu şekilde belirlenmiştir.

1. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Programda elde edeceği bilgi ve becerileri fark eder.
- Programın amacını ve nasıl bir ortamda gerçekleşeceğini fark eder.

2. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Kendine ve başkalarına dönük olumlu özellikleri fark eder.
- Kendine ve başkalarına dönük özgün özellikleri fark eder.

3. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Kendisinin ve başkalarının olumlu yönlerini fark eder.
- Bireylerin farklı özelliklerinin doğal olduğunu kavrar.

4. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Farklılıklara karşı hoşgörülü ve saygılı olmanın önemini kavrar.

5. Sınıf Rehberliği /Atölye Eğitimi

- Sözel ve sözel olmayan iletişimin önemini fark eder.
- İletişimde etkin dinlemenin önemini kavrar.
- Kişilerarası ilişkilerde iletişim engellerini fark eder.
- Etkili iletişim becerilerini fark eder.

6. Sınıf Rehberliği /Atölye Eğitimi

- Etkili iletişimde duyguları tanımanın önemini fark eder.
- Kişilerarası ilişkilerde iletişimin önemini fark eder.
- Kişilerarası ilişkilerde iletişim engellerini kavrar.
- Etkili iletişimde pozitif yolları kullanmanın önemini kavrar.

7. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Günlük yaşamda yaşadıkları çatışma nedenlerini fark eder.
- Etkili çatışma çözme yöntemlerini fark eder.

8. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Anlaşmazlıklarda çatışma çözme becerilerinin hangilerini kullanacağını bilir.

9. Sınıf Rehberliği /Atölye Eğitimi

- Empatinin kişilerarası ilişkilerde önemini fark eder.
- Hoşa giden ve gitmeyen duyguları ayırt eder.
- Kişilerarası ilişkilerde empati kurmada duyguları tanımanın önemini fark eder.

10. Sınıf Rehberliği /Atölye Eğitimi

- Grupla çalışmada gerekli olan becerilerin önemini fark eder.
- Grupta işbirliği ve paylaşmanın önemini fark eder.
- Grupla çalışmanın önemini ifade eder.

11. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi

- Arkadaşlığın önemini kavrar.
- Etkili arkadaşlık ilişkilerinde olumlu tepkilerin neler olduğunu kavrar.
- Arkadaşlık ilişkilerinde işbirliği ve paylaşmanın önemini kavrar.

12. Sınıf Rehberliği / Atölye Eğitimi

- Programda elde ettiği kazanımları gelecek yaşamında nasıl kullanacağını kavrar.

Tüm kazanımlar programın ana yapısını oluşturan pozitif genç gelişimi uygulamalarından olan 4H'nin bir yaprağını temsil eden yaşam becerilerine dönük hazırlanmıştır. 4H yaklaşımı içeriğini oluşturan (BAŐ, KALP, EL VE SAĞLIK – HEAD, HEART, HANDS HEALTH-) ana başlıkta, 8 ana yaşam becerileri (yönetme, düşünme, bağlı olma, önemseme, verme, çalışma, varolma, yaşama) içinde yer alan yaşam becerileri incelenerek gelişim düzeylerine göre bu dönemin gerektirdiği yaşam becerileri üzerinde durulması kararlaştırılmıştır. Bu çalışmada ele alınan yaşam becerilerinin birbirleriyle ilişkili olması programda hedeflenen yaşam becerilerinin seçilmesine neden olmuştur. Bu nedenle program, bir yaşam becerisi geliştirilirken yapılacak çalışmalar diğer bir yaşam becerisinin gelişmesi veya kazandırılmasını destekleyecek şekilde hazırlanmıştır.

Program içeriğini oluşturan yaşam becerilerine ait sınıf rehberliği ve atölye eğitimi oturumları bir veya bir kaç aktiviteden oluşacak şekilde planlanmıştır. Planlama yapılırken hangi aktivitenin öncelikli yapılmasına konunun ele alınış basamaklarına göre karar verilmiştir. Sınıf rehberliği oturum planlaması giriş etkinliği, konuya giriş, kazanıma dönük etkinlikler, sonlandırma, geri bildirim, değerlendirme aşamalarından oluşturulmuştur.

Her bir oturum için planlama aşamalarında oturumun amaçlarının, oturum amaçlarının nasıl aktarılacağına, gerekli materyallerin, her aşamanın ne kadar süreceğine, kullanılacak yöntemlerin, geri bildirimlerin nasıl alınacağına belirlenmesi yoluna gidilmiştir. Sınıf rehberliği etkinliklerinde kazanımların pekiştirilmesi ve öğrenmenin kalıcılığının artırılması için atölye eğitimi ile desteklenmiştir. Programda şu konulara yer verilmiştir.

1. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Programın amacını ve kuralları kavrama
2. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Kendinine ait güçlü yönleri tanıma
3. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Farklılıkları fark etme
4. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Farklılıklara karşı hoşgörü ve saygı
5. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Etkili iletişim becerileri
6. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: İletişimde duyguların önemi
7. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Etkili sorun çözme becerisi
8. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi:Etkili sorun çözme becerisi
9. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Empatinin önemi
10. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi: Grupta paylaşım ve işbirliği
11. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi:Besleyici ilişkiler geliştirme
12. Sınıf Rehberliği/Atölye Eğitimi:Değerlendirme ve kapanış

Programın süreç kısmı, deney grubunda hangi zamanlarda, ne kadar çalışma yapılacağını içermektedir. Program, 12 oturumlu sınıf rehberlik etkinliği ve 12 atölye çalışmasını içerecek şekilde hazırlanmıştır. Sınıf rehberlik çalışmaları haftada bir gün 45 dakika, atölye çalışması hafta bir gün iki ders saatini içeren 90 dakika sürecek şekilde planlanmıştır. Etkinlikler Hanbury (2008) sosyal yaşam becerileri etkinlikleri, literatürde pozitif genç gelişimi program etkinlikleri de incelenerek araştırmacı tarafından hazırlanan etkinliklerden oluşmuştur. Etkinliklerin zengin öğrenme yaşantıları içerecek şekilde düzenlenmesine dikkat edilmiştir. Grup tartışmaları, rol oynama, bilgilendirme, vaka analizi, soru cevap, drama, beyin fırtınası, tartışma gibi yöntemler kullanılmıştır. Hanbury'e (2008) göre yaşam becerilerini öğretirken kullanılan yöntemler (grup tartışmaları, resimli kartlar, araştırma, rol oynama, oyunlar, resim ve çizimler, geri bildirim, kuklalar, sessiz yansıtma, sınıf dışı çalışmalar, atölye

çalışmaları vb gibi) bu becerileri kazandırmada etkili olacaktır. Erkan'a (2004) göre beceri eğitimlerinde soru cevap, anlatım, rol oynama, tartışma, örnek olay gibi yöntemler kullanılması etkili olacaktır. Bu nedenle çeşitli yöntemler süreçte kullanılmıştır.

Program 9-10 yaş grubuna uygulanacağı için daha çok hareketli ve aktif düşünmeyi sağlayıcı aktivitelerle yapılandırılmıştır. Pozitif Genç Gelişimi temelli yaşam becerileri programında grup üyelerinin duygularını veya hissettiklerini rahatlıkla ve derinlemesine ifade etmede cesaretlendirme önemli görüldüğünden ve bu programda çalışılan grubun yaş düzeyinin küçük olması nedeniyle duygu ve düşüncelerini ifade etmede resimler, oyunlar gibi çeşitli aktiviteler kullanılmıştır.

Programın ölçme ve değerlendirme bölümünde ise sınıf rehberliği, atölye çalışması sonucunda uygulanan programın etkililiğini ölçmek amacıyla son test uygulaması yaşam becerileri ölçeği ile gerçekleştirilmiştir. Ayrıca nitel değerlendirmede velilerle görüşme, sınıf öğretmeninin ve velilerin programa katılan katılımcılara ait gözlemlerini içeren gözlem formu, bir grup veli ile gerçekleştirilen odak grup görüşmesi ile ve her bir etkinlik sonucunda öğrencilerin dolduracağı etkinlik değerlendirme formları ile gerçekleştirilmiştir. Hanbury'e (2008) göre bir programın hazırlanmasında önemli parçalardan biri değerlendirmedir. Değerlendirmede kullanılan izleme sorularından oluşan bazı izleme ve değerlendirme araçları çocukların kullanabileceği ve anlayabileceği, duygularını ifade edebilecekleri şekilde olmalıdır (Hanbury, 2008). Bu nedenle programda katılımcıların programa dönük duygularını ve görüşlerini almak için "kesinlikle katılıyorum, katılıyorum, kararsızım, katılmıyorum, kesinlikle katılmıyorum" şeklinde dereceleme ölçekleri ile duygu resimlerini içeren H diyagramı kullanılmıştır.

Kontrol grubuna (Sağlık Bakanlığı, 2016) Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı uygulanmıştır. Programda yer alan kazanımlar şu şekilde belirlenmiştir.

1. Ön Oturum
 - Grup çalışmasının amaçlarını fark eder.
2. Sınıf Rehberliği
 - Beden sağlığının önemini fark eder.
3. Sınıf Rehberliği
 - Dengeli ve sağlıklı beslenmenin önemini fark eder.

4. Sınıf Rehberliği
 - Hijyen ve vücut temizliğinin önemini fark eder.
5. Sınıf Rehberliği
 - Göz sağlığının önemini fark eder.

3.5. Deneysel İşlemler ve Verilerin Toplanma Süreci

Araştırmada dördüncü sınıfların dört şubesine Tomar ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilen ve bu araştırma kapsamında kullanılmak üzere farklı okullarda öğrenim gören dördüncü sınıflar üzerinde yeniden geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılan Yaşam Becerileri Ölçeği uygulanmıştır. Ölçek ön test olarak gruplara aynı zamanda uygulanmıştır. Her sınıf için ön test uygulamaları bir ders saati (45 dakika) sürmüştür. Ayrıca tüm grupların ebeveynlerinden kişisel bilgi formu ile kişisel bilgiler alınmıştır. Cinsiyet ve sosyo ekonomik ve ölçek sonuçlarına göre birbirine yakın iki şube seçilerek deney ve kontrol grubu oluşturulmuştur. Yaşam becerileri eğitim programı için pozitif genç gelişimi temelli uygulanan programlardan biri olan 4H programın dört yapraklı yoncanın bir yaprağını oluşturan, 4H'nin Hearth (Kalp-Duygu) alanına düşen sosyal ilgi ve ilişki boyutunu içeren yaşam becerileri temel alınmıştır. Bu becerilere dönük kazanımların belirlenmesi için ilgili alan yazın incelenmiş, ardından yaş düzeyine uygun kazanımlar oluşturulmuştur. Kazanımlar doğrultusunda öğrencilerin anlayabilecekleri ve düzeylerine uygun etkinlikler araştırmacı tarafından tasarlanmıştır. Etkinlik tasarımı aşamasında yaşam becerilerine dönük hazırlanan programlardan yararlanılmıştır. Kontrol grubuna ise dört haftalık bedeni tanıma, dengeli beslenme, vücut temizliği ve göz sağlığı konularında çalışma yapılmıştır. Çalışma ile ilgili bilgiler Ek A.2'de sunulmuştur.

Araştırmada deney grubu için tasarlanan program haftada bir ders saati sınıf rehberliği ve haftada iki ders saati atölye eğitimi olarak planlanmıştır. Sınıf rehberliğinde bilgi verme boyutunda, atölye eğitiminde ise daha detaylı ve öğrencinin aktif katılımına dönük etkinlikler hazırlanarak uygulanmıştır. Program hazırlandıktan sonra deney grubunu oluşturan öğrencilerle araştırmacı tarafından bireysel görüşme yapılarak program hakkında bilgi verilmiştir. Daha sonra iki saatlik bir çalışma ile programın içeriği, işlenişi, uygulama günleri ile ilgili öğretmen ve ebeveynleri

bilgilendirme yapılmıştır. Programa katılım izin alınarak bilgilendirme formu imzalatılmıştır. Bilgilendirme formu Ek C.1’de verilmiştir. Bilgilendirme toplantısında ayrıca nitel değerlendirme için kullanılacak öğretmen gözlem formu ve ebeveyn gözlem formu hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Sınıf öğretmeni tarafından gözlem formları program öncesinde doldurulmuştur. Program araştırmacı tarafından uygulanmış, sınıf öğretmeni gözlemci olarak tüm sınıf rehberliği ve atölye eğitimlerine katılmıştır. Sınıf rehberliği etkinlikleri sınıfta, atölye eğitimleri ise etkinliklerin daha aktif olarak gerçekleştirilebileceği bir ortamda gerçekleştirilmiştir. Program uygulama aşamasında atölye eğitiminden sonra tüm oturumları içeren oturum değerlendirme formlarının yer aldığı bir dosya hazırlanarak oturum sonunda deney grubu katılımcılarına dağıtılmıştır. Atölye eğitimleri sonunda oturum değerlendirme formlarının katılımcılar tarafından doldurulması sağlanmıştır.

Uygulama sonrasında yaşam becerileri ölçeği son test olarak deney ve kontrol grubuna uygulanmıştır. Araştırmacı tarafından nitel değerlendirmelerde kullanılmak üzere öğrencilerle bireysel görüşme, gönüllü seçilen velilerle odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca sınıf öğretmeni tarafından Öğretmen Gözlem Formu uygulamadan hemen sonra doldurtulmuştur. Ebeveynlere ait gözlemler ise Ebeveyn Gözlem Formu ile alınmıştır. Deney ve kontrol grubuna bir ay sonra Yaşam Becerileri Ölçeği izleme amaçlı yeniden uygulanmıştır. Tüm nitel ve nicel değerlendirme için toplanan veriler analiz edilerek araştırmanın amacı doğrultusunda yorumlanmıştır.

Yaşam becerileri eğitim programı Ek A.1’de sunulmuştur. Deney grubu ile yapılan oturumlarda yaşananlar genel hatlarıyla şu şekildedir.

Sınıf Rehberliği 1.

Eğitimci hoşgeldiniz diyerek programın amacı ve süreç hakkında bilgi vermiştir. Daha sonra grubun kurallarını belirlemek için ilk etkinliğe geçilmiştir. Etkinlik için sınıf dörde bölünmüş ve her bir gruptan kendi aralarında bir grup lideri seçmeleri istenilmiştir. Gruplardan verilen süre içinde sınıfta uyulması gereken kurallar konusunda beş kural yazmaları istenilmiştir. Her grup belirledikleri kuralları yazarak önceden hazırlanan kurallar kutusuna atmıştır. Daha sonra kutudan çıkan kurallarla grupların yazdığı kurallar grup liderleri tarafından okunarak sınıfça karşılaştırılmıştır. Kurallar sınıfta tartışılarak önemi vurgulanmıştır. Kuralların tüm eğitimlerde sınıfta ve

atölye eğitiminde bulundurulması ve öğrencilerin görebileceği yerde asılması için atölye eğitiminde bir grup kuralları ağacı uygulaması yapılacağı açıklanmıştır. Daha sonra önceden hazırlanan sözleşme formları parmak boyası ile öğrenciler tarafından imzalanmıştır. Eğitimci tarafından yapılan sözleşmenin önemi üzerinde durularak sonlandırma aşamasında gönüllü öğrencilerden geri bildirimler alınmıştır. Kısa bir özetleme yapılarak oturum değerlendirme formları hakkında bilgi verilmiş ve oturum sona erdirilmiştir.

Atölye Eğitimi 1.

Eğitimci öğrencilere hoş geldiniz diyerek atölye eğitimini başlatmıştır. Öğrencilere önceden hazırlanan yaka kartları takılmıştır. Önceki çalışmanın kısa bir özeti gönüllü öğrencilerden alınarak oturuma başlanmıştır. İlk etkinlik olan ip etkinliği için öğrencilerin daire şeklinde dizilmesi sağlanmıştır. Tüm öğrencilere rastgele atılan ip yumağının toplandığında oluşan karmaşadan yola çıkarak kuralların olmamasının sonuçları üzerinde tartışılmıştır. İkinci etkinlikte, araştırmacı tarafından önceden hazırlanan maket bir ağaç üzerinde öğrencilere dağıtılan kağıtlara kurallar kutusundan çektikleri kuralları yazmaları ve ağaca asmaları istenmiştir. Etkinlik için grup dörde bölünmüştür. Etkinlik sonunda kurallar ağacı oluşturulmuş ve kuralların pekişmesi sağlanmıştır. Kuralların önemi için son etkinlikte örnek durumlar okunmuş ve kuralların önemi örnek durum üzerinden tartışılmıştır. Öğrencilere kuralların gerekliliği, kuralları birlikte koymanın ve bu kurallara uymanın önemi açıklanmıştır. Sonlandırma aşamasında öğrencilerden yapılan çalışmalarla ilgili geri bildirimler alınmış, eğitimci tarafından kısa bir özet yapılarak bitirilmiştir. Oturum değerlendirme formu dosyaları verilerek öğrencilerin yazılı değerlendirmeleri alınmıştır.

Sınıf Rehberliği 2.

Öğrencilerden geçen haftaya dönük geri bildirimleri alındıktan sonra oturumun konusu açıklanmıştır. Bilin bakalım bu nedir? etkinliğinde bir torba içinde içinde farklı şekillerde nesnelere gönüllü öğrencilerden gözleri bağlı bir şekilde dokunarak tahmin etmeleri istenmiştir. Grup üyelerine her bir nesnenin farklı özellikleri olduğu, bu özelliklerin nesnelere tek ve özel yaptığı açıklanarak, nesneye ait özellikleri tanımlamak için o nesneyi çok iyi tanımak gerektiği vurgulanmıştır. Beni tanıyın etkinliğinde ise sınıf gruplara ayrılarak olumlu özelliklerini dağıtılan kartlara yazmaları istenmiştir. Gruplara etkinlik sonunda arkadaşlarının olumlu özelliklerini yazmada zorlanıp

zorlanmadıkları, grup çalışması yaparken neler yaşadıkları, kendilerine ait onaylamadıkları bir özellik olup olmadığı, kendilerine ait özellikleri başkalarının bulmaları konusunda neler hissettikleri konusunda yorumları alınmıştır. Etkinlik sonunda gruba olumlu veya olumsuz özelliklerimizi tanımlarken birbirimizi tanımanın önemi, herkese ait özelliklerin onu biricik ve tek yaptığı vurgulanmıştır. Etkinliklerin tümüne ait geri bildirimler alınıp kısaca özet yapılarak eğitim sonlandırılmıştır.

Atölye Eğitimi 2.

Eğitimci öğrencilere hoş geldiniz diyerek atölye eğitimine başlamıştır. Sınıf rehberliği etkinliklerine dönük geri bildirimler alındıktan sonra etkinliklere geçilmiştir. Ben özelim etkinliğinde iki farklı form öğrencilere dağıtılmış ve bu formlar üzerinde (çiçek ve araba parçaları oluşturma) kendilerine ait özellikleri yazmaları istenilmiştir. Bireylere ait olumlu özellikler üzerinde durulmuş ve farklılıklar vurgulanmıştır. İkinci etkinlik için sınıf dört gruba ayrılmıştır. Öğrencilere dağıtılan renkli kağıtlara sevmedikleri veya kendilerine ait hoşlanmadıkları bir özelliği bu kağıtlara yazmaları ve sonra gruplarına ait olan çöp kutusuna atmaları istenmiştir. Daha sonra bireyi tek ve biricik yapan, sevilen ve seilmeyen yönler üzerinde durulmuş, bu yönleri kabul etmenin önemi vurgulanmıştır. Tüm özelliklerin çöp kutusundan geri alınması ile etkinlik sona erdirilmiştir. Geri bildirimler alındıktan sonra oturum değerlendirme formları doldurularak oturum sonlandırılmıştır.

Sınıf Rehberliği 3.

Eğitimci gruba hoş geldiniz diyerek geçen haftanın kısa bir özeti gönüllü öğrencilere yaptırılmıştır. İlk etkinlikte farklılıklarımız konusuna vurgu yapmak için farklılıklarımız formu üzerinden farklılıkların ne olduğu ve önemi ile ilgili açıklama yapılmıştır. İkinci etkinlik için sınıf gruplara bölünmüş “O özeldir çünkü..” formu dağıtılarak kendilerine ait özellikleri grup olarak belirleyip yazmaları istenilmiştir. Verilen süre sonunda öğrencilere birbirlerinin özelliklerini bulmalarında zorlanıp zorlanmadıkları, kendilerinin özel olmalarının onlara neler hissettirdikleri sorularak grupta etkileşim başlatılmıştır. Kişiyi özel yapan özellikler, her bireyin kendine has özellikleri, bireyin tek ve biricik olduğu vurgulanarak etkinlik sona erdirilmiştir. İkinci etkinlik için “Seni tanıyorum” anketi gruplara dağıtılmış gruptan iki kişi formdaki soruları birbirlerine sorarak yanıtlamaları ve yanıtları akıllarında tutmaları istenilmiştir. Birbirlerine dönük özellikleri en iyi hatırlayan grup birinci seçilmiştir. Etkinlik sonunda

her öğrencinin farklı özelliklere sahip olduğu, farklı yönlerinin olduğu üzerinde durulmuş ve bu farklılıklara saygının önemi üzerinde durulmuş ve eğitmen tarafından kısa bir açıklama yapılmıştır. Geri bildirimler alınarak kısa bir özet yapılmış ve oturum sonlandırılmıştır.

Atölye Eğitimi 3.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gönüllü öğrencilerden sınıf rehberliği etkinliği için geri bildirimler alınmış ve oturuma geçilmiştir. Farklılıklar etkinliği için üç ayrı farklılıklar kartı kullanılmıştır. Öğrencilerin görebileceği yere asılarak resimler üzerindeki farklılıklar üzerinden sınıfta etkileşim başlatılmıştır. Resim kartlarındaki farklılıklar ve bu farklılıkların nasıl bireyi veya herhangi bir nesneyi özel yaptığı üzerinde durularak konuyla ilgili açıklama yapılmıştır. “Dikdörtgen bahçe etkinliği” için atölye bir bahçe olarak düşünülmüş ve bahçenin dört köşesine kişilik özellikleri yazılı kartlar yerleştirilmiştir. Öğrencilerin kendilerini en yakın hissettikleri köşeyi seçmeleri ve nedenlerini tartışmaları istenilmiştir. Öğrencilere herkesin farklı özellikleri olduğu ve önemli olan bu özellikleri tanıyarak farklılıkları kabul etmek ve bu farklılıklardan oluşan grupta birlikte olabilmenin önemini vurgulayan açıklama yapılmıştır. “Ağaçtaki yerim” etkinliği için hazırlanan yaşam tarzlarını ve dönemlerini içeren ağaç resmi öğrencilerin görebileceği yere asılmıştır. Etkinlik sonunda her öğrencinin ağaçta kendini nerede gördüğü ve nedenleri tartışılmıştır. Eğitmen tarafından hayat ağacında herkesin farklı durumlarda ve yerlerde olduğu, bu farklı durumlarda ve yerlerde olmaya saygının birlikteliği sağladığı, birbirimizi sahip olduğumuz farklılıklara saygıyı kabul etmenin önemini ilişkilerde önemli bir yeri olduğu açıklaması yapılarak konuya tekrar vurgu yapılmıştır. Sonlandırma aşamasında geri bildirimler alınarak konunun özeti yapılmış ve oturum değerlendirme formları doldurulmuştur.

Sınıf Rehberliği 4.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma geçilmiştir. “Tahmin et nedir” etkinliği için sınıftan gönüllü dört öğrenci seçilmiş, sınıfın dışında öğrencilere nesnelere verilerek sınıfta bu nesneyi jest, mimik ve davranışlarla anlatması istenilmiştir. Etkinlik sonunda farklılıklar üzerinde durulmuştur. “Farklılıklarımızı bulalım” etkinliği için sınıf dörde bölünmüş önceden hazırlanan kartlar gruplara verilmiştir. Gruplardan buldukları farklılıkları bulmaları ve sınıfta paylaşımları istenilmiştir. Etkinlik sonunda farklılıklar, farklılıklara saygı ve hoşgörü

üzerinde durulmuştur. “Tepkilerim” etkinliği için öğrencilere farklı durum kartları okunarak, durumlara verdikleri tepkiler tartışılmıştır. Etkinlik sonunda farklılıklar, kişiler arası ilişkilerde farklılıkları kabul etmenin önemi ve farklılıklara saygı durma konusu üzerinde durulmuştur. Oturuma dönük geri bildirimler alındıktan sonra kısa bir özet yapılmış ve sonlandırılmıştır.

Atölye Eğitimi 4.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gerçekleştirilen sınıf rehberliği ile ilgili paylaşımlar alınarak özetlenmiştir. “Nasıl görüyorsam öyle çiziyorum” etkinliği için sınıf dörde bölünerek farklı renklerde olan bir küp grupların görebileceği bir yere yerleştirilmiştir. Her gruptan oldukları yerden nesneyi nasıl görüyorlarsa önlerindeki kağıda önce grup paylaşımı ve işbölümü yaparak nesneyi çizmeleri istenilmiştir. Etkinlik sonunda nasıl işbirliği yaptıkları, çizdikleri resimlerdeki farklılıklar, nedenleri üzerinde tartışılmıştır. Farklılıkların doğal olduğunu kabul etmenin, hoşgörülü ve saygılı olmanın önemi vurgulanarak etkinlik sona erdirilmiştir. Oturumla ilgili geri bildirimler alınarak kısaca konular özetlenmiştir. Öğrencilere oturum değerlendirme formu doldurtularak etkinlikler sona erdirilmiştir.

Sınıf Rehberliği 5.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen hafta ile ilgili paylaşımlar alınmış oturuma başlanmıştır. “Mesajımı aldın mı” etkinliği için “İki elimi vurduğumda aynı anda sizlerin de aynı hareketi yapmanızı istiyorum” açıklamasını yaptıktan sonra hiç bir yönerge veya komut vermeden eğitmen elini çırpmıştır. Daha sonra aynı etkinlik yönerge verilerek yapılmıştır. Her iki etkinlikle ilgili geri bildirimler alınarak sözlü ve sözsüz mesajların önemine vurgu yapılmıştır. Etkinlik sonunda iletişimin ne olduğu, sözlü ve sözsüz iletişim, iletişimde mesaj türü ve verilen mesajın net ve anlaşılır olması konusunda eğitmen tarafından açıklama yapıldıktan sonra ikinci etkinliğe geçilmiştir. “Seni dinliyorum” etkinliği için iki öğrenci seçilmiş ve bir öğrenciye gösterilen resim kartını arkadaşına anlatması istenilmiştir. Diğer öğrencinin ise tüm iletişim engellerini kullanması sağlanmıştır. Etkinlik sonunda her iki öğrenciye de neler hissettikleri sorulmuştur. Öğrencilere, doğru dinleme davranışı, sözlü ve sözsüz mesajlar üzerinde durulmuştur. Etkili iletişim yöntemleri tahtaya yazılarak öğrencilerle tartışılmıştır. Oturum öğrencilerden alınan geri bildirimlerle birlikte kısa bir özet yapılarak sonlandırılmıştır.

Atölye Eğitimi 5.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gerçekleştirilen sınıf rehberliği ile ilgili paylaşımlar alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Mesajımı aldın mı” etkinliği için sınıf dörde bölünmüş ve her gruba resim kartları verilmiştir. Daire olan grubun başındaki öğrenci resmi inceleyerek kulaktan kulağa resmi anlatması ve grubun sonundaki öğrencinin anlatılanlarla resmi çizmesi istenilmiştir. Etkinlik sonunda çizilen resimlerle gösterilen resimler karşılaştırılmış ve farklılıklar üzerinde durulmuştur. Üyelerle resmin çizilmesinde dinlemenin etkili olup olmadığı, anlatıcının etkisi, dinleyicinin etkisi üzerinde durulmuş ve grupta tartışılmıştır. Etkinlik sonunda iletişimin ne olduğu eğitimci tarafından açıklanarak iletişimde dinlemenin önemi vurgulanmıştır. İkinci etkinilkte örnek durumlarla uzun, karmaşık, net ve kısa mesajların üzerinde durulmuştur. Eğitimci tarafından etkinlik sonunda mesajların net veya karmaşık olmasının etkileri, net mesaj gönderme ve almanın pozitif sonuçları, karmaşık mesajların mesajı alan kişiyi nasıl etkilediği, sonuçta yaşanan iletişim kazaları açıklanmıştır. Etkinlik sonunda etkili iletişim becerileri üzerinde durulmuş, gönüllü öğrencilerden geri bildirimler alınarak oturum değerlendirme formları doldurulmuştur.

Sınıf Rehberliği 6.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen hafta ile ilgili paylaşımlar alınmış ve oturuma geçilmiştir. “Ne söylesem” etkinliği için eğitimci tarafından gruba iletişimde pozitif yolları kullanma konusunda açıklama yapılmıştır. Sınıftan üç öğrenci seçilerek isteme biçimleri yazılı kartlarda olduğu gibi, gösterilen nesneyi istemeleri sağlanmıştır. Farklı isteme biçimleri üzerinde durulmuştur. İletişimde istekleri ifade ederken yaşanan problemler, kendini ifade etme konularına vurgu yapılmıştır. Öğrenciler özellikle iletişimde istekleri ifade ederken yaşadıkları problemler, kendini ifade etmedeki sıkıntıları kendi günlük yaşantılarından örnekler vererek ifade etmişlerdir. Verilen tüm örnekler sınıfta irdelenmiş, çeşitlendirilmiş ve tartışılmıştır. Etkili iletişim yöntemlerinden etkin dinleme, kendimizi karşımızdakinin yerine koyma, hoşgörülü olma, önyargılı olmama, eleştirilere açık olma, beden dili ile ilgili konular eğitimci tarafından tahtaya yazılarak örneklerle sunulmuştur. İletişimde pozitif yolları kullanmanın önemi üzerine vurgu yapılmıştır. Sonlandırma aşamasında geri bildirimler alınarak kısa bir özet yapılmış ve oturum sonlandırılmıştır.

Atölye Eğitimi 6.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek sınıf rehberliği ile ilgili geri bildirimler alınarak konuya geçilmiştir. Tüm öğrenciler eşleştirilmiştir. Bir öğrenciye duygu kartı verilmiş ve arkadaşına jest ve mimiklerle anlatması istenilmiştir. Bütün öğrencilerle çalışma yapıldıktan sonra duyguları anlatma ve tahmin etmedeki zorluklarla ilgili paylaşımlar alınarak önceden hazırlanan duygu formu üzerinden çeşitli duygular yeniden irdelenmiştir. Etkinlik sonunda duyguları tanıma ve ifade etmenin iletişimde önemi üzerinde durulmuştur. “Hayat gemisi” etkinliği için önceden hazırlanan gemi resmi yere serilerek “Hayatı bir gemi olarak düşünelim, hayattaki ilişkileri bu geminin rotası, bu rotada gemiye eşlik eden küçük gemiler olduğu, zaman zaman geminin yönünü çeviren, sallayan fırtına, buz dağı, dalgalar olduğu ve bunların hayatımızda iletişimi engelleyen engeller olarak kabul edelim” açıklaması yapılmıştır. Bir öğrenci hayat gemisinde kaptan diğer gönüllü öğrenciler ise hayatındaki önemli kişiler olarak gemide yerlerini almışlardır. Gönüllü birkaç öğrenci ise bu gemiyi etkileyecek rüzgar, dalga gibi olumsuzluklar olarak belirlenmiştir. Bütün öğrencilerin hayat gemisindeki rolleri, iletişim, iletişim engelleri tartışılmıştır. Etkinlik sonunda hayatımızda iletişimde bulunduğumuz kişiler, iletişim şekilleri, engeller üzerinde durulmuştur. Oturum öğrencilerden alınan geri bildirimler ve yapılan kısa özetle sonlandırılmıştır. Oturum değerlendirme formları verilerek oturuma dönük kazanım ve duygular alınmıştır.

Sınıf Rehberliği 7.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gönüllü öğrencilerden geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Çatışma mı kavga mı” etkinliği için öğrencilerin görebileceği yere her iki kavramı açıklayan form asılarak kavramlar incelenmiştir. İkinci etkinlik olan “Sorunlarımla başa çıkabilirim” etkinliğinde durum kartları eğitimci tarafından okunmuş ve her bir durum kartı sınıfta tartışılmıştır. Öğrencilere okunan her bir durum için problemin ne olduğu ve ne tür çözüm önerileri olduğu sorulmuş ve yanıtlar alınmıştır. Sorun çözme gücü, uygun stratejiyi bulma, uygun çözüm yollarına ulaşabilme konuları irdelenmiştir. Son çalışma olarak “Sorunların anatomisini çıkarma” etkinliği için öğrencilere sorunların anatomisini çıkarma konusunda kısa bir açıklama yapılmıştır. Eğitimci tarafından okunan bir örnek durum üzerinden konu işlenmiştir. Daha sonra sınıf tahtasına çatışma çözme aşamaları yazılarak tek tek irdelenmiştir. Etkinlik sonunda çatışmanın olumlu ve olumsuz yönleri, doğru kullanıldığında faydaları, kavga ve çatışmanın farkı ele alınmıştır. Sonlandırma aşamasında gönüllü öğrencilerden geri bildirimler alınarak kısaca oturum özetlenmiştir.

Atölye Eğitimi 7.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek sınıf rehberliği etkinliklerine dönük geri bildirimler alınmış ve konuya geçilmiştir. “Çatışma çözme yap boz” etkinliği için önceden hazırlanan renkli ahşap şekiller kullanılmıştır. Çatışma çözme basamakları renklerle ifade edilerek tahtaya yazılmıştır. Ayrıca her bir ahşap parçanın üzerine temsil ettiği çatışma çözme aşaması eğitimci tarafından önceden yazılarak hazırlanmıştır. Sınıftan her rengi temsil edecek gönüllü öğrenciler seçilerek önceden renkleri temsil eden yaka kartları, seçilen öğrencilerin yakalarına takılmıştır. Örnek durumlar üzerinden gidilerek çatışma çözme aşamaları öğrencilerle birlikte yapboz oyunuyla gerçekleştirilmiştir. Daha sonra sınıf dört gruba bölünerek “Yap boz çözme yarışması” yapılarak etkinliğe devam edilmiştir. Renklerle çatışma çözme etkinliği eğitimci tarafından çatışma çözme aşamalarına vurgu yapılarak sonlandırılmıştır. İkinci etkinlik olan “Pozitif lens kullanma” etkinliğinde örnek bir durum üzerinden olaylara pozitif gözle bakmanın önemi üzerinde durulmuştur. Bulunan çözüm yolları tartışılmış ve çatışma çözenin önemine vurgu yapılmıştır. Oturum öğrencilerden geri bildirimler alınarak ve oturum değerlendirme formu doldurtularak sonlandırılmıştır.

Sınıf Rehberliği 8.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Neden çatışıyoruz” etkinliği için eğitimci çatışmanın nasıl ortaya çıktığı, neden kaynaklandığı, nasıl çözülebileceği ile ilgili önceki çalışmalar tekrar edilmiş ve hatırlatma yapılmıştır. Örnek durumlar okunarak çatışma çözme basamakları gözden geçirilmiştir. İkinci etkinlik olan “Doğru-yanlış” etkinliği için eğitimci tarafından örnek durumlar okunmuş öğrencilere kırmızı ve yeşil kartlar dağıtılarak doğru için yeşil, yanlış için kırmızı kartı kaldırmaları istenilmiştir. Tüm örnek durumlar tamamlanınca her bir örnek durum üzerinden yeniden çatışma çözme aşamaları irdelenmiştir. Öğrencilerden etkinlik ile ilgili geri bildirimler alındıktan sonra eğitimci tahtaya çatışma çözme yöntemlerini yazarak yeniden sınıftaki tüm öğrencilerle birlikte her bir madde sesli tekrar edilerek üzerinden geçilmiştir. Bir örnek durum sınıftan seçilen iki gönüllü öğrenci ile uygulamalı olarak gerçekleştirilmiştir. Etkinlikler gönüllü öğrencilerden genel bir değerlendirme alınarak eğitimci tarafından kısa bir özet yapılarak tamamlanmıştır.

Atölye Eğitimi 8.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gönüllü öğrencilerden sınıf rehberliği etkinliklerine dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Gücüm olsaydı” etkinliği için eğitiminin okuduğu örnek durum kartlarında yer alan problemleri nasıl çözebildikleri konusunda öğrencilerden paylaşımları alınmıştır. Etkinlik için sınıf dörde bölünmüş ve her bir gruba bir durum kartı verilmiş ve grupta tartışılarak çözüm bulmaları istenilmiştir. Etkinlikle öğrencilere kendilerinin çatışma çözmede güçlerinin olduğu, bu güçlerinin farkındalığını sağlama amacı güdülmüştür. “Çatışma çözme stratejileri oyunu” etkinliği için çeşitli hayvan figürleri olan el kuklalarından yararlanılmıştır. Öğrencilere tüm hayvanlara ait çatışma çözme stratejileri yazılı kartlar tanıtılmış ve görebilecekleri bir yere asılmıştır. Öğrencilere hayvan figürlerinin kullandığı yöntemler yazılı hazırlanan kartlardan da yararlanarak kendilerini en iyi temsil eden figürleri seçmeleri ve el kuklaları kullanarak oynamaları istenmiştir. Öğrencilere çatışma çözme yöntemlerinin önemi ile ilgili açıklama yapılarak işbirliğine dayalı çatışma çözme yöntemlerinin önemi vurgulanmıştır. Atölye eğitimi öğrencilerden oturumla ilgili alınan geri bildirimler ve eğitiminin kısa bir özeti ile sonlandırılmıştır. Sonlandırma aşamasında oturum değerlendirme formları doldurtulmuştur.

Sınıf Rehberliği 9.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Düşüncelerini okuyorum” etkinliği için sınıf dört gruba ayrılmış, her bir gruba resimli olay kartları verilerek kartlarda yer alan düşünce kutularına düşüncelerini grupta paylaşarak yazmaları istenilmiştir. Etkinlik sonunda empati konusuna vurgu yapılmış ve empati kavramının pekişmesi için “Evet .. ama” etkinliğine geçilmiştir. Etkinlik için seçilen iki gönüllü öğrenciye önceden hazırlanan mavi ve kırmızı renklerde hazırlanan konuşma kartları verilmiştir. Senaryo, sürekli itiraz eden ve çalışmalara istekli olan iki durum içermektedir. Senaryoyu oynayan öğrencilere duyguları sorulmuş, birbirini anlama konusu üzerine vurgu yapılmıştır. Öğrencilere empatinin ne olduğu, ne gibi durumlarda kullandıkları, empatinin ilişkilerimizdeki önemi ile ilgili açıklama yapılarak etkinlik sona erdirilmiştir. Etkinlikler sonunda gönüllü öğrencilerden geri bildirimler alınarak ve kısa bir özeti yapılarak oturum sonlandırılmıştır.

Atölye Eğitimi 9.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gerçekleştirilen sınıf rehberliği etkinliklerine dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma geçilmiştir. “Duygu dartı” etkinliği için her bir numaranın üç duyguyu ifade edecek şekilde hazırlanan duygu dartı kullanılmıştır. Öğrencilerin sırasıyla atış yaparak isabet ettirdikleri sayıya gelen duyguları sınıfta jest ve mimiklerle anlatması ve diğer öğrencilerin duyguyu tahmin etmesi istenilmiştir. Duyguları tanımanın empati kurma ile ilişkisi, duyguyu anlatmada zorlanıp zorlanmadıkları, tahmin ederken neler yaşadıkları üzerinde durulmuştur. Empatide duyguları tanımanın önemi vurgulanmıştır. İkinci etkinlik olan “Duygu yakalama oyunu” için sınıf dörde bölünmüş, her gruba farklı durum kartları verilmiştir. Gruplardan kendi aralarında tartışarak duyguları tahmin etmeleri ve kartta işaretlemeleri istenilmiştir. Paylaşımlar alındıktan sonra ilişkilerde empati kurabilmek, karşı tarafın neler hissettiğini anlamak için duyguları tanımanın, empatinin kişilerarası ilişkilerdeki önemi bir kez daha vurgulanmıştır. Gönüllü öğrencilerden geri bildirimler alındıktan sonra kısa bir oturum özeti yapılmış ve öğrencilere oturum değerlendirme formları doldurulmuştur.

Sınıf Rehberliği 10.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış oturuma geçilmiştir. “Sınıf gemisi” etkinliği için öğrencilerin görebileceği bir yere önceden hazırlanan gemi resmi asılmıştır. Öğrencilere gemide ne tür bölümleri olduğu ve bu bölümlerde çalışanların ne gibi görevleri olduğu sorulmuştur. Her bir öğrenci tahtaya kalkarak kendilerini gemide nerede görmek istediklerini ve nedenlerini açıklamışlardır. Öğrencilere gemideki her bir bölümün sorumlulukları gibi sınıftaki herkesin belli sorumlulukları olduğu vurgusu yapılarak gemiyi kendi sınıfları olarak düşünmeleri istenilmiştir. Öğrencilerden sınıflarındaki her bir üyenin sorumluluklarının neler olduğu konusunda görüşleri alınmış paylaşımları tartışılmıştır. Sorumluluk, paylaşım, işbirliği konuları ile ilgili açıklamalar yapıldıktan sonra ikinci etkinlik olan “Sınıf ağacı” etkinliğine geçilmiştir. Bu etkinlik için önceden hazırlanan ağaç maketi kullanılmıştır. Ağacın yaprakları, meyveleri, dalları gibi bölümleri temsil eden kağıtlar öğrencilerin görebilecekleri yere yerleştirilerek kendilerini ağacın neresinde görmek istedikleri sorulmuştur. Paylaşımlar alındıktan sonra öğrencilere tıpkı bir ağacın kökleri, dalları, yaprakları, meyveleri gibi her bir bölümün bir görevi olduğu, bir bölümdeki aksaklıkların diğerlerini etkileyeceği, sınıf ortamındaki paylaşım ve ilişkilerin de tıpkı ağacın bölümlerinin arasındaki ilişkiye benzediği açıklaması yapılarak işbirliği ve

paylaşımın önemine vurgu yapılmıştır. Oturum geri bildirimler alınarak kısa bir özet yapıldıktan sonra sona erdirilmiştir.

Atölye Eğitimi 10

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek sınıf rehberliğine dönük geri bildirimler alınmıştır. Daha sonra “Tadına bakalım” etkinliği için gönüllü öğrenciler seçilmiş, pasta yapımı için atölyeye getirilen malzemelerin tek tek tadına bakılması sağlanmıştır. Daha sonra malzemelerle yapılan bir pastanın tadına bakılması sağlanmış ve öğrencilere her iki durumda neler hissettikleri sorulmuştur. Etkinlik sonunda tüm sınıfla malzemelerin biri eksik olduğunda veya malzemeler bir araya gelmediğinde nasıl bir sonuç olacağı üzerinde tartışılmıştır. Daha sonra insanların bir araya gelerek neler yapabileceği, grup çalışmasının önemi üzerinde durularak grup paylaşımının önemi vurgulanmıştır. “Bir elin nesi var iki elin sesi var” etkinliği için bir gönüllü öğrenci seçilmiş çok sayıda kalemleri renklerine göre kutulara koyması istenilmiştir. Daha sonra etkinlik için bir grup oluşturulmuş ve aralarında görev paylaşımı yapmaları istenilerek kalemleri renklerine göre kutulara koymaları istenilmiştir. Öğrencilere her iki durumda neler yaşadıkları sorularak grupta paylaşım ve işbirliğinin önemi üzerinde durulmuştur. Daha sonra öğrencilerle bir grupta etkili paylaşım ve işbirliğinin oluşması için ne tür yolların izlenmesi gerektiği üzerinde durulmuş, öğrencilerden görüşler alınmış ve tahtaya yazılmıştır. Her bir madde tartışılarak işbirliğinin önemi, paylaşımın gerekliliği, işbirliği yapmanın arkadaş ilişkilerindeki yeri ve önemi, bizlere sağladığı yararları, pozitif etkileri konusunda açıklama yapılarak etkinlik sona erdirilmiştir. Atölye eğitimi, alınan geri bildirimler ve yapılan kısa bir özetle sonlandırılmıştır. Daha sonra öğrencilere oturum değerlendirme formu doldurtulmuştur.

Sınıf Rehberliği 11

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Ne yaparsın” etkinliği için sınıf dört gruba bölünmüş ve önceden hazırlanan “özür dileme, teşekkür etme, üzgün olma, önemsememe” gibi ifadeler yazılı durum kartları dağıtılmıştır. Her gruptan aralarında tartışarak örnek durumlara verilecek ifadeyi yazmaları istenilmiştir. İkinci etkinlik “Arkadaşlık rol kartları” için eğitimci farklı rolleri içeren kartları öğrencilerin görebileceği yere asarak arkadaşlık ilişkilerinde örnek durumlara karşı tepkileri paylaşılmıştır. “İyi bir arkadaş etkinliği için öğrencilere dağıtılan formları doldurmaları istenilmiştir. Etkinlikler sonunda etkili arkadaşlık

ilişkileri, olumlu tepkiler, besleyici ilişkiler üzerinde durulmuştur. Oturum öğrencilerden alınan geri bildirim ve eğitimcinin grupta paylaşım ve besleyici ilişkiler, arkadaşlık ilişkilerine kısa bir vurgu yapması ile tamamlanmıştır.

Atölye Eğitimi 11.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek gönüllü öğrencilerden sınıf rehberliğine dönük paylaşımlar alınmış ve oturuma başlanmıştır. “Ben sana güveniyorum” etkinliği için bir öğrencinin gözleri bağlanmış ve diğer öğrenciler sınıfta rastgele dizilmiştir. Gözleri bağlı öğrencinin sınıfta gezinmesi istenilmiştir. Diğer etkinlikte ise gözleri bağlı öğrenciye bir arkadaşı eşlik ederek sınıfta gezdirmiştir. Sınıftaki diğer öğrenciler sınıfta bulunan eşyaları simgeleyecek şekilde yerlerini almışlardır. Her iki durum için öğrencinin duyguları alınmış ve yaşadıkları paylaşılmıştır. Etkinlik sonunda birbirine güvenmenin önemi üzerinde durulmuştur. Paylaşım, işbirliği, besleyici ilişkilerle ilgili bir açıklama yapılmıştır. “Bir ağaç çizelim” etkinliği için sınıf ağacının çizilmesi için sınıf gruplara bölünmüştür. Her grup ağacın farklı bölümlerini çizmeleri için görevlendirilmiştir. Gruplar yaptıkları işbirliği ve çalışmalarına dönük paylaşımlarda bulunmuşlardır. Her grup ağaçta çizdikleri bölümü maket ağaca yerleştirerek sınıf ağacı oluşturulmuştur. Çalışma sonunda işbirliği yapıp yapmadıkları, yaşadıkları problemler, işbölümü yapmanın faydaları gibi konular tartışılmıştır. Atölye eğitimi eğitimcinin işbölümü, besleyici ilişkiler ve paylaşım konularına vurgu yapması ve öğrencilerden oturumdan kazandıklarına dönük geri bildirimlerin alınması ile sonlandırılmıştır. Daha sonra öğrencilere oturum değerlendirme formu doldurtulmuştur.

Sınıf Rehberliği 12.

Öğrencilere hoş geldiniz diyerek geçen haftaya dönük geri bildirimler alınmış ve oturuma başlanmıştır. Programın sonlandırılacağına dönük bilgi verildikten sonra “Kendimle gurur duyuyorum” etkinliği için öğrencilere küçük kağıtlar dağıtılarak kendileri ile ilgili gurur duydukları özelliklerini kağıtlara yazmaları ve paylaşımları istenilmiştir. Daha sonra paylaşımlar alınmış, eğitim sürecinde yaptıkları çalışmalarla gurur duymaları vurgulanarak “Grup ağacı etkinliği” gerçekleştirilmiştir. Etkinlik için öğrencilere ağacın bölümlerini içeren kağıtlar verilerek program boyunca neler kazandıklarını yazmaları ve ağaca asmaları istenilmiştir. Öğrencilerden program boyunca elde ettikleri kazanımları günlük yaşantılarında nasıl kullandıkları ve kullanacakları konusunda paylaşımları alınmıştır. Grup yaşantılarına dönük geri

bildirimleri alındıktan sonra öğrencilerin yaka kartlarına renkli yapıştırılar ödül olarak yapıştırılmış ve kapanış için duyguları alınmıştır. Oturum değerlendirme formları doldurularak eğitim sona erdirilmiştir.

Atölye Eğitimi 12

Programın son oturumu olan atölye eğitiminde öğrencilere ebeveynleri ile birlikte sertifikaları verilmiş ve programın geneli ile ilgili paylaşımları alınmıştır. 12 hafta süren program uygulandıktan sonra deney ve kontrol grubuna aynı anda son test uygulaması için Yaşam Becerileri Ölçeği uygulanmıştır. Aynı zamanda nitel değerlendirme amacıyla deney grubu öğrencileriyle görüşme, deney grubunu oluşturan öğrencilerin gönüllü olarak seçilen ebeveynleriyle odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Ayrıca deney grubu sınıf öğretmenin program sonrası öğrencilere ait gözlemlerine ilişkin görüşleri öğretmen gözlem formu ile tekrar alınmıştır. Aynı şekilde deney grubundaki öğrencilerin yaşam becerilerine ait kazanımlara dönük ebeveyn görüşlerinin alındığı ebeveyn gözlem formu doldurulmuştur.

Yaşam becerileri programının deneysel işlemin tamamlanmasından bir ay sonra hem deney hem de kontrol grubuna izleme testi olarak Yaşam Becerileri Ölçeği tekrar uygulanmıştır. Ön test son tes ve izleme testi arasında anlamlı bir fark olup olmadığını bakılmış, tüm nitel değerlendirme amacıyla kullanılan veriler değerlendirilmiştir.

EKLER

Ek A.1

Pozitif Genç Gelişimi Temelli Yaşam Becerileri Eğitim Programı

1. Sınıf Rehberliği

Kazanımlar

- Programda elde edeceği bilgi ve becerileri fark eder.
- Programın amacını ve nasıl bir ortamda gerçekleşeceğini fark eder.

Araç Gereçler

- Kalın renkli kartonlar, renkli kalemler, sözleşme formu,

Uygulama

1. Eğitimci kendini gruba tanıtır.
2. Eğitimci programın amacını açıklar.
3. Grup kuralları belirleme etkinliğine geçilir. Etkinlik için sınıf dört gruba bölünür ve her gruptan bir lider seçmeleri istenilir. Verilen süre içinde gruplardan 5 kural belirleyerek gruba ait olan kurallar kutusuna atmaları istenilir. Gruplar çalışmayı tamamladıktan sonra paylaşımlar alınır. Eğitimcinin önceden hazırladığı kurallarla karşılaştırma yapılır ve sınıf kuralları oluşturulur. Sınıf rehberliği ve atölye eğitim çalışmaları içinde grubun kuralları olması gerektiği vurgulanır. Önceden hazırlanan kurallar üzerinden tartışma başlatılır.
4. Öğrencilere kurallarla ilgili yorumları, önerileri sorulur, birlikte kurallar tartışılır ve kurallara son şekli verilir. Atölye eğitiminde sınıfın kurallar ağacının yapılmasına karar verilir.
5. Tüm öğrenciler önceden hazırlanan ve isimlerinin yer aldığı bir sözleşme formuna parmak boyalarla imzalarını atar ve sözleşmenin programın sonuna kadar sınıf dolabında saklanmak üzere karar alınır.
6. Sonlandırma aşamasında oturumla ilgili geri bildirimler alınır, eğitimci tarafından kısa bir özet yapılarak oturum tamamlanır.

Sözleşme Formu

	<p>SINIF KURALLARI SÖZLEŞMESİ</p>
<ul style="list-style-type: none">• Oturumlara düzenli katılma zorunludur.• Grup içinde konuşulanlar grup içinde kalmalıdır.• Grupta herkes birbiri hakkında olumlu yorumlar yapabilir.• Grupta etkinlik ve egzersiz çalışmalarına katılmak önemlidir.• Verilen ödevlerin yapılması konusunda titizlik gösterilmelidir.• Karşı taraf konuşurken onu dinlemek ve konuşmaya söz alarak başlamak önemlidir.• Gruptaki herkes birbirini dinlemelidir.• Gruptaki üyeler birbirleri ile aynı fikirde değilse nazikçe söyleyebilmelidir.• Konu ile ilgili tartışmalara katılmak istenilmiyorsa sadece karşı tarafı dinleme becerisi gösterilmelidir. <p style="text-align: center;">Yukarıdaki kurallara uyacağıma söz veriyorum.</p> <p style="text-align: right;">Ad Soyad</p>	

1. Atölye Eğitimi

Kazanımlar

- Programda elde edeceği bilgi ve becerileri fark eder.
- Programın amacını ve nasıl bir ortamda gerçekleşeceğini fark eder.

Araç Gereçler

- Ağaç resmi, renkli kağıtlar, kalemler, ip yumağı, yaka kartları

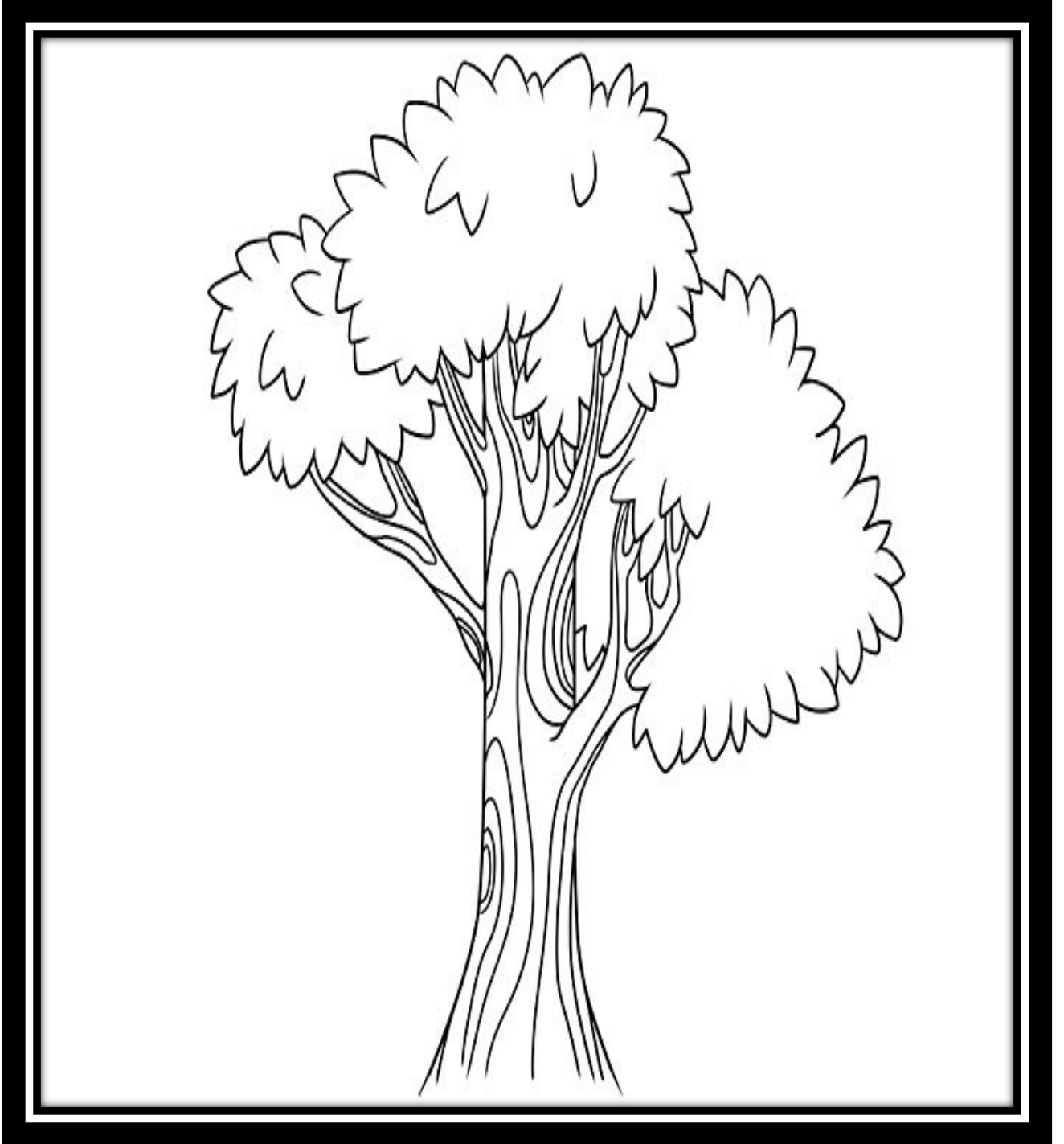
Uygulama

1. Gruba hoş geldiniz diyerek öğrencilerden yaka kartlarını takmaları istenilir. Sınıf rehberliğine dönük gönüllü öğrencilerden geri bildirimler alındıktan sonra eğitimci tarafından kısa bir özet yapılarak ısınma etkinliğine geçilir. Öğrencilerin bir daire olması istenilir. Eğitimci ip yumağının ucunu elinde sabit tutar. Eğitimcinin başla komutu ile birlikte rastgele bir üyeye ip yumağı atılır. Grupta ip yumağı atılan öğrenci yumağın bir bölümünü parmağına sarar ve sürecin sonunda grup arasında karmaşık bir ip oluşur. Karmaşık hale gelen ip yumağı eğitimci tarafından toplanır ve öğrencilere açıklama yapılır. *“Sınıf rehberlik çalışmasında grubumuz için kurallar belirledik. Tıpkı grup için koyduğumuz kurallar gibi yaşadığımız toplumun ve toplum içindeki pek çok kurum ve kuruluşların da kuralları vardır. Bu kurallar insanların yaşamlarını kolaylaştırmak açısından önemli olup, kuralların olmaması durumunda karmaşalar yaşanması muhtemeldir. Tıpkı az önceki çalışmamızda olduğu gibi, sizler bir kural dahilinde ip yumağını birbirinize atmadığınız için etkinlik sonunda karmaşık bir ip ağı oluşturduunuz. Oysa ilk başta size oyunun kuralları verilseydi ip ağı karmaşık olmayacaktı.”*
2. Kuralların önemi vurgulanır ve sınıf dört gruba bölünür. Her grubun bir sözcüsü olması istenilir. Eğitimci tarafından önceden hazırlanan ağaç maketi çalışma için kullanılır. Sınıf rehberlik çalışmasında hazırlanan kurallar kutusu açılarak her grubun kurallardan çekmesi sağlanır. Çekilen kuralları gruplara dağıtılan yaprak şeklindeki kağıtlara yazmaları ve kurallar ağacına asmaları istenilir. Kuralların neden konulduğu ile ilgili tartışma başlatılır. Kuralların neden konulduğu ve gerekliliği ile ilgili eğitimci tarafından önceden hazırlanan örnek durumlar tek tek okunur. Örnek durumlarda hangi kuralın ihlal edildiği öğrencilere sorulur ve etkileşim sürdürülür.
3. Örnek Durumlar: Örnek 1. Berrak ile Çağdaş aynı grupta sınıf çalışmasında bir ev maketi yapmışlardır. Berrak sınıfta yapılan ev maketinin bacasını yapmakla görevlidir. Ancak Berrak maketin bacasını ters takmıştır. Bütün sınıf bu duruma gülmüştür. Bu hikayede hangi kural dikkate alınmamıştır. Örnek 2. Etkinlik sırasında öğretmen Ali’yi tahtaya çağırır ve etkinlik için fikirlerini sorar. Ali etkinliğe katılmak istemediğini söyler ve sırasına döner. Ancak sırasında arkadaşları ile konuşmaya başlar. Ali grup kurallarından hangisini dikkate almamıştır. Örnek 3. Her hafta salı günü sınıf etkinliği ikinci ders saati yapılacaktır. Bu karar sınıf ile birlikte alınmıştır. Ancak Bahar o hafta teneffüse çıktıktan sonra sınıfa zil çaldıktan 5 dakika sonra girmiştir. Sınıfta etkinlik

başlamıştır ve Bahar geç kalmıştır. Bahar hangi grup kuralını dikkate almamıştır.

5. Kuralların önemi tekrar vurgulanır ve öğrencilerden etkinliklerle ilgili geri bildirimler alınır. Eğitimci tarafından oturumun kısa bir özeti yapılır. Oturum değerlendirme formu verilerek öğrencilere formlar doldurtulur.

KURALLAR AĞACIMIZ



2. Sınıf Rehberliği

Kazanımlar

- Kendine ve başkalarına dönük olumlu yönlerini fark eder.
- Kendine ve başkalarına dönük özgün özelliklerini fark eder.

Araç Gereçler

- Ağaç resmi, renkli kağıt, kalemler ve ip yumağı

Uygulama

1. Hoş geldiniz diyerek oturuma başlanır.
2. Geçen haftanın özeti yapılır.
3. Bu hafta işlenecek konu ile ilgili kısaca bilgi verilir.
4. Isınma etkinliği yapılır. Bilin bakalım bu nedir? etkinliği için öğrencilerden önceden hazırlanmış ve bir torbanın içine konulmuş farklı nesnelere elleri ile hissederek tahmin etmeleri ve özelliklerini söylemeleri istenilir. Sınıftan gönüllü öğrencilerle yapılan etkinliğin sonunda sınıfa aşağıdaki sorular sorulur.
 - a. Ellerinizle hissettiğiniz nesneyi tanımakta güçlük çektiniz mi?
 - b. O nesneyi tanımadan özelliklerini anlatmakta güçlük çektiniz mi?Sınıftan alınan cevaplardan sonra “Her bir nesnenin farklı özellikleri olduğu ve o özellikleri belirlemek için o nesneyi çok iyi tanımak gerektiği” açıklanır.
5. Beni Tanıyın etkinliği yapılır. Sınıf üç gruba bölünür ve her bir grubun kendi içinde bir sözcü seçmesi istenilir. Gruplara renkli kalemler, kağıtlar ve “Beni tanıyın kutusu” verilir.. Gruplara 5 dakika verilerek kutulardan çekilen her bir öğrenciye ait bir olumlu özelliği o kişinin isminin karşısına yazmaları istenilir. Bu çalışma için gruplara BENİM ÖZELLİĞİM formu verilir. Bu forma gruptan üyelerin ismini ve buldukları olumlu özelliği yazmaları istenilir. Gruplardan verilen süre sonunda hazırladıkları BENİM ÖZELLİĞİM formunu BENİ TANİYİN kutusuna atmaları istenilir. Tüm grupların çalışmaları bittikten sonra eğitimci sınıfa aşağıdaki soruları sorarak etkileşimi sürdürür.
 - a. Arkadaşlarınıza ait olumlu özellikleri yazmada zorluklar yaşadınız mı?
 - b. Grup çalışmasında etkinlik yaparken zorluk yaşadınız mı?
 - c. Kendinize ait onaylamadığınız bir özellik oldu mu?
 - d. Size ait özellikleri arkadaşlarınızın bulması size neler hissettirdi?
6. Öğrencilere aşağıdaki açıklama yapılır.

“Tıpkı çalışmaya başlarken yaptığımız etkinlikte olduğu gibi eşyaları görmeden onların özelliklerini bilemeyiz. Ancak tanıdığımız bir arkadaşımıza ait özellik bulmada kendimizi daha rahat hissederiz. Başkalarına ait özellikleri belirlerken de onu çok iyi tanımamız gerekir. Hepimizin farklı özelliklerde olduğumuzu ve bazen de benzer özelliklere sahip olduğumuzu gördük. Birbirimizden farklı özelliklerimiz bizleri biricik ve özel yapar. Ancak bu özellikler zamanla değişebilir ve gelişebilir. Önemli olan bu özelliklerimizin her zaman farkında olmamızdır.”
7. Öğrencilerden oturumla ilgili geri bildirimler alınır ve eğitimci tarafından oturumun kısa bir özeti yapılarak sonlandırılır.

Bilin Bakalım Bu Nedir



2. Atölye Eğitimi

Kazanımlar

- Kendine ve başkalarına dönük olumlu yönlerini fark eder.
- Kendine ve başkalarına dönük özgün özelliklerini fark eder.

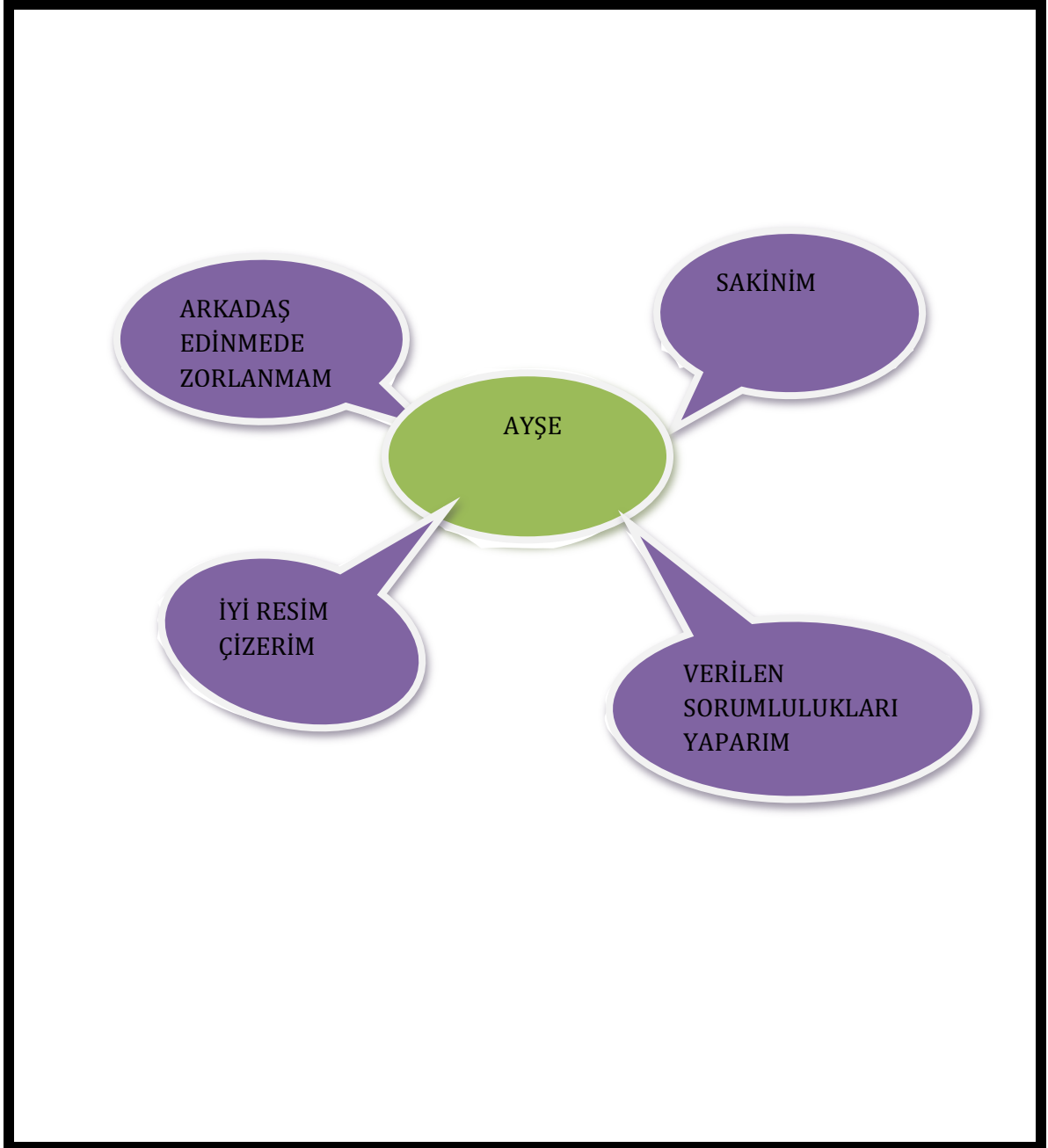
Araç Gereçler

- Renkli kalemler, Benim özelliğim formu

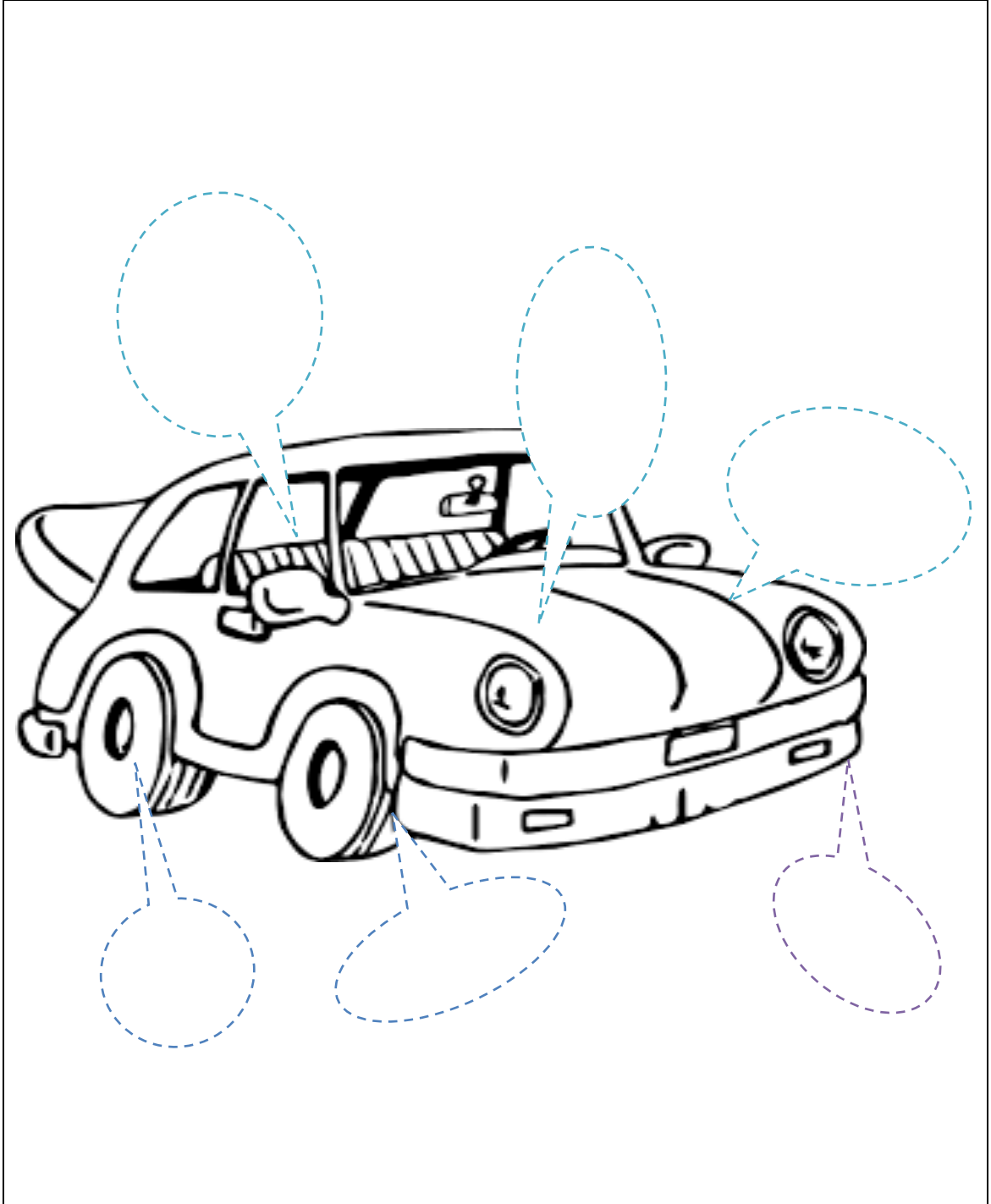
Uygulama

1. Öğrencilere hoş geldiniz diyerek oturuma başlanılır.
2. Öğrencilerden geçen hafta yapılan çalışmalarla ilgili geri bildirimler alındıktan sonra eğitimci tarafından kısa bir özet yapılır.
3. Oturumun amacı kısaca açıklanır. Kendi kişilik özelliklerimizin farkına varmamızın önemi üzerinde durulur.
“Bu hafta sınıf rehberlik çalışmamızda kendi özelliklerimiz üzerinde durduk. Özelliklerimizin hepimizin farklı olduğu ve bu özelliklerimiz bizleri özel ve tek yaptığı, hepimizin güçlü yönleri olduğunu fark ettik. Bu gün sizlerle bu özelliklerimizi kendi bakış açımızla nasıl tanıyabiliriz çalışmasını yapacağız”.
4. Etkinlik 1. BEN ÖZELİM-KENDİ YAPRAKLARIMI ÇİZEBİLİRİM-KENDİ PARÇALARIMI OLUŞTURABİLİRİM. Öğrencilerin her birine önceden hazırlanmış “Ben özelim formu” verilir. Bu resmin üzerinde istedikleri gibi renkli kalemlerle kendi beğendikleri özelliklerini yazmaları istenilir. Özellikler konusunda belirsizlik yaşayan öğrencilere önceden hazırlanmış çeşitli özellikler yazılan küçük yapıştırıcılar kullanabilecekleri açıklanır. Çalışma tamamlandıktan sonra öğrencilerden paylaşımlar alınır ve aşağıdaki sorular sorulur.
 - a. Kendine ait özellikleri bulmada zorluk yaşadınız mı?
 - b. Başkalarına ait özellikler karşısında neler hissettiniz?
5. Etkinlik 2. Sınıf dört gruba ayrılır ve her bir grup için önceden hazırlanmış çöp kutusu gruba verilir. Gruplara öğrenci sayısı kadar küçük renkli kağıtlar verilir ve kendilerine ait sevmedikleri özellikleri bu kağıtlara yazmaları istenilir. Daha sonra bu kağıtları her bir gruba ait çöp kutusuna atmaları istenilir.
Öğrencilere “ Sevdiğimiz ve sevmediğimiz yönlerimiz bizi biricik ve tek yapar. Önemli olan bizi biz yapan bu özelliklerimizin farkına varmak ve kendimizi kabul etmektir. Kendimizi ve başkalarını olumlu ve olumsuz olarak algıladığımız özelliklerimizle kabul etmek ilişkilerimizde de önemlidir” açıklaması yapılır ve önlerindeki çöpleri masalarına boşaltarak herkesin kendine ait bu özellikleri geri almaları istenilir. Etkinlik sonunda öğrencilerin etkinlikle ilgili paylaşımları ve duyguları alınır. Kendisine ve başkalarına ait olumlu, olumsuz ve özgün özellikleri tanımının önemi vurgulanır.
6. Öğrencilere oturum değerlendirme formu verilir ve oturum sona erdirilir.

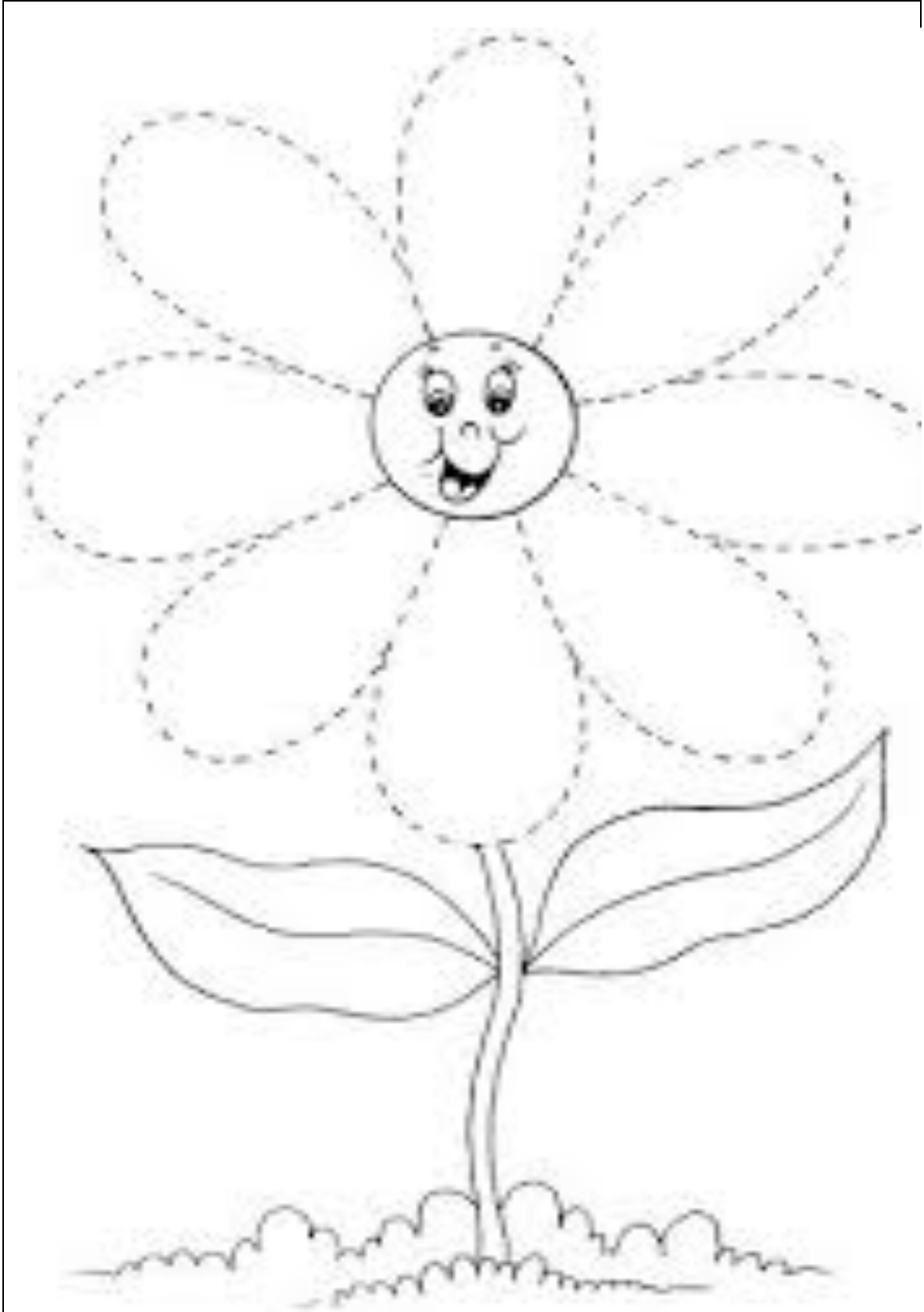
Ben Özelim Formu



Kendi Parçalarını Oluşturabilirim Formu



Kendi Yapraklarımı Oluşturabilirim Formu



Ek B.4

EBEVEYN GÖZLEM FORMU


Aşağıda YAŞAM BECERİLERİ EĞİTİMİ programı süresince çocuğunuzun yaşadığı değişimleri içeren maddeler bulunmaktadır. Çocuğunuza en uygun seçeneğe (X) işareti koyunuz. Amacımız çocuğunuzun okulda edindiği bilgi ve becerileri ev ortamına yansıtıp yansıtmadığıdır. 12 haftalık eğitim sürecinde katıldığı programın çocuğunuz üzerindeki etkilerine dönük gözlemlerinizi değerlendirmektir. Her bir maddeyi çocuğunuzla ilişkilerinizi dikkate alarak yanıtlayınız. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Çocuğum,	Her zaman	Çoğunlukla	Bazen	Hiçbir zaman
Kendine dönük güçlü yönlerini ifade etmeye başladı.				
Kendi olumlu özelliklerini daha fazla sözlü ifade etmeye başladı.				
Kendi olumsuz özelliklerini daha fazla sözlü ifade etmeye başladı.				
Bizimle ilişkilerinde duygularımızı anlamaya dönük çabası arttı.				
Bizimle ilişkilerinde kendi duygularını daha net ifade etmeye başladı.				
Başkalarının kendinden farklı olmasının normal olduğunu ifade etmeye başladı.				
Farklı kültürlerden gelen kişilere daha fazla hoşgörülü olmaya başladı.				
Grup çalışmalarına karşı cinsten arkadaşlarını daha fazla katmaya başladı.				
Arkadaşları ile çatışma yaşadığında çatışmayı sürdürmek yerine onlarla konuşarak çözmeyi daha fazla tercih etmeye başladı.				
Arkadaşları ile birlikte çalışmaktan daha fazla keyif almaya başladı.				
Evde işbirliği ve paylaşım görevlerinde daha İstekli görev almaya başladı.				
Bizimle konuşurken göz teması kurarak konuşmaya başladı.				
Evde biri konuşurken onu daha dikkatli dinlemeye başladı.				
Aile içinde bir konu konuşulduğunda daha etkin bir şekilde dinlemeye Başladı.				
Herhangi bir durumda duygularını daha rahatlıkla İfade etmeye başladı.				
Bizlerle iletişim kurarken söz ve hareketlerimize daha fazla dikkat etmeye başladı.				
Engelli birine yardım etmede daha fazla duyarlılık geliştirdi.				
Eşyalarını arkadaşları ile paylaşma davranışı arttı.				
Arkadaşları ile daha fazla oyun oynamaya başladı.				
Çocuğunuzun katıldığı yaşam becerileri eğitim programından memnun kaldınız mı? Neden				
Çocuğunuzun benzer programlara katılmasını ister misiniz?				
Programı başka velilere önerir misiniz?				



Ek D.5

Örnek Oturum Değerlendirme Formu

OTURUM 2

 NE ÖĞRENDİM-OTURUMDAN NELER KAZANDIM	EVET	HAYIR
Kendi özelliklerimi fark ettim		
Güçlü yönlerimin neler olduğunu fark ettim		
Herkesin güçlü yönleri olabileceğini fark ettim		
Kişiyi ait özelliklerin bireyi tek ve biricik yaptığını anladım		
Oturum sonunda varsa öğrendiğiniz/ kazandığınız diğer konuları lütfen yazınız.		
Bu günkü etkinlikte en çok neden hoşlandınız? Neden? Lütfen yazınız.		

OTURUMLARDAN NE KADAR HOŞLANDINIZ

	Bu günkü etkinliklerden ne kadar hoşlandınız?					
	5	4	3	2	1	