

# PSİKOEĞİTİM TASARIM SÜRECİ ÖRNEĞİ

## KAYNAK:

Kutsal, D. (2018). *Yaşam Becerileri Psiko eğitim Programının Kız Meslek Lisesi Öğrencilerin Yaşam Becerilerine ve Problem Davranışlarına Etkisi*. Yayınlanmamış Doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

## TEZİN YÖNTEM BÖLÜMÜ:

### 1. Yaşam Becerileri Psiko eğitim Programının Altyapısının Hazırlanması

Yaşam becerileri psiko eğitim programının alt yapısı tasarlanırken önce felsefi ve kuramsal temeller; alanyazında uygulanmış benzer programlar; MEB'in 30182 sayılı Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği 7. ve 17. Maddesinde yer alan amaçlar ve 2017 tarihli 30236 sayılı Rehberlik Hizmetleri Yönetmeliği; okulun içinde bulunduğu sosyo-ekonomik çevre; okuldaki öğrencilerin ihtiyaçları; okulda sadece kız öğrencilerin öğrenim görmesi, okulun tekli öğretim yapması, okulun fiziki donanımı ve araç-gereçleri dikkate alınmıştır.

- Programın alt yapısı hazırlanırken ilk olarak, programın felsefi temelleri ve kuramsal altyapısı belirlenmiştir. Tasarlanan programda hümanist felsefi akım; bilişsel davranışçı psikolojik danışma kuramı, birey merkezli psikolojik danışma kuramı; davranışçı ve sosyal öğrenme kuramı temel alınmıştır.
- Alanyazında yapılmış çalışmalar (Aydın, İmamoğlu, Canel ve Yaya, 2009; Deniz, Hamarta ve Arslan, 2011; LeCroy, 2008; Morganett, 2005; Nazlı, 2014a; WHO, 1997; Yavuz, 2004; Yeşilyaprak, 2015a) yer alan yaşam becerileri eğitimi programları ve etkinlikler incelenmiştir. Yapılan incelemelerde mevcut program ve etkinliklerin yapısı, içeriği, süresi ve uygulama süreci değerlendirilmiştir
- MEB'in 2017 tarih ve 30182 sayılı Ortaöğretim Kurumları Yönetmeliği'nin 7. ve 17. maddesinde yer alan amaçlar ve 2017 tarih ve 30236 sayılı Rehberlik Hizmetleri Yönetmeliği; MEB Özel Eğitim Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü'nün 2006/26 sayılı "Okullarda Şiddetin Önlenmesi" konulu genelgesi ve 2014/20 sayılı "Uyuşturucu Kullanımı ve Bağımlılıkla Mücadele" konulu genelgesi incelenmiştir. Tasarlanan programın amacı ve içeriği bakımından devlet politikalarını ve amaçlarını destekler nitelikte olması dikkate alınmıştır.
- Önleyici eğitim programları hazırlanırken, öğrencilerin yaşı, gelişim düzeyleri, okul türü ile öğrencinin yaşadığı bölgenin, sosyo-kültürel özellikleri ve ihtiyaçları dikkate alınmalıdır (Korkut, 2015a, Nazlı, 2016). Araştırmacı tarafından yapılan gözlemler ve değerlendirmeler sonucunda Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören öğrencilerin yaşı, gelişim düzeyleri, öğrencilerin yaşadığı bölgenin kültürel özellikleri ve ihtiyaçları program planlanırken dikkate alınmıştır. Ankara'nın merkezinde yer alan ve büyük ilçelerden biri olan Altındağ, çoğunlukla gecekondu mahallelerinden oluşmaktadır. Altındağ nüfusu daha çok göç ile gelen, çoğunlukla işsiz veya yetersiz gelire sahip olan ve eğitim seviyesi düşük bireylerden oluşmaktadır. Başta hırsızlık olmak üzere, madde ve alkol bağımlılığı ile suç davranışının sıklıkla yaşandığı bir

bölgedir (Ankara Kalkınma Ajansı, 2011). Altındağ Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nin 2011 yılında yaptığı araştırmada, öğretmen ve yönetici görüşlerine göre, Altındağ ilçesinde okulların bulunduğu çevrenin okul güvenliği açısından riskli olduğu tespit edilmiştir (Altındağ Rehberlik ve Araştırma Merkezi, 2011). Diğer ilçeler ile karşılaştırıldığında Altındağ ilçesi, Ankara'nın sosyo-ekonomik ve kültürel açıdan dezavantajlı ve risk faktörlerinin daha fazla olduğu bir bölgesidir (Yüceşahin ve Tuysuz, 2011). Bu bilgiler ışığında, araştırmanın yapıldığı ilçenin dezavantajlı bir bölge olması nedeniyle çalışma grubunun da dezavantajlı öğrencilerden oluştuğu söylenebilmektedir. Bu nedenle, programın yapısı, içeriği, süreci ile programda uygulanacak etkinliklerin tasarımında Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören 11. sınıf öğrencilerinin yaşı, gelişim düzeyleri, sosyo-kültürel özellikleri ve belirlenen yaşam becerileri ihtiyaçları dikkate alınmıştır. Program öğrencilerin ilgisini çeken, aktif katılımlarını sağlayan, beceri uygulamalarına dönük olarak psikoeğitim ve atölye oturumları şeklinde tasarlanmıştır.

- Okuldaki öğrencilerin ihtiyaçlarını belirlemek için okul müdürü, müdür yardımcıları, öğretmenler ile görüşme yapılmış; okulda görevli iki psikolojik danışmanın görüşleri alınmıştır. Okul yönetimi, öğretmenler ve rehber öğretmenler ile yapılan görüşmelerde problem davranış gösteren öğrencilerin kişisel ve okula karşı sorumluluklarını yerine getirmediği, kendilerini tanımamaları sebebiyle Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencisi olarak gelecekte ne yapmak ve ne olmak istedikleri ile ilgili kararsız oldukları, öğretmenleri ve arkadaşları ile etkili iletişim sağlayamamaları nedeniyle anlaşmazlık yaşadıkları ve kendilerini ifade edemedikleri belirlenmiştir. Ayrıca yapılan veli görüşmelerinde ve veli toplantılarında ailelerden gelen talepler dikkate alınmıştır. Benzer şekilde, problem davranış gösteren öğrenci velileri çocuklarının sorumluluklarını yerine getirmediğini ve gelecekte ne yapmak istediğini bilemediklerini, iletişim sorunları yaşadıklarını ifade etmişlerdir. Öğrenciler ile yapılan bireysel görüşmelerde ve öğrencilere daha önceki yıllarda uygulanan Problem Tarama Envanteri, Otobiyografi, Başarısızlık Nedenleri Anketi, Devamsızlık Nedenleri Anketi gibi bireyi tanıma teknikleri verilerinden elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, problem davranış gösteren öğrencilerin kendini tanımada, sorumluluklarını yerine getirmede ve geleceğini planlamada güçlükler yaşadığı, arkadaşları, öğretmenleri ve ailesi ile etkili iletişim kurmakta zorlandığı belirlenmiştir. Bu kapsamda tasarlanan programda öğrencilerin ihtiyacı olduğu belirlenen kendini tanıma, etkili kişilerarası iletişim, sorumluluk ve kariyer planlama becerilerinin geliştirilmesine yardımcı olacağı düşünülen çalışmalara yer verilmiştir.
- Programın altyapısı hazırlanırken uygulamanın yapılacağı okulun fiziki koşulları, programın uygulanacağı mekân, deney ve kontrol grubunun üye sayısı, sadece kız öğrencilerden oluşması dikkate alınmıştır. Psikoeğitim ve atölye oturumlarının sağlıklı bir şekilde yapılabilmesi için yapılan çalışmalara uygun olarak yuvarlak oturma düzeni veya resim veya yazılı çalışmalar için yuvarlak masa olarak mekân düzenlenmiştir.

## 2. Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programının Tasarım Süreci

Program ikincil müdahale düzeyinde; bir ön oturum, sekiz psikoeğitim oturumu ve sekiz atölye oturumu, son oturum olmak üzere toplam 18 oturumdan oluşmuştur. Programın alt yapısı tamamlandıktan sonra, psikoeğitim programının dört ögesi olan, kazanım, içerik, süreç ve değerlendirme öğeleri esas alınarak program tasarlanmıştır.

**Kazanımlar:** Programın hedefleri ve kazanımları belirlenirken, programın uygulanacağı hedef grup olan Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören öğrencilerin gelişim dönemi özellikleri ve bu dönemde yerine getirmeleri gereken gelişim görevleri dikkate alınmıştır. Bu kapsamda program tasarlanırken programın kazanımlarının belirlenmesinde Wellman ve Moore taksonomisi olan algılama, kavrama ve genelleme aşamaları dikkate alınmıştır (Nazlı, 2016). Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programında yer alan kazanımlar **sadece** algılama ve kavrama düzeyinde belirlenmiştir. Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı'nda belirlenen kazanımlar aşağıda yer almaktadır:

### *Ön Oturum*

- Programın amacı, içeriği ve sürecini fark eder.
- Grupta uyulması gereken kuralları fark eder.

### *1.Oturum/Atölye*

- Kişisel özelliklerini fark eder.
- Güçlü ve zayıf yönlerini fark eder.

### *2.Oturum/Atölye*

- Yaşadığı duyguları fark eder..

### *3.Oturum/Atölye*

- Etkili kişilerarası iletişimin önemini kavrar.

### *4.Oturum/Atölye*

- Empati becerisini uygular.
- Etkili dinleme becerisini temel düzeyde uygular.

### *5.Oturum/Atölye*

- Kişisel sorumluluklarını fark eder.

### *6.Oturum/Atölye*

- Sorumluluk alanlarını kavrar.

### *7.Oturum/Atölye*

- Kariyer planlaması yapmanın önemini kavrar.
- Kişilik özellikleri ve meslekler arasındaki ilişkiyi fark eder.

### *8.Oturum/Atölye*

- Mesleki hedefine ulaşmak için plan yapmanın önemini kavrar.

### *Son Oturum*

- Programda grup yaşantısından elde ettiği kazanımlardan gelecek yaşamında nasıl yararlanabileceğini kavrar.

**İçerik:** Yaşam becerileri psikoeğitim programının ön oturumunda deneklere, programın amacı ve süreci ile ilgili bilgi verilerek, grup kuralları belirlenmiştir. Programda daha sonra kendini tanıma, etkili kişilerarası iletişim, sorumluluk ve kariyer planlama konularına; son oturumda ise programın özetlenmesi ve değerlendirilmesine yer verilmiştir. Oturum ve atölye başlıkları şöyledir:

- Ön Oturum: Programın Amacı
- 1.Oturum/Atölye: Kendini Tanıma
- 2.Oturum/Atölye: Duyguları Tanıma
- 3.Oturum/Atölye: Etkili Kişilerarası İletişim
- 4.Oturum/Atölye: Dinleme ve Empati
- 5.Oturum/Atölye: Kişisel Sorumluluk
- 6.Oturum/Atölye: Sorumluluk Alanları
- 7.Oturum/Atölye: Kariyer Planlama
- 8.Oturum/Atölye: Kariyer Planlama
- Son Oturum: Sonlandırma

**Süreç:** Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı bir ön oturum, sekiz psikoeğitim oturumu ve sekiz atölye oturumu ile son oturumdan oluşmaktadır. Program haftada iki gün (Pazartesi ve Çarşamba günleri) bir psikoeğitim oturumu ve bir atölye oturumu olarak uygulanmıştır. Psikoeğitim oturumları haftada bir ders saati (40 dakika) ve Çarşamba günü atölye oturumları ise haftada iki ders saati (80 dakika) ve Pazartesi günü uygulanmıştır.

Psikoeğitim oturumlarında bilgilendirme, model alma, rol oynama, tartışma gibi tekniklere yer verilmiştir. Oturumlarda kazanımlarla ilgili video, bilgilendirici ve uygulamaya yönelik formlar vb. materyaller kullanılmıştır. Oturumların başlangıcında, grup üyelerinin oturum içeriklerine dikkatlerini çekmeye ve merak uyandırmaya yönelik, etkinliklere yer verilmiştir. Her oturumda 5-10 dakika kısa bilgilendirme yapılmıştır. Oturum sonlarında, grup üyelerinin oturumlarda edindikleri bilgi ve becerilerin pekiştirilmesine, günlük yaşama aktarılmasına yönelik alıştırmalara yer verilmiştir ve oturumlar sonlandırılmıştır.

Psikoeğitim oturumlarında verilen bilginin uygulamalı olarak tekrar edilmesi amacı ile haftada iki ders saati (80 dakika) atölye etkinlikleri düzenlenmiştir. Atölyeler, katılımcılara beceri uygulama ve geri bildirim alma fırsatı sağlamaktadır. Atölyeler genellikle küçük gruplarda, öğrenmeye aktif katılımı sağlayacak şekilde yapılandırılmış öğretim ve öğrenme düzenlemeleridir (The Office of Public Sector Reform, 2018). Atölyeler, alan uzmanları tarafından yürütülür ve katılımcıların aktif olarak sürece katılmalarını hedefler. Atölye oturumlarında, katılımcıların sürece aktif olarak katılmaları ve süreci etkilemeleri, ayrıca atölye sürecinde ilgili teknikleri ve becerileri uygulamaları beklenilmektedir. Atölye sonucunda katılımcıların atölye konusu ile ilgili bir ürün ortaya koymaları, içgörü kazanmaları ve bir değişimin olması amaçlanmaktadır (Ørngreen ve Levinsen, 2017). Bu çalışmada tasarlanan programda yer alan atölye oturumlarında, psikoeğitim oturumlarında ele alınan ve bilgi verilen

beceri alanları ile ilgili uygulamalara yer verilmiştir. Atölye oturumu başlangıcında, öncelikle deneklerin psikoeğitim oturumlarında verilen alıştıırma yaşantılarına ilişkin paylaşımlarına yer verilerek, edinilen bilgi ve becerilerin günlük yaşama aktarılmasını sağlayacak uygulamalara yer verilmiştir. Atölye etkinlikleri yaşantısal olarak düzenlenmiş ve öğrencilerin psikoeğitim programında edindikleri bilgileri aktif olarak uygulamaları amaçlanmıştır.

**Değerlendirme:** Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı uygulaması sonunda programın etkililiğini ölçmek amacıyla nicel veriler deney ve kontrol grubundan, nitel veriler ise deney grubu ile deney ve kontrol grubunun sınıf ve mesleki alan öğretmenlerinden elde edilmiştir. Ölçme aracı olarak, nicel verilerin toplanmasında Yaşam Becerileri Ölçeği ve Davranış Problemleri Ölçeği; nitel verilerin toplanmasında ise araştırmacı tarafından hazırlanan Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı Değerlendirme Formu ile Öğretmen Gözlem Formu kullanılmıştır.

Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı tasarlandıktan sonra; iki alan uzmanının değerlendirmesine sunulmuş ve pilot uygulaması yapılmıştır. Alan uzmanlarının oturumlarda video ve bilgilendirici formların kullanılması, oturumlar ve atölyeler arasındaki sürede katılımcıların edindikleri bilgi ve becerileri uygulayabilecekleri alıştıırmaların verilmesi, atölyelerde ise dikkat çeken ve merak uyandıran beceri uygulamalarına yönelik etkinliklere yer verilmesine yönelik görüşleri doğırtusunda düzeltmeler yapılmıştır. Pilot uygulama için, çalışma grubunun dışında 11. sınıfta öğrenim gören 15 öğrenciye programın üç oturumu uygulanmıştır. Pilot uygulamada, araştırmacı tarafından programın hedef gruba uygunluğu, süresi ve içeriği değerlendirilmiştir. Pilot uygulama sonucunda etkinliklerin süreye uygunluğu ve öğrencilerin etkinliklere ilgisi değerlendirilerek programa son hali verilmiştir. Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı Ek A.1’de yer almaktadır.

## Ek A. 1

### Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programı Planı

#### Psiko-eğitim programının temel aldığı

**Felsefi akımlar:** Hümanist felsefi akım

**Kuramlar:** Sosyal öğrenme kuramı, bilişsel- davranışçı yaklaşım

**Üye sayısı:** 16

**Danışanların yaş ortalaması:** 17

**Cinsiyeti:** 16-Kız

**Oturum sayısı:** bir ön oturum, 8 psikoeğitim oturumu, 8 atölye oturumu ve son oturum

**Oturum süresi: Psikoeğitim:** 40 dakika

**Atölye:** 80 dakika

**Mekan:** Okul kütüphanesi

**Yaşam Becerileri Psikoeğitim Programının Genel Amacı:** Katılımcıların yaşam becerilerini geliştirmek ve problem davranışlarını önlemek

#### **Kazanımlar:**

##### *Ön Oturum*

- Programın amacı, içeriği ve sürecini fark eder.
- Grupla uyulması gereken kuralları fark eder.

##### *1.Oturum/Atölye*

- Kişisel özelliklerini fark eder.
- Güçlü ve zayıf yönlerini fark eder.

##### *2.Oturum/Atölye*

- Yaşadığı duyguları fark eder..

##### *3.Oturum/Atölye*

- Etkili kişilerarası iletişimin önemini kavrar.

##### *4.Oturum/Atölye*

- Empati becerisini uygular.
- Etkili dinleme becerisini temel düzeyde uygular.

##### *5.Oturum/Atölye*

- Kişisel sorumluluklarını fark eder.

##### *6.Oturum/Atölye*

- Sorumluluk alanlarını kavrar.

##### *7.Oturum/Atölye*

- Kariyer planlaması yapmanın önemini kavrar.
- Kişilik özellikleri ve meslekler arasındaki ilişkiyi fark eder.

#### 8.Oturum/Atölye

- Mesleki hedefine ulaşmak için plan yapmanın önemini kavrar.

### **İçerik:**

Ön Oturum: Programın amacı, süreci ve içeriği

Grup kurallarının belirlenmesi

- 1.Oturum/Atölye: Kendini tanıma
- 2.Oturum/Atölye: Duyguları Tanıma
- 3.Oturum/Atölye: Etkili Kişilerarası İletişim
- 4.Oturum/Atölye: Dinleme ve Empati
- 5.Oturum/Atölye: Kişisel Sorumluluk
- 6.Oturum/Atölye: Sorumluluk Alanları
- 7.Oturum/Atölye: Kariyer Planlama,
- 8.Oturum/Atölye: Kariyer Planlama

Son Oturum: Programdan Elde Edilen Kazanımlar ve Programın Değerlendirilmesi

### **Değerlendirme Süreci:**

Yaşam Becerileri Psiko eğitim Programı uygulaması sonunda programın etkililiğini ölçmek amacıyla nicel veriler deney ve kontrol grubundan, nitel veriler ise deney grubu, deney ve kontrol grubunun sınıf ve mesleki alan öğretmenlerinden elde edilmiştir. Ölçme aracı olarak, nicel verilerin toplanmasında Yaşam Becerileri Ölçeği ve Davranış Problemleri Ölçeği, nitel verilerin toplanmasında ise araştırmacı tarafından hazırlanan Yaşam Becerileri Psiko eğitim Programı Değerlendirme Formu ile 'Öğretmen Gözlem Formu' kullanılmıştır.