

TC

TEPEBAŞI KAYMAKAMLIĞI

TEPEBAŞI REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
MÜDÜRLÜĞÜ

Eğitimde Niteliği Arttırma Projesi (ENAP) Kapsamında

*Okul Rehberlik Servislerinde
Verilen Rehberlik ve Psikolojik
Danışma Hizmetleri İle Özel
Eğitim, Kaynaştırma ve Destek
Eğitim Odası Hizmetlerinin
Etkinliğinin Arttırılması Projesi*



ÖNSÖZ

Türk eğitim sistemi içerisinde; yaklaşım prensipleri ve çalışma disiplinleri açısından farklılaşan, hedef öğrenci kitlesi açısından ise emek ve duygu yoğun çalışan rehberlik hizmetleri ile özel eğitim hizmetlerinin niteliğinin artırılması, bu alanlarda çalışan eğitimcilerin sorunları fark ederek uygulamaya dönük çözüm önerileri ile beslenmesi büyük bir gereksinimdir. Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nin büyük çaba ve emek harcıyarak, 9 ilçe ve 220 okulda gerçekleştirdiği saha araştırmalarından çıkan ihtiyaçlara, uygulamaya dönük çözüm önerileri sunduğu “Okul Rehberlik Servislerinde Verilen Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri ile Özel Eğitim, Kaynaştırma ve Destek Eğitim Odası Hizmetlerinin Etkililiğinin Artırılması Projesi” bu gereksinime cevap vermesi açısından oldukça kıymetlidir. Gelişen, ilerleyen, kendini yenileyen toplumlara bakıldığında eğitim öğretim faaliyetlerini genelden özelden özele indirgendini, toplumun sorunlarına geliştirilmesi gereken yönlerine, toptan değişim yaklaşımından ziyade, bireysel değişim ve dönüşüm sağlamak yoluyla müdahalenin daha kabul görür olduğunu anlamaktayız. Öğrenci, öğretmen, veli üçgeninin her bir unsuruna dokunarak kendini tanıyan, sorunlarının farkına varma ve sorunlarını çözebilme yeteneği geliştiren bireyler yetiştirme amacına doğrudan katkı sunması yanında, özel eğitime gereksinim duyan bireylerin toplumla bütünleşmesini sağlamak amacıyla sunulan hizmetlerin niteliğinin artmasını hedefleyen bu proje önemli bir amaca hizmet etmiştir.

Bu çalışmada büyük özveri ile çaba harcıyarak bu güzel sonucu ortaya koyan Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü ve ekip arkadaşlarına teşekkür ediyorum. Tabii ki saha çalışmaları nazarında desteklerini esirgemeyen okul yöneticileri ve rehberlik öğretmenlerine de teşekkür borcumuz var. İyi ki varsınız ve iyi ki sizlerle birlikte güzel çalışmalara imza atıyoruz. Ne Diyelim!

Arkası güre olsun...

Necmi ÖZEN
Eskişehir İl Milli Eğitim Müdürü



SUNUŞ

Özel eğitim ve rehberlik hizmetlerinin gözden geçirilip değerlendirilmesi, iyileştirilip etkili hale getirilmesini amaçlayan bu çalışma, uygulanabilir ve çözüme dönük olması nedeniyle önemlidir.

Özel eğitim hizmetleri kapsamında kaynaştırma, bütünleştirme, destek eğitim odası bireyselleştirilmiş eğitim programı gibi bu çalışmaya konulan uygulamalar kapsayıcı eğitim anlayışı bakımından yüksek değer taşımaktadır. Ülkemizde verilen eğitimler açısından çok genç ve hala kendi içerisinde olgunlaşma evreleri yaşamakta olan özel eğitim, toplumsal ve eğitimsel yaşantının ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Şüphesiz yarının bugünden de daha iyi olacağı hedefiyle bu işe gönül veren eğitimcilerin gayretleri umut vericidir.

Bununla birlikte çalışmanın ikinci ana başlığı olan rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri kapsamında eğitsel, mesleki ve kişisel-sosyal rehberlik hizmetlerinin öğretim süreçlerine etki ve katkısını artırma amacı güncel ihtiyaçlar göz önünde bulundurulduğunda çok yerinde ve isabetlidir. Geleceğimizin teminatı çocuklarımızın ve gençlerimizin eğitim ortamlarında akademik donanımlarının artırılmasının yanı sıra sosyal ve kültürel gelişmelerinin de sağlanması, maddi ve manevi değerlerine sahip çıkması ve kendisinden sonra gelecek yeni nesillere bunları aktarabilmesi elbette ki sağlam bir kişilikle mümkün olacaktır. Salt öğretiyile değil, soran, araştıran, geliştiren, mevcudu bir adım hatta on adım öteye taşımayı hedefleyebilen bireyler olmalıdırlar.

Yapılan çalışmalara bakıldığında okullarımızdaki rehberlik hizmetlerinin ve özel eğitim hizmetlerinin ehemmiyeti daha iyi görülmektedir. Vesileyle ortaya konulan çalışmaya doğrudan ya da dolaylı katkı veren, sorumluluk bölgemizde bulunan tüm okul, kurum idarecilerimize ve öğretmenlerimize teşekkür eder çalışmalarında başarılar dilerim.

Bülent ÜZMEZ
Tepebaşı İlçe Milli Eğitim Müdürü



TEŞEKKÜR

Eğitim sisteminde öğretim ve yönetim süreçlerinin en önemli tamamlayıcısı öğrenci kişilik hizmetleridir. Bu hizmetler öğrencilerin bütüncül gelişimi ve öğretim ile karşılanmayan ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için önemlidir. Bu hizmetler içinde özel eğitim ve rehberlik hizmetlerinin ayrı bir yeri vardır. Okullarda özel eğitim ve rehberlik hizmetlerinin etkili verilmesi okul ikliminin öğrencilerin gelişim özelliklerine ve bireysel farklılıklarına göre düzenlenmesinde önemli rol oynar. Yapmış olduğumuz çalışmada bu iki hizmetin daha etkili verilmesi için önce var olan durum saptaması yapılmış daha sonra söz konusu hizmetlerin uygulayıcıları, yani okul yöneticileri, özel eğitim öğretmenleri ve rehberlik öğretmenlerinin de katıldığı bir çalıştay ile iyileştirme önerileri geliştirilmiştir. Geliştirilen önerilerin özellikle çözüm odaklı ve uygulanabilir olmasına özen gösterilmiştir. Önerilerin uygulanabilirliğini test etmek için ise bir sonraki öğretim yılında seçilen 10 okulda pilot uygulama planlaması yapılmıştır. Çalıştay önerileri doğrultusunda uygulamaların etkililiğinin artırılması için “Özel Eğitim Hizmetleri Verilen Bireylerle İlgili Danışmanlık Becerileri” ve “Okul PDR Hizmetlerinde Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma Yaklaşımı” eğitim programları geliştirilmiştir. Bu eğitimlerin öncelikle çalıştay önerilerinin uygulanacağı 10 okul rehberlik öğretmenlerine daha sonra çalışmanın yaygınlaştırılması için sorumluluk alanımızda görev yapan tüm rehberlik alan öğretmenlerimize verilmesi planlanmaktadır.

Kurumsal manada yakalamış olduğumuz sinerjiyi planlı çalışmalarla sonuca ulaştırma noktasında her aşamada bizden desteklerini esirgemeyen İl Milli Eğitim Müdürümüz Necmi ÖZEN’e, Tepebaşı İlçe Milli Eğitim Müdürümüz Bülent ÜZMEZ’e, ayrıca ziyaretlerimiz esnasında göstermiş oldukları misafirperverlikleri, paylaşımcılıkları ve kolaylaştırıcılıkları ile okullarımızın yöneticilerine, öğretmenlerine, çalıştay gurubunda görev alan meslektaşlarımıza, pek tabidir ki işin mutfağında bulunup 220 okulumuzda birebir yerinde çalışma gerçekleştiren, her türlü görev ve sorumluluğa sahip çıkarak özverileriyle tüm gayretlerini ortaya koyan, birlik ve biz algısıyla hareket eden, kıymetli mesai arkadaşlarıma, Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Ailesine teşekkür ederim.

Mutlu CANTAŞ
Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü

İÇİNDEKİLER

Önsöz	1
Sunuş	2
Teşekkür	3
BÖLÜM I	
Projenin Gerekçesi ve Dayanağı	7
Projenin Amacı ve Kapsamı	8
Çalışma Evreni	8
Projenin Aşamaları	8
BÖLÜM II	
Çalıştay Süreci	11
Özel Eğitim, Kaynaştırma ve Destek Eğitim Odası İle ilgili Sorunlar	13
Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri İle İlgili Sorunlar	15
Çalıştay Sürecinin Değerlendirilmesi	17
Çalıştay Grupları Önerileri	17
BEP Hazırlama, Uygulama ve Değerlendirme Süreçleri İle İlgili Öneriler	17
Kaynaştırma/Bütünleştirme Eğitimi İle İlgili Öneriler	21
Destek Eğitim Odası Uygulamaları ile ilgili Öneriler	23
Davranış Problemleri İle ilgili Öneriler	24
Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık İle İlgili Öneriler	27
Aile Problemleri İle İlgili Öneriler	29
Uyum Problemleri İle İlgili Öneriler	31
Akademik Başarısızlık ve etkili Öğrenme Problemleri İle İlgili Öneriler	32
Mesleki Rehberlik Süreçleri İle İlgili Öneriler	

BÖLÜM III

Uygulamaya Dönük Müdahale Stratejileri	37
Özel Eğitim, Kaynaştırma ve Destek Eğitim Odası İle ilgili Hizmetlerin Etkililiğinin Arttırılması	40
Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetlerinin Etkililiğinin Arttırılması	40
Temel Müdahale Stratejisi Olarak Belirlenen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Danışma Yaklaşımı Kavramsal Çerçevesi	41
Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri İle İlgili ÇODY Grup Rehberli /Grupla Psikolojik Danışma Program Örnekleri	50
Uyum Problemlerinden Utangaçlık ve Çekingenlik İçin Geliştirilen ÇODY Grup Rehberliği Program Örneği	50
Çatışma Çözme Becerileri İçin Geliştirilen ÇODY Grupla Psikolojik Danışma Program Örneği	60
Akran Zorbalığını Önlemeye Dönük ÇODY Grupla Psikolojik Danışma Program Örneği	65
Anne-babaların Öfke Kontrolü İçin Geliştirilen ÇODY Grup Rehberliği Program Örneği	80
Akademik Başarıyı Arttırma ve Sınav Kaygısı İçin Geliştirilen ÇODY Grup Rehberliği Program Örneği	84
Mesleki Rehberlik-Alan Seçimi İçin Geliştirilen ÇODY Grup Rehberliği Program Örneği	88
Kaynaklar	96

EKLER

Ek-1: 2016-2017 Eğitim öğretim Yılı Okul Ziyaret Takvimi	98
Ek-2: Okul Ziyaret Formu-1	102
Ek-3: Okul Ziyaret Formu-2	103
Ek-4: Çalıştay Programı	104
Ek-5: Çalışma Grupları	107
Ek-6: Hizmet İçi Eğitim Programı Önerisi-1	112
Ek-7: Hizmet İçi Eğitim Programı Öneri-2	114
Ek-8: Çalıştay Değerlendirme Formu	116
Ek-9: Çalıştay Önerileri Doğrultusunda Geliştirilen Alternatif Başarısızlık Nedenleri Anketi	117
Ek-10: Çalıştay Önerileri Doğrultusunda Geliştirilen Öğrenme Stratejileri Anketi	118
Ek-11: Çalıştay Önerileri Doğrultusunda Geliştirilen Sınav Stratejileri Anketi	119

BÖLÜM I

Projenin Gerekçesi ve Dayanağı

Psikolojik danışma ve rehberlik özel eğitim alanında verilen hizmet ve uygulamaların daha etkili hale getirilmesi bu hizmetlerden yararlanan öğrenci ve velilerimizin daha nitelikli bir hizmet alması bakımından önemlidir. Bu proje de bu önemden kaynaklanmaktadır.

Milli Eğitim Bakanlığı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Yönetmeliğinin;

Eğitim-öğretim kurumlarındaki rehberlik ve psikolojik danışma servislerini program dâhilinde ziyaret eder, hizmetle ilgili konularda servis elemanları ve okul yönetimine rehberlikte bulunur, gereksinim ve sorunları belirleyerek çözümü için gerekli konuları bölüm başkanına bildirir.

Rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri servis elemanları, okul yöneticileri, sınıf öğretmenleri için psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri alanındaki görevleri ile ilgili uygulamalara ilişkin bilgi ve becerilerini artırıcı konferans, panel gibi toplantılarla çeşitli hizmet içi eğitim etkinlikleri düzenler. Gerektiğinde üniversite ve ilgili kuruluşlardan eleman sağlar. Söz konusu etkinlikler ailelere yönelik olarak da düzenlenir.

Şeklinde öngördüğü çalışmaların gereklerini yerine getirmektir.

Projenin Amacı Ve Kapsamı

Projenin Amacı

Okul rehberlik servislerinden yürütülen rehberlik ve psikolojik danışma ile özel eğitim, kaynaştırma ve destek eğitim odası hizmetlerinin etkililiğini arttırmaktır. Bu amaçla psikolojik danışma ve rehberlik alan çalışanlarının yaşadıkları mesleki sorunları, kendilerini yeterli ve yetersiz hissettikleri alanları belirleyerek ortaya çıkan sorunlara yönelik bir süreç iyileştirme çalışmayı düzenlemektir.

Projenin Kapsamı

Tepebaşı ilçesindeki resmi ve özel eğitim kurumlarının yöneticileri ve rehberlik servisinde görevli rehber öğretmenlerdir.

Çalışma Evreni (Toplam Okul)

Tepebaşı	119
Sivrihisar	30
Alpu	16
Mihallıccık	9
Beylikova	11
Günyüzü	10
Sarıcakaya	9
İnönü	9
Mihalgazi	7
Toplam:	220 okul

Projenin Aşamaları

Projemiz 7 aşamadan oluşacaktır. Bu aşamalar şunlardır:

1. Komisyonların ve Ekiplerin oluşturulması
2. Proje Süreçleri
3. Okul Ziyaretleri
4. Ön Analiz ve Planlama
5. Katılımın Planlanması
6. Çalıştay
7. Raporlama ve Sunum

1. Komisyonların ve Ekiplerin Oluşturulması:

Proje uygulamalarının yürütülmesi ve izlenmesi ile ilgili tüm faaliyetler oluşturulacak komisyonlarla yürütülecektir.

2. Proje Süreçleri:

Bu proje “okul ziyaretleri yoluyla sorun alanlarının tespit edilmesi” ve “sorun alanlarına yönelik düzenlenecek süreç iyileştirme çalıştay” olmak üzere iki ana süreçten oluşmaktadır.

Bu süreçlerin ayrıntıları proje takviminde gösterilmiştir. Okul ziyaret takvimi ekte sunulmuştur (EK-1).

3. Okul Ziyaretleri:

Okul ziyaretleri yoluyla sorun alanlarının tespit edilmesi sürecinde Tepebaşı ilçesindeki okullar belirlenen takvime göre ziyaret edilecektir. Ziyaretlerde temel veri toplama aracı olarak “Okul Ziyaret Formu” kullanılacaktır. Bu amaçla iki form hazırlanmıştır. Okul Ziyaret Formu-1 rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri ile ilgilidir. Okul Ziyaret Formu-1 genel bilgiler, rehber öğretmenlerin aldıkları eğitimler, rehber öğretmenlerin formatör eğitimci oldukları alanların belirlenmesi, rehber öğretmenlerin yeterlilik alanları, karşılaşılan temel sorunlar ve beklentiler olmak üzere 6 bölümden oluşmaktadır. (Form EK-2’de). Proje ağırlıklı olarak psikolojik danışma, mesleki rehberlik, eğitsel rehberlik, aile danışmanlığı, grup rehberliği, grupla psikolojik danışma, sunum seminer düzenleme, görüşme yapma, araştırma yapma ve rapor yazma, özel eğitim ve kaynaştırma, özel vakalar, psiko-sosyal müdahale, sınav ve tercih danışmanlığı, müşavirlik, denetimli serbestlik uygulamaları ve BİLSEM tanılama süreçleri olmak üzere 16 yeterlik alanında rehber öğretmen yeterliklerini ve bu alanlardaki temel sorunları tespit etmeye yöneliktir.

Okul Ziyaret Formu-2 Özel eğitim, kaynaştırma ve destek eğitim odası uygulamaları ile ilgilidir. Form iki de genel bilgiler, BEP programlarının hazırlanmasında karşılaşılan sorunlar, Özel eğitim ve kaynaştırma uygulamalarında karşılaşılan sorunlar, Destek eğitim odası uygulamalarında karşılaşılan sorunlar ve beklentiler olmak üzere 5 bölümden oluşmaktadır. (Form EK-3’de)

4. Ön Analiz ve Planlama:

Süreç iyileştirme çalıştayının ön analiz ve planlama aşamasında;

1. Okul ziyaret formu adlı anketlerin analiz edilerek belirlenen 16 rehberlik ve psikolojik danışma süreci ile ilgili sorunların tespit edilmesi
2. Tespit edilen sorunlara uygun olarak çalıştay konu ve amaçlarının belirlenmesi
3. Çalıştay yeri, süresi ve çalıştay grupları moderatörlerinin belirlenmesi
4. Çalıştay yönteminin belirlenmesi

5. Katılımın Planlanması:

Bu aşamada belirlenen konu ve başlıklar çerçevesinde katılmasının faydalı olacağı kişiler tespit edilecektir. Katılımcılar için uygun grupların oluşturulması sağlanacaktır.

6. Çalıştay

Çalıştayın uygulanması aşamasında aktif bir yönetmen liderliğinde, ilgili tarafların katılımı ile gerçekleşecektir. Çalıştayda problem çözme teknikleri kullanılacaktır. Uygulama öncesinde bu tekniklerin etkin kullanımı konusunda grup yöneticileri ve katılımcılar bilgilendirilecektir. Bu tekniklerin kullanımı ile katılımcıların etkin katılımı ile 16 yeterli alanındaki sorunlarının çözümüne katkı sağlayacak becerilerin geliştirilmesi sağlanacaktır.

7. Raporlama ve Sunum:

Çalıştayın raporlama ve sunum bölümünde çalıştay çıktılarının dokümente edilmesi yolu ile elde edilenler özlü bir şekilde ilgililerce paylaşılabilir hale getirilecektir. Bu raporla yürütülen çalışmadan, daha sonraki aşamalarda da yararlanılması mümkün olacaktır.

Proje Gereksinimleri ve Yaklaşık Maliyet

Sahadan veri toplamak için okul ziyaretleri yapılmasında kullanılacak araç kiralınmasına ve bu aracın yakıt vb. giderlerinin karşılanmasına gereksinim duyulmaktadır. Bu kapsamda projenin yaklaşık maliyeti 3.000 TL'dir.

BÖLÜM II

Çalıştay Süreci

Yapılan analizlerden sonra çalıştayın yönteminin süreç iyileştirme çalıştayı olmasına karar verilmiştir. Süreç iyileştirme çalıştayını “Özel Eğitim” ve “Rehberlik ve Psikolojik Danışma” olarak iki ana başlıkta planlanmıştır. Özel eğitim hizmetleri; BEP Hazırlama, Uygulama ve Değerlendirme, Kaynaştırma uygulamaları, Destek Eğitim Odası Uygulamaları olmak üzere üç alt başlıkta değerlendirilmiştir. Rehberlik ve Psikolojik Danışma; kişisel sosyal rehberlik, eğitsel rehberlik ve mesleki rehberlik olmak üzere 3 alt başlıkta belirlenmiş ve bu başlıklar kendi içinde kapsamına göre alt başlıklara ayrılmıştır. Çalıştay 24-25 Mayıs 2017 tarihlerinde Eskişehir Öğretmen Evi’nde 1,5 gün süreyle gerçekleştirilmiştir. Çalıştay programı EK-4’de verilmiştir.

Katılımcılar konu başlıklarına göre kıdem, deneyim, lisansüstü eğitim alma, formatör olma vb. ölçütler doğrultusunda seçilmiştir. İyileştirme çalıştayını 9 çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Çalışma grupları EK-5’de verilmiştir.

Çalışmaya Konu Olacak Verilerin Toplandığı Örneklem

Anaokulu	14
İlkokulu	68
Ortaokul	54
Lise	40
Özel eğitim okulu	6
Mesleki eğitim merkezi	1
Özel Öğretim Okulları	8
Özel Anaokulları	9
Toplam	200

Örneklemin evreni temsil oranı % 88,49. Bir günde ziyaret edilen okul sayısı ortalama 7’dir.

Erişilen Özel Eğitim Sınıfı ve Öğrenci Sayısı

	Özel Eğitim sınıfı	Öğrenci sayısı
Anaokulu	-	-
İlkokul	10	68
Ortaokul	8	63
Lise	-	-
Toplam	18	131

Erişilen Kaynaştırma Öğrencisi Sayısı

Anaokulu	63
İlkokul	249
Ortaokul	237
Lise	181
Toplam	730

Erişilen Destek Eğitim Odası

	<u>Destek eğitim odası sayı</u>	<u>Yararlanan öğrenci</u>	<u>Görevli öğretmen</u>
Anaokulu	-	-	-
İlkokul	22	87	98
Ortaokul	22	90	132
Lise	10	34	48
Toplam	54	211	278

A. Özel eğitim, kaynaştırma ve destek eğitim odası ile ilgili sorunlar

A.1. BEP hazırlama, uygulama ve değerlendirme

- a) Öğretmen ve yöneticilerin bilgi eksiklikleri
- b) Öğretmen ve yöneticilerin tutum ve anlayışları

A.2. Kaynaştırma Eğitimi

- a) Kaynaştırma öğrencisi için tedbir, plan ve uygulama konusunda öğretmen ve yöneticilerin bilgi eksiklikleri
- b) Sınıf yönetimi problemleri
- c) Velilerin tutumları

A.3. Destek eğitim odası uygulamaları

- a) Uygun yer problemi
- b) Ders planlama ve materyal üretimde bilgi eksiklikleri
- c) Öğretmen Görevlendirilmesi (görev istememe)
- d) Veli beklentilerinin gerçekçi olmaması

Erişilen Rehber Öğretmen sayısı

Rehber Öğretmen sayısı	124
Deneyim ortalaması	9,15
Lisansüstü eğitim oranı	124/25

Erişilen örnekleme Rehber Öğretmenlerin öz yeterlilik algıları

	Yeterlik alanları	Çok yeterli	Yeterli	Kısmen yeterli	Yetersiz	Çok yetersiz	Ortalama
1	Psikolojik danışma						4.00
2	Mesleki rehberlik						4.10
3	Eğitsel rehberlik						4.23
4	Aile danışmanlığı / eğitimi						3.67
5	Grup rehberliği						4.05
6	Grupla psikolojik danışma						3.65
7	Sunum /seminer						4.29
8	Öğrencilerle görüşme						4.37
9	Araştırma / Rapor yazma						3.83
10	Özel eğitim / kaynaştırma eğitimi						3.32
11	Klinik / özel vakalar (ergenlik, öfke, intihar, taciz, ölüm, ensest vb.)						3.32
12	Travma /Psiko-sosyal-krize müdahale						3.51
13	Sınav/tercih danışmanlığı/sınav kaygısı						4.04
14	Müşavirlik hizmetleri						4.14
15	Danışmanlık tedbiri uygulamaları						3.13
16	Bilsem tanıma süreci ile ilgili iş ve işlemler						3.13
	TOPLAM						3.81

Tabloda sarı işaretli verilen alanlarda rehber öğretmenlerin kısmen yeterli oldukları görülmektedir. Bu alanlarda yeterlilik artırıcı çalışmalar yapılabilir.

B. Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetlerinde Karşılaşılan Sorunlar

B.1. Kişisel Sosyal Rehberlik

Davranış problemleri	Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık	Aile İle İlgili Problemler	Uyum problemleri
a) Olumlu davranış kazandırma	a) Öfke kontrolü	a)Aile kaynaklı sorunlar	a)Sosyal-duygusal uyum güçlükleri
b) Olumsuz davranışları değiştirme	b) Şiddet eğilimleri	b)Anne-baba tutumları	b)Kişiler arası ilişkiler (arkadaşlık, karşı cins)
c)Disiplin ve kurallara uyma problemleri	c) Akran zorbalığı	c)Aile içi iletişim	c)Uyum güçleştiren sorunlar (DEHB, davranım bozukluğu vb)
	d) Teknoloji bağımlılığı	d)Parçalanmış aile	d)Kaygı
	e)Sigara vb. kullanımı		e)Öz güven

B.2. Akademik Başarısızlık ve Etkili Öğrenme Problemleri

- Akademik başarısızlık
- Ders çalışma ve ödev yapma problemleri
- Derse ilgisizlik ve akademik motivasyon eksikliği
- Planlı ve verimli çalışmama
- Zaman yönetimi
- Sınav olma becerileri (Sınav stratejileri, test çözme teknikleri vb)
- Sınav kaygısı
- Gireceği sınavları tanıma

B.3. Mesleki rehberlik

- Meslekleri tanıma
- Meslek seçimi
- Mesleki tercihler

Çalıştay Sürecinin Değerlendirilmesi

24-25 Mayıs 2017 tarihlerinde yapılan çalıştay bir “Çalıştay Değerlendirme Formu” ile değerlendirilmiştir. Çalıştay Değerlendirme Formu EK-8’de sunulmuştur. Ankete 77 katılımcı cevap vermiştir. Çalıştay değerlendirmesi 5’li dereceli ankete göre aşağıdaki gibidir.

Değerlendirme konusu	Ortalama puan
1. Belirlenen çalıştay konularının yeterlilik durumu	4.20
2. Çalışma gruplarındaki katılımcı sayısı	4.20
3. Çalıştay çalışma süresi	3.46
4.Çalışma gruplarının dinamiği, uyumu ve katkısı	4,29
5. Çalıştay fiziksel ortamının yeterliliği	4,38
Genel ortalama	4.10

Buna göre çalıştay süresi dışındaki tüm değerlendirme alanlarında çalıştay’ın “yeterli” düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Çalıştay değerlendirme formu 7 sorusunda “Bundan sonra üzerinde yapılmasını istediğinin konular” bölümünde önerilen konu başlıkları ve frekansları aşağıdaki gibidir.

Çalışma önerisi konu başlığı	Öneren kişi sayısı (f)
Okul Ortamında Zorbalık	7
Akran Arabuluculuğu	6
Üstün Yetenekli Öğrencilerin Kaynaştırılması	5
Özel Eğitim ve Kaynaştırma Uygulamaları	5
Kriz ve Psikososyal Müdahale Hizmetleri	4
Aile eğitimi	4
Deneyim Paylaşım Toplantıları	4
Mesleki Rehberlik Yeni Gelişen Meslekler	3
Eğitsel Rehberlik	2
Teknoloji Bağımlılığı	2
Mülteci Öğrenciler	2
Travma Sonrası Stres Bozukluğu	2
Tercih Danışmanlığı	1
Kısa Süreli Çözüm Odaklı Teknikler	1
Pozitif Psikolojik Danışma	1
Bireyle psikolojik Danışma	1
Engellilerin Yasal Hakları	1
Danışma Kuramları	1
Psikolojik Danışmanların Tükenmişliği	1

A. ÖZEL EĞİTİM, KAYNAŞTIRMA VE DESTEK EĞİTİM ODASI İLE İLGİLİ HİZMETLERİN ETKİLİLİĞİNİN ARTTIRILMASI

A.1.BEP Hazırlama, Uygulama ve Değerlendirme

A.1.1. Çalıştay öncesinde “Okul Ziyaretleri Anketi” ile belirlenen sorun alanları

- a) Öğretmen ve yöneticilerin bilgi eksiklikleri
- b) Öğretmen ve yöneticilerin tutum ve anlayışları

A.1.2. Çalıştay Grubunun Önerileri

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nin 220 okulu gezerek oluşturduğu veriler grubumuz tarafından değerlendirildi. Genel anlamda “Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı” hazırlama ve uygulama aşamalarıyla ilgili sorunlar yaşandığı belirlendi. Görev yapan öğretmenlerin önceki yıllarda özel eğitim kursları aldıkları göz önünde bulundurularak uygulanabilir ve gerçekçi çözüm önerileri oluşturulmaya çalışılmıştır.

Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı hazırlama aşamaları Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği Madde 72-73 ve 74 'te ayrıntılı bir şekilde tanımlanmış ve açıklanmıştır. Bu süreç yasal bir zorunluluktur. Elde edilen veriler üzerinde yapılan fikir alışverişleri sonucunda;

Yetersizliği bulunan bireylerin, ailelerin ve eğitimcilerin karşılaştıkları sorunları en aza indirmek, uygulama ve uyum süreçlerini kolaylaştırmak için sosyal desteğin önemi vurgulanmıştır.

Sosyal Destek: “Krizlerin, yaşam geçişlerinin, güçlüklerin, streslerin ve farklı olumsuzlukların üstesinden gelebilmek için uyumsal yeterliliği geliştirmeye yönelik hizmet veren bireyler ya da gruplar arasındaki bağlanmalar olarak tanımlanmıştır.” (Kaplan ve Kullilea, 1976, sf-41 Akt, Kazak ve Marvin, 1984)

Sosyal desteklerin pek çok işlevi vardır: (Dunts ve Trivette, 1986, Kazak ve Marvin, 1984, Sarason ve arkadaşları, 1983)

- 1) Eğitim sürecindekilere gereksinim duydukları hizmetleri sağlayarak duygusal rahatlık verirler.
- 2) Sorunlarla ilgili rehberlik ederek, bu sorunlarla ilgili başa çıkma yolları gösterirler.
- 3) Bireylerin performanslarını geliştirici geri bildirim sunarlar.
- 4) Olumlu uyumsal beceriler, güven ve kişisel gelişime katkı sağlarlar.
- 5) Eğitim aşamasında ve günlük yaşamda ortaya çıkan gereksinimler ve krizler anında bireyler arası bağlantıları kurarak onları stresin etkilerine karşı kurarlar.

Tanım ve işlevlerden de anlaşılacağı üzere, sosyal destek çok boyutlu bir yapı olup farklı destek kaynaklarından doyum almanın yanı sıra, eğitim sürecindekiler için gerekli olan destek

kaynaklarını da ifade etmektedir. Alanyazında bilgi, materyal, maddi, duygusal, sosyal birliktelik, ait olma, günlük bakım gibi pek çok destek tiplerinden oluşmaktadır. Bunları kısaca duygusal destek ve araçsal(instrumental) destek olarak gruplayabiliriz.(Allen, Ciambrone ve Welch, 2000, Chen ve Thang, 1997, Cohen ve Wills, 1985, Dunts ve Trivette, 1986, Şahin, 1999, Ünsal, 1996)

Sosyal destek hem niceliksel, hem de niteliksel boyutlara sahiptir. Niteliksel sosyal destek sürece yöneliktir ve sosyal ilişkilerin değerini ve önemini anlamayı ifade eder. Örneğin; paylaşılan değerleri, tutumları, ilgileri, duyguları, karşılıklı sorumlulukları ve görev duygularını içeren birincil ilişkilere işaret eder. Niceliksel boyutu ise ilişkilerin uzunluğu, süresi, karmaşıklığı, ulaşılabilirliği, yoğunluğu ve ilişki sayısını ifade eder. (Allen ve arkadaşları, 2000, Pearson, 1986)

Sosyal desteğin sağladığı sosyal ağ, bireyin etkileşimde bulunduğu, aile, arkadaş ve eğitim sürecinde yer alan bireyleri kapsar. Dolayısıyla eğitim ortamında sağlanan sosyal desteklerle kriz ve stres yaşanması önlenmelidir. Eğitim sürecindekilerin kendilerini güvende hissetmeleri sağlanmalıdır. Bunun için;

a) Öğretmenlerin, Bireyselleştirilmiş Eğitim Programıyla ilgili gerekli bilgi, belge ve donanımına sahip olmaları sağlanmalıdır. İstekleri halinde özel eğitim danışmanlığının ulaşılabilirliği kolay olmalıdır.

b) 10 pilot okulun sınıf ve branş öğretmenlerine BEP hazırlama, uygulama ve değerlendirme kursu verilmesi önerilmektedir. Uygulama aşamasında karşılaştırmalı uygulamaya fırsat tanınmalıdır. Bu şekilde kontrollü grup ve serbest grup arasındaki eğitim sonuçları karşılaştırılmalıdır. Planlanan çalışmaların etkililiği kanıtlarla sunulursa uygulanabilirliği daha kalıcı hale gelecektir.

c) Etkili bir eğitim süreci için iletişim becerilerini geliştirici çalışmalara yer verilmelidir. Beklenti ve tutumların şekillenmesinde etkili iletişim becerilerinin kullanılması yarar sağlayacaktır.

d) BEP biriminin bir üyesi olan aileyi, aile eğitimi çalışmalarıyla uygulanacak olan programa, eğitim ortamına katılımcı katkı ve sorumluluklarına yönelik hazır hale getirilmesi önerilmiştir. Aile gereksinimleri ve beklentileri görüşmelerle belirlenmelidir, hazırlanan aile eğitimleriyle aile sürece hazır hale getirilmelidir.

e) Eğitim öğretim yılı başında Öğretmenler Kurulu Genel Toplantısında, BEP Geliştirme Birimi oluşturulmalıdır.

f) Okul idaresi ve öğretmenlerin gereksinimleri ve beklentileri görüşmelerle belirlenmelidir.

g) Birim oluşturulmadan önce gereksinim ve beklentiler karşılanmaya çalışılarak yalnız olmadıkları hissettirilmelidir. Karşılıklı güven sağlanmalıdır.

h) Tutum ve beklentilerin olumlu yönde geliştirilmesi hedeflenmelidir.

k) Bu kapsamdaki çalışmaların yürütülmesinde aşağıdaki Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği maddeleri yönlendirici olacaktır.

Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği, 31.05.2006 tarih ve 26184 sayılı Resmî Gazete

Bireyselleştirilmiş eğitim programı geliştirme birimi

MADDE 72 –

(1) Özel eğitime ihtiyacı olan öğrencilerin eğitimlerini sürdürdükleri okul ve kurumlarda eğitim performansları ve ihtiyaçları doğrultusunda BEP'lerini hazırlamak amacıyla bireyselleştirilmiş eğitim programı geliştirme birimi oluşturulur.

(2) Bireyselleştirilmiş eğitim programı geliştirme birimi, okul/kurum müdürü veya görevlendireceği bir müdür yardımcısının başkanlığında;

a) Bir gezerek özel eğitim görevi yapan öğretmen,

b) Bir rehber öğretmen,

c) Bir eğitim programları hazırlamakla görevlendirilen öğretmen,

ç) Öğrencinin sınıf öğretmeni,

d) Öğrencinin dersini okutan ilgili alan öğretmenleri,

e) Öğrencinin velisi,

f) Öğrenci, olmak üzere bu kişilerden oluşur.

(3) BEP geliştirme birimine, gerektiğinde görüşlerine başvurulmak üzere özel eğitim değerlendirme kurulundan bir üyenin katılımı sağlanır.

(4) Bu birimin çalışma usul ve esasları okul/kurum yönetimince belirlenir.

l) Toplanan BEP birimi, okuldaki özel eğitim öğrencilerinin Özel Eğitim Değerlendirme Kurul Raporu, Sağlık Kurulu Raporu ve gerekli tüm belgeleri temin ederek, gerekli tedbirleri almalıdır.

m) Öğrenciyle ilgili Öğrenci Tanıma Kartı(Tüm Hizmet Planı) oluşturulmalıdır. Bu planın önemi tüm birim üyelerine açıklanmalıdır.

n) Performans alım aşamasında okullarda sınıf ve branş öğretmenleri öğrencinin performans değerlendirmesini yapar. Var olan performans değerlendirmesi sadece akademik boyutunda olmamalı, iletişim ve sosyal beceriler, öz bakım becerileri, sosyal uyum becerileri ve varsa davranış problemleri de değerlendirmeye alınmalıdır.

- o) Eğitim öğretim yılı başında amaçlar oluşturulurken, önceki eğitim öğretim yılına ait BEP'i, yeni performans değerlendirmesi, aileden alınan bilgiler göz önüne alınarak, yeni amaçlar oluşturması önerilmektedir.
- p) Okul açılmadan önce, yıl içerisinde yapılacak olan BEP toplantılarının tarihleri belirlenmeli ve düzenli olarak yapılması önerilmektedir.
- r) Yapılacak olan BEP uygulamalarının RAM denetiminde gezici özel eğitim öğretmenleri aracılığıyla takibinin yapılması önerilmektedir.
- s) Yılsonunda okullarda kurulan BEP birimleri koordinatörlüğünde yapılan uygulamaların değerlendirilmesinde yeni önerilerin alınması önerilir.
- t) Okullara gönderilen Özel Eğitim Değerlendirme Kurul raporlarında ekli olan eğitim planı BEP hazırlanırken asıl amaç olarak algılanmamalıdır.

A. 2. Kaynaştırma Eğitimi

A.2.1. Çalıştay öncesinde “Okul Ziyaretleri Anketi” ile belirlenen sorun alanları

- a) Kaynaştırma öğrencisi için tedbir, plan ve uygulama konusunda öğretmen ve yöneticilerin bilgi eksiklikleri
- b) Sınıf yönetimi problemleri
- c) Velilerin tutumları

A.2.2. Çalıştay Grubunun Önerileri

ENAP (Eğitimde Niteliği Arttırma Projesi) kapsamında yaptığımız çalıştayda kaynaştırma uygulamalarıyla ilgili daha önceden saptadığımız konulara çözüm önerileri geliştirdik. Çözüm önerileri aşağıda belirtilmiştir:

- a) Okullardaki özel eğitim hizmetleri; okul idaresi, sınıf öğretmenleri, branş öğretmenleri, rehber öğretmenler ve öğrenci velileriyle birlikte işbirliği halinde yürütülmelidir.
- b) Okul idaresi; sınıf öğretmenlerini, branş öğretmenlerini ve okuldaki diğer tüm personeli (hizmetli, güvenlik görevlisi, kantin görevlisi vb.) okuldaki kaynaştırma öğrencileri hakkında bilgilendirilmelidir.
- c) Eğitim yılı başı ve sonu seminer çalışmalarında öğretmenler engel grupları hakkında bilgi toplayıp bilgilendirme çalışmalarını yapılmalı ve bu çalışmalar seminer çalışmalarına alınmalıdır.
- d) Kaynaştırma eğitimine tabii tutulan öğrencinin okula yönlendirmesi yapıldıktan sonra okul idaresi, okulda ve sınıfta öğrencinin yetersizliğine uygun gerekli düzenlemeleri daha etkili yapmalıdır
- e) Okul müdürü başkanlığında sınıf öğretmeni, rehber öğretmen, branş öğretmenleri; kaynaştırma eğitimden faydalanacak olan öğrencinin sınıfındaki diğer öğrencilerin velilerini sınıfa gelecek olan kaynaştırma öğrencisi hakkında daha etkili bilgilendirmeler yapılmalıdır.
- f) Sınıf öğretmeni ve rehber öğretmen, sınıflarına kaynaştırma öğrencisi gelmeden önce sınıftaki diğer öğrencilere kaynaştırma öğrencisi hakkında daha etkili bilgilendirmeler yapmalıdır.
- g) Okulun rehber öğretmeni veliyle özel görüşme yaparak öğrenci hakkında detaylı bilgileri almalı ve bu bilgileri BEP toplantılarında ilgililerle paylaşmalıdır.
- h) Kaynaştırma öğrencisinin sınıfta oturacağı yer çocuğun engel grubunun özelliklerine ve velisinin verdiği bilgilere dayanılarak belirlenmelidir.
- i) Kaynaştırma öğrencisinin okula başladığı ilk gün tanışma etkinlikleri yapılmalıdır.

k) Okuldaki tüm öğrencilere özel eğitime ihtiyacı olan bireyler hakkında farkındalığını arttıracak etkinlikler (film gösterimi, sunum vb.) düzenlenmelidir. Okulun ilk haftasında bu etkinliklere öncelik verilebilir.

l) Rehber öğretmen, sınıf öğretmenlerine ve branş öğretmenlerine engel gruplarıyla nasıl çalışması gerektiği konularıyla ilgili müşavirlik yapmalıdır. Rehber öğretmeni olmayan okullar diğer kurum ve kuruluşlarla işbirliği yapılmalıdır.

m) Okul idaresi kaynaştırma uygulamalarını daha etkili ve duyarlı bir biçimde izlemelidir

n) Uygulamalı aile eğitimi programları periyodik olarak planlanmalı ve uygulanmalıdır

o) Kaynaştırma öğrencisi velisine periyodik(günlük-haftalık-aylık) olarak geribildirim verilmelidir

p) Merkezi sınavlar sürecinde kaynaştırma öğrencilerine akademik olarak verilen destekler yaygınlaştırılmalıdır

r) Kaynaştırma öğrencilerine akademik eğitim yanında sosyal ve kültürel etkinliklere katılmalarına öncelik verilmelidir

s) Kaynaştırma uygulamalarında özel eğitimle ilgili yayınlar etkin olarak kullanılmalıdır.

A.3. Destek Eğitim Odası Uygulamaları

A.3.1. Çalıştay öncesinde “Okul Ziyaretleri Anketi” ile belirlenen sorun alanları

- a) Öğretmenlerin destek eğitim odasında görev almak istememeleri
- b) Ders programı hazırlama ve uygulama eksikliği
- c) Yer problemi materyal araç gereç eksikliği
- d) Veli beklentisinin yüksekliği, iletişim kurmada güçlük

A.3.2. Çalıştay Grubunun Önerileri

- a) Öğrencinin niteliklerini görevlendirme yapılacak öğretmenlerle paylaşılmalıdır
- b) Öğretmenlere destek eğitim odaları hakkında mahalli hizmet içi eğitim verilebilir.
- c) Destek eğitim odasından yararlanmak isteyen velilere bilgilendirme yapılabilir.
- d) Aylıkla ödüllendirme –takdir - teşekkür belgesi verilmesinde destek eğitim odalarında görev alan öğretmenlere ayrıcalık tanınması görev almada güdüleyici olabilir
 - e) Seminer döneminde destek eğitim odaları bulunan okulların Rehberlik ve Araştırma Merkezi personeli ve destek eğitim odalarında görev almış öğretmenlerden oluşan bir komisyon tarafından ziyaret edilerek ve olumlu izlenimleri paylaşılabilir.
 - f) Öğretmenlerin kaba değerlendirme formları doğrultusunda BEP hazırlamaları ve uygulamaları hakkında bilgilendirme çalışması yapılabilir.
 - g) Yeni yapılacak okullarda destek eğitim odalarının planlamaya katılabilir.
 - h) Donatım ve malzeme açısından okul, ilçe il milli eğitim müdürlükleri arası koordinasyon için bir birim kurulabilir.
 - ı) Kantin gelirlerinin belirlenecek olan bir yüzdelik dilimi destek eğitim odalarının donatım ve malzeme eksikliklerinin giderilmesinde kullanılabilir.
 - k) Aile eğitimi yoluyla destek eğitimi konusunda velilerin gerçekçi beklenti geliştirmeleri sağlanabilir.
 - l) Yer problemi materyal araç gereç eksiklikleri konusunda destek eğitim odası ile ilgili kılavuzda bu soruna atfen ilgili genel müdürlükten talep edilmesi gerektiğine ilişkin ifade yer almaktadır.
 - m) Destek eğitim odalarında görev alan öğretmenlerin deneyimlerini birbirleri ile paylaşmalarını sağlayacak ortamlar oluşturulabilir.

B. REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA HİZMETLERİNİN ETKİNLİĞİNİN ARTTIRILMASI

Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri süreci kişisel sosyal, eğitsel ve mesleki rehberlik olmak üzere 3 problem alanına ayrılmıştır.

Okul ziyaretlerinde okullarda yaşanan sorun alanlarına göre kişisel sosyal rehberlik alanı;

1. Davranış problemleri,
2. Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık
3. Aile İle İlgili Problemler
4. Uyum problemleri

olmak üzere 4 alt alana ayrılmıştır. Her bir alt alan ayrı bir çalıştay grubunca değerlendirilmiştir.

B.1. Kişisel – Sosyal Rehberlik Alanı

B.1.1. Davranış Problemleri

B.1.1.1. Çalıştay öncesinde “Okul Ziyaretleri Anketi” ile belirlenen sorun alanları

- Davranış Problemleri
- Davranış Değiştirme
- Davranış Kazandırma
- Disiplin Sorunları
- Kurallara Uyma
- Arkadaşlık İlişkileri
- Problem Çözme
- Olumsuz Davranışlar
- Olumlu Davranış Geliştirme
- Sorumluluk Kazandırma
- Söz Dinlememe
- Sorunlu Öğrenci Davranışları
- Öğrenci Takibi
- Sosyal Beceri Yetersizliği
- Çatışma Çözme
- İletişim Sorunları
- İletişim Becerileri
- Öğretmenlerle Yaşanan Problemler
- Devamsızlık
- Hedef Yetersizliği
- Motivasyon Düşüklüğü

B.1.1.2. Çalıştay Grubunun Önerileri

Davranış problemlerinin geniş bir perspektifte ele alınması, çok bileşenli ve değişkenli olarak değerlendirilmesi ve analiz edilmesi gerekmektedir. Problem yaşanan öğrencinin yaşı, sınıfı, bulunduğu gelişim dönemi, aile yapısı, ailesiyle ilişkileri, yetiştiği kültürel çevre, kişilik özellikleri, arkadaşlık ilişkileri, ilgi, istek, ihtiyaçları gibi tüm özellikleriyle değerlendirme yapılmalıdır.

Yapılan görüşme, inceleme, değerlendirme, aileden, arkadaşlarından, çevreden edinilen bilgiler ışığında yaşanan problemin kaynağının belirlenmesi gerekmektedir. Sorunları çözmeye yapılan yanırlardan biri, sorunu ortadan kaldırmaya çalışmaktır. Oysa soruna yol açan sebebi ortadan kaldırmak gerekir.

Problem yaşanan öğrencinin ve yaşanan problemin özellikleri doğrultusunda uygun olacağı düşünülen etkinlikleri uygulamaya koymak daha yararlı ve kalıcı olacaktır.

Bu bilgiler ışığında problem davranışların çözümüne yönelik okullarda şu etkinlikler uygulanabilir:

a) « Danışyorum, Yalnız Değilim » Projesi: Her öğretmenin sorumlu olduğu belli sayı ve özellikteki öğrencilerle yapılandırılmış başlıklar dâhilinde bireysel ve grup çalışmalarının yapılması (Akademik başarı, devamsızlık, belirlenen bir problem davranış...)

b) «Aydın Öğrencisi», «Aydın Sınıfı» Uygulaması: Belirlenen olumlu davranışı sembolik pekiştirme yoluyla «Aydın Öğrencisi», «Aydın Sınıfı» seçimi ve ödüllendirilmesi (Törende duyurma, hediye verme, sinema izletme...)

c) “Ödül Kartı” Pekiştireci Uygulaması: Olumlu davranışları anında pekiştirme (Teneffüslerde olumlu davranış gösteren öğrenciyeye önceden hazırlanmış ödül kartları verme)

d) “Takım Ruhu”: Beden eğitimi öğretmeni işbirliği ile takımlar oluşturulması ve bu sayede öğrencinin kendini bir gruba ait, işe yarar, istenen ve ihtiyaç duyulan biri olarak hissetmesi olumsuz davranışları azaltacaktır (Masa tenisi turnuvası, vb.)

Şehrin imkanlarından, kurumlarından faydalanmak(Gençlik Spor İl Md., yüzme havuzları, drama, koro ve çeşitli kurslar, vb.)

Aynı şekilde teknoloji tasarım, müzik öğretmenleri ile işbirliği yaparak, belirlenen konularda yapılan çalışmalar sonucunda sergi, dinleti gibi etkinlikler düzenleyerek öğrencilerin kendini istenen yönde göstermesi, ifade etmesi, görünür olması sağlanabilir

Her ders öğretmeni kendi alanı, beceri ve yeterlilikleri doğrultusunda öğrencilere özel ilgi ve destek sunduğunda öğrencide önemli bir değişiklik fark edilecektir.

e) « Sorumluluk Temelli Çalışmalar » :Problem davranış sergileyen öğrencilerin de dahil olduğu « Sorumluluk Temelli Çalışmalar » yapılabilir (yaşanan sorunla ilgili o öğrencinin öğretmen rehberliğinde pano hazırlaması istenebilir. Bir etkinlikte, projede kullanılacak olan

materyallerin taşınması, unutulmaması görevinin sorumluluk kazanmasını istediğimiz öğrenciye verilmesi,vb.)

f) Sınıf rehber öğretmenlerinin öğrencilerini daha iyi tanımalarına yönelik tanıma formundan ziyade öğrenciyle bire bir görüşmelerini, daha detaylı ve sağlıklı bilgi almalarını sağlayacak görüşme formu oluşturulmasına rehberlik etmek

g) Psikolojik danışmanın sınıf rehber öğretmeniyle işbirliği ve koordinasyonunu artırarak öğrenciye daha hızlı ve doğru ulaşmasını sağlamak

h) Rehberlik servislerince öğrenci ilişkilerinin gelişmesinde -özellikle liselerde- «grup rehberliği» etkinliklerine ağırlık verilmelidir (sınav kaygısı, çalışma motivasyonunu yükseltme, hedef belirleme, vb.).

k) Öğrencilerin belirledikleri bir konu ile ilgili arkadaşlarına ve ailelerine sunum yapmaları, sosyal becerilerine katkı sağlamalarına destek olacaktır. Ayrıca ailelerin de bulunması anne-baba-çocuk ilişki dinamiğini gözlemlemede fırsat sağlayacaktır.

l) «Akran Arabuluculuğu» , «Akran Dayanışması» , «Akran Danışmanlığı» konularında çalışmalar yapılmalıdır.

m) TÜBİTAK vb, Bilim Fuarları kapsamında yapılan çalışmalarda ve sunumlarda öğrenciler işbirliği halinde çalışma deneyimini yaşamakta, sorumluluk almakta, başarı duygusunu tatmakta ve aynı zamanda iletişim becerileri ve özgüven gelişimine destek olmaktadır.

n) **Yapılandırılmış Sosyal Beceri Etkinlikleri:** Yapılandırılmış, oturumlar şeklinde planlanmış sosyal beceri etkinlikleri öğrencilerin bazı problem durumlarını çözmelerinde destek olacaktır. Bu etkinlikler; duyguları tanıma, anlama ve ifade etme, problem çözme, etkili dinleme, çatışma çözme, öfkeyle baş etme ve motivasyon amaçlı kariyer günleri-meslek tanıtımları çalışmaları başlıklarında olabilir.

o) Kendi tanıdıkları, komşuları, yakın çevrelerinden ulaşabilecekleri meslek gruplarından örnekler ve olumlu davranışı pekiştirme adına okul türüne göre kısa film-videolar çekilmesi olumlu rol modellerle tanışma anlamında önemli olabilir

p) Üst sınıflar aracılığıyla-model alma yoluyla- olumlu davranışların kazandırılması (Ders çalışma, hedef belirleme konusunda üst sınıflardan öneri alma

r) **‘Etkinlik İstasyonu’;** teneffüsleri daha etkili bir biçimde kullanmak adına ‘Etkinlik İstasyonu’ isimli çalışma yapılabilir. Bu çalışmalar;

- Uygun bir yerde kitap okuma köşesi,
- Okul içerisinde bir duvarın öğrencilerin rahatça boyama yapmaları için ayrılması,
- Herhangi bir teneffüste müzik çalınarak öğrencilerin keyifli vakit geçirmelerinin sağlanması,
- Okul bahçesine öğrencilerin oynayabilecekleri oyunlara yönelik çizimler yapılması,
- Ortaöğretim kurumlarında teneffüs zamanında enstrüman çalınması(öğrenciler tarafından) şeklinde olabilir.

B.1.2. Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık

B.1.2.1. Çalıştay Öncesinde saha taraması anketi ile belirlenen sorun alanları

- Öfke kontrolü
- Şiddet eğilimleri
- Akran zorbalığı
- Teknoloji bağımlılığı
- Sigara vb. kullanımı

B.1.2.2. Çalıştay çalışma grubunun önerileri

- a) Çalışmalar aile, öğretmen, öğrenci temelli olarak planlanabilir.
- b) Çalışmalarda mevcut aile eğitimi programlarından yararlanılabilir
- c) Çocuklara okullarda yapılacak işlerle ilgili sorumluluk verilebilir
- d) Akran arabuluculuğu çalışmaları yapılabilir.
- e) Farklı aktivitelere yönlendirilebilir (spor, müzik, dans vb.)
- f) Bu tür aktiviteler okullarda oluşturulacak kulüpler aracılığıyla da yapılabilir.
- g) Okullarda turnuvalar, yarışmalar vb. düzenlenebilir.
- h) Beden eğitimi, müzik ve resim öğretmenlerinden yararlanılabilir.
- i) Bu kulüplerin ürünleri yılsonu festivallerinde sergilenebilir.
- k) Rehber öğretmenlerin yönlendirme yapabilmeleri için şehirde bulunan spor, kültür, sanat, bilim aktivitelerinin ve bunları uygulayan kuruluşların tanıtıldığı bir kitapçık ve web sayfası oluşturulabilir.
- l) Yapılandırılmış grup çalışmaları ile;
 - Atılganlığı, özgüveni problem çözme becerilerini artırıcı etkinlikler
 - Çatışma çözmeye yönelik hikâye tamamlama etkinliklerinden oluşan grup çalışmaları
 - Ayrıca kendi problem çözme becerilerine ilişkin farkındalık kazanmaları ve yeni yöntemler üzerine düşünmeleri sağlanabilir.
 - Kişisel alan kavramının sanal ortamda da geçerli olduğu çocuklara kavratılmalıdır.
 - Akran baskısına yönelik hayır diyebilme becerisini geliştirici yapılandırılmış psikoeğitimler uygulanabilir
 - Doğru internet kullanımına yönelik eğitim verilmelidir.
 - Çocuklara internetle ilgili görevler verilerek internetin sadece müzik ve fotoğraftan ibaret olmadığı gösterilmeye çalışılmalıdır.
- m) İnternette zaman geçirmeye alternatif olabilecek okul bahçelerinde oyun oynamayı özendirici, yere çizilmiş seksek parkuru, demir barlardan oluşan engelli bir aktivite alanı,

basket potası, bahçe satrancı gibi düzenlemeler yapılması, orientiring, paintball, FRP gibi çocukların ilgisini çekecek fantezi ve stratejiye dayalı oyunlar okullarda uygulanmalıdır.

n) Eskişehir’de yer alan ve öğrencilerin yönlendirilebileceği kültürel, sportif, sanatsal ve bilimsel aktivitelerin tümünü, bu etkinlikleri düzenleyen kuruluşlara ve katılımcı kabul şartlarına ilişkin bilgileri içeren, sürekli güncellenen bir web sayfası oluşturulması yararlı olabilir.

o) Okullarda yaratıcı drama ve oyun atölyeleri düzenlenmesi, mümkünse birkaç ders saatinin bunun için ayrılması yararlı olabilir.

B.1.3. Aile ile ilgili sorunlar

B.1.3.1. Çalıştay öncesinde “Okul Ziyaretleri Anketi” ile belirlenen sorun alanları

- Aile kaynaklı sorunlar
- Anne-baba tutumları
- Aile içi iletişim
- Parçalanmış aile

B.1.3.2. Çalıştay çalışma grubunun önerileri

Çalıştay çalışma grubunun önerileri; genel öneriler, aile eğitimi ve aile katılımı olmak üzere üç grupta toplanabilir:

Genel Öneriler

a) Anne-babaların veli toplantılarında, okulda kullanılan okuma materyallerini tanımaları, okulda uygulanan öğretim yaklaşımını görmeleri ve çocuklarının kazandığı becerileri izlemeleri gerekmektedir. Öğretmen, okuma programının nasıl planlandığını ve nasıl bir öğretim yaklaşımı uygulamakta olduğunu velilere açıklayabilir. Hatta öğretmen, dönem içi ödevlerin neler olacağını ve bu ödevlerde velilerin çocuklarını nasıl yardım edecekleri konusuna açıklık getirmenin yanında, ev yapımı ve piyasa ürünü okuma oyunları ve bu amaçla hazırlanmış televizyon programlarını çocuklarına izlettirme fırsatları hazırlamalarını velilere önerebilirler.

b) Okulda veliler ile birlikte oluşturulabilecek bir okul kütüphanesi velinin okula emek verip okulla bağının güçlenmesine neden olacaktır. Kendi hazırladıkları okul kütüphanesinde velilerin birbirleriyle ve öğretmenlerle etkileşimleri artacak okula gelme istekleri oluşacaktır.

c) Programda gelişim dönemi özelliklerini veliye aktarabilmek amacıyla yapılandırılmış bir “Çocuğumu ne kadar tanıyorum ?” adlı bir yarışma planlanabilir. Aynı formatta aile içi iletişimi artırma amacıyla da ”ailemi tanıyor muyum?” yarışması, veli öğretmen ve öğrenci üçgeninin sağlıklı kurulmasına yardımcı olabilir.

d) Eğitim içerikli sinema örnekleriyle “Veli Sinema Günleri” düzenlemek vermek istediğimiz eğitim mesajlarının veliye etkili bir şekilde ulaşmasını sağlayacaktır.

e) Tüm bu içerikler kapsamında “Veli Akademisi” eğitim programı düzenlemelidir.

f) “Veli Katılım Takip Çizelgesi” oluşturulmalıdır.

Aile Eğitimleri

a) Mevcut aile eğitimi programlarının daha etkili uygulanması sağlanmalıdır.

b) Ailenin eğitimdeki rolüne yönelik farkındalığını artırma seminerleri verilmelidir

c) Aile eğitimlerine teşvik sağlayacak pekiştireçler oluşturulmalıdır.(okul gezisine ücretsiz katılma vb.)

d) Gönüllü anne babaları eğiterek akran anne baba eğitimleri düzenlenmelidir.

- e) Babayı eğitimde aktif hale getirebilmek için çalışma koşullarını dikkate alarak eğitimlere katılımları sağlanmalıdır.
- f) Merkezi sınavlar sürecinde yerleştirme yapılırken öğrenci ve aile isteklerinin uyumlu olabilmesi için meslekler hakkında veli bilgilendirmelerinin yapılması ve çocuklarının karakterine uygun meslekleri seçmelerine destek olmalarını sağlanmalıdır.
- g) Eğitimde aileyi dahil etmek için online eğitim düzenlemek ve dezavantajları önleyecek şekilde sosyal ağları aktif kullanmak etkili olabilir.
- h) Eğitim geçiş dönemlerinde 1., 5., ve 9. sınıf velilere tehlikeleri fark etme(sosyal ağ vb.) eğitimler düzenlenmelidir.
- i) Parçalanmış ailelerde çocuğa bakım veren kişilerden oluşan (8 oturumluk) “Psikoeğitim Grupları” oluşturulabilir

Aile katılımı

- a) Okula aileyi çekmek ve dâhil etmek için okul öncesinden başlayarak aile eğitimleriyle destek sağlanmalıdır.
- b) Velilerin toplantı ve seminerlere katılımlarını arttırmak için arama, mesaj gibi daha etkin davetiye yöntemleri kullanılmalıdır.
- c) Eğitimde geçiş kademelerinde 1., 5., ve 9. sınıf oryantasyon çalışmalarına aileler de dahil edilmelidir.
- d) Çocuklarının eğitimlerinde aktif rol alabilmeleri için “Veli Karne Sistemi” oluşturulabilir.
- e) Öğrencilerle ailelerin kaliteli zaman geçirmeleri için “Etkinlik Takvimi” oluşturup velilerle paylaşılabilir.
- f) Öğretmen ve veli iletişim sistemini geliştirme adına “Veli Koçluğu Sistemi” oluşturma
- g) Aile için iletişimde öğrencilerle drama ve canlandırmalar hazırlamak aile eğitimlerinde ilgi çekici olabilir.
- h) Aile ile çocuklarının birlikte kitap okumalarını geliştirebilecek etkinlikler yapılmalıdır.
- i) Sportif faaliyetlere aileleri de dahil ederek “Aile Takımları” oluşturabilir.

B.1.4. Uyum problemleri

B.1.4.1. Çalıştay Öncesinde “Okul Ziyareti Anketi” ile belirlenen sorun alanları

- Utangaç çocuklar, özgüven eksikliği ve içe kapanıklık
- Okul fobisi (özellikle 1.sınıfta)
- Kıskanç çocuklar- kardeş kıskançlığı
- Kişiler arası ilişkiler, arkadaşlık ilişkileri ve karşı cinsle ilişkiler
- Ergenlik ile ilişkili problemler
- DEHB
- Devamsızlık
- Kaygı
- Kekemelik
- Akademik Uyum
- Travma
- Motivasyon

B.1.4.2. Çalıştay çalışma grubunun önerileri

Yukarıdaki problem alanlarına yönelik olarak;

- Psiko- eğitim grupları,
- Atılganlık- Girişkenlik eğitimleri,
- İletişim becerileri geliştirme,
- Duygu eğitimi (duygu tanımını ve çeşidini artırma),
- Kendini tanıma eğitimi,
- Psiko eğitim içerikli bilgilendirici kısa filmler,
- Drama,
- Bilgilendirici afiş ve broşür hazırlama,
- Akran eğitimleri,
- Ev ziyaretleri çalışmaları yapılabilir.

B.2. Akademik Başarısızlık ve Etkili Öğrenme Problemleri

B.2.1. Çalıştay Öncesinde saha taraması anketi ile belirlenen sorun alanları

- a) Akademik başarısızlık
- b) Ders çalışma ve ödev yapma problemleri
- c) Derse ilgisizlik ve akademik motivasyon eksikliği
- d) Planlı ve verimli çalışmama
- e) Zaman yönetimi
- f) Sınav olma becerileri (Sınav stratejileri, test çözme teknikleri vb)
- g) Sınav kaygısı
- h) Gireceği sınavları tanıma

B.2.1. Çalıştay çalışma grubunun önerileri

Genel Öneriler

a) Klasik akademik başarı kavramı, ölçüt olarak sadece puanları ve sıralamaları baz almaktadır. Öğrencilerin bireysel özellikleri ve yeteneklerini geçmiş öğrenmelerini göz ardı etmektedir. Akademik başarıyı tanımlarken liselere ve üniversiteye girişte yapılan sınavlar sonuç niteliğinde olup, değerlendirmenin öğrencinin tüm öğretim süreçlerini temel alarak planlanması etkili olacaktır.

Akademik başarıya etki eden değişkenler arasında;

-Temel öğrenmelerdeki eksiklikler,

Bireysel özelliklerin göz önüne alınmaması,

-Zaman yönetimi eksikliği, planlı ve verimli çalışma bilgisinin olmaması,

-Motivasyon eksikliği,

Aile yaklaşımları ve ailenin öğrenme konusundaki desteği,

-Sınav hazırlık sürecine ve sınav stratejilerine hakim olamama vb. bir çok etmen sayılabilir.

b) Öğrencilerin geçmiş öğrenmeleri, bireysel özellikleri ve aile faktörleri sürece daha fazla dâhil edilmelidir.

c) Öğrencinin akademik başarısızlığının sebeplerinin öğrenme becerileriyle mi yoksa hazır bulunuşlukla mı ilgili olduğu rehberlik servisi tarafından saptanmalı ve gerekli yönlendirme erken bir zamanda yapılmalıdır.

d) Akademik başarısızlığın nedenleriyle ilgili daha işlevsel bir ölçek geliştirilmelidir.

Bilgi notu: *Bu çalıştay önerisi ile ilgili alternatif bir “Başarısızlık Nedenleri Anketi” Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Rehberlik Hizmetleri Bölümü tarafından geliştirilmiştir. İlgili anket EK-9’da sunulmuştur.*

e) Öğrencilerin erken yaşta başarısızlıkla tanışmaması için anasınıflarında zorunlu olarak okul olgunluğu taraması RAM koordinatörlüğünde yapılmalıdır. Anasınıflarında bu sürecin takibi önemsenmelidir. Yaşları uygun olanların gerekirse birinci sınıfa başlaması ertelenmelidir.

f) Zihinsel engel tanısı alamayan ancak “sınırdaki zihinsel gelişim” olarak tabir edilen ve öğrenme güçlüğü yaşayan çocuklar için ek tedbir alınmalıdır.(Destek Eğitim Odası çerçevesinin genişletilmesi ya da kurs /etüt çalışmalarının yapılması vb.)

g) Okul sınavları ya da kazanım değerlendirme sonuçları incelenerek eksik konular belirlenip, öğrenilemeyen alanların iyileştirmesine dönük konu bazında küçük çalışma grupları oluşturmalıdır. Bu çalışmalar sene başında zümre başkanları toplantısında karara bağlanıp okulun imkânları doğrultusunda sistematik hale getirilmelidir.

h) Sınıf yönetiminde tüm şube öğretmenlerinin katılımıyla ve rehberlik servisinin işbirliği ile sınıf içi kuralların belirlenmesi ve uygulanmasında şube öğretmenleri benzer yaklaşımlar sergilemelidir.

i) Akademi başarısı düşük olan öğrencilerin okul kuralları ile ilgili sorunlar yaşadığı gözlenmektedir. Bu öğrencilerin sisteme uyum sağlaması için güçlü yanlarının keşfedilmesine dönük çalışmalar yapılabilir. Aile-öğretmen-rehberlik servisi işbirliğiyle bireyi tanıma çalışmaları yapılarak ve bireyin spor, müzik, resim vb. alanlara yönlendirmek önemli olabilir.

k) Bu durumda bulunan öğrenciler için şube öğretmenleri ve rehberlik servisi işbirliğiyle ders bazında yapabilecekleri projelerde sorumluluk verilmeli katılımları teşvik edilmelidir. Gösterecekleri çabalar desteklenmelidir. Bu süreç öğrencinin benlik algısını olumlu anlamda etkileyecektir. Her ders bazında dönem sonunda bu durumda kaç öğrencinin desteklendiği dönem sonu raporuyla rehberlik servisi ve idare tarafından takip edilmelidir.

l) Öğrencilerin öğrenme tarzları/stilleri belirlenerek öğrenme özelliklerine uygun sınıf ortamları geliştirilmelidir. Ders işleme tarzının; farklı öğrenme tarzı olan öğrenciler için çeşitlendirilmesi öğrencinin derse ilgisini arttıracaktır.

m) Bu konuda MEB’ in hazırladığı kaynaklarda yer alan birçok öğrenme stiline uygun anlatım örnekleriyle zenginleştirilebilir. İhtiyaç halinde ilgili öğretmenlerin hizmet içi eğitimlerle donanımları artırılabilir.

n) Öğrencilere erken yaşlarda başlayarak kitap okuma alışkanlığı ve okuma sevgisini geliştirmek öncelikli hedef olunmalıdır. Okullar bazında bu amaçla hazırlanan projeler desteklenmeli il genelinde yaygınlaşması ve görülmesi için ilgili makamlarca teşvik edilmelidir. Okullarda kurulan kütüphanelerin imkânlarının artırılması ve kullanımına yönelik her okul bazında çalışma grupları oluşturularak etkili kullanımı sağlanmalıdır. Bununla bağlantılı olarak;

- Okullarda velilerin katılımıyla sınıf okuma günleri düzenlenebilir.
- Sınıflarda sınıf kitaplıklarının zenginleştirilmesi ve kullanımının artırılması çalışmaları yararlı olacaktır.

- Birçok önemli gün kutlamaları gibi okullarda “kitap kurdu” vb. isimli çalışmalar/ yarışmaların düzenlenebilir.
- Özellikle internet ve teknoloji kullanımı konusunda yatkın olan öğrenciler için” E-kitap okuma” imkânları yaratılmalıdır.
- Zaman zaman öykü yazma, şiir makale vb. etkinlikler alt sınıflarda başlayarak yaygınlaştırılmalıdır.
- Okuma alışkanlığı ve okuma sevgisini kazandırmak için kitaplıklarda çizgi roman, bilim kurgu ya da çocukların ilgisini çekeceği düşünülen kitap ve dergi çeşitliliği arttırılmalıdır.

o) Son yıllarda okullarda devam eden aile eğitimlerinin önemine inanıyoruz. Ancak genelde bu eğitimlere zaten ilgili olan veliler katılmaktadır. Bu eğitimlerin yaygınlaştırılması yönünde okullarda teşvik edici çalışmaların yapılması önem arz etmektedir.

p) Veli eğitimleri ya da benzer çalışmalara katılımı arttırmak için, okulların sene başında ailelere sorumluluklarını hatırlatıcı sözleşme/ kontrat, vb. imzalatılması yararlı olacaktır.

r) Dönem sonlarında okul çalışmalarına en çok katılan veliler ödüllendirilebilir.

Planlı, Verimli Ders Çalışma Becerisi Ve Zaman Yönetimine İlişkin Önerileri

a) Öğretmenler her dersin/konunun özelliğine göre başlangıç aşamasında her konuya nasıl çalışmaları gerektiği konusunda öğrencileri bilgilendirmelidir.

b) Çalışma alışkanlığı olmayan her öğrenciye bireysel çalışma programı rehber öğretmen/sınıf rehber öğretmeni tarafından hazırlanmalıdır. Bu sürece aile dâhil edilerek evde dikkat edilecek noktalar açıklanmalıdır.

c) Çalışma programları hazırlanırken öğrencinin alışkanlıkları ve var olan koşulları göz önünde bulundurulmalıdır.

d) Okullarda grup rehberliği altında kalabalık gruplara verilen etkili ders çalışma yolları seminerlerinden istenilen sonuçların alınmadığı gözlenmektedir. Etkililiği arttırmak için küçük gruplar/bireysel çalışmalar yapılmalıdır.

Bilgi Notu: *Bu türden grup rehberliği çalışmalarından önce ihtiyaç saptamak amacıyla Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Rehberlik Hizmetleri Bölümü tarafından bir “Öğrenme Stratejileri” anketi geliştirilmiştir. İlgili anket EK-10’da sunulmuştur.*

e) Bazı öğrencilerin zaman yönetimi/çalışma programı takibinde mobil uygulamalardan yararlanılmalıdır.

f) Rehberlik servisi kalabalık okullarda “Öğrenci Koçluğu” sistemini oluşturarak öğrenci takibini daha etkin hale getirebilir. Şube ders öğretmenlerine planlı çalışma, zaman yönetimi vb. konularda müşavirlik hizmeti vermelidir.

g) Öğrencinin verimli ders çalışabilmesi için ders kitaplarını ve yardımcı kaynakları etkili (etik ilkelere bağlı kalarak) bir şekilde kullanması sağlanmalıdır.

h) Öğrenilen konuların pekiştirmesine dönük ödevlerin verilmesi ve bunun takibinde ders öğretmenler gerekli duyarlılığı göstermelidir.

I) Ders öğretmenleri ödev konusunda öğrenciler ile sene başında sözleşme yapması yararlı olabilir. Ödevlerini yapmada sorun yaşayan öğrencileri için rehberlik servisi ile işbirliği yapılmalıdır.

k) Bu doğrultuda özellikle imkânları olan okullarımızda ders sonrası etüt çalışmalarının yararlı olabilir.

Akademik Motivasyon Sağlama İle İlgili Öneriler

a) Ders kazanımları, günlük yaşam becerileri ve üst sınıflardaki ders/sınavlar ile ilişkilendirilmeli, öğrencilerin dikkati çekilerek, derse katılımı sağlanmalıdır.

b) Öğrencilere derslerde ulaşılabilir hedefler belirlenmelidir. Bunun için hedef kartları hazırlanarak (öğrenciyle birlikte belirlenmeli) öğrencilere kısa vadede somut hedefler konulmalıdır.

c) Öğrencinin başarısını başkalarıyla kıyaslamak yerine kendi içinde kaydettiği gelişimi fark etmesi sağlanmalıdır. Öğrencinin niceliksel sonuçlarına bakılmaksızın gösterdiği çaba okul ve aile tarafından takdir edilmelidir.

d) Akademik ve sosyal alanda başarı göstermiş üst sınıf öğrencilerin ve mezunların alt sınıflardaki öğrencilerle bir araya gelmesi sağlanmalıdır.

e) Üst eğitim kurumlar ziyaretleri yapılmalı, bu ziyaretlere ara sınıfların da katılımı öğrencilerin hedef belirlemede teşvik edici olabilir.

f) Eğitim sürecindeki tüm paydaşların öğrencilere pozitif dil kullanarak özsaygılarının korunması/gelişmesine yardımcı olunmalıdır.

g) Öğretmen ve velilerin işbirliğini daha etkili hale getirici çalışmalar yapılmalıdır.

h) Derse katılımı ve ilgisi düşük öğrencilerle iletişimi güçlendirmek için, ders dışı saatlerde öğrenciyle iletişim kurulabilir. İhtiyaç halinde ev ziyaretleri yapılarak öğrenciyi motive edici çalışmalar önemsenmelidir.

Sınava Hazırlık Sürecine Ve Sınav Stratejilerine İlişkin Öneriler

a) Öğrencilerin rehberlik servisi ile birlikte hedeflerini belirledikten sonra tercih ettikleri seçmeli dersler bu hedeflerine ulaşmalarını kolaylaştırıcı nitelikte olmalı ve sağlıklı bir şekilde yönlendirilmeleri sağlanmalıdır.

b) Sınav sisteminde yapılan değişiklikler konusunda öğrencilerin bilgilendirilerek kaygıları azaltılmalı ve sınav stratejilerini belirlemelerine yardımcı olunmalıdır.

c) Kaygının bulaşıcı özelliğinden dolayı aile ve çevre süreç hakkında bilgilendirilmelidir.

- d) Öğrencilerin sınav sürecinde stresle baş edebilmeleri için hobilerine uygun zaman ayırmaları teşvik edilmelidir.
- e) Sınava girecek öğrencilerin aileleriyle görüşülüp gerçekçi beklentiler oluşturmaları ve çocuklarının duygusal değişimlerini okuyabilmeleri için bilgilendirilmeleri gerekir.
- f) Okulda uygulanan sınavlarla ilgili öğrencinin motivasyonunu arttıracak şekilde geri dönütler verilmeli bu dönütler verilirken öğrenmede bitişiklik ilkesi göz önünde bulundurularak hızlı bir şekilde güçlü yönler ve eksikler öğrencilere iletilmelidir.
- g) Sınav kaygısı olan öğrencilerin saptanarak bunlara yönelik olarak kaygıyla ilgili grupla/bireysel rehberlik çalışmaları yapılmalıdır.
- h) Öğrencilere klasik ve çoktan seçmeli sınavlara hazırlanma yöntem ve teknikleri öğretilmelidir.

Bilgi Notu: Sınav hazırlık süreci ile ilgili öneriler doğrultusunda yapılacak çalışmalarda kullanılmak üzere Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi, Rehberlik Hizmetleri Bölümü tarafından bir “Sınav Stratejileri Anketi” geliştirilmiştir. İlgili anket EK-11’de sunulmuştur.

B.3. Mesleki Rehberlik

B.3.1. Çalıştay Grubunun Önerileri

Temel Eğitim Döneminde Mesleki Rehberlik İçin Öneriler

a) Anaokulu -İlkokul oyun ve drama etkinlikleriyle öğrencilere farkındalık ve bilinç uyandırılması sürecinde;

- Çocukların meslekleri birbirine anlatması(Çocuktan çocuğa)
- Kariyer soyağacı etkinliği
- Meslekler kolajı
- Disiplinler arası yaklaşım
- Meslekler konulu; afiş, poster çalışmaları, yarışmaları
- Çocuğa kendini anlama ve keşfetmesi, bireysel farklılıklarını görmesi, güçlü ve zayıf yönlerini görmesini sağlayacağı fırsatlar, yaşantılar sunulmalıdır.

b) Bütün mesleklerin gerekli ve önemli olduğu, her çalışana saygı duyması duyulması gerektiği gibi değerlerin kazandırılması önemsenmelidir. İşler, meslekler birbirleriyle ilişkileri, uzmanlık alanları arasındaki ince farkları tanımalarına yardımcı olunmalıdır.

c) Çocuğun kendini tanıması ile ilgili değer eğitimi; öykü, hikâye gibi etkinliklerin planlanması yararlı olacaktır.

d) İnsanlar birbirinden farklıdır. Çocuğun kendini kabul, özgüven, benlik saygısı gibi kişilik özellikleri mesleki gelişim süreci açısından önemlidir. Çocuğun kalıtımla getirdiği özellikleri yanında yetenekleri, güçlü ve zayıf olduğu yönleri vardır.

e) Veli eğitimlerinde mesleklerin önemi, değeri konusunda başlıklar açılması yararlı olabilir. Mesleklerle ilgili iyi-kötü gibi ayrımlar, önyargılar, ebeveynin kendi yapamadıklarını çocukta görmek isteği gibi durumlar mesleki gelişim sürecini olumsuz olarak etkilemektedir.

f) Anaokulu ve ilkokul düzeyinde işyerlerine geziler organize edilebilir. İş ve meslekler birbirinden farklıdır. Mesleğin, işin icra edildiği ortamın özellikleri, kullanılan malzemeler farklıdır. Her insanın yapabileceği iş ve meslekler vardır fikrinin yerleştirilmesi önemlidir.

g) Çocuğun düzeyine uygun mesleklerle ilgili film, çizgi film, animasyon, belgesel gibi etkinliklerin düzenlenmesi, temel eğitim döneminde (5-12 yaşlar arası) çocukta meslek bilincinin oluşmaya başladığı zamanda etkili olabilir.

Ortaokulda Mesleki rehberlik İçin Öneriler

a) Öncelikle ortaokul rehber öğretmenlerine meslek liselerine ziyaretler organize ederek planlı bilgi ve gözlem yapılması sağlanmalıdır.

b) Okul seçimi konusunda; öğrencilere rehberlik eden, yardımcı olan profesyonellerin yönlendirme yaptıkları kurumlarla, okullarla ilgili ayrıntılı bilgisi, iç görüşü, deneyimi olması yapılan işin niteliğini arttıracaktır.

- c) Meslek liselerine öğrenci gezileri yapılmalıdır.
- d) Ortaokul çağında, özellikle mesleki ve teknik eğitim veren üst kurumların tanıtımı çok önemlidir. Meslek liseleri ile ilgili önyargının, olumsuz imajın ortadan kalkması ve bu liselerin cazip görünmesi daha bilinçli tercihlerin önünü açacaktır.
- e) Meslek elemanlarının okula davet edilmesi, atölye- laboratuvar ortamındaki mesleki tecrübelerini öğrencilerle paylaşması yararlı olacaktır.
- f) Başarılı olmuş meslek sahiplerinin, iş erbablarının, mesleki eğitimlerini aldıkları fiziksel ortamda yaptıkları işi anlatmaları daha anlamlı olacaktır.
- g) Aile çalışmaları kapsamında çocuğun akademik potansiyeli yanında gözlenebilen ve çeşitli ölçme araçlarıyla tespit edilen kişilik özellikleri ilgileri, yetenekleri ve değerleri konusunda aileye bilgilendirme yapılmalıdır.
- h) Meslek rehberliği kapsamında uygulanan ölçme araçları rehberlik ilkeleri çerçevesinde kesin yargılarda bulunmadan değerlendirilmelidir. İlimizde bulunan ortaokul sonrası eğitim seçenekleri konusunda bütün okullara ulaştırılan bilgilendirici broşür hazırlanması, mesleki ve teknik eğitim veren okulların, okullarını tanıtıcı broşürler hazırlaması, tercih danışmanlığında bulunan rehber öğretmenlere bilgilerin belirli bir düzen ve bütünlük içinde ulaştırılması yararlı olacaktır.
- i) Mesleki kariyer günlerini standart bir program çerçevesinde daha önceden belirlenen kişiler aracılığıyla (rehber öğretmen, meslek dersi öğretmeni) birlikte yapmak yararlıdır.
- k) Ekip halinde yapılacak çalışmaların belirli bir program ve disiplin dâhilinde yapılması önem taşımaktadır.
- l) Sınıf rehber öğretmenlerine öğrenciyi tanımayla ilgili eğitim verilmesi önemlidir. (yapılan gözlemlerin kaydedilmesi, diğer branş öğretmenleriyle işbirliği yapılması)
- m) Okulda rehber öğretmen tarafından diğer öğretmenlere bireyi tanımaya ilişkin bilgi verilmelidir.
- n) Ortaokuldan liseye geçişte tercih yapılırken velilerin de tercih edilen okulu tanımaları (fiziksel etmenler, ulaşım vs.) sağlanmalıdır. Bu amaçla okulların web siteleri ve tanıtıcı broşürlerden yararlanılabilir.
- o) Sosyal Bilgiler, Fen Bilimleri öğretim programında yer alan mesleklerle ilgili konulara gelindiğinde sınıfta “Meslek Tanıtımı Panosu” çalışması yapılması yararlıdır.
- p) Mesleklerle ilgili belirli gün ve haftalarda da bilgilendirici pano çalışması yararlı olacaktır.

Liselerde Mesleki Rehberlik İçin Öneriler

- a) 9.sınıf öğrencilerinin doğru bir okulda olup olmadıkları konusunda tekrar değerlendirme yapmaları yönünde belli bir program dâhilinde çalışma yapılmalıdır. (özellikle Anadolu Liselerinde)

- b) Velilere yönelik de iş piyasaları ve istihdam konusunda güncel bilgiler vermek önemlidir. Bu amaçla İş Kurumu, Sanayi Odası, Ticaret Odası vb kuruluşlarla da işbirliği yapılabilir.
- c) Okul düzeyinde girişimcilik konusunda meslek tanıtımı ve yetenekleri ortaya çıkarmak amacıyla şirket çalışması projelerini tanıtmak ve yaygınlaştırmaya çalışmak önemlidir.
- d) Popüler meslekler haricinde, geleceğin meslek gruplarına dair farkındalık yaratmak amacı ile film, belgesel, kitap, etkinlik temelli çalışmalar yapılabilir.
- e) Klaus Schwab'ın "4. Sanayi Devrimi" kitabını okuma ve özetini sunma projesi katkı sağlayabilir.
- f) Meslek tanıtımı konusunda okul, il ve ilçe düzeyinde yarışma münazara gibi etkinlikler düzenlenebilir. (Meslek liselerinde kendi alanlarında bu türden çalışmalar yapılabilir)
- g) Üniversite tanıtım gezilerinin 9.sınıf düzeyinden başlaması, en azından ilimizdeki iki üniversitenin gezilmesi ve kampüs hayatının öğrencilere gösterilmesine dönük çalışmalar yapılabilir.
- h) Üniversitelerin halkla ilişkiler ve tanıtım büroları ile iletişime geçerek planlı geziler düzenlemek önemsenmelidir.
- ı) Kişinin kendini tanıması yönünde standart testler uygulanması sonuçlarıyla ilgili bireysel ve grup rehberliği çalışmaları yapılmalıdır.
- k) İş Kurumu, TMMOB, TTB, Barolar, Esnaf Odaları gibi kuruluşlarla işbirliği yaparak bu kurumların meslek tanıtıcı etkinliklere ortak edilmesi yararlı olacaktır.
- l) Meslek seçimi konusunda; etkinlik çalışma ekipleri (10-12 kişilik) kurulması ve üretilen çalışmaların materyallerinin resmi olarak okullarla paylaşılması yoluna gidilebilir.
- m) Yıldız Kuzgun'un "Lise Öğrencileri İçin Mesleki Grup Rehberliği Programı ve Uygulama Kılavuzu" çalışmalarda yönlendirici olabilir.
- n) Yüksek Öğretime Geçiş sisteminin veli ve öğrencilere etkin bir şekilde anlatılması gereklidir.
- o) Meslek seçimi konusunda veli ve öğrenciyle birlikte görüşme yapılmasına (özellikle aile baskısını önlemek adına) özen gösterilmelidir.

BÖLÜM 3

UYGULAMAYA DÖNÜK MÜDAHALE STRATEJİLERİ

A. Özel Eğitim, Kaynaştırma Ve Destek Eğitim Odası İle İlgili Hizmetlerin Etkililiğinin Arttırılması

Bu öneriler doğrultusunda Özel Eğitim, Kaynaştırma Ve Destek Eğitim Odası İle İlgili Hizmetlerin Etkililiğinin Arttırılması ile ilgili olarak temel müdahalenin okuldaki rehber öğretmenlerin etkili müşavirliği üzerinden yürütülmesi gerektiği sonucuna varılmıştır. *Okul rehber öğretmenlerinin bu danışmanlığı etkili bir biçimde yapabilmeleri için “Özel Eğitim Gerekli Bireylere Verilen Hizmetler İle İlgili Danışmanlık Becerileri” adıyla 30 saat süreli bir hizmet içi eğitim programı hazırlanmıştır. İlgili Program EK-6 sunulmuştur.*

B. Rehberlik Ve Psikolojik Danışma Hizmetlerinin Etkililiğini Arttırılması

Projenin “Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetlerinin Etkililiğini Arttırma” ile ilgili bölümünde temel müdahale stratejisi olarak “Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma Yaklaşımı (ÇODY)”ndan yararlanılmıştır. Bu yaklaşım; işleyen çözümler odaklı olması, kısa süreli olması, somut tekniklerden oluşması, belirlenen problem alanlarına dönük uyarlanabilirliğinin kolay olması nedeni ile seçilmiştir. Bunların yanında yaklaşımın öğrencilerin yetersizlikleri yerine güçlü yanlarına odaklanması da bu yaklaşımın seçilmesinin başka bir nedenidir. Yine Doğan’ın (1999:61), Durrant (1995) ve Metcalf (1995)’den aktardığına göre okuldaki sorunlara ilişkin çözüm odaklı sayıtları özetle şöyle sıralamaktadırlar:

1. Okuldaki sorunlar çocuk, ana-baba veya öğretmenin hatasından kaynaklanır,
2. Okuldaki sorunlar bazı kişisel (psikolojik) veya ailesel yetersizliklerden kaynaklanır,
3. Okuldaki davranış sorunu diğer insanların davranış ve tepkilerini dikkate almadan sadece öğrencinin değiştirilebilir davranışını içerir,
4. Eğer davranış değiştirme işlemi yetersiz ise psikolojik yetersizliklerin anlaşılması; daha ileri derecedeki güçlükler ve duygusal sorunlardan kaçınmak için çalışılması gerekir,
5. Okulda davranış bozukluğu olarak kendini gösteren sorunların ileride uyumsuzluğa dönüşme olasılığı vardır,
6. Güçlüğün nedeni anlaşıldığı an onu düzeltmek olasıdır.

Bu sayıtlar merkezimiz tarafından gerçekleştirilen okul ziyaretlerinde dile getirilen sorunlar ve 24-25 Mayıs 2017 tarihlerinde yapılan çalıştayda ortaya çıkan çözüm önerileri ile örtüşmektedir. Bu örtüşme de temel müdahale stratejisi olarak ÇODY’nin belirlenmesinin bir başka nedenidir.

Son yıllarda, çözüm-odaklı kısa süreli psikolojik danışma ilke ve tekniklerinin grup rehberliği ve grupla psikolojik danışma süreçlerine uyarlanmaya çalışıldığı gözlenmektedir (Doğan, 2102, <http://www.turkpdn.com>). Bu yaklaşımın; ülkemizde okul çocuğu ve ergenin akran zorbalığına (Arslan ve Akın 2016), öz-yeterlilik düzeyine (Yılmaz-Bingöl, 2015), risk alma davranışına (Uysal, 2014), sosyal fobi ile başa çıkmasına (Ateş, 2015), öfke kontrolüne (Tuna, 2012), sınav kaygısına (İşlek 2006; Bulut 2010), böbrek hastalarının psikososyal uyumuna (Zengin, 2015), çiftlerin evlilik uyumlarını arttırmaya (Baygül, 2015) ve alt sosyoekonomik düzeydeki kadınların umut ve boyun eğici davranışlarına (Köktuna, 2007) yönelik uyarılma çalışmalarının yapıldığı belirlenmiştir(Aktaran: Gündoğdu ve Diğerleri, 2016:?) Bu yönüyle bu yaklaşım bireysel, küçük grup ve sınıf rehberliği ve ailelerle yapılacak çalışmalara uyarlanabilir.

Yukarıda verilen gerekçelerle temel müdahale stratejisi olarak belirlenen ÇODY'mını tanıma, sorun alanlarına uyarılma ve uygulama becerisi kazandırmak ve psikolojik danışmanlara verilmek üzere 30 saatlik bir hizmet içi eğitim programı geliştirilmiştir. Hizmet içi eğitim programı önerisi EK-7'de sunulmuştur.

B.1. Temel Müdahale Stratejisi Olarak Belirlenen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma yaklaşımı (ÇODY) Kavramsal Çerçevesi

B.1.1. ÇODY'da Temel Amaç

Bu yaklaşımın temel amacı, danışanı sorunlarını anlaması ve analiz etmesi için "sorun üzerinde konuşmaktan" "çözüm üzerinde konuşmaya" doğru yönlendirmek ve işleyen veya gelecekte işlemesi olası olan çözümler üzerinde olabildiğince en hızlı şekilde odaklanmasını sağlamaktır (Doğan, 1999:61)

B.1.2. ÇODY Temel Özellikleri

Bu yaklaşımın temel özellikleri aşağıdaki gibi sıralanabilir (Akın ve Diğerleri, 2014:11; Meydan, 2013: 121; Ateş, 2015:833; Gündoğdu ve Diğerleri, 2016:?):

- Bireyin güçlü yönlerine, kaynaklarına ve çözümlerine odaklıdır
- Gelecekte yararlanılabilecek işleyen çözüm ve beceriler kazandırır
- Birey merkezlidir. Müdahaleler bireyin tercihlerine, önceliklerine ve kaynaklarına göre belirlenir.
- Birey kendi problemlerinin çözümünde en iyi uzmandır.
- Çözüm için problemi analiz etmeye gerek yoktur
- Büyük değişimleri başlatabilmek için atılan küçük değişim adımları önemlidir
- “ İşleyen çözüm yollarını uygula.” ve “İşlemeyen çözüm yollarına başvurmada ısrarcı olma, farklı çözüm yolları dene.” anlayışını temel alır
- Danışanın başarılı olduğu alanların belirlenmesi ve başarılı davranışların tekrar edilmesi esastır.

- Problem odaklı bir dil yapısı yerine çözüm odaklı bir dil yapısı kullanır. Görüşmede odak, sorun değil çözümdür. Örneğin, “problem ne zaman başladı?” sorusu “bu problemi ne zaman/hangi zamanlarda yaşamıyorsunuz?” şeklinde sorulabilir.
- Bu yaklaşımda genel olarak oturum sayısı 4-6 arasında değişmektedir. Başlıca teknikleri oturum öncesi değişim tekniği, ilk oturum görevinin formüle edilmesi, mucize soru, derecelendirme soruları, nadir durumlar ve kristal top tekniğidir. Bu tekniklerin yanında kaygının resmini çizdirme, mektup yazdırma, senaristin ve oyuncusunun kendisi olduğu film senaryosu yazdırma, mayın tarlasının temizlenmesi tekniği vb. teknikler kullanılmaktadır

B.1.3. ÇODY’da Oturum Deseni

1. Oturum: Tanışma ve pozitif amaçlar oluşturma.

Kısa süren bir tanışmadan sonra danışana süreç hakkında bilgi verilir ve işlem yolu şöyle anlatılır(Doğan, 1999:61; Gündoğdu ve Diğerleri, 2016:?):

"Sana çok sayıda soru soracağım. Bu soruların bir kısmı sana saçma gelebilir ve yanıtlamakta güçlük çekebilirsin. Verdiğin yanıtların bir kısmını kaydedeceğim. Sana vereceğim mesajı oluşturmak için bu kaydettiğim notlardan yararlanacağım. Oturum bittikten sonra kaydettiğim notları gözden geçirmek ve burada konuşulanlarla ilgili düşüncelerimi bir araya getirmek için belli bir süre için odadan ayrılacağım. Geri döndüğümde sana görüşlerimi söyleyip hazırladığım mesajı okuyacağım. Ayrıca, mesajın bir kopyasını sana vereceğim. Bu işlemle ilgili ne düşünüyorsunuz?"

Tanışmadan sonra bu oturum öğrencilerin sorunlarını nasıl algıladıklarını betimlemeleri ile başlar. Bu oturum konusu ve türüne göre “Buraya gelme amacın nedir?, Burada / Bu grupta olma amacın nedir?, Problem nedir?” gibi sorular kullanılabilir. Bu soruların amaç yönelimli olmasında yarar vardır.

Amaç yönelimli sorulardan sonra pozitif amaçlar belirlenir. Pozitif amaçlar gözlenebilen ve ölçülebilen davranışı ifade eder. “Başkaları ile iyi geçinmenin yollarını bilmek istiyorum” gibi olumlu ifadelerle dile getirilir. Amaç belirlemede ek olarak;

- Ne istiyorsunuz?
- Bu isteğinizin gerçekleştiğini nasıl anlayacaksınız?
- Bu isteğinize erişmek için mevcut durumda ne yapıyorsunuz?
- İsteğinize yaklaştığınızda neyle karşılaşacaksınız?

gibi sorularda sorulabilir.

Pozitif amaçlar; “notlarımı yükseltmek istiyorum” ve “sizden bunu nasıl başaracağım konusunda bana yardımcı olmanızı isterdim” ya da “diğer öğrencilerle daha iyi nasıl geçinebileceğimi öğrenmek isterdim...” şeklinde de olabilir.

İyi belirlenmiş amaçların özellikleri (<http://www.binnuryesilyaprak.com/file/sunu/cozum-odakli-kisa-sureli-danisma.pdf>)

- Danışanın kendi sözcükleriyle ve olumlu bir durumu ifade eder.
- Bir süreçtir ya da eyleme yöneliktir.
- Burada ve şimdi üzerine yapılandırılır.
- Ulaşılabilir, somut ve özeldir.
- Danışan tarafından kontrol edilir.
- Açık, net ve anlaşılırdır.

Not 1: Öğrenciler ilk görüşmede “Burada olma amacın nedir?” diye sorulduğunda danışmaya gönüllü gelmemiş, yönlendirilmiş ise bu soruyu cevaplamakta güçlük çekebilir. Bu durumda “Buraya gelmemeye ya da burada olmaya kendin karar vermiş olsaydın burada olma amacın ne olurdu? Diye sorulabilir.

Not 2: Öğrenciler bu süreçte negatif ve zarar verici amaç ifadeleri de söyleyebilirler. Negatif amaçları olumluya ya da pozitif amaçlara çevrilmeli, zarar verici amaçlar ise desteklenilmekten kaçınılmalıdır. (Durak, 2014, <http://mebk12.meb.gov.tr>)

Negatif amaç örnekleri; (Bunlar olumluya çevrilmelidir)

Bir şeyin olmasını istememe

- Bir şeyin durmasını isteme
- "Kötü notlar istemiyorum"
- "Kontrolümü kaybetmek istemiyorum."
- "Sınıfa geç gelmekten vazgeçmek istiyorum."

Negatif amaçları olumluya çevirme

Danışanlar, bu tarz negatif amaçlarını ifade ettiklerinde, danışman, acilen pozitif, somut ve spesifik davranışlarla yer değiştirici sorularla müdahale etmelidir (Sklare, 1997:22-23).

Örnek 1

Öğrenci: "Kötü notlar istemiyorum"

Danışman: Eğer kötü notlar almıyor olsaydın o zaman ne yapıyor olurdun?

Öğrenci: İyi notlar alıyor olurdum (pozitif amaç).

Danışman: Sonuçta senin amacın iyi notlar almak. Hangi notları alırsan senin için daha iyi olacağını söylersin? (spesifik amaç) .

Örnek 2

Danışman: Kontrolünü kaybetmek yerine, ne yapıyor olurdun?

Öğrenci: Sakin kalmak isterdim (Pozitif amaç).

Danışman: İstedığın şey sakin kalmak ve sakin olduğunda ne yapmak isterdin ? (spesifik amaçların detaylandırılması)

Zarar verici amaç örnekleri (Bunları desteklemekten kaçınılmalıdır)

Reşit olmayan çocukların okulu bırakmak istemesi,

- Evlenmek istemesi,
- Birinin canını yakmak istemesi,
- Eşyalara zarar vermek istemesi,
- Evden kaçmak istemesi verilebilir.

Zararlı ve yıkıcı amaçları yararlı amaçlara dönüştürme

Danışmanın kendilerine zarar verici, yıkıcı ve yasalara uygun olmayan amaçlar dile getirdiğinde bunları düzeltici müdahale yapılmalıdır.

Danışman: Amacın nedir?

Öğrenci: Artık okula gitmek istemiyorum

Danışman: : Artık okula gitmek istememe sebebin nedir?

Öğrenci: Tüm derslerimde başarısızım ve sadece çabalamayı bırakmak istedim.

Danışman: Sonuçta, sen, çok sıkı çalışabilseydin ve okulda daha iyi çalışmalar yapabilseydin, daha fazla memnun olabileceğini söylüyorsun.

Öğrenci: Muhtemelen.

Danışman: Daha sıkı çalışmak ve daha iyi olmak ister miydin ? . Bu, senin için amaç olabilir miydi?

Öğrenci: Evet, olabilirdi.

Bilinmeyen Amaçlar:

“Bilmiyorum, fikrim yok, bulamıyorum, umurumda değil, buna aklım ermez” şeklindeki amaçlardır. ÇODY’nda “ziyaretçi tipi” denilen danışanlarda, danışma için amaçları sorulduğunda “Bilmiyorum” cevabı en yaygın cevaptır. Bu cevap karşısında pek çok danışman takılır/şaşırrır. Bu durumlarda Hipotetik “eğer” sorularının kullanılması (Eğer

kesinlikle bilseydin...) çoğu kez, danışanların amaçlarını oluşturmaya başlamalarına yardımcı olur (Sklare, 1997:25-26).

Örnek

Danışman: Amacın nedir?

Öğrenci: Bilmiyorum.

Danışman: Eğer bilseydin...

2. Oturum: İstisnai anlar ve Mucize soru.

Öğrencilere, sınıftaki olumlu olayları/davranışları nadiren de olsa hangi zamanlarda gözledikleri sorulur. Nadir durumlar, beklenen sorunun meydana gelmediği anlardır. Örneğin, her zaman kavga eden veya yalan söyleyen bir çocuğun dürüst ve işbirliğine açık olduğu bir an vardır. Durrant (1995)'e göre danışana sorunun henüz sorun olmadığı ya da çok küçük sorun olduğu anlar hakkında soru sormak sorunu olduğu anlar hakkında sormaktan daha yararlıdır. Örneğin, “Sorununun olmadığı anı düşünebiliyor musun?”, “O zaman ne yapıyordun ?” Nadir ya da istisnai durumlar ile ilgili sorular özellikle bireyin güçlü yönlerini ve sorunu çözmek için kendi kaynaklarını fark ettirmeye yönelik olmalıdır. Gündoğdu ve diğerlerinin (2016), (O’Connell, 2001)’den aktardığına göre; istisnai sorular; “Son zamanlarda bu konuda hiç problem yaşamadığın ya da daha az problem yaşadığın anlar oldu mu?” “Son zamanlarda abur cubur yemediğin zamanlar oldu mu?” “Son zamanlarda arkadaşınla daha iyi geçindiğin anlar oldu mu?” Bireyden alınan cevaplara göre sorular detaylandırılır: “O zaman farklı olan neydi?”, “Bu anlarda ne yaptın” “Problemin olduğu anlardan farklı olan şeyler nelerdi?” şeklinde de olabilir.

Mucize soru somut, gerçekçi ve erişilebilir amaçlar oluşturmada yetersiz kalan bir danışanla çalışırken de Shazer (1964), tarafından keşfedilmiştir. Bu teknik, danışanın gelecekteki çözümler üzerinde odaklanması ve amaçlarını netleştirilmesi için kullanılır.

Mucize soru genellikle şu şekilde sorulur:

“Farz edelim ki bir gece sen uyurken bir mucize oldu ve bu mucize sayesinde seni bu noktaya getiren problem çözüldü. Ancak sen uykuda olduğun için mucizenin olduğunu bilmiyorsun. Yarın sabah sana uyandıığında bir mucize olduğunu fark ettirecek ilk şey ne olurdu, Senden başka bunu ilk fark eden kim olurdu, Daha sonra kimler fark ederlerdi, Sana ne derlerdi, Senin onlara tepkin ne olurdu, Başka, Başka?...” Mucize soru sorulduğunda, birey kendini çözümün gerçekleşmiş olduğu gelecek zaman içinde görür. Bunun şimdi de yaşanması çözümün olası olduğunu gösterir (Sklare, 2013’den aktaran: Gündoğdu ve Diğerleri, 2016:?).

Not 1: Sorun üzerinde çalışılmadığı, tanımlanmış amaçlara ulaşmanın planlandığı durumlarda mucize soru “istediğinin amaçlara ulaştığınızı düşünün.....” şeklinde uyarlanarak da sorulabilir.

Not 2: Mucize kavramını kavramsallaştıramayan küçük danışanlarla çalışırken kullanılmalıdır veya soru biraz değiştirilerek kullanılmalıdır. Mesela soru “Eğer sihirli bir değneğin olsaydı ve senin başının üzerinde sallandığında problemin kaybolsaydı, neler farklı olabilirdi ve kendini ne yapıyorken görmek isterdin”
(<http://psikohobi.blogspot.com.tr/2016/04/cozum-odakl-ksa-sureli-terapi-teknikleri.html>).

NOT 3: Örneğin danışan sorulan “..... ne farklı olurdu?” diye sorulan mucize soruya “Kendimi iyi hissedirdim” diye cevap verdi. Danışman şöyle devam edebilir. “Bugün okuldan çıktığında, kendini iyi hissettiğini düşün. Her zamankinden farklı ne yapardın ?” Bu biçimde devam edilmesinin nedeni O’Hanlon ve Weiner-Davis’in vurguladığı “Var olan soruna bakış açısını ve ona ilişkin yapılanları değiştirmek, sorunu da değiştirecektir” düşüncesi ile ilgilidir (Aktaran: Corey, 2005:427). Her şeyden öte burada danışanın değişimi hayal etmesini sağlamak önemlidir. Danışanın bu hayal etmesinin olabildiğince ayrıntılı olmasının yararı vardır. Bu değişim hayalinden sonra danışanın değişim ve söz konusu mucizeleri gerçekleştirebilmesi için, hangi adımları atabileceği konusunda danışana yardımcı olunabilir.

Spesifik Olmayan Mucizeler: Çoğunlukla öğrencilerin mucize sorularına verdikleri yanıtlar, davranışsal açıdan spesifik ve somut olmayacaktır. Bu durumda danışmanın, öğrencilerin cevaplarını açık, somut hale getirici sorular sorması gerekir. Spesifik olmayan cevapların somutlaştırılması aşağıdaki örnekte olduğu gibi yapılabilir:

Örnek

Öğrenci: Böyle bir mucize olsaydı, kendimi iyi hissedirdi. .

Danışman: İyi hissettiğinde, ne yapıyor olurdun? (spesifik davranışlar).

Öğrenci: Sabah çevremdeki herkese gülümseyerek günaydın derdim, arkadaşlarımla daha içten, dostça konuşuyor olurdum.

Danışman: Arkadaşça olduğunu arkadaşlarının fark etmesi için neler yapardın

Öğrenci: Onlara “günaydın” derdim, “Bu gün güzel göründüklerini söyledim”

Danışman: Peki, eğer bu olsaydı, arkadaşların sana nasıl tepki verirlerdi?

Öğrenci: Bana gülümserdiler. Konuşurduk.

Danışman: Bunlar seni mutlu edecek şeylerden bazıları. Peki, başka kim senin kendini iyi hissettiğini fark ederdi?

Süreç ilerledikçe, daha spesifik davranışsal tanımlarla belirsiz amaçlar detaylandırılır.

Gerçekleşmesi İmkânsız Mucizeler

Öğrenciler mucize soruya bir yönüyle içinde değişim barındıran hipotetik soruya gerçekleşmesi imkânsız bir amaç söyleyebilir. Örneğin öğrenci, boşanmış anne-babasının tekrar bir araya gelmesini isteyebilir. Bu durumda temelde var olan arzusunu keşfetmek, öğrencinin daha gerçekçi amaçlar belirlemesine yardımcı sorular sormak daha gerçekçi amaçlar belirlemesinde önemlidir.

Örnek

Öğrenci: Bir mucize olsaydı; annem ve babam tekrar bir arada olurdu.

Danışman: Bu gerçekleşirse, sende nasıl bir farklılık yaratır?

Öğrenci: Bütün ailem tekrar birlikte olurduk.

Danışman: Peki, bütün ailenin bir arada olması, senin için ne sağlardı?

Öğrenci: Ailemin bir parçası olduğumu hissederdim.

Danışman: Öyleyse senin için amaç, kendini ailenin bir parçası gibi hissetmek!

Öğrenci: Evet, bunu isterim (amaç).

“Başkalarının Değişmesini İsterim” Mucizeleri

Öğrenciler, başkalarını sorun olarak gördüğünden, mucizeleri başkalarının değişmesi olarak da tanımlayabilir. Öğrenciye kişinin kendi davranışındaki değişimin, başkalarının da davranışında değişiklik yaratacağı fikrini yani “karşılıklılık” ilişkisini anlamalarına yardım edecek sorular sorulmalıdır.

Örnek

Öğrenci: “Mucizeler” dediğiniz, şey, eğer olsaydı, öğretmenim bana da diğer çocuklara davrandığı gibi dürüst biçimde davranırdı.

Danışman: Peki, varsay ki bu mucize gerçekleşti ve öğretmenin sana diğer çocuklara davrandığı gibi davranıyor, bu nasıl olurdu?

Öğrenci: Parmağımı kaldırdığım zaman bana söz hakkı verirdi.

Danışman: Öyleyse, parmağını kaldırdığında öğretmen sana söz hakkı veriyorsa, farklı olarak ne yapmaya başlamış olurdun?

Öğrenci: Sınıfta izin almadan konuşmazdım.

Danışman: Peki, bunun yerine farklı olarak ne yapıyor olurdun?

Öğrenci: Sırada oturdum, öğretmenime bakardım ya da onun söylediklerini yazardım.

Danışman: Öğretmenin, senin bu şekilde davrandığını gördüğünde, ne yapacağını düşünüyorsun?

Öğrenci: Muhtemelen bana karşı daha iyi olurdu.

Danışman: Olmasını istediğin şey bu değil mi?

Öğrenci: Kesinlikle.

Danışman: Sonuçta, tanımladığın bu şeyleri yapman, muhtemelen öğretmeninde de değişimlere yol açacaktır (De Jong&Berg, 1998)

İkinci oturumun sonunda, ödev olarak öğretmen ve öğrencilerden mucizelerini gerçekleştirmek için ne yapmaları gerektiğini yazmaları istenir. Çünkü öğrencilerin ne tür davranışlar sergileyecekleri ve bu davranışlarıyla ilgili hangi sorumlulukları alacakları son derece önemlidir. Bu söylenmediği takdirde öğrencilerin başkalarının davranışları üzerinde odaklanma eğilimi gösterdikleri gözlenmektedir.

3. Oturum: Derecelendirme:

Şu anki durumu ve gelecekteki hedeflerini netleştirebilmek, daha önce açıklanmamış olanın açıklanması için yardım etmek, başarı ve çözümlere odaklanmak, bireye kontrolü elinde tuttuğu duygusunu hissettirmektir.

Derecelendirme sorularında 0-10 arasında değişen derecelendirmede bireyin şimdiki durumunu ve gelecekte çözüme ulaştığı durumunu değerlendirmesi istenir. Kullanılan derecelendirmede “0” en kötü durumu gösterirken, “3” bireyin şimdiki durumunu, “7” iyi fakat gerçekte istenilen bir sonuç olmadığını, “10” ise mucizenin ve bireyin amaçlarını gerçekleştirdiği mükemmel sonuca ulaştığı durumu gösterir. Örneğin “ İlk görüşmeden bu yana kendinde olan değişikliklere 0-10 arasında puan vermeni istesem kaç verirsin?” Üç dediğini varsayalım. “Üç puan verdin. Sıfır ile iki arasında bir sayı da söyleyebilirdin. Sen üç demeyi tercih ettin. Bunu açıklayabilir misin?” “Peki, bu üç puanı bir sonraki görüşmeye kadar dört puana çıkarmak için neler yapabilirsin?” (Sklare, 2013’denaktaran: Gündoğdu ve Diğerleri, 2016).

“Derecelendirme tekniği” ile “mucize soru tekniği” birlikte kullanılabilir. Bu oturumda derecelendirme ile ilgili tekrar mucize sorular sorulabilir. Örneğin, “6’ya ilerlediğin zaman, annen, baban, öğretmenin, onlara artık daha iyi yaptığını söyleyecek, neye dikkat edecekler, neyi fark edecekler?” şeklinde bir soru geleceğe odaklanmayı ve ilerlemeyi cesaretlendiricidir.

Not: Her oturum sonunda danışana dönüt verme önemlidir. Buna mesaj denir. “İltifatlar, tüm danışanlara süreç boyunca, her bir somut başarıya istinaden danışman tarafından kullanılır. Terapi seansı sonunda danışman danışanları için mesaj hazırlar. Bu mesaj 3 kısımdan oluşmaktadır: İltifatlar, ifadelerin birleştirilmesi, görevler şeklindedir. Daha açık bir ifade ile, “İltifat et-köprü oluştur-görev ver etkinliği; danışanın yaptığı olumlu bir çaba övülerek

cesaretlendirilmesi (iltifat etme), İltifat ile verilecek görevler arasında bir bağ kurulması (köprü oluşturma), amaca yönelik eyleme geçmesi ile ilgili görev verilmesi şeklindedir.

4. Oturum

Amaçlar doğrultusunda ilerlemenin yine 3. Oturumda anlatıldığı şekilde “Dereceleme Tekniği” üzerinden yapılandırılması, yine dereceleme tekniği üzerinden iltifatla överek örneğin “evet 4’ten 6 ya ilerlemeyi başardık. 6’dan 8’e ilerlemek için neler yapabilirsin” ilerleme teşvik edilebilir. Bu noktada bireyin güçlü noktaları ve öz kaynaklarını ortaya çıkarmak için “Nadir (İstisna) Durumlar” tekniğinden yararlanılabilir.

Nadir (İstisna) Durumlar ve Diğer Kaynaklar

ÇODY bireyin kendi problemini çözebilecek donanımında olduğu varsayımına dayanır. Bunun bireye fark ettirilmesi ve kendi öz kaynaklarının ortaya çıkarılması için kullanılan yaklaşımlardan biri de “Nadir Durumlar Tekniği”dir. Danışanın sınırlarından ve eksikliklerinden ziyade kaynaklarını ve güçlü yanlarını vurgulamak daha önemlidir. Durrant (1995)’e göre danışana sorunun henüz sorun olmadığı ya da çok küçük sorun olduğu anlar hakkında soru sormak sorunu olduğu anlar hakkında sormaktan daha yararlıdır. Örneğin, “Sorununun olmadığı anı düşünebiliyor musun?”, “O zaman ne yapıyordun?”.

Bu aşamada yine “Geleceği Okuma Tekniği”nden yararlanılarak danışanın sorunu çözüldüğünde yaşamının nasıl olacağına ilişkin fikir sahibi olmasına yardımcı olunabilir. Bu amaçla, şu soru sorulabilir: “Çözüm için çok güzel ilerlemeler kaydettin, bu beni çok mutlu etti. Sorun tamamen çözüldüğünde senin ve diğer kişiler için durum nasıl olacak?”

5.Oturum: Sonlandırma.

Danışanın Gelişimini Değerlendirme: Danışman danışanın tatmin edici çözümlere ulaşmış olup olmadığını düzenli ve sürekli bir şekilde değerlendirmiştir. Bunu, genellikle danışanın on dereceli (1-10) bir ölçek üzerinde gelişimini derecelendirmesi şeklinde yapmıştır. Son oturumda bunun genel olarak ilerlemeyi değerlendirmek için yeniden kullanılabilir.

B.1.4. Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Hizmetleri İle İlgili ÇODY Oturum Örnekleri

Bu bölümde psikolojik danışma ve rehberlik süreci ile ilgili çalıştaydan çıkan süreç iyileştirme önerileri ve temel müdahale stratejisi olarak seçilen ÇODY göre Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi tarafından geliştirilen oturum örneklerine yer verilmiştir. Bu örneklerin verilmesindeki amaç okullardaki psikolojik danışmanların diğer sorun alanlarına uyarlamalar yapılabilmesini kolaylaştırmaktır.

B.1.4.1. Uyum Problemlerinden Utangaçlık ve Çekingenlik İçin Geliştirilen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Grup Rehberliği Programı Örneği

Bilgi Notu: Bu programda oturumlara başlamadan önce ön test olarak oturumlar bittikten sonra da son test olarak “Rathus Atılganlık Envanteri” kullanılabilir.

1.Oturum

Tanışma:

Gurubun amacı:

- Grup üyelerinin grup lideri ile tanışmalarını sağlamak.
- Grup üyelerinin birbirleriyle tanışmalarını sağlamak.
- Grupla psikolojik danışmanın genel amaçları hakkında bilgi vermek.
- Çözüm odaklı danışma yaklaşımının amaçları hakkında bilgi vermek.
- Grup süreci hakkında bilgi vermek.
- Oturumlar süresince grubun uyması beklenen kuralları oluşturmak.
- Üyelerin uygulama sonunda ulaşmayı hedefledikleri bireysel amaçları belirlemek.

Grup Kuralları:

- Grup faaliyetleri ve alıştırmaları dışarıya aktarılmamalıdır.
- Gurup faaliyetlerine ve alıştırmalarına katılmak zorunludur.
- Verilen ev ödevleri zamanında yapılmalıdır.
- Atılgan davranışta bulunan üyeler desteklenmelidir.
- Devamsızlık yapılmamalıdır.
- Yer ve saat saptanmalıdır.

"Size çok sayıda soru soracağım. Bu soruların bir kısmı size saçma gelebilir ve yanıtlamakta güçlük çekebilirsiniz. Verdiğiniz yanıtların bir kısmını kaydedeceğim. Size vereceğim mesajı oluşturmak için bu kaydettiğim notlardan yararlanacağım. Oturum bittikten sonra kaydettiğim notları gözden geçirmek ve burada konuşulanlarla ilgili düşüncelerimi bir araya getirmek üzere belli bir süre için odadan ayrılacağım. Geri döndüğümde size görüşlerimi söyleyip

hazırladığım mesajı okuyacağım. Ayrıca, mesajın bir kopyasını size vereceğim. Bu işlemle ilgili ne düşünüyorsunuz?"

Tanışmadan sonra bu oturum öğrencilerin sorunlarını nasıl algıladıklarını betimlemeleri ile başlar. Bu oturum konusu ve türüne göre "Buraya gelme amacınız nedir? Burada / Bu grupta olma amacınız nedir? Problem nedir?" gibi sorular kullanılabilir. Bu soruların amaç yönelimli olmasında yarar vardır.

Sorunların betimlenmesi

- Topluluk karşısında bildiklerimi unuttuyorum, kendimi aptal gibi hissediyorum.
- Derste parmak kaldıramıyorum, çünkü yanlış yapacağımı düşünüyorum.
- Sınıfta söz aldığım zaman çok heyecanlanıyorum, yüzüm kıpkırmızı oluyor, herkes bana bakıyor ve rezil oluyorum.
- Kız arkadaşlarımla konuşurken ne yapacağımı şaşırıyorum.
- Kantinde önüme geçen arkadaşlarıma itiraz etmekten çekiniyorum.
- Törende diğer arkadaşlarım gibi şiir okumak istiyorum ama çok heyecanlanıyorum. Bunun düşüncesi bile beni rahatsız ediyor.
- İlk defa bulunduğum ortamlarda rahat olamıyorum.
- Sevmediğim bir arkadaşım bile beni çağırdığında hayır diyemiyorum.
- Soruyu bildiğim halde öğretmen bana sorduğu zaman cümlelerimi toparlayamıyorum.
- Karnım aç olduğu halde, başkasının yanında rahat yemek yemeye çekiniyorum.
- Buraya neden geldiğimi bilmiyorum.
- Buraya neden geldiğim ile ilgili hiçbir fikrim yok.

Amaçların oluşturulması

Danışman: Burada bulunma amacınız nedir?

Öğrenci: Kalabalık ortamlarda kendimi rahatça ifade etmek istiyorum.

Danışman: Bu isteğinize erişmek için ne yapıyorsun?

Öğrenci: Tek başımayken kalabalık önündeymişim gibi konuşma provaları yapıyorum.

Öğrenci: "Soru sorulduğunda heyecanlanmak istemiyorum."

Danışman: Eğer heyecanlanmıyor olsaydın o zaman ne yapıyor olurdun?

Öğrenci: Kendimi daha rahat ifade ediyor olurdum.(pozitif amaç).

Danışman: Sonuçta senin amacın heyecanlanmamak. Hangi çalışmalarını yaparsan daha az heyecanlanacağını söylersin? (spesifik amaç).

Öğrenci: Derslere hazırlıklı geldiğimde daha az heyecanlanırım.

Danışman: Amacın nedir?

Öğrenci: Artık okula gitmek istemiyorum.

Danışman: Artık okula gitmek istememe sebebin nedir?

Öğrenci: Arkadaşlarım oyun oynarken onlara dahil olmaya çekiniyorum.

Danışman: Sonuçta sen onlarla konuşabilseydin ve onlarla kaynaşabilseydin daha mutlu olabileceğini söylüyorsun.

Öğrenci: Muhtemelen.

Danışman: Daha rahat ve daha samimi olmak ister miydin? Bu, senin için amaç olabilir miydi?

Öğrenci: Evet olabilirdi.

Danışman: Bu grupta bulunma amacın nedir?

Öğrenci: Bilmiyorum.

Danışman: Eğer bilseydin ne yapardın?

Öğrenci: Grup içinde verilen ev ödevlerini daha istekli yapardım.

Sonlandırma: Grup lideri oturumun genel bir özetini yaptıktan sonra üyelerin oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini alır. Daha sonra bir sonraki oturumun yeri ve saatini belirterek oturumu sonlandırır.

Ev Ödevi (1. Oturum)

1. Kendinizi ve çevrenizdeki insanları bir hafta boyunca gözleyip, saldırgan, çekingen, ve atılgan davranışları iyice ayırt etmeye çalışın.

2. Oturum

Birinci oturumda yapılanların kısa bir özeti yapılır. Verilen ev ödevleri grupla paylaşarak grup etkileşimi başlatılır.

Çekingen, saldırgan ve atılgan davranışların tanımlanması etkinliği:

Amaç: Grup üyelerinin atılgan, çekingen ve saldırgan davranışların farkını göstermek, ayırt etmeleri için uygulama fırsatı vermek.

Çekingen, atılgan saldırgan davranışlar ayrı ayrı tanımlanır. Aralarındaki fark bir örnekle gösterilir. Atılganlığın yararları üzerinde durulur. Üzerine olaylar yazılmış 6 kartı istekli üyeler sırayla çekip; atılgan, çekingen, saldırgan cevaplarını verirler.

Diğer üyeler, her cevaptan sonra, cevabın hangi tür davranış içine girdiğini tahmin ederler. Mavi kartı çekingen, kırmızı kartı saldırgan, beyaz kartı da atılgan için gösterirler. Böylece, hem kendilerini, hem de cevap veren üyeyi değerlendirmiş olurlar.

Kartlar üzerindeki olaylar:

1. Kart: Tiyatroda kuyrukta bekliyorsunuz. Önünüzdeki kişi, yeni gelen bir arkadaşını yanına çağırıyor. Kuyruk çok uzun biletin kalmayabileceğini biliyorsunuz.

2. Kart: Kalabalık bir restorandasınız. Siparişlerinizin gelmesini bekliyorsunuz. Sizden sonra birkaç masaya servis yapıldığını gördünüz. Zaman geçiyor. Basit bir yemek siparişi vermenize rağmen, hala size servis yapılmıyor. Sabırsız olmaya ve kızmaya başladınız.

3. Kart: Cumartesi günü arkadaşlarınızla buluşmaya karar verdiniz. Bu kararınızı anneniz de biliyor, fakat Cuma günü, eve geldiğiniz zaman, anneniz cumartesi günü için bir davet aldığını ve bunu kabul ettiğini söylüyor. Bu karar sizin de bu davete gitmenizi gerektiriyor.

4. Kart: Bir arkadaşınız sık sık günün zamansız saatlerinde size oturmaya geliyor. Arkadaşınızı seviyorsunuz, fakat onun bu davetsiz misafirliğini ve sizi bu kadar rahatsız etmesini olumlu karşılıyorsunuz.

5. Kart: Bir sınavdan düşük bir not aldınız, fakat çok daha iyi bir notu hak ettiğinizden de eminsiniz.

6. Kart: Bir grup arkadaşınıza espri yaparken bir arkadaşınız sözünüzü kesiyor ve espriniz yarıda kalıyor.

(Mucize soru ile çözüm için ilk adım)

Amaç:

- Atılganlığı tanımlamak,
- Grup üyelerinin atılganca davranışlarını fark etmelerini sağlamak.
- Grup üyelerinin problem alanından çözüm alanına geçmelerini sağlamak.
- Grup Üyelerinde değişim için farkındalık oluşturmak.
- Grup üyelerinde pozitif değişim beklentisi oluşturmak.

- Grup üyelerinin pozitif amaçlar belirlemelerini sağlamak.

Mucize soru somut, gerçekçi ve erişilebilir amaçlar oluşturmada yetersiz kalan bir danışanla çalışırken de Shazer (1964), tarafından keşfedilmiştir. Bu teknik, danışanın gelecekteki çözümler üzerinde odaklanması ve amaçlarını netleştirmesi için kullanılır.

Mucize soru: Eğer mucize olsaydı ve sorunun gece uyuduğunda çözümlerseydi, bu sorunun çözüldüğünü nasıl anlardın ve değişen ne olurdu? Sorunun yanıtını vermek için grup üyeleri düşünmeye teşvik edilir.

Öğrenci: Topluluk içinde kendimi rahatlıkla ifade ediyordum.

Öğrenci: Sabah çevremdeki herkese gülümseyerek günaydın derdim, arkadaşlarımla daha içten, dostça konuşuyordum.

Danışman: Dost canlısı olduğunu arkadaşlarının fark etmesi için neler yapardın?

Öğrenci: Onlara “günaydın” derdim , “Bu gün güzel göründüklerini söylerdim.”

Danışman: Peki, eğer bu olsaydı, arkadaşların sana nasıl tepki verirlerdi?

Öğrenci: Arkadaşlarım bana gülümserlerdi. Benimle konuşurlardı.

Danışman: Bunlar seni mutlu edecek şeylerden bazıları. Peki, başka kim senin kendini iyi hissettiğini fark ederdi?

Öğrenci: Okuldaki öğretmenlerim.

Danışman: Hayatında neler değişirdi?

Öğrenci: Okuldaki tiyatro oyununda oynuyordum.

Danışman: O halde amacın okulda tiyatro grubunda oynamak olabilir.

Öğrenci: Kız arkadaşımınla baloya gidiyordum.

Danışman: O halde amacın kız arkadaşınla baloya gitmek olabilir.

Danışman: Bu değişimi ilk fark eden kim olurdu?

Öğrenci: Sınıf arkadaşlarımdı.

Öğrenci: Bütün derslere katılıyordum.

Danışman: O halde amacın derslerde aktif olmak.

Sonlandırma: Grup lideri oturumun genel bir özetini yaptıktan sonra üyelerin oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini alır. Daha sonra bir sonraki oturumun yeri ve saatini belirterek oturumu sonlandırır.

Ev Ödevi (2. Oturum)

Bir sonraki buluşmaya kadar hayal ettiğiniz mucizelerin gerçekleştiği bir senaryo yazın.

3.Oturum

İkinci oturumda yapılanların kısa bir özeti yapılır. Verilen ev ödevleri grupla paylaşılarak grup etkileşimi başlatılır.

Derecelendirme:

Amaç:

- Grup üyelerinin şimdiki durumlarını değerlendirmelerini sağlamak.
- Grup üyelerinin gelecekteki durumlarını belirlemek için atmaları gereken adımların belirlenmesi.

Derecelendirme sorularında 0-10 arasında değişen derecelendirmede bireyin şimdiki durumunu ve gelecekte çözüme ulaştığı durumunu değerlendirmesi istenir. Kullanılan derecelendirmede “0” en kötü durumu gösterirken, “3” bireyin şimdiki durumunu, “7” iyi fakat gerçekte istenilen bir sonuç olmadığını, “10” ise mucizenin ve bireyin amaçlarını gerçekleştirdiği mükemmel sonuca ulaştığı durumu gösterir.

(Sklare, 2013’den aktaran: Gündoğdu ve diğerleri, 2016).

Öğrenci: Bu ölçekte kendimi 4’te görüyorum. ”Geçen hafta törende sunuculuk görevi yaptım çok heyecanlanmama rağmen yine de başarabildim.

Danışman: Gerçekten bunu yaptın mı? Bu oldukça iyi.

Danışman: Buradan küçükte olsa bir adım atabilmen için ne yapman gerekir?

Öğrenci: Okul korosuna seçilebilirim.

Danışman: Bu ölçekte kendini nerede görüyorsun?

Öğrenci: 3’te görüyorum Geçen gün beni çağıran arkadaşşıma hayır diye bildim.

Danışman: Tebrikler. Küçükte olsa bundan sonraki adımın ne olabilir?

Öğrenci: Kantin sırasında önüme geçen arkadaşşıma hayır diyebilirim.

Danışman: Bu ölçekte kendini nerede görüyorsun?

Öğrenci: 6'da görüyorum, geçen ay okul tiyatrosunda rol aldım.

Danışman: Harika bu çok iyi. Küçükte olsa bundan sonraki adımın ne olabilir?

Öğrenci: Sene sonu gösterisinde sunuculuk yapabilirim.

Sonlandırma: Grup lideri oturumun genel bir özetini yaptıktan sonra üyelerin oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini alır. Daha sonra bir sonraki oturumun yeri ve saatini belirterek oturumu sonlandırır.

Ev Ödevi (3.Oturum)

-Haftaya kadar iki-üç kişiye yol sorun.

-İki mağazaya girin, fiyat sorun, deneyin fakat almadan çıkın.

-İki markete girin bir şey almadan para bozdurun.

4. Oturum

Üçüncü oturumda yapılanların kısa bir özeti yapılır. Verilen ev ödevleri grupla paylaşılarak grup etkileşimi başlatılır.

İstisnai Anlar:

Amaç:

Grup üyelerinin nadir de olsa sergiledikleri olumlu davranışların farkına varmalarını sağlamak.

Öğrencilere, sınıftaki olumlu olayları/davranışları nadiren de olsa hangi zamanlarda gözledikleri sorulur. Nadir durumlar, beklenen sorunun meydana gelmediği anlardır. Örneğin, her zaman kavga eden veya yalan söyleyen bir çocuğun dürüst ve işbirliğine açık olduğu bir an vardır. Durrant (1995)'e göre danışana sorunun henüz sorun olmadığı ya da çok küçük sorun olduğu anlar hakkında soru sormak sorunu olduğu anlar hakkında soru sormaktan daha yararlıdır. Örneğin, "Sorununun olmadığı anı düşünebiliyor musun ?", "O zaman ne yapıyordun ?" Nadir ya da istisnai durumlar ile ilgili sorular özellikle bireyin güçlü yönlerini ve sorunu çözmek için kendi kaynaklarını fark ettirmeye yönelik olmalıdır. Gündoğdu ve

diğerlerinin (2016), (O'Connell, 2001)'den aktardığına göre; istisnai sorular; “Son zamanlarda bu konuda hiç problem yaşamadığın ya da daha az problem yaşadığın anlar oldu mu?” “Son zamanlarda abur cubur yemediğin zamanlar oldu mu?” “Son zamanlarda arkadaşınla daha iyi geçindiğin anlar oldu mu?” Bireyden alınan cevaplara göre sorular detaylandırılır: “O zaman farklı olan neydi?”, “Bu anlarda ne yaptın” “Problemin olduğu anlardan farklı olan şeyler nelerdi?” şeklinde de olabilir.

Danışman: Nadir de olsa sorununun olmadığı anı düşünebiliyor musun?

Öğrenci: Arkadaşlarımla bazen sinemaya gidebilirim.

Danışman: O zaman ne yapıyordun?

Öğrenci: Kalabalık olarak gidilebileceğini düşünüyordum.

Danışman: Son zamanlarda daha az problem yaşadığın anlar oldu mu?

Öğrenci: Biri bana iltifat ettiği zaman bende iltifat ile karşılık verdim.

Danışman: Son zamanlarda bu konuda hiç problem yaşamadığın ya da daha az problem yaşadığın anlar oldu mu?”

Öğrenci: Otobüs sırasında beklerken önüme geçen birisine yaptığının yanlış olduğunu söyledim.

Danışman: Son zamanlarda utangaçlık yaşamadığın anlar oldu mu?

Öğrenci: Biri benim hakkımda yanlış ve kötü şeyler söylerse, hemen o kişiyle konuşurum.

Danışman: Nadir de olsa bu durumun ortaya çıkmadığı durumlar var mı?

Öğrenci: Sokakta geçen birine saati sorarım.

Sonlandırma: Grup lideri oturumun genel bir özetini yaptıktan sonra üyelerin oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini alır. Daha sonra bir sonraki oturumun yeri ve saatini belirterek oturumu sonlandırır.

Ev Ödevi (4. Oturum)

Grupdaki üyelerin güncel yaşantılarında utangaçlık yaşamadıkları anları not ederek paylaşılması.

5. Oturum

Dördüncü oturumda yapılanların kısa bir özeti yapılır. Verilen ev ödevleri grupla paylaşarak grup etkileşimi başlatılır.

İltifat Etme ve İltifatı Kabul Etme Alıştırması:

Amaç:

Grup üyelerinin atılınca iltifat etmeyi, iltifat kabul etmeyi ve olumlu karşılık vermeyi öğrenmesi.

Önce atılınca iltifat etme ve iltifatı kabul etme. Üzerinde bilgi ve örnekler verilir. Sonra sırasıyla bütün üyeler birbirlerine atılınca iltifatta bulunurlar ve iltifatlarına atılınca olumlu karşılık verirler. Birbirlerini eleştirirler.

İltifat kabul etme – İltifat Etme Alıştırması:

1. Derslerinizi çok rahat ve zevkle izliyorum. Dersinizi derste öğrenebiliyorum.

- Teşekkürler, ders işleyiş biçimimi beğenmen beni mutlu etti.

2. Anneciğim bu yeni saç modeli size çok yakıştı, eskisinden daha güzel görünüyorsunuz.

-Çok teşekkürler yavrum. Bu yeni modeli, senin de beğenmiş olman beni gerçekten sevindirdi.

3. Ali dün seni basketbol maçında izledim. Çoğu sayının alınmasındaki rolün büyüktü.

-Teşekkür ederim, dikkatini çekmesi beni sevindirdi.

4. Ne kadar düzenli ve temiz bir yazın var.

-Teşekkür ederim, senin de yazın çok güzel.

5. Kitaplarını ne kadar iyi korumuşsun, sanki bu gün alınmış gibi.

-Onlar benim en kıymetli eşyalarım. Yıpratmadan korumaya özen gösteriyorum.

6. Bu renkli kalem kutun çok güzelmiş, yeni mi aldın?

-Evet, yeni, ben de çok severek aldım. İstersen sana da aynısından hediye edebilirim.

7. Daima güler yüzlü olman çok hoşuma gidiyor. Keşke bende becerebilsem!

-Teşekkür ederim.

8. Kek nefis olmuş, ellerine sağlık.

-Afiyet olsun, beğendiğine sevindim.

9. Çok zevklisin, odanı ne kadar güzel döşemişsin. Sıcak bir havası var.

-Beğendiğine sevindim, ben de burada huzur buluyorum.

Sonlandırma: Grup lideri oturumun genel bir özetini yaptıktan sonra üyelerin oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerini alır. Daha sonra bir sonraki oturumun yeri ve saatini belirterek oturumu sonlandırır.

Ev Ödevi (5.Oturum İçin)

Haftaya kadar beş kere iltifatta bulunun ve aldığınız cevapları değerlendirin.

İltifat etmede ve iltifatı kabul etmede ne kadar atılgan olduğunuzu gösterin.

6. Oturum

Sonlandırma:

-Bir önceki oturumun özeti yapılır.

-Atılganlık eğitimi ile ilgili oturumlarımız sonrasında neler öğrendiniz? Sorusu yöneltilerek grup etkileşimi başlatılır.

-Oturum başında yaptığımız ölçeklendirme çalışmamızda kendiniz için belirlediğiniz noktadan çok iyi ilerleme kaydettiniz. Bu amaca ulaşmak için gösterdiğiniz çabaları bundan sonra da tekrarlamamız gerekiyor. Ne yapacağınızı siz planladınız ve bu değişimleri siz başardınız. Bundan sonrada başarabileceğinize inanıyorum.

- Grup üyelerine bu eğitimi almadan önceki ve bu eğitimi aldıktan sonraki duygu ve düşüncelerin arasındaki farklılıklar sorulur. Konuyla ilgili değerlendirme yapılır.

- Gurup üyeleri ile eğitim programı ve grupla ilgili değerlendirmeler yapılır.

- Oturum geribildirim alınarak özetlenir ve eğitim programı teşekkür konuşması ile sonlandırılır.

B.1.4.2. Çatışma Çözme Becerileri İçin Geliştirilen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Grupla Danışma Program Örneği

Oturumlar Öncesi Hazırlıklar

- İhtiyaç Belirleme; bu amaçla (Koruklu ve diğerleri? s.17-32) tarafından geliştirilen “Çatışma Çözme İhtiyaçları Ölçeği” kullanılabilir
- Ölçek sonuçlarına göre ve öğrenci gönüllülüğüne dayalı olarak danışma grubuna öğrenci seçilmesi
- Öğrencilerle ön görüşme yapılması ve danışma sürecine yönelik öğrencilerin uygulama sürecini düzenli olarak takip edeceğine ve sorumluluklarını yerine getireceğine dair sözleşme yapılması
- Grup üyelerinin danışma oturumları için uygun gün ve saatlerinin belirlenmesi
- Çalışma ile ilgili ön test ve son test olarak (Uysal, 2006:69) tarafından geliştirilen “Çatışma Çözme Davranışları Ölçeği” kullanılabilir.

1.Oturum

Amaç:

- Grup üyelerinin birbirleri ile tanışmasını sağlama
- Grubun yapılandırılması
- Grup kurallarının belirlenmesi
- Grup üyeleri arasında olumlu ve güvene dayalı ilişki oluşturma
- Grupla danışmanın genel amaçları hakkında bilgi verme
- Çözüm odaklı kısa süreli danışmanın temel felsefesi ve ilkeleri hakkında bilgi verme
- Grup üyelerinin gruba katılmaya karar verdiğinden bu oturuma kadar geçen sürede var olan değişimlerin belirlenmesi
- Grup üyelerinin iyi yaptıkları şeyleri fark etmeleri
- Grup üyelerinin şimdi ve gelecek arasında bağlantı kurmaları
- Grup üyelerinin gruba katılımları ile geleceğe yönelik pozitif amaç ve beklentilerinin belirlenmesi

Süreç:

- Danışma süreci için belirlenen oda, U ya da O oturma düzenine göre yerleştirilir. Danışman “Hoş geldiniz” diyerek açılış yapar. Kendini tanıtır.
- İsimlerin yazılı olduğu yaka kartları verilir ve isim etkinliğinden sonra tüm çalışmanın sonuna kadar yakalarına takmaları istenir.
- Danışman grup kuralları hakkında bilgi verir ve üyelerle birlikte grup kuralları oluşturularak yazılı hale getirilir. Odanın görünen bir yerine asılır.
- Belirlenen tanışma formatı çerçevesinde tüm grup üyeleri kendini tanıtır.
- Grup üyelerinin birbirini daha yakından tanımasını sağlayacak etkinlikler yapılır (Grup Rehberliği Çalışmaları-İsim Öğrenme-mebk12.meb.gov.tr)
- Grupta güven duygusu oluşturacak etkinlikler yapılır (Grup Rehberliği Çalışmaları-El Çizme- mebk12.meb.gov.tr)

- Çözüm odaklı danışma kuramına göre gruba katılmaya karar vermek bile bireyin çözüme odaklanma becerilerini geliştirecektir. Bu değişiklikleri belirlemek için grup üyelerine “gruba katılmaya karar verdiğinizden bu yana yaşamınızda ne gibi değişiklikler oldu?” diyerek grup üyelerinin yaşamındaki değişikliklerin neler olduğunu grupla paylaşması sağlanır. (Akın, A. ve diğerleri, 2014)
 - Danışman, Çözüm Odaklı Danışma Kuramının kavramsal çerçevesinden, felsefesinden, varsayımlarından, ilkelerinden, amaçlarından bahseder. Süreç ile ilgili bilgi verir. (Sürecin işleyişi ile ilgili size bilgi vermek istiyorum. Danışma süreci boyunca size birçok soru soracağım. Bu soruların bazıları size çok farklı gelebilir ve yanıtlamakta zorlanabilirsiniz. Konuşmalarınızın bazılarını not alacağım. Görüşmemiz sonrasında notlarımı gözden geçirmek ve size bir mesaj yazmak için bir süre odadan ayrılacağım. Bununla ilgili sormak ya da söylemek istediğiniz bir şey var mı?)
 - Çatışmanın Kaynağı, Çatışmaya Gösterilen Tepkiler, Çatışma Çözmede Temel Beceriler ile ilgili konuşulur.
 - Pozitif spesifik amaçlar oluşturulur. (Burada bulunmamızın amaçları üzerinde konuşmak istiyorum. Her birinizin buraya gelmekteki amacı nedir? Görüşmelerimiz sonlandığında, sorunlar çözüldüğünde yaşantınızda ne gibi değişiklikler olacak?)
- (D: Kontrolünü kaybetmek yerine ne yapıyor olmayı isterdin?
 Ö: Sakin kalabilirdim.(Pozitif Amaç)
 D:İstediğin şey sakin kalmak. Eğer sakin olsaydın ne yapıyor olurdun?(Spesifik Amaç)
 (Siyez, 2010)
- Mesaj
 - Ödev: Yaşadıkları çatışmalarla ilgili yaşantılarını ve hangi çözümleri kullandıklarını ve sonuçlarını fark etmeleri amacı ile yapılır. Uysal (2006) tarafından geliştirilen “Çatışma gözlem formu” ya da benzer bir form kullanılabilir.

2. Oturum

Amaç:

- Grup üyelerinin çatışma çözme davranışlarına ilişkin farkındalık kazanması
- Grup üyelerinin çatışma çözme davranışlarının sonuçlarına ilişkin farkındalık kazanması
- Grup üyelerinin çatışma çözme davranışlarının başkalarını nasıl etkilediğine ilişkin farkındalık kazanması
- İstisna durumların farkına varması
- Mucize soru ile çatışma çözme davranışlarındaki değişikliklerin, çatışmayı yönetebilme becerisinin hayatında ne gibi değişikliklere yol açabileceğinin farkına varma

Süreç:

- Geçen haftaki oturumun özeti yapılır.
- Grup üyelerinden geçen haftadan bu zamana kadar yaşadıkları olumlu durumlardan, olaylardan, değişikliklerden bahsetmeleri istenir.
- Gönüllü olan grup üyelerinden geçen haftanın ödevini paylaşmaları istenir.
- Grup üyelerinin olumlu ifadeleri övülür, pekiştirilir

- Amigoluk ifadeleri kullanılır. (“Bir hafta gibi kısa bir sürede bu değişiklikleri yaşamanız gerçekten takdire değer.”)
- Çatışma çözme davranışları, sonuçları ve başkalarının nasıl etkilendiği ile ilgili konuşmalar yapılır.
- Sorunların olmadığı ya da bu sorunların etkisinin az olduğu durumları, dönemleri fark etmelerine yönelik istisna sorular sorulur. (“Az da olsa bu sorunların yaşanmadığı anlardan bahsedebilir misin?”, “Bu durumda sen ne yapıyordun?”)
- Mucize soru sorulur. (Mucize gerçekleşse, buraya getirdiğiniz sorun ortadan kalksa sizin için ne farklı olurdu? Nasıl fark ederdin? Senin fark edeceğin ilk küçük işaret ne olurdu? Bu mucizenin gerçekleşmesi için kim, neler yapmalı? Mucize gerçekleşse, neyi farklı yapıyor olurdun? İlk kim fark ederdi? Gibi sorularla farkındalıklarını artırıp, amaçlarını yapılandırmalarına yardımcı olunur.)
- Yaptıkları ve işe yarayan çözümler pekiştirilir, daha çok yapmaları ve yeni olasılıklar araştırmaları teşvik edilir. (Daha başka ne yapabilirsin? Sorularıyla alternatif çözümler düşünmeleri sağlanır.)
- Alternatif çözümler, yeni olasılıklar konuşuldukça amigoluk yapılır. Yaşadıkları istisna durumlar ve alternatif çözüm önerilerine övgüde bulunulur. (“Bu öneri gerçekten çok yaratıcı.” , “Ne kadar çok ve çeşitli çözüm yolları buldunuz, bu gerçekten harika.”)
- Mesaj (“Yaşadığınız sorunları tanımlayabilmeniz, bu sorunların çözümü için amaç belirleyebilmeniz, bu çözümlere ulaşmak için çeşitli yollar bulmanızdan ve üstün çabalarınızdan çok etkilendim. Danışma sürecine inanmanız ve gayretiniz olumlu kazanımların habercisi gibi görünüyor. Ben de sizlere inanıyor ve güveniyorum. Hedeflerinize ulaşacağınıza inanıyorum. Bu inancı siz sağladınız.”)
- Ödev: Çatışma durumlarındaki tepkilerinin farkına varmaları amacı ile verilir. Uysal (2006) tarafından geliştirilen “Çatışma Durumlarında Tepkilerini Değerlendir” formu ya da benzer bir form kullanılabilir.

3.Oturum

Amaç

- Grup üyelerinin belirledikleri amaçlar doğrultusunda buldukları durumu tespit etmeleri
- Grup üyelerinin belirledikleri amaçlar doğrultusunda güçlü yönlerini fark etmelerini ve bu yönde motivasyonlarını artırmalarını sağlama

Süreç:

- Geçen haftaki oturumun özeti yapılır.
- Grup üyelerinden geçen haftadan bu zamana kadar yaşadıkları olumlu durumlardan, olaylardan, değişikliklerden bahsetmeleri istenir.
- Gönüllü olan grup üyelerinden geçen haftanın ödevini paylaşmaları istenir.
- Grup üyelerinin olumlu ifadeleri övülür, pekiştirilir
- Amigoluk ifadeleri kullanılır. (Bu durumla ilgili farkındalık düzeyin gerçekten çok yüksek)
- Ölçeklendirme uygulaması yapılarak problem durumla ilgili üyenin hangi noktada olduğu, işe yarayan hangi davranışları uyguladığı, ölçekte bir basamak ilerlemek için neler yapabilecekleri konuşulur.

- İŖe yarayan davranıŖları övölür, pekiŖtirilir, bunları tekrar kullanması için cesaretlendirilir, amigoluk yapılır.
- Mesaj
- Ödev: YaŖadıkları çatıŖmalarda alternatif yolları değerlendirmesini sağlamak amacı ile verilir.” ÇatıŖma Formu” (Uysal, 2006) ya da benzer bir form kullanılabilir.

4.Oturum

Amaç:

- ÇatıŖma çözmeye sürecinin basamaklarının farkına varma
- Kendi yaŖantılarında çatıŖma çözmeye sürecinin basamaklarını ne kadar kullandıklarının farkına varma
- Kendi yaŖantılarında çatıŖma çözmeye sürecinin basamaklarındaki eksikliklerinin farkına varma

Süreç:

- Geçen haftaki oturumun özeti yapılır.
- Gönüllü olan grup üyelerinden geçen haftanın ödevini paylaŖmaları istenir.
- Grup üyelerinin olumlu ifadeleri övölür, pekiŖtirilir
- Amigoluk ifadeleri kullanılır.
- Grup üyelerinden geçen haftadan bu zamana kadar yaŖadıkları olumlu durumlardan, olaylardan, deęiŖikliklerden bahsetmeleri istenir.
- Örnek bir çatıŖma durumu anlatılır
- Üyeler değerlendirme yapar, kendi yaŖantılarından örnekler verirler
- ÇatıŖma çözmeye süreç basamakları ile ilgili konuşulur, kendi yaŖantılarından örnekler verirler.
- Ölçeklendirme yapılır. (0’ dan 10’a kadar derecelendirmenin olduğu bir cetvel düşünün. “0” burada olmanıza neden olan çatıŖma çözmeye ile ilgili durumun en kötü anı, “10” ise mucizenin gerçekteŖtięi, bu durumla ilgili hiçbir sorunun yaŖanmadıęı anı temsil etmektedir. Ŗu anda nerede olduğunuzu düşünöyorsunuz?)
- İŖe yarayan davranıŖları övölür, pekiŖtirilir, bunları tekrar kullanması için cesaretlendirilir, amigoluk yapılır.(“Ölçeklendirmede “3” olduğunu söyledin. “3” olmak için yaptıkların önemli)
- Mesaj

5.Oturum

Amaç:

- Tüm oturumların özetlenmesi
- Grup sürecinin değerlendirilmesi
- Grup üyelerinin hedeflerini değerlendirmesini sağlamak
- Ölçek uygulaması
- Ölçek uygulamasıyla grup üyelerinin değişimlerini farkına varmalarını sağlamak
- Grup üyelerinin olumlu değişimle ilgili birbirlerine geri bildirim vermelerini sağlamak
- “Cesaret Belgesi” ile değişimi ödüllendirmek

Süreç:

- Geçen haftaki oturumun özeti yapılır.
- Grup üyelerinden geçen haftadan bu zamana kadar yaşadıkları olumlu durumlardan, olaylardan, değişikliklerden bahsetmeleri istenir.
- Gönüllü olan grup üyelerinden geçen haftanın ödevini paylaşımları istenir.
- Grup üyelerinin olumlu ifadeleri övülür, pekiştirilir
- Amigoluk ifadeleri kullanılır.
- Ölçek uygulaması yapılır. Üyelerin ilk oturumdaki ölçekleri ile son oturumdaki ölçekleri karşılaştırılır. Her üyenin ölçekteki ilerlemesi ayrı ayrı değerlendirilir. Değişimi, gelişimi fark etmeleri sağlanır, ilerlemeleri övülür, cesaretlendirilir.
- Üyelerden süreci değerlendirmeleri ve süreç boyunca sağladıkları başarılı ilerlemeyi paylaşımları istenir.
- Üyelerin olumlu paylaşımları, ilerlemeleri, başarıları övülür, cesaretlendirilir.
- Mesaj (İlk oturumda belirlemiş olduğunuz amaca ulaşmak için gösterdiğiniz çaba, sabır, kararlılık ve ulaştığınız sonuçlardan dolayı sizi kutluyorum. 5 haftalık bu süreçte, belirlediğiniz amaçlar doğrultusunda çok başarılı olduğunuzu ve bundan sonraki süreçte hayatınızda bu edindiğiniz becerileri kullanacağınızı düşünüyorum.)
- “Cesaret belgesi” verilerek oturum sonlandırılır.(Akın, A. ve diğerleri, 2014)
- Son test (Uysal, Z. 2006:69)

B.1.4.3. Akran Zorbalığını Önlemeye Yönelik Geliştirilen Çözüm Odaklı Grupla Psikolojik Danışma Programı

1.Oturum (Tanışma)

Amaçlar:

- Grup üyelerinin grup lideri ile tanışmalarını sağlamak,
- Grup üyelerinin birbirleriyle tanışmalarını sağlamak,
- Grupla psikolojik danışmanın genel amaçları hakkında bilgi vermek,
- Çözüm odaklı danışma yaklaşımının amaçları hakkında bilgi vermek,
- Grup süreci hakkında bilgi vermek,
- Oturumlar süresince grubun uyması beklenen kuralları oluşturmak,
- Oturum öncesi değişime dikkat çekmek
- Üyelerin uygulama sonunda ulaşmayı hedefledikleri bireysel amaçları belirlemek
- İlk oturum görevini formüle etmek

Süreç:

Grup lideri katılımcılara kendini tanıtır. Altı hafta boyunca birlikte olacaklarını, her hafta bir oturum gerçekleştirerek, altı oturumluk bir grupla psikolojik danışma yapacaklarını söyler. Daha sonra grup üyelerinin birbirlerini tanımalarını, olumlu bir ortamın ve grup dinamiğinin oluşmasını sağlamak amacıyla tanışma etkinlikleri yapılır (Etkinlik Eki 1 ve 2). Üyelere daha önce bir grup deneyimleri olup olmadığı sorularak devam edilir. Olmuşsa duygu ve düşüncelerini paylaşmaları beklenir. Bu paylaşımlardan yola çıkılarak grupla psikolojik danışmanın genel amaçlarından ve yararlarından bahsedilir. Daha sonra bu uygulamada benimsenen çözüm odaklı danışma yaklaşımının amaçları ifade edilir. Ardından tekrar grubun bir araya gelme amacı ve uygulama süreci hakkında paylaşımda bulunulduktan sonra grup kurallarıyla ilgili bilgi verilir (Ekinlik Eki 3). Katılımcıların eklemek istedikleri kurallar olup olmadığı sorulur. Varsa bu kurallar da kurallar listesine eklenir. Katılımcıların bu gruba katılmakla ilgili duygu ve düşünceleri üzerinde bir süre konuşulur. Oturum öncesi değişime dikkat çekme tekniği uygulanır. Grup üyelerine: “danışanların çoğu randevu aldıkları zamanla ilk oturumun gerçekleştiği zaman arasında geçen sürede bazı şeylerin olumlu yönde değiştiğini söylemektedirler. Ön görüşmeden bu oturuma kadar yaşamınızda olumlu değişiklikler oldu mu? Yaşamınızda ne gibi olumlu değişikliklerin olduğunu ya da başladığını fark ettiniz?” şeklinde soru sorularak bu teknik uygulanır. Çözüm odaklı yaklaşımda sorundan çok çözüm üzerinde durulmaktadır. Bu nedenle teknikle üyelerin değişimi fark etmeleri ve değişim konusunda cesaretlenmeleri amaçlanmaktadır. Daha sonra grup üyelerinin bu çalışmadan beklentileri üzerinde durulur. Çalışmanın sonucunda ulaşmayı bekledikleri bireysel amaçlar belirlenmeye çalışılır. Her çözüm odaklı danışmanlık uygulamasında olduğu gibi pozitif amaçlar üzerinde durulmalıdır. Negatif ya da zararlı amaçlar pozitif amaçlara

dönüştürülmeli, belirsiz amaçlar somutlaştırılmalıdır. Ayrıca amaçların gözlemlenebilir, somut davranışları içermesine, adım adım açıklanmış olmasına dikkat edilmelidir. Burada geleceği okuma tekniğinden yararlanılır. Üyelere “bu çalışmanın yararlı olduğunu söyleyebilmek için gelecekte neler olması gerekir? Çalışmanın faydalı olduğunu söyleyebilmek için nelerin değişmiş olması gerekir?” şeklinde sorular sorularak bu teknik uygulanır. Üyelere Gruba katılım sözleşmesi (Ekinlik Eki 4) imzalatılır.

Ödev: “Bugün buradan ayrıldıktan sonra gelecek hafta boyunca devam ettirmek istediğiniz eylemlere ilişkin gözlemlerde bulununuz” (Doğan, 1999) şeklinde bir yönerge verilerek ilk oturum görevini formüle etme tekniği uygulanır. Üyelerden bu gözlemlerini not etmeleri ve bir sonraki oturumda paylaşımları istenir.

Sonlandırma: Son olarak üyelerin oturumu özetlemeleri istenir. Gönüllülük esasına göre üyeler paylaşımda bulunurlar. Grup lideri “Bu oturumdan neler öğrendiniz?” “Bu oturumun bir mesajı olsaydı ne olurdu?” şeklinde sorularla bu özetlemeyi yapmalarını teşvik eder. Üyelerin duygu ve düşüncelerini paylaşımlarının ardından gelecek oturumun yeri ve saati belirtilerek oturum sonlandırılır.

2.Oturum (Mucize soru ile çözüm için ilk adım)

Amaçlar:

- Zorbalığı tanımlamak,
- Üyelerin zorbaca davranışların sonuçlarını fark etmelerini sağlamak,
- Üyelerin zorbaca davranışlara maruz kalan kişilerin duygularını fark etmelerini sağlamak
- Üyelerin zorbaca davranışların maruz kalanlar üzerinde uzun süreli olumsuz etkilerini fark etmelerini sağlamak,,
- Üyelerin problem alanından çözüm alanına geçmelerini sağlamak,
- Üyelerde değişim için farkındalık oluşturmak,
- Üyelerde pozitif değişim beklentisi oluşturmak,
- Üyelerin pozitif amaçlar belirlemelerini sağlamak.

Süreç:

Grup lideri ile üyeler arasında genel ve kısa bir sohbetin ardından oturum başlar. Geçen oturumun bir özeti yapılır. Burada üyelerin de katılımı teşvik edilir. İlk oturumun sonunda verilen yönerge tekrarlanır. Grup lideri ilk oturumdan bu yana nelerin farklı olduğunu ve olumlu yönde değişmeye başladığını sorar. Bu soru süreci ortaya çıkarmayı amaçlayan sorudur. Ardından grup lideri “bu olumlu davranışın karşısında insanlar nasıl bir tepki verebilir?” şeklinde güçlendirme soruları, “Gerçekten sen mi yaptın?”, “Nasıl cesaret gösterdin?”, “yaptıkların gerçekten beni çok etkiledi.” Şeklinde pekiştirme soruları ve “Bunu o zaman nasıl halletmişin?” şeklinde eyleme geçme soruları sorar. Hangi sorunun hangi sıra

ile sorulacağı üyelerin anlatımlarına bağlıdır. Burada amaç pozitif durumları açığa çıkarmak, duygu, düşünce ve davranışları belirginleştirmek, davranışların çözüme yönelik amaçlara dönüşmesini sağlamaktır. Daha sonra “zorbalık” kavramının anlaşılabilmesi için bir etkinlik yapılır (Etkinlik Eki 5). Bu etkinliğin ardından grup lideri zorbalığın tanımını yapar (Etkinlik Eki 6). Grup lideri bu tanımlamalardan sonra öğrencilerin zorbalıkla ilgili düşüncelerini ve gözlemlerini paylaşımlarını teşvik eder. Daha sonra zorbalık davranışlarının netleşmesi, diğer saldırgan davranışlardan ayırımının yapılabilmesi ve empati geliştirilebilmesi için “zorbalık mı?” etkinliği yapılır (Etkinlik Eki 7). Üyelerin zorbaca davranışların uzun süreli olumsuz etkileri olabileceğini fark etmelerini sağlamak amacıyla “Zorbalıktan 20 Yıl Sonra” etkinliği yapılır (Etkinlik Eki 8). Üyelerin problem alanından çıkıp çözüm alanına geçebilmelerini sağlamak için mucize soru tekniğine dayalı sorular sorulur (Etkinlik Eki 9). Bu teknikle amaçlanan değişim için farkındalığın oluşması, pozitif değişim beklentisinin artması, amaçların netleştirilmesidir.

Ödev: Üyelerden buldukları çözümleri gelecek oturuma kadar uygulamaları istenir.

Sonlandırma: Son olarak üyelerin oturumu özetlemeleri istenir. Gönüllülük esasına göre üyeler paylaşımında bulunurlar. Grup lideri “Bu oturumdan neler öğrendiniz?” “Bu oturumun bir mesajı olsaydı ne olurdu?” şeklinde sorularla bu özetlemeyi yapmalarını teşvik eder. Üyelerin duygu ve düşüncelerini paylaşımının ardından gelecek oturumun yeri ve saati belirtilerek oturum sonlandırılır.

3.Oturum (İşlerin iyi gittiği istisnai zamanlar olmalı)

Amaçlar:

- Üyelerin nadir durumları fark etmelerini sağlamak.
- Üyelerin başarmak istedikleri hedeflerin neresinde olduğunu ortaya çıkarmak.

Süreç:

Grup lideri ile üyeler arasında genel ve kısa bir sohbetin ardından oturum başlar. Geçen oturumun bir özeti yapılır. Burada üyelerin de katılımı teşvik edilir. Geçen haftadan bu yana uyguladıkları çözümler üzerinde durulur. İşe yarayan çözümler vurgulanırken, işe yaramayan çözümlerin yeniden gözden geçirilmesi ve gerekirse başka çözümler denenmesi söylenir. Üyelerin her birine bir önceki oturumdaki durumu ile şu anki durumunu değerlendirebilmesi için derecelendirme soruları tekniği kullanılır (Etkinlik Eki 10). Grup lideri cevapları yazı tahtasına yazabilir. Gelecek oturumlarda hatırlayabilmeleri için üyelerin de not almalarını ister. Üyeleri değişim noktasında motive edebilmek için onların kaynaklarına, güçlü yönlerine, becerilerine vb. övgüde bulunur (amigoluk).

Kişiler sorunla aşırı meşgul oldukları zaman çözümün farkında olamayabilirler. Mucize olduğunu ve sorunun ortadan kalktığını var saymak, bilişsel olarak sorundan bir süreliğine uzaklaşmayı sağlar. Böylece kişiler sorun alanından çıkarak çözüm alanına girmiş olurlar. Bilişsel olarak çözümle ilgilenmeye başlarlar. Değişimin mümkün olabileceğini fark ederler.

Olası durumları gelecek için somut adımlardan oluşan planlara dönüştürürler. Diğer taraftan hayatlarında sorunun olmadığı her şeyin istedikleri gibi gittiği anlar da vardır. Sorunla aşırı meşgul olduklarında bunları gözden kaçırabilirler. Çözüm alanına girmek için etkili yollardan birisi de istisnalar “Nadir Durumlar” tekniğine dayalı soruları kullanmaktır (Etkinlik Eki 11). Bu oturumda grup lideri üyelerden problemin yaşanmadığı ya da etkisinin daha az görüldüğü zamanları düşünmelerini ister. O anlarda kendilerini, ne hissettiklerini, insanların nasıl tepkiler verdiklerini, o anı farklı kılan şeyin ne olduğunu hatırlamaya çalışmalarını ister. Burada amaç, geçmişte bu sorunun üstesinden gelmek için neyin işe yaradığını bulmalarını sağlamaktır. Gelecekte aynı durumlarla karşılaşıldığında aynı yönetime başvurarak çözüme ulaşılabilir.

Ödev: Gelecek oturuma kadar üyelerin istisnalardan yararlanarak fark ettikleri çözüm yollarını denemeleri ve gelecek oturumda paylaşmak üzere gözlemlerini not etmeleri istenir.

Sonlandırma: Son olarak üyelerin oturumu özetlemeleri istenir. Gönüllülük esasına göre üyeler paylaşımında bulunurlar. Grup lideri “Bu oturumdan neler öğrendiniz?” “Bu oturumun bir mesajı olsaydı ne olurdu?” şeklinde sorularla bu özetlemeyi yapmalarını teşvik eder. Üyelerin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarının ardından gelecek oturumun yeri ve saati belirtilerek oturum sonlandırılır.

4. Oturum (Sorunlarla başa çıkılabilir.)

Amaçlar:

- Üyelerin işe yarar olduğuna inandıkları çözümleri fark etmelerini sağlamak.
- Üyelerin kaynaklarını ve güçlü yanlarını fark etmelerini sağlamak.
- İşlevsel çözüm yollarını transfer edebilmek.
- Üyelerin başarılarını övgü ile desteklemek ve onları cesaretlendirmek.

Süreç:

Grup lideri ile üyeler arasında genel ve kısa bir sohbetin ardından oturum başlar. Geçen oturumun bir özeti yapılır. Burada üyelerin de katılımı teşvik edilir. Geçen haftadan bu yana uyguladıkları çözümler üzerinde durulur. İşe yarayan çözümler vurgulanırken, işe yaramayan çözümlerin yeniden gözden geçirilmesi ve gerekirse başka çözümler denenmesi söylenir. Üyelerin her birine bir önceki oturumdaki durumu ile şu anki durumunu değerlendirebilmesi için derecelendirme soruları tekniği kullanılır (Etkinlik Eki10). Grup lideri cevapları yazı tahtasına yazabilir. Gelecek oturumlarda hatırlayabilmeleri için üyelerin de not almalarını ister. Skalada yükselen üyelere değişimi fark etmeleri için “Bu değişiklik nelerin değişmesiyle oldu?” şeklinde sorular sorulabilir. Skalada yükselme görülmeyen üyelere de “Neleri değiştirmelisin ki, bu skalada yükselesin?” şeklinde yine çözüm alanına yönelten sorular sorulabilir.

Baş çıkma soruları tekniğine dayalı sorular kullanılarak, üyelerin işe yarar olduğunu düşündükleri çözümler üzerinde paylaşımlar sürdürülür. Grup lideri üyeleri değişim

noktasında motive edebilmek için onların kaynaklarına, güçlü yönlerine, becerilerine vb. övgüde bulunur (Amigoluk). Ardından çözüm yollarını denerken nelerin onları zorlayabileceği üzerinde durulur. Böylece çözümün önündeki engellere ilişkin farkındalık kazanmaları beklenir (Mayın Tarlasının Temizlenmesi). Daha sonra tekrar üyelerin kaynaklarına ve başa çıkma becerilerine dikkat çekilerek engellere karşı cesaretlendirilir. Son olarak üyelerle kendilerindeki olumlu değişimin çevrelerindeki insanları nasıl etkilediği üzerinde durulur. Üyelerin paylaşımları alınır. Başarılı yönleri övülür. Başarısızlıklarla ilgili paylaşımlar olduğu zaman, denemiş olmalarının övgüye değer olduğu söylenerek, başarmak için neleri daha iyi yapmaları gerektiği sorulur.

Ödev: Bir sonraki oturuma kadar fark ettikleri çözüm yollarını denemeleri, onları engelleyen şeyleri ve çevrelerindeki değişimi gözlemlenmeleri istenir.

Sonlandırma: Son olarak üyelerin oturumu özetlemeleri istenir. Gönüllülük esasına göre üyeler paylaşımda bulunurlar. Grup lideri “Bu oturumdan neler öğrendiniz?” “Bu oturumun bir mesajı olsaydı ne olurdu?” şeklinde sorularla bu özetlemeyi yapmalarını teşvik eder. Üyelerin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarının ardından gelecek oturumun yeri ve saati belirtilerek oturum sonlandırılır.

5.Oturum (Çözümleri küçümseme, çabalamaya devam et.)

Amaçlar:

- Üyelerin çözüm için çabalamanın önemini kavraması
- Üyelerin başkalarının hayatında olumlu bir değişiklik yaratmalarını sağlamak

Süreç:

Grup lideri ile üyeler arasında genel ve kısa bir sohbetin ardından oturum başlar. Geçen oturumun bir özeti yapılır. Burada üyelerin de katılımı teşvik edilir. Geçen haftadan bu yana uyguladıkları çözümler üzerinde durulur. İşe yarayan çözümler vurgulanırken, işe yaramayan çözümlerin yeniden gözden geçirilmesi ve gerekirse başka çözümler denenmesi söylenir. Üyelerin her birine bir önceki oturumdaki durumu ile şu anki durumunu değerlendirebilmesi için derecelendirme soruları tekniği kullanılır (Etkinlik Eki 10). Grup lideri cevapları yazı tahtasına yazabilir. Gelecek oturumlarda hatırlayabilmeleri için üyelerin de not almalarını ister. Skalada yükselen üyelere değişimi fark etmeleri için “Bu değişiklik nelerin değişmesiyle oldu?” şeklinde sorular sorulabilir. Skalada yükselme görülmeyen üyelere de “neleri değiştirmelisin ki, bu skalada yükselesin?” şeklinde yine çözüm alanına yönelten sorular sorulabilir. Grup lideri üyeleri değişim noktasında motive edebilmek için onların kaynaklarına, güçlü yönlerine, becerilerine vb. övgüde bulunur (Amigoluk).

Grup lideri bambu ağacının nasıl yetiştirildiğini anlatır (Etkinlik Eki 12). Bu hikâye üzerinden değişim için sabırla çabalamanın önemi üzerine bir tartışma başlatır. Ardından üyelere denizyıldızı hikâyesini okur (Etkinlik Eki 13). Burada amaç hem sorunun büyüklüğünü düşünmeden sadece çözüm için çabalamaya, hem de çevremizdeki insanları değiştirebilmek için gücümüz ölçüsünde çabalamaya vurgu yapmaktır. Grup lideri (birçok denizyıldızı

olduğunu, onların hepsini kurtarmanın imkânsız olduğunu düşünüp vaz geçerse bir tanesini bile kurtaramamış oluruz. Bunun yerine kurtara bildiğimiz kadar denizyıldızını kurtarmaya odaklanmalıyız. Ayrıca bizim küçücük bir hareketimizle, davranışımızla, sözümüzle insanların hayatında birçok şey değişebilir. İyi davranırsak, iyi sözler söylersek iyi şeyler olur.) şeklinde açıklamalarda bulunur.

Ödev: Üyelerin derecelendirme skalasında daha yükselmek için sabırla çözüm yollarını devam ettirmeleri, gözlemlerini bir sonraki oturumda paylaşmak üzere not etmeleri istenir. Ayrıca çevrelerindeki insanların değişimi için bir sonraki oturuma kadar bir şeyler yapmaları istenir.

Sonlandırma: Son olarak üyelerin oturumu özetlemeleri istenir. Gönüllülük esasına göre üyeler paylaşımında bulunurlar. Grup lideri “Bu oturumdan neler öğrendiniz?” “Bu oturumun bir mesajı olsaydı ne olurdu?” şeklinde sorularla bu özetlemeyi yapmalarını teşvik eder. Üyelerin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarının ardından gelecek oturumun yeri ve saati belirtilerek oturum sonlandırılır.

6. Oturum (Sonlandırma)

Amaçlar:

- Üyelerin 6 hafta boyunca gerçekleşen oturumlara ilişkin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarına imkân vermek.
- Üyelerin grup süreci tamamlanırken olumlu duygularla ayrılmalarını sağlamak.

Süreç:

Grup lideri ile üyeler arasında genel ve kısa bir sohbetin ardından oturum başlar. Geçen oturumun bir özeti yapılır. Burada üyelerin de katılımı teşvik edilir. Geçen haftadan bu yana uyguladıkları çözümler üzerinde durulur. İşe yarayan çözümler vurgulanırken, işe yaramayan çözümlerin yeniden gözden geçirilmesi ve gerekirse başka çözümler denenmesi söylenir. Üyelerin her birine bir önceki oturumdaki durumu ile şu anki durumunu değerlendirebilmesi için derecelendirme soruları tekniği kullanılır. Grup lideri cevapları yazı tahtasına yazabilir. Skalada yükselen üyelere değişimi fark etmeleri için “Bu değişiklik nelerin değişmesiyle oldu?” şeklinde sorular sorulabilir. Skalada yükselme görülmeyen üyelere de “neleri değiştirmelisin ki, bu skalada yükselesin?” şeklinde yine çözüm alanına yönelten sorular sorulabilir. Grup lideri üyeleri değişim noktasında motive edebilmek için onların kaynaklarına, güçlü yönlerine, becerilerine vb. övgüde bulunur (Amigoluk). Grup lideri Geçen hafta okudukları denizyıldızı hikâyesini hatırlatır. Bu haftaya kadar kimlerin hayatında ne gibi değişiklikler yaptıklarını sorar. Üyelerin paylaşımlarının ardından onların çabalarını över.

Grup lideri bu haftaki oturumun son oturum olduğunu hatırlattıktan sonra üyelerin 6 haftayı değerlendirmelerini ister. Üyelerin oturumlara ilişkin duygu ve düşüncelerini paylaşmalarını teşvik eder. . Oturumlara başlamadan öncesi ile şu an arasında bir karşılaştırma yapmalarını, Amaçlarına ne kadar ulaşıp ulaşmadıklarını değerlendirmelerini ister. Üyeler için hazırladığı

mesajları dağıtır. Bu mesajlar onların güçlü yönlerine vurgu yapan cümleleri içermektedir. Pozitif cümleler içerdiği için üyelerin birbirleriyle paylaşmalarında bir sakınca yoktur.

Son olarak “Sevgi Bombardımanı” etkinliği yapılır (Etkinlik Eki 14). Grup lideri bu etkinliğin ardından üyelerle vedalaşarak oturumu sonlandırır.

Etkinlik Eki-1: Tanışma Etkinliği

Amaç: Grup üyelerinin birbirlerinin isimlerini öğrenmeleri

Materyal: Küçük, plastik bir top.

Akış: Grup üyeleri bir çember oluşturacak şekilde ayakta sıralanır. Grup lideri ismini söyleyerek elindeki topu bir üyeye atar. Daha sonra her bir üye aynı şekilde ismini söyleyerek elindeki topu bir başkasına atar. Sadece topu yanındaki kişiye veremez. Bu şekilde herkes ismini söyledikten sonra top en son grup liderine dönmüş olur. Bu kez grup lideri bir kişinin ismini söyler ve topu o kişiye atar. Topu alan kişi de yine başka bir üyenin ismini söyleyerek topu o kişiye atar. Herkesin ismi söylendiğinde etkinlik biter.

Etkinlik Eki-2: Bilgi-İşlem (Sıraya Girme)

Amaç: Katılımcıların hızlı bir şekilde birbirleri hakkında bilgi edinmelerini ve kaynaşmalarını sağlamak.

Materyal: Yok.

Akış: Grup lideri belli bir kriter vererek üyelerin bu kritere göre sıraya girmelerini ister. Örneğin:

- Boy sırasına göre sıraya girmek.
- Göz rengine bakarak açıktan koyuya doğru sıraya girmek.
- Doğum günü tarihlerine göre (Ocak ayından başlayarak) sıraya girmek.

Daha sonra üyeler sıra ile doğum günlerini veya isimlerini yüksek sesle söylerler. -İsimlerinin baş harfine göre alfabetik sıraya girmek. (Eğer "A" ile başlayan dört isim varsa, bu durumda ismin ikinci harfine göre sıraya girilir. Örneğin: Adnan, Ali, Ayla, Aziz gibi) -Oyuna biraz yarışma sokmak için, grup yeterince büyükse, iki grup oluşturulur. Daha önce hangi grup sıraya -doğru olarak- girerse yarışı o grup kazanır. Veya, üyeler daha farklı kriterlere göre gruplar oluşturur. Örneğin bu sıralama açıktan koyuya doğru göz rengine göre de yapılabilir (Fluegelman'den uyarlayan Dölek, 2002).

Etkinlik Eki-3: Grup Kuralları

1.Grup haftada bir kez belirtilen gün, saat ve yerde yaklaşık 90 dakika süreyle toplanacaktır. Çok önemli bir mazeret olmadıkça grubun verimliliği ve işlevselliği açısından grup oturumlarına devamlılık esastır.

2.Grup sürecinde gönüllülük esastır. Her üye istekli olduğu sürece grupta paylaşımda bulunur. Üyeler, duygularını düşüncelerini açıklamaları için zorlanmazlar. Ayrıca grup sürecinde verilen ödevleri yapmak da üyelerin istekli olmalarına bağlıdır.

3.Grup sürecinde gizlilik esastır. Grup sürecinde yapılan paylaşımlar grup dışında kimseye aktarılmayacaktır. Üyelerin açıkladığı duygu ve düşünceler dışında öğrenilen bilgilerin paylaşılmasında sakınca yoktur.

4.Her bir üye grup sürecinde eşit haklara sahiptir.

5.Grup sürecinde üyelerin birbirlerine karşı saygılı olmaları esastır. Her bir üye düşüncelerini ifade etmekte özgürdür.

6.Üyeler birbirleri ile ilgili görüşlerini açıklarken yargılayıcı, dışlayıcı, alaya alıcı bir dil kullanmamalıdır.

7.Her bir üye yalnızca kendisi adına konuşabilir. Diğer üyeler adına açıklama yapamaz.

Etkinlik Eki-4: Gruba Katılım Sözleşmesi

Yürütülmekte olan psikolojik danışma grubuna kendi isteğimle katıldığımı, belirlenen grup kurallarına uyacağımı, bu kurallar çerçevesinde grup üyeleriyle paylaşımda bulunacağımı, onların paylaşımlarına açık olacağımı, çok önemli bir mazeretim olmadıkça, grubun işlevselliği ve verimi açısından, grup oturumlarına devam edeceğimi beyan ederim.

Adı-Soyadı:

İmza

Etkinlik Eki-5 Zorbalık

Amaç: Katılımcıların zorbalık kavramını anlamalarını sağlamak

Malzeme: Yok

Akış: Bugünkü konumuz zorbalık. (Grup lideri tahtaya büyük harflerle zorbalık yazıp, kelimeyi elips içine alır.) Zorbalık deyince aklınıza ne geliyor? Bunu tek bir kelimeyle ifade etseydiniz, bu kelime ne olurdu? Şimdi herkes sırayla gelecek tahtaya yazdığım "Zorbalık" kelimesinden oklar çıkararak o kelimeyi yazacak. Başlayalım mı? (Grup lideri eğer söylenmemişse aşağıdaki zorbalıkla ilişkili kavramları hatırlatır ya da kendisi yazır.)

(Grup lideri şu soruları sorarak katılımcıların zorbalık davranışlarını bulmalarına yardımcı olur.)

•Okulda ve sınıfta sizi rahatsız eden davranışlar var mı? Neler?

•Okulunuzda belli gruplar var mı? Neler yapıyorlar?

Tüm bu davranışlar, karşıdaki kişiye korkutarak üstünlük sağlamayı, istemediği bir şeyi yaptırmayı ve ona duygusal ve fiziksel zarar vermeyi amaçladığı için zorbalık davranışdır (Temuroğlu Sundur, 2012).

Etkinlik Eki-6 Zorbalığın, Zorba Ve Mağdurun Tanımı

Bir kişi, düzenli olarak ve bir süre boyunca, bir veya daha fazla kişinin olumsuz davranışlarına maruz kaldığında zorbalığa uğramış olur. Eğer bir kişi istemli olarak bir diğer kişiye acı verir veya acı vermeyi, yaralamayı ya da rahatsız etmeyi dener ise bu bir olumsuz davranıştır ve bu tanımda belirtilen aslında saldırganca bir davranıştır. Olumsuz davranışlar sözlü olarak sürdürülebilir; örneğin, tehdit etme, alay etme, isim takma, hakaret etme... Eğer bir kişi diğerini iter, vurur, tekmeler, ısırır, çimdikler veya yumruklarsa fiziksel temas yolu ile olumsuz davranışta bulunmuş olur. Sözel veya fiziksel temasta bulunmadan da olumsuz davranışta bulunmak mümkündür. Örneğin birinin arkasından veya suratına çirkin el ve yüz hareketleri yapmak, birisini istemli olarak akran grubundan dışlamak, diğer kişinin isteklerini yerine getirmeyi reddetmek gibi. Zorbalık güçlünün güçsüzü ezmesi şeklindedir. "Zorbayı heyecan, güç, eğlenme veya para ya da eşya almak gibi ihtiyaçlarını karşılamak için başkalarının ihtiyaç ve haklarını dikkate almadan başka kişilere zarar veren davranışlarda bulunan kişi veya grup olarak, "mağdur"u ise başkalarının davranışlarından zarar gören ve zarar veren bu davranışlara karşı koyacak veya durduracak beceri, statü veya kaynaklara sahip olmayan kişi veya grup olarak tanımlayabiliriz." Fiziksel veya psikolojik olarak aşağı yukarı aynı güçte iki çocuğun münakaşa etmeleri veya dövüşmelerinin -her ne kadar saldırgan bir davranış olsa da- zorbalık olarak Tanımlanamaz. Olumsuz davranışlara maruz kalan çocuk eğer kendini koruyamıyor veya bir şekilde zorbaca davranan çocuklara karşı çaresiz hissediyorsa bu durum zorbalıktır. Ayrıca zorbalık bir süre devam eden ve tekrarlanan kötü davranışlardır. Bir kerelik veya şaka amaçlı alay etmek zorbalık sayılamaz.

Grup lideri varsa öğrencilerin zorbalıkla ilgili düşüncelerini ve gözlemlerini paylaşmalarına izin verir (Dölek, 2002).

Etkinlik Eki-7: Zorbalık Mı?

Amaç: Öğrencilerin zorbalık davranışlarını ve zorbalığın etkilerini kavramalarını sağlamak

Malzeme: Yok

Akış: Şimdi sizlere bazı ifadeler okuyacağım. Bunların zorbalık davranışları olup olmadığını bana söyleyeceksiniz.

(Önemli Not: Küçük sınıflar için bu ifadeleri canlandırarak anlatabilirsiniz.)

(Grup lideri her ifadeden sonra katılımcılara aşağıdaki soruları sorar):

- Bu davranış zorbalık mı?
- Nereden anladınız?
- Bu çocuk neler hissediyor olabilir?

İfadeler:

1. Ali'yi her gördüklerinde, bir grup öğrenci kendi aralarında fısıldamaya ve ona bakarak gülmeye başlarlar. (Bu davranış zorbalıktır; çünkü bir kere değil, her seferinde olmaktadır. Ali muhtemelen üzüntü, utanç ve kendine güvensizlik hissetmektedir.)

2. Bedirhan sıraların arasında koşarken Müslüm'ün ayağına takılır ve düşer. (Bu bir zorbalık davranışı değil, kazadır. Müslüm, Bedirhan'ın geldiğini fark etmemiş, Bedirhan da Müslüm'ün ayağını görmemiştir.)

3. Elif, sınavda Berfin'den kâğıdını göstermesini ister ve göstermezse onunla bir daha arkadaş olmayacağını söyler. Berfin çaresiz kabul eder; çünkü Elif onun en iyi arkadaşıdır. (Bu davranış zorbalıktır; burada güçlü olan Elif'tir ve Berfin'e tehditle onun istemediği bir şeyi yaptırmaktadır. Berfin muhtemelen çaresizlik, korku, kendine güvensizlik ve haksızlık hissetmektedir.)

4. Emre ile Berk, Can'ın kilosundan dolayı onlarla oynamasını istemiyorlar. (Bu davranış zorbalıktır; çünkü Can'ı dış görünüşünden dolayı, bilerek dışlamaktadırlar. Can muhtemelen üzüntü, utanç, yalnızlık ve kendine güvensizlik hissetmektedir.)

5. Zelal su içerken birisi onu güldürünce içtiği suyu Gülistan'ın ödevine püskürtür. (Zorbalık değil, bir kazadır. Çünkü Zelal isteyerek ya da zarar vermek için bu davranışı yapmamıştır.)

6. Mehtap, Seren'in annesiyle babasının boşandığını sınıfta herkese söyler. (Bu davranış zorbalıktır; çünkü Seren'in sırrını ya da onunla ilgili olan özel bir konuyu sınıfta herkese söylemiştir. Seren muhtemelen utanç, kızgınlık ve güvensizlik hissetmektedir.)

7. Osman bahçede Mehmet'i itip kakmakta ve bir grup öğrenci de onları izlemektedir. (Bu zorbalıktır; çünkü Osman muhtemelen kendinden daha güçsüz olan Mehmet'i tartaklamaktadır. İzleyenler de bu zorbalığın bir parçasıdır; çünkü zorbalık davranışını

durdurabilecekleri halde bir şey yapmamaktadırlar. Zorbalık davranışında bulunan çocuk izlendiğini bildiğinde, bu davranışı sürekli yapmak eğiliminde bulunacaktır.)

8.Gökhan heyecanlandığında kekeler. Kekelediğinde sınıfındaki bazı çocuklar onun taklidini yapıp, dalga geçerler. (Bu zorbalık davranışdır; çünkü çocuklar Gökhan'ın engelini taklit edip dalga geçiyorlar. Gökhan muhtemelen üzüntü, kendine güvensizlik, kızgınlık ve yalnızlık hissetmektedir.)

9.Emre'yle Berk futbol oynarken yumruk yumruğa kavgaya tutuşurlar. (Şiddettir ancak zorbalık değildir, çünkü sürekli değil, ilk defa olan olaydır. Ayrıca birinin diğerinin üzerine üstünlük kurma çabası yoktur, sadece öfkelerini kontrol edememişlerdir.)

10.Esra okula geç kaydolduğu için sınıftaki diğer çocuklardan yaşça daha büyük ve daha uzun boyludur. Kimse onu grubuna almamakta ve zaman zaman da dalga geçmektedirler. Esra, okulu bırakmayı düşünmektedir. (Bu zorbalıktır; çünkü sınıfındaki çocuklar hem Esra'yı dışlamakta, hem dalga geçmekte hem de onun eğitim hakkını engellemektedirler. Esra muhtemelen mutsuzluk, üzüntü ve yalnızlık hissetmektedir.)

11.Zehra, Mustafa'nın uygun olmayan şakalarından ve diğer çocukların da "Mustafa Zehra'yı seviyor" diye dalga geçmelerinden de rahatsız olmaktadır. (Bu zorbalıktır; çünkü Mustafa ve diğerleri, Zehra'nın rahatsız olduğunu bile bile bu davranışı sürdürmektedirler. Zehra muhtemelen kızgınlık, mutsuzluk ve çaresizlik hissetmektedir.)

12.Ahmet yeni aldığı kalemını kaybettiğinde onu sıra arkadaşı Ferhat'ın aldığını düşünür ve onu suçlar. Ama daha sonra kalemı yerde bulur. (Bu zorbalıktır; çünkü Ahmet elinde delil olmadan Ferhat'ı suçlamıştır. Ferhat muhtemelen utanç, kızgınlık ve dışlanma hissedecektir.)

(Grup lideri başkasıyla alay etmenin, dalga geçmenin ya da ona uygunsuz şakalar yapmanın hiçbir zaman bir eğlence olamayacağını ve karşıdaki insanı çok incittiğini vurgular.)
(Temuroğlu Sundur, 2012)

Etkinlik Eki 8- Zorbalıktan 20 Yıl Sonra Etkinliği

Amaç: Üyelerin zorbaca davranışların uzun süreli olumsuz etkileri olabileceğini fark etmelerini sağlamak.

Materyal: Yok.

Akış: Üyeler arasından üç gönüllü seçilir. Bu üyelerin 30 yaşlarında üç yetişkini canlandırmaları istenir. Bu üç kişi ilkokul veya ortaokulda aynı sınıfta okumuşlardır. Üç kişiden biri, içlerinden bir diğerine okul yaşantıları boyunca zorbaca davranışlarda bulunmuştur ve üçüncü kişi ise bu davranışlara şahit olmuştur. Artık yetişkin olan bu üç kişi, uzun yıllar sonra ilk defa bir parkta, lokantada veya üyelerin tercih edeceği bir mekânda karşılaşırlar ve okul günlerinden konuşmaya başlarlar.

Gönüllü üyeler canlandırmalarını bitirdiğinde grup lideri kendilerine teşekkür eder ve üyeleri rolden çıkararak, bunun bir rol olduğunu ama artık tekrar kendileri olduklarını (gerekirse isimlerini de söyleyerek) söyler.

Grup lideri üyelere neden bazı kişilerin zorbaca davrandığını sorar. Üyelerin görüşleri (kendini güçlü hissetmek için, popüler olmak için, dikkat çekmek için, evde sorunlar yaşadığı için acısını başkalarından çıkarmak, zorba çocuklara özenip onları taklit etmek gibi) tahtaya yazılır (Dölek, 2002).

Etkinlik Eki-9: Mucize Soru Tekniği

Diyelim ki bu gece siz uyurken bir mucize olmuş. Okulunuzda maruz kaldığınız, sizi üzen, yaralayan, mutsuz eden tüm olumsuz davranışlar değişmiş. Arkadaşlarınız, öğretmenleriniz, aileniz, etrafınızdaki herkes size istediğiniz gibi güzel davranıyor. Siz de artık kimseyi kırmıyor, küçük düşürmüyor, tehdit etmiyor, korkutmuyor, kimseyle alay etmiyor, kimseye vurmuyorsunuz. Artık tüm olumsuz davranışlar ortadan kalkmış, her şey çözülmüş. Sabah uyandığınızda hiç kimse size mucizeden bahsetmiyor. Mucize olduğunu nasıl fark ederdiniz? Farklı bir şey yapar mıydınız? Başka ne Farklı olurdu? Başka? Daha başka? Belki mucizeyi hemen uyandığınızda fark etmezsiniz, ilk fark ettiğiniz an ne zaman olurdu? Sizden başka birisi mucizeyi fark eder miydi? Kim? Nasıl? Mucizenize nasıl bir tepki göstereceğini düşünüyorsunuz? Onun tepkisine şimdi nasıl bir tepki gösterirsiniz? Mucizeyi başka fark eden olur mu? Kim? Nasıl? O kişinin nasıl bir tepki göstereceğini tahmin ediyorsunuz? Onun tepkisine nasıl bir tepki verirdiniz? Tepkiniz önce olduğundan farklı mı olurdu? Mucizeden sonra başka ne farklı olurdu? Evde... okulda... tanıdıklarınızla... arkadaşlarınızla... şimdi yavaş yavaş bu mekana dönebilirsiniz. Acele etmeyin Kim isterse mucizesini anlatabilir! (Sparrer'den (2012) uyarlanmıştır.)

Etkinlik Eki-10 Derecelendirme Soruları Tekniği

'0'dan '10'a kadar derecelendirmenin olduğu skalada '0' burada olmanıza neden olan durumla ilgili en kötü anı, '10' ise mucizenin tamamen gerçekleşmesinin ardından hissettiklerinizi içermektedir. Şu an nerede olduğunuzu düşünüyorsunuz? (Sklare'den aktaran Ateş, 2014).

Gruba başlama kararı verdiğiniz anda nerede olduğunuzu düşünüyorsunuz? Gelecekte nerede olabileceğinizi düşünüyorsunuz? (De Jong ve Berg'den aktaran Ateş, 2014).

Derecede bir adım ilerleyebilmen için neye ihtiyacın var? Bunu nasıl yapacaksın?

Derecede bir basamak ilerlediğini nereden anlarsın? Farklı olan ne olur? (Sparrer'den aktaran Ateş, 2014).

Etkinlik Eki -11 Nadir Durumlar/İstisnalar Tekniği

Son zamanlarda bu konuda hiç problem yaşamadığınız, ya da daha az problem yaşadığınız anlar oldu mu?

Bu anlar da ne yaptınız? Problemin olduğu anlardan farklı olan şeyler nelerdir? Ne zaman, nerede bu tür istisnai durumlar oldu ya da oluyor? (De Jong ve Berg'den aktaran Ateş, 2014).

Etkinlik Eki-12 Bambu Ağacının Hikâyesi

Çin'de yetişen Bambu Ağacının önce tohumu ekilir, sulanır ve gübrelenir. Birinci yıl tohumda herhangi bir değişiklik olmaz. Tohum yeniden sulanıp gübrelenir. Bambu ağacı ikinci yılda da toprağın dışına filiz vermez. Üçüncü ve dördüncü yıllarda her yıl yapılan işlem tekrar edilerek bambu tohumu sulanır ve gübrelenir. Fakat, tohum bu yılda da filiz vermez. Çinliler büyük bir sabırla beşinci yılda da bambuya su ve gübre vermeye devam ederler. Ve nihayet beşinci yılın sonlarına doğru bambu yeşermeye başlar ve altı hafta gibi kısa bir sürede yaklaşık 27 metre boyuna ulaşır. Çin bambu ağacı 27 metre boyuna altı hafta da mı yoksa beş yılda mı ulaşmıştır? Büyük bir sabırla ve ısrarla tohum, beş yıl süresince sulanıp gübrenmeseydi ağacın büyümesinden hatta var olmasından söz edilebilir miydi?...

Etkinlik Eki-13 Deniz Yıldızı Hikâyesi

Bir arkadaşım bir gün okyanus kıyısında kurulmuş ücra bir Meksika köyünün uçsuz bucaksız ve ıssız sahilinde yürümektedir. Yürüyüşünü sürdürürken uzaktan bir adam görür. Yakınlaştıkça bu adamın köylülerden biri olduğunu fark eder. Köylü sık sık yere eğilmekte, yerden bir şeyler almakta ve okyanusa atmaktadır ve bu davranışı tekrar tekrar sürdürür. Arkadaşım adama iyice yaklaştığında sahile sürüklenmiş deniz yıldızlarını tek tek yerden alıp suya geri fırlattığını görür. Arkadaşımın kafası karışır. Adama doğru yürür ve "Günaydın dostum " der. "Ne yaptığını çok merak ettim."

"Denizyıldızlarını denize atıyorum" der adam. "Gördüğünüz gibi gündüz sular geri çekildiği için bütün denizyıldızları sahilde kalmış. Eğer onları denize geri atmazsam, sudan oksijen alamazlar ve güneşten kuruyarak ölürlər."

"Anlıyorum" der arkadaşım. "Fakat bu sahilde binlerce denizyıldızı var. Her birini tek tek suya atabilmen mümkün değil. Ayrıca bu dünyada yüzlerce sahilde böyle milyonlarca denizyıldızı var. Senin bu yaptığın ne fark eder ki?"

Köylü gülümser, yerden bir denizyıldızı daha alır ve okyanusa fırlatır ve arkadaşımına dönüp "Bunun için fark etti!" der.

Üyelerden hikâyeden ne anladıklarını söylemeleri istenir. Daha sonra birinin hayatında olumlu bir katkıda bulunmak veya olumlu bir değişiklik yaratmanın ne olduğu sorulur. Örnekler verilir. Örneğin; çok üzgün olan bir arkadaşınızı rahatlatmak, hasta bir arkadaşınızı ziyaret ederek neşelendirmek, bir derste zorluk çeken bir arkadaşınıza dersi anlatarak daha iyi not almasını sağlamak, misafir geleceği bir gün annenize yardımcı olarak yorgunluğunu azaltmak gibi. Üyelerin kendi örneklerini vermeleri istenir.

Üyelere şu yönergeleri verebilirsiniz:

"Kimlerin hayatında küçük de olsa bir değişiklik yarattınız?", "Kimler sizin hayatınızda küçük de olsa bir değişiklik yarattı?", "Kimlerin hayatında küçük de olsa bir değişiklik yaratabilirsiniz? Bunu nasıl yaparsınız?" Üyelerin örneklerini paylaşmaları teşvik edilir (Canfield ve Hansen'den uyarlayan Dölek, 2002).

Etkinlik Eki- 14 Sevgi Bombardımanı

Amaç: Olumlu duygularla sonlandırmanın sağlanması

Materyal: Yok.

Akış: Ortaya bir sandalye konur, üyelerden biri sandalyeye geçer, diğer üyeler ortadaki üyenin olumlu yanlarını (fakat ama lakin gibi sözcükler kullanmadan) ifade ederler. Ortadaki üye konuşmaz. Herkes konuştuktan sonra teşekkür ederek yerine oturur ve ortada oturup kendiyile ilgili güzel şeyler duymanın nasıl bir duygu olduğunu paylaşır. Tüm grup üyeleri ortaya tek tek gelir ve işlem tekrar edilir.

(Üyelerden sevgi bombardımanı etkinliği sonrasında bu çalışmanın sonunda hissettikleri duyguları yüzlerine yansıtılmaları istenir ve toplu bir grup fotoğrafı çekilebilir. Bu fotoğrafa grup lideri de katılabilir ve bu fotoğraf son oturumda üye sayısı kadar çoğaltılarak dağıtılabılır.)

B.1.4.4. Anne-babaların Öfke Kontrolü İçin Geliştirilen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Grup Rehberliği Programı Örneği

Uygulama Planı

Amaç

- 1- Öfkenin fiziksel belirtilerini azaltmak
- 2- Öfke ile ilişkili durumlar karşısında sağlıklı düşünülmesini sağlamak
- 3- Öfke yaratacak durumlar karşısında sağlıklı davranılmasını sağlamak.

Oturum sayısı: 5

Oturum süresi: 1 saat

Grup katılımcı sayısı: En fazla 20 kişi

Oturum sıklığı: Her hafta 1 oturum

Grup Kuralları: Gizlilik, saygı, devamlılık, kendine ve birbirine zarar verecek davranışlarda bulunmama,

Oturumların İçerik ve İşleyişi

1. Oturum

İçerik:

- 1- Grup üyelerinin tanışması
- 2- Grup çalışmasının genel amacının açıklanması
- 3- Grup kurallarının belirlenmesi, kontratın onaylanması
- 4- Üyelerin gruptan beklentilerinin anlaşılması

Amaç: Tanışma, sözlü kontratın onaylanması ve beklentilerin anlaşılması.

Sürecin işleyişi:

- 1- Tanışma
- 2- Grup çalışmasının amacını açıklanır
- 3- Grup kuralları belirlendi ve sözlü kontrat onaylanır.
- 4- Üyelerin gruptan beklentilerini açıklamaları sağlanır
- 5-Grup üyelerinin sorunlarını nasıl algıladıklarının betimlenmesi ile süreç başlatılır. Velilerin öfke ile ilgili sorunlarına ilişkin algı ve değerlendirmeleri kaydedilir.
- 6-Belirtilen yakınmaların hem olumlu hem olumsuz yanları bulunduğu vurgulanarak grup üyelerinin sadece söz konusu yakınmaların olumlu yanları üzerinde yoğunlaşmaları gerektiği belirtildi bir sonra ki oturuma kadar düşündüklerini kaydederek oturuma katılmaları istenir
- 7- Oturumun özeti yapılır; bir sonraki buluşma tarih ve saati belirlenir ve oturum sonlandırılır

2. Oturum

İçerik:

Öfke tanımı, belirtileri, dışa vurumu, ifade edilme biçimleri

Amaç: Öfke duygusuna ilişkin farkındalık sağlanması

Sürecin işleyişi:

1. Grup üyelerinin rahatlamasını sağlamak amacı ile nasıl oldukları, önceki oturumdan beri neler yaptıklarının sorulması ile oturuma başlanır
2. Bir önceki oturumun özeti yapılır
3. Grup üyelerin “Öfkelerini kontrol edebilmeleri ile ilgili küçükte olsa bu konuda atabileceğiniz adımlar nelerdir?” sorusu yöneltilerek grup etkileşimi başlatılır.
4. Grup üyelerine “Bir ölçek düşünürsek eğer 1’ den 10’ a kadar sıralanmış 1 sorunu en üst düzeyde yaşadığımız nokta 10 ise çözüme ulaştığımız yer. Öfke kontrolümüzle ilgili bulunduğumuz yeri işaretleyelim. Bulduğumuz yerden sadece 1 adım ilerleyebilmek için atabileceğimiz adım ne olabilir?” şeklinde bir derecelendirme sorusu sorulur. Ölçeklendirme sorusu üyelerin istedikleri değişime ulaşırken atacakları adımları görerek gelişiminin farkına varmalarını sağlar.
5. Grup üyelerine “Öfkenizi kontrol altına alabildiğinizde farklı ne olacak? Neler değişmiş olacak ve bunu nasıl anlayacaksınız?” sorusu yöneltilerek kendi çözüm yollarını bulmaları sağlanır.
6. Gelecek oturuma kadar denediğiniz yolları, çözüme ilişkin yaptıklarınızı ve elde ettiğiniz olumlu sonuçları yazmalarını isteyerek oturum sonlandırılır.
7. Oturumun özeti yapılır; bir sonraki buluşma tarih ve saati belirlenir.

3. Oturum

İçerik:

Öfke ifade biçimleri (yaşamdan örnekler)

Öfke neden kontrol edilmeli?

Amaç: Öfke duygusuna ilişkin farkındalık sağlanması

Sürecin işleyişi:

1. Nasıl oldukları ve geçen oturumdan bu yana neler yaptıkları konuşulur.
2. Önceki oturumun özeti yapılır. Verilen ödevle ilgili paylaşmak isteyen üyelerle aldıkları notlar paylaşılır. Velilerin paylaşımında olumlu çabalar övülerek üyeler cesaretlendirilir.
3. Öfke ifade biçimleri üzerine konuşmaya devam edilir.
4. Katılımcıların kendi yaşamları ile ilgili örnekleri üzerine konuşulur
5. Geribildirim alınarak oturum özetlenir ve oturum sonlandırılır

4. Oturum

İçerik:

Öfke neden kontrol edilmeli

Nefes egzersizlerinin öğretilmesi

Öfke günlüğü ödevlerinin verilmesi

Amaç: Öfke duygusuna ilişkin farkındalık sağlanması; öfke kontrolüne yardımcı tekniklerin öğretilmesi.

Sürecin işleyişi:

Bir önceki oturumdan bu yana neler yaptıkları sorulur. Bir önceki oturumun özeti yapılır. Öfke kontrolü üzerinde bir haftadır neler düşündükleri üzerine konuşmaları sağlanır. Grup üyelerinden hangi zamanlarda öfkelerini doğru yönettikleri, bu farklılığı o an nasıl yarattıklarını düşünmeleri istenir. Bu tip istisnaların daha sık olabilmesi için neler yapılması gerektiği sorularak sorun yaşanmasının kaçınılmaz olduğu, sorunların her zaman güçlü olmadığı ve sonsuza kadar sürmeyeceği gruba anımsatılır.

Öfke günlüğü kâğıtları dağıtılır ve nasıl dolduracakları anlatılır.

Basit nefes egzersizi üzerinde konuşulur. Diyaframdan nefes alma tekniği üzerine 15 dakika çalışılır.

Geribildirim alınarak, oturum özetlenir ve sonlandırılır.

Bilgi Notu: Nefes denetimi; diyaframdan nefes alma tekniği: Karnın soluk alındığında nasıl dışarı doğru genişlediğini ve soluk verildiğinde de nasıl içeri doğru çekildiği gösterildi. Üyelerden bir ellerini göbeklerinin hemen üstünde mide üzerine ve diğer ellerini de göğüslerinin üzerine koyarak alıştırma yapmaları istendi. Soluk alıp verirken kasların nasıl bir dalga gibi ardışık biçimde kullanıldığı gösterildi. Daha sonra üyelerden bire kadar sayarak burunlarından yavaşça soluk almaları ve kendi kendilerine “gevşe” sözcüğünü tekrarlayarak yavaşça soluk vermeleri istendi. Üyeler bu yöntemi kavrayana kadar birkaç kez uygulandı. Bire kadar sayıp soluk verirlerken “gevşe” diyerek düzenli bir hızın tutturulmasına yardımcı olundu. Üyeler, bu hareketi öğrenebilmek için alıştırma yapmak gerektiğine ve hareketi yapmanın başlangıçta kolay olmayacağına ikna edildi. (Karp, C.L., Butler, T.L. 1996:196).

5. Oturum

İçerik:

Öfke günlüğü ödevlerinin değerlendirilmesi

Grup üyelerinin oturum sonrasında yaşantılarında meydana gelen değişimleri fark etmesi

Sürecin işleyişi:

Bir önceki oturumun özeti yapılır

Öfke günlüğü ödevlerini yapanlardan gönüllülerin ödevleri üzerinde konuşulur

Oturum başında yaptığımız ölçeklendirme çalışmamızda kendiniz için belirlediğiniz noktadan çok iyi ilerleme kaydettiniz. Bu amaca ulaşmak için gösterdiğiniz çabaları bundan sonra da tekrarlamamız gerekiyor. Ne yapacağınızı siz planladınız ve bu değişimleri siz başardınız. Bundan sonrada başarabileceğinize inanıyorum.

Kısa Gevşeme Tekniği uygulanır

Eğitim programı ve grupta ilgili karşılıklı değerlendirmeler yapılır

Oturum geribildirim alınarak özetlendi ve eğitim programı teşekkür konuşması ile sonlandırılır

Bilgi Notu: Kısa Gevşeme Tekniği: “Şimdi diyaframdan üç veya dört defa nefes alın, beşten ona kadar sayıncaya kadar her iki yumruğunuzu ve/veya ayağınızı sıkıp, gevşetin. Şimdi soluk verirken “gevşe” diye tekrarlayın. Tüm öfkenizi yumruğunuza hapsedtiğinizi ve yumruğunuzu gevşettiğinizde tüm öfkenizi attığınızı ve ellerinizi silkeleyerek gerginliğinizin son kırıntılarından da kurtulduğunuzu düşleyin.

B.1.4.5. Akademik Başarıyı Arttırmak Ve Sınav Kaygını Ortadan Kaldırmak İçin Geliştirilen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Grup Rehberliği Programı Örneği

Grubun Oluşturulması

Grup oluşturulurken Çözüm Odaklı Terapi'nin temel ilkesi olan 'Eğer bozuk değilse tamir etme(S. D. Shazer 2001)' ilkesi göz önünde bulundurulur. Kaygı yaşayan öğrenciler gruba dahil edilir. Öğrenciler belirlenirken kendi beyanlarına göre seçim yapılabileceği gibi 'Sınav Kaygısı Envanteri'nden de (N. Öner, D. Kaymak 1987) yararlanılabilir.

Temel İlkeler:

1- Problemin analizinden kaçının. Öğrencilerin sürekli geçmiş yaşantılarından bahsedip buna odaklanmaları yerine neyin işe yaradığına odaklanmak gerekir. Geçmişte yaşadıkları kaygı durumlarını sürekli anlatmalarını engelleyin.

2-Doğrudan bulunulan duruma müdahale önerin. Uzun zamanlı hedeflerle danışanı bağımlı hale getirmek yerine kısa vadeli, uygulanabilir hedefler koymak esastır.

3- İç görü yerine eylemlere Odaklanın. Öğrenciler kaygı ve başarısızlık ile ilgili içgörü geliştirmeye çalışırlarsa yetersizliklerine odaklanır ve çözümden giderek daha fazla uzaklaşır ve bahaneler bulurlar. 'Neden böyle olduğumuzu düşünerek çözümler üretemeyiz öğrenciler neden başarısız olduklarını keşfettiklerinde bu bilgiyi başarılı olmamalarının bir semptomu bir nedeni olarak kullanır' (L.Metcalf1987)

1. Oturum

- Grup üyelerinin grup lideri birbirleriyle tanışmalarını sağlamak
- Çözüm odaklı danışma yaklaşımının amaçları hakkında bilgi vermek,
- Grup süreci hakkında bilgi vermek,
- Oturumlar süresince grubun uyması beklenen kuralları oluşturmak,
- Üyelerin uygulama sonunda ulaşmayı hedefledikleri bireysel amaçları belirlemek

Süreç

Grup lideri kendini tanıtır. Grup süreci hakkında bilgi verir. Grup üyelerinin kendini tanıtmaları ve olumlu iletişim kurmaları için bir tanışma etkinliği gerçekleştirilebilir. Grup üyeleri ile birlikte grup kuralları belirlenir. Yapılandırma süreci tamamlandıktan ve kısa süreli çözüm rehberlik yaklaşımı grup üyelerine tanıtıldıktan sonra grup üyelerinin bireysel amaç belirlemeleri istenir. Bu süreçte grup üyelerinden aşağıdaki soruları kendi kendilerine yanıtlamaları ve amaçlarını netleştirmeleri istenir.

-Bu durum ne düzeyde yaşanıyor

-Bu durumu aşmak için neler yaptın

- Problemi yaşamadığın zaman oluyor mu?
- Problem aşmak için bir plan oluşturabildin mi?
- Şu anda problemi aşabilmekle ilgili ne düşünüyorsun?
- Problemi çözmek ile ilgili sorumluluk almaya hazır mısın?
- Hangi hedefleri başarırsan kendine daha fazla güvenmeye başlayacaksın?

Amaçların pozitif amaçlar olarak ifade edilmelerine dikkat edilmelidir. Amaçların kısa sürede etki edebilecek ve somut nitelikte olmasında dikkat edilmelidir. Örneğin 9. sınıf öğrencisinin ‘Üniversiteye giriş sınavında heyecan yaşamayıp iyi bir üniversiteye yerleşeceğim’ gibi çok uzun vadeli bir amaç oluşturması yararsız olacaktır. Bunun yerine en yakın dönemdeki okul sınavlarını düşünerek amaç oluşturması sağlanabilir.

Oturum sonunda danışanlara basit ödevler verilebilir. (Campbell ve ark(1999)) Bu ödevler imkânları vurgulamak ve fark etmelerini sağlama amaçlıdır. Her danışanın isteğine göre değişik olabilir. Örneğin kaygı durumunu yaşamadıkları sınav deneyimlerinin listesini yapmaları istenebilir.

2. Oturum

Amaçlar:

- Üyelere kaygı durumundan kurtulmaları durumunda oluşacak değişikliği fark ettirerek onların güdülenmelerini sağlama
- Üyelerde değişim için farkındalık oluşturmak,
- Üyelerde pozitif değişim beklentisi oluşturmak,
- Üyelerin kısa büyük değişikliğe oluşturmada süreli hedefler belirleyebilmelerini sağlama

Süreç

Bir önceki oturumun özetli yapılarak oturum başlatılır. Öğrencilerin ev ödevler üzerine değerlendirme yapılır birbirlerine geri bildirim vermeleri sağlanır. Süreci hızlandırmak ve hedefleri netleştirmek için çözüm odaklı kısa süreli rehberlik anlayışının temel tekniklerinden olan “Mucize Soru” tekniği kullanılabilir. Mucize soru tekniğinin amacı öğrencilerin hızlı ve kolay bir şekilde gelecekte problemin olmadığı bir durumu hayal etmelerini sağlamaktır(S.D Shazer2001). Mucize soru tekniğinde öğrencilere:

“Akşam eve gittin ve uyudun. Gece bir mucize gerçekleşti ve sorunun ortadan kalktı. Ancak Bu mucizenin olduğunu bilmiyorsun ve hayatına devam ettin. Mucizenin gerçekleştiğini nasıl ve ne zaman fark edeceksin? Mucizenin gerçekleştiğini en iyi arkadaşın ve ailen nasıl fark edecek?”

Öğrencilerin cevapları üzerine konuşarak çözüme iyice odaklanmaları ve neyi değiştirmek istediklerini netleştirmeleri bu şekilde sağlandıktan sonra derecelendirme soruları tekniği kullanılabilir. Çözüm odaklı kısa süreli yaklaşıma göre küçük değişimlerin dalga etkisi yapma özelliği olduğu düşünülür ve işe vuruk bir çözümün oluşması için yakın zamanda uygulanabilecek pratik çözümler bulmak esastır. Bunun için öğrenciden bir skala oluşturması ulaşmak istediği nihai amacı 10 olarak belirlemesi deneyimlediği en kötü kaygı durumunu 0 olarak puanlaması istenir. Daha sonra bu 0-10 arası skalada nerede olduğu sorulur. Öğrencinin bu skalada 1 basamak yükselmesi için ne yapması gerektiği sorulur ve gelecek oturuma kadar yapması gereken şeyleri uygulaması istenir. Ölçeklendirme soruları, danışanların, istedikleri değişikliklere ulaşırken atacakları adımlara ve bunun için yaptıkları şeylere daha fazla dikkat etmelerini sağlar (Corey, 2005)

Bir sonraki oturuma kadar skalada bir puan yükselbilmeleri için yapmaları gerekenleri uygulamaları istenerek oturum sonlandırılır.

3.Oturum

- Bulunan çözüm yollarının etkililiğinin değerlendirilmesi
- Çözüm yolları üzerine konuşup birbirleriyle paylaşımda bulunmalarını isteme
- Öğrencilerin önerilerine ek olarak pratik öneriler ve teknikleri öğrenciye aktarma

Oturumun başlangıcında skala tahtaya çizilir. Öğrencilerden bu hafta yaptıkları etkinlikleri değerlendirmeleri ve skalada puanlarını yükseltip yükseltmediklerini değerlendirmeleri istenir. Öğrencilere çözüm odaklı prensiplerini uygun olarak ‘işe yarayanı bul ve tekrar et’ ‘eğer işe yaramıyorsa tekrar yapma’ Walter and Peller (1992) ilkelerine uygun hareket etmenin önemi aktarılır. Öğrencilerin aktardığı ve etkili olan çözüm yolları tahtaya yazılır. Aynı şekilde kaygı durumlarında işe yaramayan ve etkili olmayan yöntemler listelenir. Öğrencilere her bireyin tek ve eşsiz olduğu kendileri için en iyi olan çözümü kendilerinin keşfetmesi gerektiği vurgulanır ve kendi çözümleriyle birlikte diğerlerini de denemeleri istenir.

Öğrencilerin kendi ürettiği çözümlerin yanında gevşeme egzersizleri, nefes kontrol teknikleri gibi pratik önerilerde öğrencilere aktarılarak yeni öğrendikleri de uygulamalarını isteyerek oturum sonlandırılır.

4.Oturum

- Önceki oturumun özeti
- Programın genel olarak değerlendirmesinin yapılması
- Öğrencilerin gelişimlerini fark etmelerini sağlayarak bu cesaretlendirilmeleri
- Veda ve teşekkür

Bir önceki oturumun ve programın genel olarak özeti yapılır. Öğrencilerin belirledikleri ve çaba harcadıkları amaca ulaşmalarının bir süreç içinde gerçekleşeceği onlara aktarılır. Öğrencilerin 4 haftada kaydettiği aşamalar üzeri konuşulur. Hedefledikleri skalada 10 puanı noktasına gelmek için sürekli yeni adımlar atmaları, da etkili yöntemler bulmalarının önemi vurgulanır. Öğrencilere yönelik iltifatlar kullanılır. Çözüm odaklı yaklaşımda iltifat 'danışandan yolunda giden konularla ilgili davranışlarını aynen devam ettirmesi, istenilen sonucun alınmadığı tutum ve davranışların durdurulması ve de yerine farklı bir yöntem denenmesi isteme (O'Connell, 2001) olarak tanımlanmıştır. Grup üyelerine teşekkür ederek süreç sonlandırılır.

B.1.4.6. Mesleki Rehberlik-Alan Seçimi İçin Geliştirilen Çözüm Odaklı Kısa Süreli Grup Rehberliği Programı Örneği

Bilgi notu:

Ekinlik Öncesi ve sonrasında Etkinlik Eki- 1'deki “Mesleki Rehberlik Ön Test-Son Test” anketinden yararlanılabilir

Çalışmaya başlamadan önce program dâhilinde Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi (MBS) sisteminin tanıtımının yapılmış ve bütün öğrencilerin sisteme girmiş olması gerekir.

“Kendini Değerlendirme Envanteri”nin yapılmış olması gerekir.

1.Oturum

1.Tanışma: Danışman kendini kısaca tanıtır. Kalabalık sınıf ortamında, öğrencilerden isimlerini ve ileride seçmeyi düşündükleri meslekleri söylemeleri istenir.

2. Süreç hakkında bilgi verilir. Bu çalışmanın yapılmasına neden gereksinim duyulduğu, alan/program seçimi ile meslek seçimi arasında bağlantının olduğu vs. giriş yapılarak;

“Size çok sayıda soru soracağım. Bu soruların bir kısmı size saçma gelebilir ve yanıtlamakta güçlük çekebilirsiniz. Verdiğiniz yanıtların bir kısmını kaydedeceğim. Size vereceğim mesaj için bu notlardan yararlanacağım. Oturum bittikten sonra kaydettiğim notları gözden geçirmek ve sınıfta konuşulanlarla ilgili düşüncelerimi bir araya getirmek için belli bir süre buradan ayrılacağım. Geri döndüğümde size görüşlerimi söyleyip hazırladığım mesajı okuyacağım. Ayrıca mesajın bir kopyasını sınıfta görünen bir yer asacağım. Bu işlemle ilgili ne düşünüyorsunuz?”

4. Grup kuralları oluşturularak, sözleşme yapılır.

5. Amaç oluşturma: Danışman ‘Bu etkinliği yapmamızın amacı ne olabilir?’ şeklinde bir soru ile süreci başlatır. Öğrencilerden herhangi bir yanıt gelmemesi durumunda süreç için cesaretlendirilir. ‘Sizin burada olmanıza neden olan, etkinliğe gereksinim duymanıza neden olan durumları düşünmenizi istiyorum’

(Öğrencilerden gelen yanıtlar bloknota yanıtı veren öğrencinin ismiyle kaydedilir/tahtaya asılır) Sadece Pozitif amaçlar yazılmalıdır.

Öğrencilerin muhtemel cevapları aşağıdaki gibi olabilir:

- Sınıfta olmak istemiyorum, mecbur geldim
- Bilmiyoruz
- Fikrim yok
- Türkçe-Matematik alanını seçmek istiyorum ama matematik dersim iyi değil

- Yakın arkadaşlarımla birlikte aynı sınıfta olmak istiyorum
- Ailem sayısal bölüme gitmemi istiyor
- Ailem doktor olmamı istiyor ama ben ne olmak istiyorum bilmiyorum
- Bu okulda zorlanıyorum. Başka bir okula mı gitmeliyim ki?
- Meslek lisesine geçiş yapmak istiyorum.
- Ebru ile aynı sınıfta olmak istiyorum
- Üniversite sınavında başarılı olmak ve sonunda iyi bir meslek sahibi olmak istiyorum
- Neleri başarabileceğimi bilmiyorum
- Müzik öğretmeni olmak istiyorum

Öğrenciden bütün yanıtlar alındıktan sonra pozitif amaçlar belirlenir.(Pozitif amaçlar gözlenebilen ve ölçülen davranışlar) Negatif, yıkıcı amaçlar aşağıdaki örneklerde olduğu gibi pozitifçe çevrilir.

- ‘Burada bu etkinlik için olmaya kendin karar vermiş olsaydın burada olma amacın ne olurdu?’
 - ‘Burada olmanın amacını bilmiş olsaydın, fikrin olsaydı ne olurdu?’
 - ‘Matematik dersin iyi olsaydı ne olurdu?’
 - ‘Böyle bir amaç seni sağlıklı bir şekilde geleceğe taşır mı?’
 - ‘Ailen sayısal bir bölüme gitmeni istemeseydi, tercihinde seni etkilemeye çalışmasa ne olurdu?’
 - ‘Ailen doktor olman yönünde telkinde bulunmasa sen ne olmak isterdin?’
 - ‘Başka bir okula gitsen ne olurdu?’
 - ‘Meslek lisesine geçiş yapsaydın ne olurdu?’
 - ‘Ebru ile arkadaşlığını aynı sınıfta olmadan devam ettirmek durumunda kalsan ne olurdu?’
 - ‘Üniversite sınavında başarılı olman ve sonunda iyi bir meslek sahibi olsaydın ne olurdu?’
 - ‘Neleri başarabileceğini bilsen ne olurdu?’
 - ‘Müzik öğretmeni olsan ne olurdu?’
- ...pozitif amaç oluşturana kadar sorular devam eder..

6. Ev Ödevi: Danışman, beyaz bir sayfa göstererek ‘bu sayfaya bakınca geleceğe ilişkin bazı bilgiler görülebilmektedir.’ Belirli bir tarihe kadar (2.oturumdan önce) kendilerini buraya getiren nedenlerin ortadan kalktığını hayal ederek beyaz bir sayfada gösterin, belirginleştirin, yazın. Siz bu sorunu çözdüğünüzde nasıl bir durum ortaya çıkacak bunları da düşünün ve yazın’ diyerek oturumu sonlandırır.(Beyaz Sayfa Tekniği)

7. Mesaj: Danışman; kendinizi anlamaya çalışmak için gösterdiğiniz çaba taktire şayan. Gerçekten ne istiyorsunuz bunu anlamaya çalışmanız çok güç bunu büyük bir oranda başardığınızı görüyorum.

2.Oturum

1. 1.oturumun özeti yapılarak başlanır. Öğrencilere verilen ev ödevinin incelenmesinden ortaya çıkan anekdotlar paylaşarak oturum süreci başlatılır.

Amaç: Uygun alan seçimi yaparak meslek seçimine ilişkin giden yolda uygun adım atma

2.İstisnai Anlar: Danışman , ‘ gelecek için kurduğunuz hayallere, ulaşmaya çalıştığınız hedeflere varma yolunda hiçbir problemle karşılaşmadığınız durumlar oluyor mu?’ sorusu öğrencilere yöneltilir? ‘o zaman ne yapıyordun?’ ‘Matematik dersinin iyi olduğu zamanlar oldu mu?’ ‘Neleri başarabileceğin, hangi konularda yeteneklerin olduğu konusunda farkında olduğun zamanlar oldu mu?’ ‘Ailenin okul seçimi ve ya gelecekte için seçmeyi düşündüğün meslekte senin tercihlerin konusunda baskı yapmadığı zamanlar oldu mu?’... ‘böyle durumlarda farklı olan neydi?’

- İlkokulda matematiğim pekiyiydi.
- Liselere giriş sınavında yüksek puan aldım.
- Babam kendini mutlu eden neyse o işi yap der.
- Çok inatçı olan dedemi ikna edebildim, ikna gücümün yüksek olduğunu gördüm
- ...

3. Mucize Soru: Danışman ‘Diyelim ki sizler uyurken bir mucize oldu ve istediğiniz amaçlara ulaştınız. Yarın sabah sizlere bir mucize olduğunu fark ettirecek şey ne olurdu? Sizlerden başka durumu fark eden kim olurdu? Daha sonra kimler fark ederdi? Sana ne derlerdi, senin onlara tepkin ne olurdu? Başka başka ...

- Müzik öğretmeni olurdu, yarın okul koro seçmelerine girmem, müzik öğretmenim fark ederdi, arkadaşlarım fark ederdi... Tebessüm ederdim ve çalışınca oluyor derdim, müzikle ilgili ayırdığım çalışma sürelerini artırırdım
- Matematik dersim iyi olurdu, yarın matematik dersinde sınıfta problemi çözmek için parmak kaldırmam

•Sınavlardan yüksek puan alırdım, yarın çalışmaya başlamış olurdum, ailem fark ederdi sonra öğretmenim, harikasın derlerdi, mutlu olurdum...

•İstediğim okula gidebilirdim, ailemle birlikte istediğim okula; müdürüyle şartları öğrenmek için giderdim, ailem fark ederdi sonra arkadaşlarım fark ederdi, iyi düşündün mü derlerdi, benim tepkim; evet derdim, meslek lisesinin elektrik bölümünde okumak istiyorum ve sonunda kendi çalışma yerimi açıp usta olacağım olurdu

•Doğru programı seçmiş olurdum, okula gitmek için erken kalkardım, öğretmenlerim fark ederdi, ailem fark ederdi, bana üniversitede hangi bölümleri seçeceksin diye sorarlardı, benim tepkim edebiyatı-sosyali seviyorum, tercih edebileceğim birçok program var , araştırıyorum derdim, araştırmaya devam ederdim....

4. Ödev: Danışman: ‘Mucizelerin gerçekleşmesi için ilgi ve yeteneklerimizin farkında olmamız, kişilik özelliklerimizi bilmemiz, kendimizi tanımamız gerekir. İlgi ve yeteneklerimize uygun okul/alan/program seçebilmeliyiz. Bununla birlikte ilgi ve yeteneklerimizle meslekler arasında bir bağ kurabilmemiz gerekir. Bunun içinde mesleklerin ne olduğunu bilmeliyiz. Meslek seçimi uzun bir süreç içinde ele alınan bir konudur. Kendinizi ne kadar tanıdığınızı düşünmenizi istiyorum. (Kişilik özellikleri, ilgi, hobiler, yapmaktan hoşlanılan şeyler ve yetenekler)

5. Mesaj: Danışman; düşündüğünüzde yapabildiğiniz birçok şeyin olduğunu görüyorsunuz. Yapabildiklerinize odaklanarak bir bakış açısı geliştirebilmeniz harika!

3.Oturum

1. 2.oturumun özetinin yapılarak başlanır. Geçen oturum ile bu oturum arasındaki değişimlerin değerlendirmesi yapılır.

2. Derecelendirme: İlk görüşmeden bu tarafa ne mesafede oldukları çözüm anlamında 0-10 arasında nerede oldukları sorulur.

Danışman ‘İlk görüşmeden bu yana kendinde olan değişikliklere 0-10 arası puan vermeni istesen ne verirsin?’

Öğrenci: 3 veririm

Danışman: 0 ile 2 arasında bir sayı da söyleyebilirdin 3 dedin. Bunu açıklayabilir misin?

Öğrenci: En azından bu okulda devam edip üniversite sınavına geldiğimde ODTÜ kazanıp, mühendis olamayacağımı biliyorum. Meslek lisesinde otomotiv bölümüne girip, bitirince organize de işe başlarım.

Danışman: Kendini ne kadar tanıyorsun? Nelerden hoşlanırsın, hangi konularda yeteneklisin? Bu konuda 0-10 arası puan vermenizi istesem ne verirsin?’

Öğrenci: 4 puan verirdim.

Danışman: 0 ile 3 arasında bir sayı da söyleyebilirdin 4 dedin. Bunu açıklayabilir misin?

Öğrenci: Sözel derslerde daha çok yetenekliyim. Kitap okumayı seviyorum. Matematikte yeteneğim olduğundan emin değilim.

Danışman: Kişilik özelliklerinize hangi meslekler daha uygun? Farkında mısın ? 0-10 arası puan vermeni istesem ne verirsin?’

Öğrenci: 5 veririm.

Danışman: 0 ile 4 arasında bir sayı da söyleyebilirdin 5 dedin. Bunu açıklayabilir misin?

Öğrenci: Büro da yapılan işler benim kişiliğime uygun değil bunu biliyorum. Evraklarla uğraşmak bana çok sıkıcı geliyor. Ben hareketli bir insanım. Araziyi seviyorum

Danışman: ‘Kendinizi derece gördüğünüz puanlardan bir puan yukarıya bir sonraki oturuma kadar neler yapabilirsiniz?’

Öğrenci: Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi’nde (MBS) bulunan testleri kendimize uygulayarak sonuçlarına bakabilirim.

Danışman: Okulumuzda bulunan alan/programları incelediniz mi? Bu alan/programlarla hangi üst programlara geçiş yapabilirsiniz. Bu üst programların size sunacağı meslekler hangileri? Bildiğiniz kadarıyla kendinizle ilgili 0-10 arası puan vermenizi istesem ne verirsiniz?’

Öğrenci: 7 puan veririm.

3. Ödev: Danışman: ‘Bir sonraki oturuma kadar Ulusal Mesleki Bilgi Sistemi (MBS) de bulunan kendimizi tanıma ile ilgili ölçme araçlarını kullanarak, sonuçları üzerinde düşünerek, hangi meslekler sizin için uygun olabilir? Düşünmenizi istiyorum.’....tarihine kadar yapmayı düşündüğünüz alternatif alan/program tercihleri sonucunda gelecek 10 yıl sonunda ne iş yapıyor olabilirsiniz. Alternatifli hikaye yazmanızı istiyorum.’

4.Mesaj: Danışman: İlk oturumdan bu yana gösterdiğiniz ilerleme umut veriyor, burada yaptıklarımızı daha da güzelleştiriyor. Her biriniz harika gençlersiniz.

4.Oturum

1. 3.oturumun özeti yapılır.

2. Danışman: ‘Geçen sürede, bu zamana kadar neler yaptınız? ‘(Öğrencilerden gelen bildirimler alınır. Olumlu yönde yapıldığı ifade edilen çabalar övülür. (Amigoluk)’Kendiniz, yetenekleriniz, ilgi ve değerleriniz, kişilik özellikleriniz ve meslekler arasında bağ kurmada dereceyle ifade edersek 0-10 arasında neredesiniz?’

Öğrenci:5

Rehber Öğretmen: 5.dereceye kadar iyi gördüğün neler var? Açıklar mısın?

Öğrenci: Geçmişteki deneyimlerim sonucu, ticari yönü ağırlıklı, halkla ilişkiler, pazarlama gibi meslek alanlarında başarılı olabileceğimi düşünüyorum. İnsanları ikna edebiliyorum, rahat iletişim kuruyorum, bu konuda yetenekli olduğumu söylerler...

3.Ödev: Olabilecek en kötü durumu ve olmaması için neler yapardınız? Düşünün.

4.Mesaj: Danışman: Kendi iç dünyanızın derinliklerine inerek, kendinizi detaylandırmanız farklı güzelliklerinizi görmeyi sağladı. Her biriniz güçlü potansiyelleri olan gençlersiniz. İç dünyanızı keşfetme yönünde yolculuğunuzdaki çabanız çok güzel!

5.Oturum

1.4. Oturumun özeti yapılır.

2.Ödevle ilgili anekdotlar paylaşılır. Olabilecek en kötü durumu düşündünüz. Bunların olmaması için bir şeyleri yapmaya başlamanın tam zamanı

3.Kâbus Soru: Bu gece uyuduğunda kötü bir kâbus gördüğünü düşün. Bu kâbusta seni buraya getiren bütün sorunlar daha ağır bir hal almıştır. Ertesi gün uyandığında kâbusa ilişkin neler dikkatini çeker?

Öğrenci: Bütün derslerden başarısız olmuşum. Dikkatimi çeken matematik ve geometri dersinde geriyim. Bu çok kötü bir kâbus, gerçekte başarılı olduğum derslerde var.

Öğrenci: Hiç istemediğim bölümde okumak zorunda kalıyorum.

Öğrenci: Hiç istemediğim bir işte çalışmak zorunda kalıyorum.

....

4. Danışman: Durumun kâbus olmaması için neler yapabilirsin?

Öğrenci: Kendimi tanıma, meslekleri tanıma yönünde çabalıyorum.

Öğrenci: Becerilerimi geliştirmeye çalışıyorum

Öğrenci: Tercihlerimi yaparken detaylarıyla düşünüyorum.

Öğrenci: Ulusal Mesleki Bilgi Sisteminden (MBS) yararlanabilirim

....

5. Danışman: Bu oturuma kadar geçen sürede nelerin farkına vardınız?

Öğrenci: Artık hangi bölümü istediğimi ve bu bölümün bana hangi meslek seçenekleri sunduğunu biliyorum.

Danışman: Bölümü istediğinizi nasıl anlarsınız?

Öğrenci: Bölüme yönelik derslere daha istekli giriyorum.

Danışman: Çok güzel! Başka kim fark eder bu değişiklikleri

Öğrenci: Öğretmenlerim fark eder.

Danışman: Ne olur da fark eder?

Öğrenci: Derslere katılırım, sınavlarda başarılı olurum.

6. Mesaj: Danışman; felaket durumlarda bile çıkış yolunu bulabilmeniz heyecan verici.

6.Oturum

1.5.oturumun özeti yapılır.

2.Danışman grupla rehberlik süreci başlangıcından itibaren nelerin farkına vardıklarını ifade etmelerini ister.(söylenenler not alınır, tahtaya asılır)

3.Danışman; sınıfta bulunan öğrencilere neleri başardıklarını söylemelerini ister.(söylenenler not alınır, tahtaya asılır)

4.Danışman; öğrencilerin çabalarını över(Amigoluk)

5.Derecelendirme Ölçeği: Öğrencilere ilk oturum ile sona gelindiğinde ölçekte karşılaştırma yapmaları söylenir.

6.Öğrencilerden grup süreci ile ilgili görüşlerini belirtmeleri istenir.

7.Mesaj: Danışman; Süreç içerisinde verdiğiniz katkılarla çok güzel bir etkinlik süreci yaşadık. Birbirimizden çok şey öğrendik. Teşekkür ediyorum.

Etkinlik Eki- 1: Mesleki Rehberlik Ön Test-Son Test

Mesleki Rehberlik Ön Test-Son Test

Yönerge: Aşağıdaki önermelerde kendinize en uygun olan seçeneği (X) işaretleyiniz. Önermelere vereceğiniz yanıtlar size en yakın olan seçenek olmalıdır. Yanıtlarınızı verirken samimi olmanız önemlidir. Teşekkür ederiz.

	Önerme	Evet	Kısmen	Hayır
1	Kendi ilgilerim ve önceliklerimin farkındayım.			
2	Kendi yeteneklerimin farkındayım.			
3	Okulumdaki alanları biliyorum			
4	Okul dışında bana açık olan alanları biliyorum.			
5	Okuldaki alanlarla meslekler arasında bağlantı kurabiliyorum.			
6	Mesleklerle özelliklerim arasında bağlantı kurabiliyorum			
7	Ulaşmak istediğim mesleki hedeflerim var.			
8	İş alanlarındaki değişiklikleri merak ediyorum.			
9	Meslekler ile ilgili nerelerden bilgi alabileceğimi biliyorum.			
10	Güçlü yönlerimin farkındayım.			
11	Güçlü yönlerimi geliştirmem gerektiğinin bilincindeyim.			
12	Kişilik özelliklerimin farkındayım.			
13	Meslek disiplinlerinin çok detaylı olduğunun farkındayım.			
14	Meslek disiplinlerinin detaylarında farklı uzmanlık özellikleri gerektiğinin farkındayım.			
15	Serbest zamanlarda yapmaktan hoşlandığım şeyleri yapmaya hangi mesleklerin uygun olduğunun farkındayım.			
16	Bir meslekle ilgili bilinmesi gereken şeylerin farkındayım.			
17	Varlığından haberdar olmadığım meslekler olduğunun farkındayım.			
18	Her mesleğin önemli ve saygıdeğer olduğunun farkındayım.			
19	Meslek seçiminin bir süreçte gerçekleştiğinin ve değişimi de içeren dinamik bir durum olduğunun farkındayım.			
20	Meslek seçiminde farklı seçeneklere açık olmam gerektiğinin farkındayım.			
21	Meslek seçiminde tüm farklı seçeneklerin özelliklerime uygun olması gerektiğinin farkındayım.			
22	Gelecekte yapacağım mesleğin mutluluğumda ve mutsuzluğumda çok önemli bir belirleyici olduğunun farkındayım.			
23	Meslek seçimine ilişkin her zaman yardım almam gerektiğinin farkındayım.			
24	Zayıf yönlerimin farkındayım.			
25	Zayıf yönlerimi geliştirebileceğimin farkındayım.			
26	Fiziksel özelliklerime göre başarılı ve ya başarısız olabileceğim meslekler olabileceğinin farkındayım.			
27	Alan ve meslek seçiminde karar vermenin önemini farkındayım.			
28	Meslekleri ve kendimi tanımak için bilgisayar kullanmamın yararlı olduğunun farkındayım.			
29	Meslek seçiminde farklı seçenekleri düşünmenin önemli olduğunun farkındayım.			
30	Bir meslekte görünenin dışında farklı durumların olabileceğinin farkındayım.			

YARARLANILAN KAYNAKLAR

1. Akın, A. ve Diğerleri. (2014). **Çözüm Odaklı Kısa Süreli: Grupla Psikolojik Danışma.** Ankara: Nobel Yayınları
2. Ateş, B. (2015). **Üniversite Öğrencilerinin Güvengenlik Becerileri Üzerinde Çözüm Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Etkisi.** “Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2015; 11(3): 832-841”
3. Ateş, B. (2014). **Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fobi ile Başa Çıkmalarında Çözüm Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Etkisinin İncelenmesi.** (Yayımlanmamış doktora tezi). Atatürk Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
4. Bill O'Connell. **Solution-focused Therapy** SAGE, 2005
5. Campbell, J., Elder, J., Gallagher, D., Simon, J., and Taylor, A. (1999). **Crafting the “Tap on the Shoulder:” A compliment template for solutionfocused therapy.** The American Journal of Family Therapy, 27, 35–47.
5. Corey, G. (2005). **Theory and practice of counseling and psychotherapy.** (7th ed.). Belmont, CA: Wadsworth.
6. Doğan,S. (2012). **Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışmanlık Yaklaşımı.** <http://www.turkpdr.com/makale/rehberlik-ve-psikolojik-danismanlik/cozum-odakli-kisa-sureli-psikolojik-danismanlik-yaklasimi-512.html> (İndirilme tarihi; 31.05.2017)
7. Doğan, S. (1999) . **Okul Psikolojik Danışmanları İçin Yeni ve Pratik Bir Yaklaşım: Çözüm Odaklı- Kısa Süreli Psikolojik Danışma.** Ankara: . Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. 15-17 Eylül 1999
8. Doğan, S. (1999). **Çözüm Odaklı Kısa Süreli Tedavi: Kuramsal bir inceleme.** Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi,2(12), 28-38.
9. Dölek, N. (2002). **Öğrencilerde Zorbaca Davranışların Araştırılması ve Bir Önleyici Program Modeli.** (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
10. Durak, M. (2014). **Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışmanlık Yaklaşımı.** http://mebk12.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/41/03/966845/dosyalar/2014_01/16114558_zmo_daklpsilolojikdanma.pdf (indirilme tarihi: 31.05.2017)
11. Meydan, B. (2013). **Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma: Okullardaki Etkililiği Üzerine Bir İnceleme.** Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2013, 4 (39), 120-129
12. Gündoğdu ve Diğerleri (2016) . **Çözüm Odaklı Yaklaşım ve Hemşirelikte Kullanımı.** <https://www.researchgate.net/publication/306329382> (İndirilme Tarihi; 31.05.2017).

13. Kazak, A. and Marvin, R. (1984). Differences, Difficulties and Adaptation: Stres and Social Network in Families with a Handicapped Child. Family Relations, 33, 67-77.
14. Karp,C.L., Butler,T.L.(1996). Treatment Strategies for Abused Children-from Victim to Survivor. SAGE Pub. London,p:196.
15. Koruklu, N. ve Diğerleri. **Çatışma Çözme Becerilerine Yönelik İhtiyaçlar ve Çatışma Çözme Durumlarını Yönetme Becerileri Ölçeklerinin Geçerlik ve Güvenirliği**. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi. C
16. Metcalf, L. (1995). **Counseling toward solutions: A practical solutionfocused program for working with students, teachers, and parents**. New York: The Center for Applied Research in Education
17. Shazer, S., Dolan, Y., Korman, H., Trepper, T., Mc Collum, E. & Berg, I. K. (2007). **More Than Miracles: The State of the Art of Solution-Focused Brief Therapy**. Haworth Press: New York. pp. 2-18.
18. Sklare, Gerald, B. (2019). **Okul Danışmanları İçin Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma**. (Çeviren: Diğdem Müge Siyez, Ed: Alim Kaya). Ankara: Pegem Akademi.
19. Smith,P., Dyregrov, A., Yule, W.(2003). **Çocuklar ve Felaket Toparlama Tekniklerinin Öğretilmesi**. MEB/UNICEF Psikososyal Okul Projesi, Çocuk ve Savaş Vakfı.52-55
20. Sparrer, I. (2012). **Çözüm Odaklı Yaklaşım ve Sistemik Yapısal Dizime Giriş**. (Çev. E. Suvarierol). İstanbul: Pan Yayıncılık.
21. Temuroğlu Sundur, Y. L. (2012). **Öğrenci destek programı modül 9: Zorbalıkla baş etme**. (Özellikle Kız Çocuklarının Okullaşma Oranının Artırılması Projesi), Milli Eğitim Bakanlığı Mesleki ve Teknik Eğitim Genel Müdürlüğü.
22. Uysal, Z. (2006). **Çatışma Çözme Eğitim Programının Ortaöğretim 9. Sınıf Düzeyindeki Öğrencilerin Çatışma Çözme Becerilerine Etkisi**. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı

EKLER

EK-1 2016-2017 Eğitim Öğretim Yılı Okul Ziyaretleri Takvimi

TARİH	ZİYARET EDİLECEK KURUMLAR	ZİYARETTE GÖREV ALANLAR
06.03.2017 PAZARTESİ	GÜNYÜZÜ İLÇESİ	Hikmet ÇOŞKUN-Gökhan ALKOYAK- Süleyman ÖZKAYA- Oğuz AKKAYA- Ayhan KOCAMAZ
07.03.2017 SALI	MİHALLIÇCIK İLÇESİ	Sertaç DOĞAN-Ozan ÇOPUR- Gökhan ALKOYAK- Özgür TANRIVERDİ- Ayhan KOCAMAZ
08.03.2017 ÇARŞAMBA	SARICAKAYA İLÇESİ	H.Hasret CEYLAN- Ayla UĞUR- Ayşe ALTUN- Fikret KONCA
09.03.2017 PERŞEMBE	MİHALGAZİ İLÇESİ	Yeliz GÜLER-Meltem Uysal KORKMAZ- Ayşe ALTUN- Fikret KONCA
10.03.2017 CUMA	BEYLİKOVA İLÇESİ	Sertaç DOĞAN- Gökhan ALKOYAK- Özgür TANRIVERDİ- Ozan ÇOPUR
13.03.2017 PAZARTESİ	ALPU İLÇESİ	M.Özgür AKTAŞ- Ayla UĞUR- C.Ufuk KABAL- Aynur ÇETİNKUŞ
14.03.2017 SALI	İNÖNÜ İLÇESİ	Ayla UĞUR- M. Özgür AKTAŞ- C. Ufuk KABAL- Ayşe ALTUN
15.03.2017 ÇARŞAMBA	SATILMIŞOĞLU ŞÜKRÜ SEVER İO / OO SABRİYE ŞERAFETTİN GÖKTUNA İO ÇUKURHİSAR İO / OO KOZKAYI İO	Selma MERT- Melike DOĞAN- Hikmet ÇOŞKUN- Aynur ÇETİNKUŞ- Ayşe ALTUN
16.03.2017 PERŞEMBE	GÜNDÜZLER İO / OO GÖKDERE YILDIRIM ÇİFTLİĞİ İO SEKİÖREN İO KOZKAYI İO	Hikmet ÇOŞKUN- Meltem Uysal KORKMAZ- Ayşe ALTUN- C. Ufuk KABAL
17.03.2017 CUMA	ESKİŞEHİR ANADOLU LİSESİ ESKİŞEHİR ATATÜRK GÜZEL SANATLAR LİSESİ TAYFUR BAYAR ANADOLU LİSESİ ALİ GÜVEN MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ KUTLU DOĞUM ANAOKULU ULUÖNDER ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA MERKEZİ I.VE II ULUÖNDER ÖZEL EĞİTİM İŞ UYGULAMA MERKEZİ	Fethullah EKER- Gökhan ALKOYAK-Süleyman ÖZKAYA- Oğuz AKKAYA
20.03.2017 PAZARTESİ	BARBAROS İO MEHMET AKİF ERSOY OO MUSTAFA KEMAL İO / OO KENAN YALÇIN ANADOLU LİSESİ İSTİKLAL İO / OO BAKSAN MESLEKİ EĞİTİM MERKEZİ	Yeliz GÜLER- Gökhan ALKOYAK-Özgür TANRIVERDİ- Oğuz AKKAYA

21.03.2017 SALI	KARDEŞLER İO	Gültekin KARADAĞ- Gökhan ALKOYAK-Süleyman ÖZKAYA- Oğuz AKKAYA- Ayhan KOCAMAZ
	TOKİ İKRAM CİRİT ANADOLU LİSESİ	
	TOKİ ŞHT.EMRE BOLAT İO / OO	
	SÖĞÜTÖNÜ ANAOKULU	
	ULUSLARARASI TÜRK DÜNYASI KÜLTÜR BAŞKENTİ ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ	
	SABİHA GÖKÇEN MESLEKİ TEKNİK ANADOLU LİSESİ	
	TÜRKİYE YARDIM SEVENLER DERNEĞİ SUZAN GÜRCANLI ÖZEL EĞİTİM İŞ UYGULAMA MERKEZİ	
22.03.2017 ÇARŞAMBA	YARBAY MEHMET YAŞAR GÜLLE İO	Yeliz GÜLER- Fethullah EKER- Fikret KONCA- Aynur ÇETİNKUŞ
	AHMET OLCAY İO	
	AV.ŞAHAP DEMİNER İO	
	KUTİPOĞLU ANAOKULU	
	ŞHT.TEĞMEN SUBUTAY ALKAN OO	
	ŞHT.İLKER KARTER MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ	
23.03.2017 PERŞEMBE	100. YIL İO	Gökhan ALKOYAK- Ayla UĞUR- Süleyman ÖAKAYA- Ayşe ALTUN
	ŞHT.MUTLU YILDIRIM OO	
	TEİ ALPARSLAN İO	
	KAZIM KARABEKİR İMAM HATİP OO	
	ZİYA GÖKALP İO	
	ŞHT.MUSTAFA TÜRKER İO	
24.03.2017 CUMA	MUZAFFER ÇİL ANADOLU LİSESİ	Meltem UYSAL KORKMAZ- H. Hasret CEYLAN- Ozan ÇOPUR- Oğuz AKKAYA
	CEMAL MÜMTAZ SOSYAL BİLİMLER LİSESİ	
	SİNAN ALAĞAÇ OO	
	ŞHT.PİYADE ÜSTEĞMEN GÖKHAN YAVUZ İO / OO	
	MİMAR SİNAN OO	
	NERMİN ÖZDEMİR ANAOKULU	
27.03.2017 PAZARTESİ	ŞHT.MURAT TUZSUZ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU L.	H. Hasret CEYLAN- Gültekin KARADAĞ- Ayşe ALTUN- Aynur ÇETİNKUŞ
	CEMAL ERERDİ ANAOKULU	
	BEYHAN-RIFAT ÇIKILLIOĞLU ANADOLU LİSESİ	
	CAHİT KURAL İO	
	NECİP FAZIL KISAKÜREK OO	
	TİCARET BORSASI İO	
28.03.2017 SALI	TİCARET ODASI OO	Mehmet Özgür AKTAŞ- Ayla UĞUR- Aynur ÇETİNKUŞ - Ozan ÇOPUR
	AV.MAİL BÜYÜKERMEN İO	
	YILMAZ ÇETİNTAŞ ANADOLU LİSESİ	
	ÇAMLICA TİCARET ODASI İMAM HATİP OO	
	ÇAMLICA KIZ ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ	
	CEVAT ÜNÜGÜR İO	

29.03.2017 ÇARŞAMBA	VİLAYETLER HİZMET GÖTÜRME BİRLİĞİ ANAOKULU	Mehmet Özgür AKTAŞ- Meltem UYSAL KORKMAZ- Süleyman ÖZKAYA- C.Ufuk KABAL
	AHMET YESEVİ İŞİTME ENGELLİLER İO / OO	
	FAHRİ GÜNAY OO	
	75.YIL ÖZEL İDARE İO	
	CEMALETTİN GÖKAY ANAOKULU	
	ŞHT.MEHMET ŞENGÜL FEN LİSESİ	
30.03.2017 PERŞEMBE	ŞHT.BARIŞ ÖZTÜRK OO	Yeliz GÜLER- Meltem UYSAL KORKMAZ- Özgür TANRIVERDİ- Aynur ÇETİNKUŞ
	MUALLA ZEYREK İO	
	ERTUĞRULGAZİ İO	
	EMİNE CAHİDE KARAALİ OO	
	REŞAT BENLİ OO	
	YARDIM SEVENLER DERNEĞİ ÖZEL EĞİTİM UYGULAMA MERKEZİ I. VE II.	
31.03.2017 CUMA	PROF. DR. ORHAN OĞUZ ANADOLU LİSESİ	Fethullah EKER- Gökhan ALKOYAK- Oğuz AKKAYA- Ozan ÇOPUR
	ATA OO	
	HÜRRİYET İO	
	TUNALI İO	
	HABİP EDİP TÖREHAN MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ	
	GAZİ İO	
03.04.2017 PAZARTESİ	ESKİŞEHİR EĞİTİMCİLER SPOR LİSESİ	Sertaç DOĞAN- Mehmet Özgür AKKAYA- Ozan ÇOPUR- Özgür TANRIVERDİ
	DEVLET MALZEME OFİSİ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ	
	MİLLİ İRADE İO	
	MUTTALİP ANAOKULU	
	MUTTALİP ATATÜRK İO / OO	
	HACI HİLMİ OKUR İMAM HATİP OO	
04.04.2017 SALI	MEHMETÇİK ANADOLU LİSESİ	Yeliz GÜLER- Fethullah EKER- Fikret KONCA- Ayşe ALTUN- Ayhan KOCAMAZ
	NAMİK KEMAL OO	
	ÜLKÜ İO	
	İKİ EYLÜL OO	
	SAKARYA ANAOKULU	
	MİTHAT PAŞA İO	
05.04.2017 ÇARŞAMBA	DUMLUPINAR İO	Gökhan ALKOYAK- Mehmet Özgür AKTAŞ- Fikret KONCA- Aynur ÇETİNKUŞ
	AV. MAİL BÜYÜKERMEN ANAOKULU	
	SUZAN GÜRCANLI İO / OO	
	CUMHURİYET İO	
	ATATÜRK OO	
	GAZİ MUSTAFA KEMAL ANADOLU LİSESİ	
	PLT BNB. ALİ TEKİN İO	

06.04.2017 PERŞEMBE	İSMET PAŞA İO	Fethullah EKER- Sertaç DOĞAN- Özgür TANRIVERDİ- Ozan ÇOPUR
	ALİ RIZA EFENDİ İO	
	ARİF NİHAT ASYA OO	
	CEMALETTİN SARAR OO	
	KORG.LÜTFÜ AKDEMİR İO	
	ŞHT HALİL DURMAZ OO	
	ŞHT.PİYADE ASTSUBAY ÇAVUŞ SONER ÖZÜBEK İO/OO	
07.04.2017 CUMA	ÖZEL GELİŞİM EĞİTİM KURUMLARI	Fikret KONCA- Ayşe ALTUN
	ÖZEL ATAYURT FEN /ANADOLU LİSESİ	
	ÖZEL ÇAĞFEN EĞİTİM KURUMLARI	
	TED ESKİŞEHİR KOLEJİ EĞİTİM KURUMLARI	
	ÖZEL SAKARYA EĞİTİM KURUMLARI	
	ÖZEL ÇAĞDAŞ EĞİTİM KURUMLARI	
	ÖZEL MURAT YILDIRIM MESLEKİ TEKNİK ANADOLU LİSESİ	
	ÖZEL YESEVİ MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ	
10.04.2017 PAZARTESİ	ÖZEL ESKİŞEHİR AK ANAOKULU	Fikret KONCA- Ayşe ALTUN
	ÖZEL MASAL BAŞLIYOR ANAOKULU	
	ÖZEL ESKİŞEHİR UĞUR BÖCEĞİ ANAOKULU	
	ÖZEL MUTLULUK ANAOKULU	
	ÖZEL BEYAZ ZAMBAK ANAOKULU	
	ÖZEL BATIKENT YUMURCAK ANAOKULU	
	ÖZEL ESKİŞEHİR UĞUR BÖCEĞİ ANAOKULU	
	ÖZEL FİDANLAR ANAOKULU	
	ÖZEL MUTLU BİR GELECEK ANAOKULU	

EK-2 Okul Ziyaret Formu 1

TC
TEPEBAŞI KAYMAKAMLIĞI
TEPEBAŞI REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
OKUL ZİYARETİ FORMU-1

A. Genel Bilgiler

Rehber Öğretmenin;

Adı, soyadı:

Mezun olduğu okul ve Bölüm:

Lisans üstü eğitim ve tez konusu:

Çalıştığı okul:

Cep Tel:

Mail:

B. Formatörlerce verilen eğitimlerden aldıkları:

Eğitim	Aldım	Almadım	Açıklama
TKT 7-11 yaş uygulayıcı eğitimi			
TYT 6-8 uygulayıcı eğitimi			
TYT 9-11 uygulayıcı eğitimi			
Psikososyal müdahale eğitimi			
Ortak sınavlar ve sınav kaygısı			
TBM (Bağımlıkla Mücadele Eğitimi)			
0-18 Yaş aile eğitimi			
Diğer belirtiniz:			

C. Formatörü Olduğunuz Alanlar varsa Belirtiniz:

- 1.
- 2.
- 3.

D. Aşağıdaki alanlarda kendinizi ne ölçüde yeterli buluyorsunuz

	Yeterlik alanları	Çok yeterli	Yeterli	Kısmen yeterli	Yetersiz	Çok yetersiz
1	Psikolojik danışma					
2	Mesleki rehberlik					
3	Eğitsel rehberlik					
4	Aile danışmanlığı / eğitimi					
5	Grup rehberliği					
6	Grupla psikolojik danışma					
7	Sunum /seminer					
8	Öğrencilerle görüşme					
9	Araştırma / Rapor yazma					
10	Özel eğitim / kaynaştırma eğitimi					
11	Klinik / özel vakalar (ergenlik, öfke, intihar, taciz, ölüm, ensest vb.)					
12	Travma /Psiko-sosyal-krize müdahale					
13	Sınav/tercih danışmanlığı/sınav kaygısı					
14	Müşavirlik hizmetleri					
15	Denetimli serbestlik uygulamaları					
16	Bilsem tanıma süreci ile ilgili iş ve işlemler					

E. Karşılaştığınız Temel Sorunlar, belirtiniz:

.....
.....

F. Rehberlik ve Araştırma Merkezinden beklentileriniz, belirtiniz:

.....
.....

EK-3 Okul Ziyaret Formu 2

**TC
TEPEBAŞI KAYMAKAMLIĞI
TEPEBAŞI REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ
OKUL ZİYARETİ FORMU-2**

A. Genel Bilgiler

Okul adı:

Özel eğitim sınıfı var mı: () Evet () Hayır

Özel eğitim sınıfı öğrenci sayısı:

Kaynaştırma öğrencisi sayısı:

Destek eğitim odası var mı: () Evet () Hayır

Destek eğitim odasında görevlendirilen öğretmen sayısı:

Destek eğitimden yararlanan öğrenci sayısı:

B. BEP Hazırlamada Karşılaşılan Sorunlar:

.....
.....
.....
.....
.....

C. Özel eğitim ve kaynaştırma uygulamalarında Karşılaşılan Sorunlar:

.....
.....
.....
.....
.....

D. Destek eğitim odası uygulamalarında Karşılaşılan Sorunlar:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

E. Rehberlik ve Araştırma Merkezinden beklentileriniz, belirtiniz:

.....
.....
.....

EK-4 Çalıştay Programı

**ESKİŞEHİR İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ, TEPEBAŞI İLÇE MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ
VE TEPEBAŞI REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ MÜDÜRLÜĞÜ İŞBİRLİĞİ İLE**

EĞİTİMDE NİTELİĞİ ARTTIRMA PROJESİ (ENAP) KAPSAMINDA

**OKULLARDA REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA VE ÖZEL EĞİTİM, HİZMETLERİNİN
ETKİNLİĞİNİN**

ARTTIRILMASI ÇALIŞTAYI PROGRAMI

I. GÜN: 24.05.2017 Çarşamba

09.30 AÇILIŞ

İstiklal Marşı, Saygı duruşu

Açılış Konuşmaları

10.00 ANA SUNUM

Saha ziyaretlerinden elde edilen verilerin sunumu

Çalışma Grupları yönteminin sunumu

10.45- 11.00 ARA

11.00 ÇALIŞTAY GRUP OTURUMLARI

A. ÖZEL EĞİTİM HİZMETLERİ

I. Grup A. 1. BEP Hazırlama, Uygulama ve Değerlendirme

II. Grup A. 2. Kaynaştırma uygulamaları

III. Grup A. 3. Destek Eğitim Odası Uygulamaları

B. REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA HİZMETLERİ

B.1. Kişisel Sosyal Rehberlik

IV. Grup B.1.1. Davranış problemleri

- a) Olumlu davranış kazandırma
- b) Olumsuz davranışları değiştirme
- c) Disiplin ve kurallara uyma problemleri

V. Grup B.1.2. Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık

- a) Öfke kontrolü
- b) Şiddet eğilimleri
- c) Akran zorbalığı
- d) Teknoloji bağımlılığı
- e) Sigara vb.kullanımı

VI. Grup B.1.3. Aile İle İlgili Problemler

- a) Aile kaynaklı sorunlar
- b) Anne-baba tutumları
- c) Aile içi iletişim
- d) Parçalanmış aile

VII. Grup B.1.4. Uyum problemleri

- a) Sosyal-duygusal uyum güçlükleri
- b) Kişiler arası ilişkiler (arkadaşlık, karşı cins)
- c) Uyum güçleştiren sorunlar (DEHB, davranım bozukluğu vb)
- d) Kaygı
- e) Öz güven

B.2. Eğitsel Rehberlik

VIII. Grup B.2.1. Akademik Başarısızlık ve Etkili Öğrenme Problemleri

- a) Akademik başarısızlık
- b) Ders çalışma ve ödev yapma problemleri
- c) Derse ilgisizlik ve akademik motivasyon eksikliği
- d) Planlı ve verimli çalışmama
- e) Zaman yönetimi
- f) Sınav olma becerileri (Sınav stratejileri, test çözme teknikleri vb)
- g) Sınav kaygısı
- h) Gireceği sınavları tanıma

B. 3. Mesleki rehberlik

IX. Grup Meslekleri Tanıma, Meslek Seçimi ve Mesleki Tercihler

12.00-13.00 ÖĞLEN ARASI

13.00 ÇALIŞTAY OTURUMLARININ DEVAMI

15.00 ÇALIŞTAY GRUPLARININ SONUÇ SUNUMLARININ VE RAPORLARININ HAZIRLANMASI

16. 45 KAPANIŞ

II. GÜN 25.05.2017 Perşembe

09.00-12.30 ÇALIŞTAY GRUPLARI RAPORLARININ SUNUMU

09.00-09.15 I. Grup BEP Hazırlama, Uygulama ve Değerlendirme

09.20-09.35 II. Grup Kaynaştırma uygulamaları

09.40-10.05 III. Grup Destek Eğitim Odası Uygulamaları

10.10-10.25 ARA

10.30-10.45 IV. Grup Davranış problemleri

10.35-10.50 V. Grup Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık

10.55-11.10 VI. Grup Aile İle İlgili Problemler

11.10-11.20 ARA

11.20-11.35 VII. Grup Uyum problemleri

11.40-11.55 VIII. Grup Eğitsel rehberlik: Akademik Başarısızlık ve Etkili Öğrenme Problemleri

12.00-12.15 IX. Grup Mesleki Rehberlik: Meslekleri Tanıma, Meslek Seçimi ve Mesleki Tercihler

12.15- 12.30 KAPANIŞ

EK-5 ÇALIŞMA GRUPLARI

Proje Genel Koordinatörü

Mutlu CANTAŞ Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürü

Proje Genel Koordinatör Yardımcısı

Ayhan KOCAMAZ Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdür Yardımcısı

Proje Danışman ve Editörü

Fikret KONCA Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi
PDR Hizmetleri Bölüm Başkanı

1. GRUP: BEP Hazırlama, Uygulama ve Değerlendirme

Modaratör: Sedat GÜLLECI Şehit Piyade Astsubay Çavuş Soner Özipek Ortaokulu

Modaratör Yardımcısı: Hatice Hasret CEYLAN Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Üyeler:

- 1.Selçuk KAYA Uluönder Eğitim Uygulama Okulu Müdürü
2. Mecit AYDIN Şehit Piyade Astsubay Çavuş Soner Özipek Ortaokulu
3. Sendur PEKER Beyhan Rıfat Çıkkılıoğlu Anadolu Lisesi
4. Meryem ÖZDEMİR Barbaros İlkokulu
5. Rüyam KISACIK Pilot Binbaşı Binbaşı Ali Tekin İlkokulu
6. Hasret OKUR ORAKÇI Namık Kemal Ortaokulu
7. Emel KAYA Cevat Ünügör İlkokulu
8. Mehmet İNCEÇAM Fahri Günay Ortaokulu

2. GRUP: Kaynaştırma uygulamaları

Modaratör: Meltem UYSAL KORKMAZ Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Süleyman ÖZKAYA Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Üyeler:

1. İbrahim ŞAHİN Pilot Binbaşı Binbaşı Ali Tekin İlkokulu Müdürü
2. Rahime AKSOY Uluönder Eğitim Uygulama Okulu
3. Kemal KAPLAN Eskişehir Anadolu Lisesi
4. Bülent KARTAL Ahmet Yesevi İşitme Engelliler İlkokulu
5. Özcan ALTINÖZ Türkiye Yardım Sevenler Der. S. Gürcanlı Öz. Eğt. İş Uygulama O.
6. Sultan KARADAĞ Ticaret Borsası
7. Ayhan GÜNDOĞDU Türkiye Yardım Sevenler Der. S. Gürcanlı Öz. Eğt. İş Uygulama O.
8. Ersin SIRMA Ahmet Yesevi İşitme Engelliler İlkokulu

3. GRUP: Destek Eğitim Odası Uygulamaları

Modaratör: Hikmet ÇOŞKUN Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Gültekin KARADAĞ Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Üyeler

1. Seyit YILDIRIM Dumlupınar İlkokulu Müdürü
2. Tan SEVİLEN Tayfur Bayar Anadolu Lisesi
3. Tuğba BOZKAYA Dumlupınar İlkokulu
4. Necla ÇALIŞKAN Cumhuriyet İlkokulu
5. Ayşe ÖZTÜRK Ziya Gökalp İlkokulu
6. Alev ASLAN Mustafa Kemal Ortaokulu
7. Emine Öztürk Kazım Karabekir İmam Hatip Ortaokulu
8. Özlem KAHRAMAN Hürriyet İlkokulu

4. GRUP: Davranış problemleri

Modaratör: Ayşe ALTUN

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Memduh GÜMÜŞ İstiklal Ortaokulu

Üyeler

- | | |
|---------------------|--|
| 1. Erdal ÇAM | Gazi Mustafa Kemal Anadolu Lisesi Müdürü |
| 2. Oguz MERCAN | Alpu Ortaokulu |
| 3. Canan ÇAĞDAVUL | Ülkü İlkokulu |
| 4. Ezgi GÜRSES | Cemalettin Sarar Ortaokulu |
| 5. Engin AY | Arif Nihat Asya Ortaokulu |
| 6. Ela AÇIKGÖZ | Mimar Sinan Ortaokulu |
| 7. Sibel BAHAR | Cevat Ünügör İlkokulu |
| 8. Kardelen KARAKAŞ | Özel Gelişim Okulları |
| 9. Mehtap ÖZMEN | Cemal Mümtaz Sosyal Bilimler Lisesi |

5. GRUP: Şiddet-Öfke-Zorbalık-Bağımlılık

Modaratör: Oğuz AKKAYA

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Yasemin ŞAFAK

Sabiha Gökçem Mesleki Tek. And. Lisesi

Üyeler

- | | |
|-----------------------|---|
| 1. Şenol YAKA | Şehit Mutlu Yıldırım Ortaokulu Müdür |
| 2. Mehmet ŞAHAN | Atatürk Güzel Sanatlar Lisesi |
| 3. Hülya NACAĞ | 75. Yıl Özel İdare İlkokulu |
| 4. Rana TURAN | Beylikova Fen Lisesi |
| 5. Serap CİVAN | Gazi Mustafa Kemal Anadolu Lisesi |
| 6. Hande ÜNSAL | Sarıcakaya Çok Programlı Anadolu Lisesi |
| 7. Bilge Çiğdem ÇINAR | Eskişehir Eğitimciler Spor Lisesi |
| 8. Halil GEZGİN | Ahmet Olcay İlkokulu |
| 9. Özhan ÖZDEMİR | Şehit Halil Durmaz İlkokulu |
| 10. Gurbet CENGİZ | Günyüzü Şehit Mücahit Top İlkokulu |

6. GRUP: Aile İle İlgili Problemler

Modaratör: Aslıhan GÜLSOY

Ata Ortaokulu

Modaratör Yardımcısı: Ödül Elif ALTAŞER

Eskişehir Özel TED Okulları

Üyeler

1. Mehmet ÇETİN Kazım Karabekir Ortaokulu Müdür
2. Asiye DURSUN Sivrihisar Nurbiye Gülerce Mes. Tek. And. Lisesi
3. Zübeyde Ender SARIÇALI Suzan Gürcanlı Ortaokulu
4. Zehra KARGIN İnönü Vehbi Koç Ortaokulu
5. Aysun ÖZKAN Mehmetçik Anadolu Lisesi
6. Selinay AKTAŞ Mehmet Akif Ersoy Ortaokulu
7. Serpil Gül BAYOĞLU Mithatpaşa İlkokulu
8. Nurettin NİGAR Şehit Teğmen Subutay Alkan Ortaokulu
9. Seçil İLTER GÜMÜŞ Mihalgazi Mihalgazi Ortaokulu

7. GRUP: Uyum problemleri

Modaratör: Aynur ÇETİNKUŞ

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Ferrah NİGAR

Şehit Mutlu Yıldırım Ortaokulu

Üyeler

1. Ayhan YERLİ Şehit Barış Öztürk Ortaokulu Müdürü
2. Nilay ÖZER Necip Fazıl Kısakürek Ortaokulu
3. Nesrin KARAGÖZ ÖZ Kenan Yalçın Anadolu Lisesi
4. Aynur YAZICI Mualla Zeyrek İlkokulu
5. Öykü KOŞAN Prof. Dr. Orhan Oğuz Anadolu Lisesi
6. Seçil SARUHAN Av. Mail Büyükerman İlkokulu
7. Alper ALBAYRAK Kardeşler Ortaokulu
8. Merve BAYRAK Korgeneral Lütfi Akdemir Ortaokulu

8. GRUP Eğitimsel rehberlik: Akademik Başarısızlık ve Etkili Öğrenme Problemleri

Modaratör: Ozan ÇOPUR

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Müslüm UÇURUM Ticaret Odası Ortaokulu

Üyeler

1. Rifat GÜNDAY Eskişehir Anadolu Lisesi Müdür
2. Neşe SAKARYA Muzaffer Çil Anadolu Lisesi
3. Aliye Seçkin KABAL Özel Çağdaş Ortaokulu
4. Ceren TEMİREL Özel Atayurt Okulları
5. Rışvan BAYRAM İki Eylül Ortaokulu
6. Yasemin KINALI Habib Edip Törehan Mes. Tek. And. Lisesi
7. Ayça ARDIÇ ÖZEL Hürriyet İlkokulu
8. Turan GÜMÜŞ Yılmaz Çetintaş Anadolu Lisesi

9. GRUP Mesleki Rehberlik: Meslekleri Tanıma, Meslek Seçimi ve Mesleki Tercihler

Modaratör: Özgür TANRIVERDİ

Tepebaşı Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Modaratör Yardımcısı: Zikri DOĞRUOĞLU

Kenan Yalçın Anadolu Lisesi

(TOKİ İkrâm Cirit AL de geçici görevli)

Üyeler

1. Nursel BERBER Habib Edip Törehan Mes. Tek. And. Lisesi Müdürü
2. Ayşe KARAOĞLU ÜNAL Atatürk Ortaokulu
3. Melek Nida TUNA Özel Çağfen Anadolu Lisesi
4. Ayşe ŞARLAK Özel Sakarya Okulları
5. Meryem KARADAVUT Baksan Mesleki Eğitim Merkezi
6. Deniz DALGALI Ali Güven Mesleki Teknik Anadolu Lisesi
7. Ayşegül DEMİR Çamlıca Ş. Muhammed Fatif Safitürk İmam Hatip Ortaokulu
8. Elfesiya KALAY İsmet Paşa İlkokulu
9. Hayri SARUHAN Mihallıççık Gün Sazak YİBO

EK-6 Hizmet İçi Eğitim Programı Önerisi-1

MESLEKİ GELİŞİM PROGRAMI

ALAN	ALT ALAN	KODU

1. ETKİNLİĞİN ADI:

Özel Eğitim Gereksinimli Bireylere Verilen Hizmetler İle İlgili Danışmanlık Becerileri Kursu

2. ETKİNLİĞİN AMAÇLARI

Bu faaliyeti başarı ile tamamlayan her kursiyer;

1. Özel Eğitim Gereksinimli Bireylerin eğitsel ve tıbbi tanılamaya yönlendirilmesi ile ilgili danışmanlık becerilerini uygular.
2. Özel Eğitim Gereksinimli Bireyler için hazırlanan Bireyselleştirilmiş Eğitim Programı ve Zenginleştirilmiş Eğitim Programı hazırlanması ile ilgili süreçlere danışmanlık eder.
3. Kaynaştırma/Bütünleştirme özel eğitim tedbiri almış bireylere, ailelerine, öğretmenlerine ve yöneticilere danışmanlık eder.
- 4.Özel Eğitim sınıfı özel eğitim tedbiri almış bireylere, ailelerine, öğretmenlerine ve yöneticilere danışmanlık eder.
5. Kaynaştırma/Bütünleştirme ve diğer özel eğitimli bireylerin izlenmesi ve bu bireylerle ilgili Bireysel Gelişim raporlarının hazırlanmasına danışmanlık eder.
- 6.Destek Eğitim Odası hizmeti ile ilgili, bu hizmetten yararlanan bireylere, ailelerine, öğretmenlerine ve yöneticilere danışmanlık eder.
7. Özel Eğitim Gereksinimli Bireylere dönük ön yargıların, uygun olmayan tutumların değiştirilmesi için, normal gelişimli öğrencilere, bu öğrencilerin velilerine rehberlik eder.
8. Özel Eğitim Gereksinimli Kaynaştırma/Bütünleştirme öğrencilerin velilerin yasal hakları ile ilgili bilgilenmelerine rehberlik eder.
9. Özel Eğitim Gereksinimli Kaynaştırma/Bütünleştirme öğrencilerinin bilişsel gelişimleri yanında duygusal ve sosyal gelişimlerini sağlayıcı etkinliklerin geliştirilmesine rehberlik eder.
10. Özel Eğitim Gereksinimli öğrencilerle ilgili gelişim, eğitim, beklenti ve tutumlarla ilgili problemleri çözer ve çözüm için ilgili kurumlarla işbirliği yapar.

3. ETKİNLİĞİN SÜRESİ: Eğitimin süresi 30 ders saatidir.

4. ETKİNLİĞİN HEDEF KİTLESİ

Bakanlığımıza bağlı okul/kurumlarda görev yapan rehberlik branşındaki öğretmenler.

5. ETKİNLİĞİN UYGULANMASI İLE İLGİLİ AÇIKLAMALAR

- Bu etkinlik rehber öğretmenleri “Özel Eğitim Gereksinimli Bireylere Verilen Hizmetler İle İlgili Danışmanlık Becerileri” konusunda bilinçlendirmek ve uygulayıcı yetiştirmek amacıyla düzenlenmiştir.
- Eğitim görevlileri olarak, Özel Eğitim Gereksinimli Bireylere Verilen Hizmetler İle İlgili Danışmanlık konusunda uzman,akademisyen ya da bu alanda eğitim veren uzman, özel eğitim ve rehberlik branş öğretmenleri görevlendirilecektir.
- Eğitim ortamı katılımcıların etkin iletişim kurabileceği ve uygulamalar yapabilecekleri biçimde düzenlenecektir.
- Eğitim, internet bağlantılı bilgisayar ve projeksiyon cihazı ya da etkileşimli tahta olan eğitim ortamında gerçekleştirilecektir. Eğitim içerikleri uygun materyallerle desteklenecektir.
- Katılımcı sayısı dikkate alınarak ortamda gerekli ışık ve ses düzeni sağlanacaktır.
- Katılımcı sayısı her eğitim ortamı için 15 kişiyi geçmeyecek şekilde oluşturulacaktır.
- Faaliyetin başlangıcında katılımcıların hazır bulunuşluk düzeylerini ölçmek amacıyla 25 sorudan oluşan ön test, bitiminde ise 50 soruluk son test uygulanacak ve böylelikle faaliyetten elde edilen kazanımlar belirlenmiş olacaktır

6. ETKİNLİĞİN İÇERİĞİ

Konuların Dağılım Tablosu

Konular	Süresi
Ön test	1
Özel Eğitim Sürecinde Danışmanlık Nedir?	1
Özel Eğitim Gereksinimli Bireyler Tıbbi ve Eğitsel Tanıya Nasıl Yönlendirilir? Eğitsel İnceleme İsteği Formu Nasıl Hazırlanmalı?	2
Özel Eğitimin Temel İlkeleri ve Uygulamaya Yansıtılması	1
Kaynaştırma/bütünleştirme yoluyla eğitim uygulamaları	2
BEP ve ZEP nasıl hazırlanır, uygulanır ve değerlendirilir? Bireysel Gelişim Raporları	6
Kaynaştırma/bütünleştirmede başarıyı etkileyen faktörler	2
Özel Eğitim Gereksinimli Kaynaştırma/Bütünleştirme öğrencilerinin sosyal becerilerinin geliştirilmesi	2
Özel Eğitim, Kaynaştırma, Bütünleştirme ile ilgili ön yargı olumsuz tutumların değiştirilmesi için yapılabilecekler	3
Özel Eğitim Gereksinimli Kaynaştırma/Bütünleştirme öğrencileri ile ilgili yasa, yönetmelik ve bu bireylerin yasal hakları	3
Destek Eğitim Odası Uygulamaları	2
Özel Eğitim Gereksinimli öğrenciler ile ilgili Psikolojik Danışma, Rehberlik, müşavirlik	4
Ölçme Değerlendirme (Sınav)	1
Toplam	30 a a t

7. ÖĞRETİM YÖNTEM TEKNİK VE STRATEJİLERİ

- Programın hedeflerine ulaşmak için; aktif öğrenme yöntem ve teknikleri kullanılacaktır.
- Katılımcılara eğitim ile ilgili ders notları elektronik ortamda verilecektir.
- Örnek vaka analizleri, örnek eğitsel inceleme formları, örnek tıbbi eğitsel tanılama raporları, BEP örnekleri, bireysel gelişim raporlarının incelenmesine ve bu örnekler üzerinde yapılacak uygulamalı çalışmalara önem verilecektir.

8. ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

- Kursiyerlerin başarısını değerlendirmek amacıyla 50 sorudan oluşan ve tüm konuları kapsayan çoktan seçmeli test sınavı yapılacak, 45 ve üzeri not alanlar başarılı sayılacaktır.
- Başarılı olanlara “Kurs Belgesi” (Sertifika) verilecektir.

EK-7. Hizmet İçi Eğitim Programı Önerisi-2
MESLEKİ GELİŞİM PROGRAMI

ALAN	ALT ALAN	KODU

1. ETKİNLİĞİN ADI:

Çözüm Odaklı Kısa Süreli Psikolojik Danışma Yaklaşımı

2. ETKİNLİĞİN AMAÇLARI

1. ÇODY kuramsal çerçevesi ve temel kavramlarını bilir.
2. ÇODY temel varsayımlarını bilir.
3. ÇODY temel ilkelerini tanıır.
4. ÇODY danışma süreci aşamalarını bilir.
5. ÇODY danışmada kullanılan teknikleri kavrar.
6. ÇODY vaka analizi üzerinden uygulama örnekleri değerlendirir.
7. ÇODY 'nın güvengenlik ,aile problemleri, sınav kaygısı vb. uyarlandığı problem alanları örnekleri üzerinden bilgi sahibi olur.
8. ÇODY 'nın belirlenen bir problem alanına uyarlar ve danışma planı yapar.
9. ÇODY yaklaşımını örnek vakalar üzerinde uygular.

3. ETKİNLİĞİN SÜRESİ

Eğitimin süresi 30 ders saatidir.

4. ETKİNLİĞİN HEDEF KİTLESİ

Bakanlığımız okul ve kurumlarında görev yapan rehber öğretmenlerdir.

5. ETKİNLİĞİN UYGULANMASI İLE İLGİLİ AÇIKLAMALAR

- Bu etkinlik rehber öğretmenlerin ÇODY konusunda bilgilenme ve bu yaklaşımı uygulama becerisi kazanmaları amacı ile düzenlenmiştir.
- Eğitim görevlisi olarak ÇODY konusunda uzman akademisyen yada bu alanda hizmetiçi eğitim veren uzman/rehber öğretmenler görevlendirilecektir.
- Eğitim ortamı katılımcıların etkin iletişim kurabilecekleri ve ÇODY 'nı uygulayabilecekleri biçimde düzenlenecektir.
- Eğitim bilgisayar, projeksiyon cihazı yada etkileşimli tahta olan eğitim ortamında gerçekleştirilecektir. Eğitim uygun materyallerle desteklenecektir.
- Katılımcı sayısı her eğitim uygulaması için 15 kişiyi geçmeyecektir.
- Oturma düzeni U biçiminde hazırlanacaktır.
- Faaliyetin başlangıcında hazırbulunuşluk düzeylerini ölçmek için 25 sorudan oluşan ön test, bitiminde ise en az 50 soruluk son test uygulanarak etkinlikten elde edilen kazanımlar belirlenmiş olacaktır.

6. ETKİNLİĞİN İÇERİĞİ

Konuların Dağılım Tablosu

Konular	Süresi
Ön test	1
ÇODY Kuramsal Çerçevesi ve Temel Kavramları	2
ÇODY Temel Varsayımları	2
ÇODY Temel İlkeleri	2
ÇODY Danışma Süreci Aşamaları	3
ÇODY Kullanılan Teknikler	4
ÇODY Örnek Vaka Değerlendirmeleri	2
ÇODY uyarıldığı alanlar	2
ÇODY belirlenen problem alanına uyarılma ve danışma planı yapma	4
ÇODY örnek uygulamalar	6
Ölçme ve değerlendirme sınav	2
Toplam	30 saat

7. ÖĞRETİM YÖNTEM TEKNİK VE STRATEJİLERİ

- Programın hedeflerine ulaşmak için aktif öğretim yöntem ve teknikleri uygulanacaktır.
- Katılımcılara eğitim ile ilgili ders notları elektronik ortamda verilecektir.
- Örnek vaka analizi yöntemlerinden yararlanılacaktır.
- Katılımcıların örnek uygulama yapmaları sağlanacak ve uygun geri bildirimler verilecektir.

8. ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME

- Kursiyerlerin başarılarını değerlendirmek amacı ile en az 50 sorudan oluşan ve tüm içerikle ilgili konuları kapsayan çoktan seçmeli test sınavı yapılacak ,45 ve üzeri not alanlar başarılı sayılacaktır.
- Başarılı olanlara “Kurs Belgesi” sertifika verilecektir.

EK-8 Çalıştay Değerlendirme Formu

OKULLARDA REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA VE ÖZEL EĞİTİM HİZMETLERİNİN ETKİNLİLİĞİNİ ARTIRMA ÇALIŞTAYI DEĞERLENDİRME FORMU

Sayın Katılımcı,

Değerlendirmeleriniz sonraki çalışmalarımızda bizlere ışık tutacaktır. Teşekkür ederiz.

Aşağıdaki sorular için görüşünüze uygun seçeneği işaretleyiniz.

1. Belirlenen çalıştay konularının yeterlilik durumu,

Çok yeterli Yeterli Kısmen yeterli Az yeterli Yetersiz

2. Çalışma gruplarındaki katılımcı sayısı,

Çok yeterli Yeterli Kısmen yeterli Az yeterli Yetersiz

3. Çalıştay çalışma süresi;

Çok yeterli Yeterli Kısmen yeterli Az yeterli Yetersiz

4. Çalışma gruplarının dinamiği, uyumu ve katkısı,

Çok yeterli Yeterli Kısmen yeterli Az yeterli Yetersiz

5. Çalıştay fiziksel ortamının yeterliliği,

Çok yeterli Yeterli Kısmen yeterli Az yeterli Yetersiz

6. Diğer görüş ve önerileriz. Belirtiniz:

.....
.....
.....

7. Bundan sonra üzerinde çalışma yapılmasını istediğiniz üç konu başlığı ya da sorun alanı nelerdir? Belirtiniz:

- 1).....
- 2).....
- 3).....

EK-9 Çalıştay Önerisi Doğrultusunda Geliştirilen Alternatif Başarısızlık Nedenleri Anketi

BAŞARISIZLIK NEDENLERİ ANKETİ

Sevgili öğrenciler;

Bu anket derslerinizdeki başarısızlık nedenlerini tespit etmek amacıyla hazırlanmıştır. Niçin çalışmıyor, neden başarılı olamıyorsunuz? Bu sorunların nedenlerinden bazıları aşağıda sıralanmıştır. Önemli bulduklarınızın başındaki numarayı yuvarlak içine alarak belirtiniz.

Bu anket bir sınav değildir. Bu nedenle içtenlikle cevaplamaktan çekinmeyiniz.

Teşekkür ederiz.

- 1) Evde başka şeylere(televizyon, bilgisayar vb.) daha fazla zaman ayırdığım için
- 2) Kimseye açmadığım kişisel problemlerim olduğu için,
- 3) Sağlık problemlerim nedeniyle.
- 4) Sınavlar sırasında zamanımı iyi kullanamadığım için
- 5) Çalıştığım halde sınavda yapamadığım için
- 6) Ders çalışırken dikkatimi toplayamadığım için
- 7) Bazı dersleri başaramayacağıma inandığım için
- 8) Öğretmenlerimin tavsiyelerine uymadığım için
- 9) Temel ve ön bilgilerim yetersiz olduğu için
- 10) Kendi öğrenme şeklimi ve en iyi hangi yollarla öğreneceğimi bilmediğim için
- 11) Öğrenmede tekrar, anlamlandırma, hatırlamayı kolaylaştırma vb. stratejilerini bilmediğim için
- 12) Sınav teknik ve taktiklerini bilmediğim için
- 13) Düzenli ve planlı ders çalışma alışkanlığım olmadığı için
- 14) Bir ders planı yapsam da bu plana uyamadığım için
- 15) Öğrendiklerimi günlük, haftalık ve aylık olarak tekrarlamadığım için
- 16) Yeni bir dersi ya da konuyu öğrenmeden önce hazırlık ve gözden geçirme çalışmalarını ihmal ettiğim için
- 17) Kendime uygun öğrenme hedefleri belirleyemediğim için derse çalışmaya başlama ve sürdürme ile ilgili isteksizliklerim olduğu için
- 18) Ailem ders çalışma konusundaki fazla baskı yaptığı için
- 19) Ailemin benden beklentileri çok yüksek olduğu için
- 20) Okul dışında ailemin geçimi için çalışmak zorunda olduğum için
- 21) Bazı derslere karşı yeteneğim olmadığı için
- 22) Aile içi sorunlardan etkilendiğim için
- 23) Ailemin ekonomik problemleri olduğu için
- 24) Anne ve babamın ayrı olmasından etkilendiğim için
- 25) Ailemden ayrı kaldığım (yurt, pansiyon, akraba yanında vb) için,
- 26) Ayrı bir çalışma odam olmadığı için
- 27) Ailem eğitim ve öğretime yeterli değer vermediği için
- 28) Başarısızlığım konusunda okulun rehber öğretmeninden yararlanamadığım için
- 29) Okulda başarıyı artırıcı yeterli çalışma yapılmadığı için
- 30) Okul idaresinin problemlerimle yeterince ilgilenmediği için
- 31) Öğretmenlerimden başarılı olmam için yeterince ilgi ve yardım görmediğim için
- 32) Öğretmenlerim anlamadığım konuları yeterli derecede açıklamadıkları için
- 33) Sınıfımız kalabalık olduğu için
- 34) Sınıfımızda etkili bir öğrenme ortamı sağlanamadığı için
- 35) Sınıf içinde birtakım olumsuzluklar (gürültü, arkadaş edinememe, gruplaşma vb) olduğu için,
- 36) Sınıf rehber öğretmenimiz problemlerimle ilgilenmediği için
- 37) Bazı öğretmenlerin bana karşı olumsuz tutum ve davranışları olduğu için,
- 38) Bazı öğretmenlerin davranışlarının beni dersten soğuttuğu için
- 39) Okul – alan seçimini doğru yapmadığım için,
- 40) Bazı öğretmenlerin derste ilgi çekici ve etkili öğrenme tekniklerine yer vermediği için

Uygulayıcıya Bilgi notu:(Anketi çoğaltırken bu bilgiye yer vermeyiniz): Yukarıdaki başarısızlık nedenlerinin; 1-17 madde arası öğrenci ile ilgili, 18-27 arası aile ortamı ile ilgili, 28-40 arası okul ortamı ile ilgilidir

EK-10 Çalıştay Önerileri Doğrultusunda Geliştirilen Öğrenme Stratejileri Anketi

ÖĞRENME STRATEJİLERİ ANKETİ

Sevgili Öğrenciler

Aşağıdaki anket sizlerin bazı öğrenme teknik ve taktiklerini kullanıp kullanmadığınızı belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Anketteki soruları öğrenirken ve ders çalışırken yaptıklarınızı dikkate alarak öğrenme deneyiminizi doğru yansıtacak şekilde ilgili bölüme (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

Önermeler	Evet	Hayır
1) Öğrenme teknik ve taktiklerini bilirim ve ders çalışırken kullanırım		
2) Kendime özgü öğrenme tekniklerim vardır		
3) Kullandığım öğrenme tekniklerini öğretmenlerim ve rehber öğretmenimle görüşerek iyileştirmeye çalışırım		
4) Ders çalışırken kullanılabilecek öğrenme teknik ve taktikleri konusunda yardıma ve rehberliğe ihtiyacım olduğunu düşünüyorum		
5) Ders çalışmaya başlamadan önce kendime öğrenme hedefleri belirlerim		
6) Çalışmaya başlamadan önce uygun çalışma ortamı oluştururum		
7) Ders çalışmaya kendimi rahatlıkla istekli hale getirebilirim		
9) Derse çalışma sırasında ortaya çıkan dikkat dağınıklıkları ve isteksizliklerle baş edebilirim		
10) Ders çalışırken “bu dersi başaramayacağım, yine zayıf alacağım” gibi olumsuz düşüncelerim olur		
11) Sevdiğim şeyleri yapmayı ders çalışma sonunda kendime ödül olarak veririm		
12) Ders çalışmada dikkatimi odaklamak için konu başlıklarını şekil, şema ve grafikleri etkili bir biçimde incelerim		
13) Okumalarımnda anahtar sözcükleri ve temel düşünceleri bulabilirim ve altını çizerim		
14) Okuduğum metnin kenarına dikkat çekici notlar alırım		
15) Bilinmeyen sözcükleri ve anlamadığım yerleri işaretlerim		
16) Öğrenme sırasında dağılan dikkatimi nasıl toplayacağımı bilirim		
17) Öğrendiklerimi günlük, haftalık ve aylık olarak düzenli olarak tekrar ederim		
18) Öğrendiklerimi tekrarlamayı sesli okumalarla yaparım		
19) Öğrendiklerimi tekrarlamayı sessiz okuma ve gözden geçirme biçiminde yaparım		
20) Öğrendiklerimi tekrarlarken not alırım, öğrendiklerimi yazıya aktarırım		
20) Öğrendiklerimi tekrarlarken önemli noktaların altını çizerim ve buralara özel işaretler koyarım		
21) Öğrendiklerimi tamamen yazıya aktararak tekrar ederim		
22) Kendime sorular sorarak, sorular çıkarıp bunlara cevaplar bularak çalışırım		
23) Ders çalışırken öğrendiklerimi kendi cümlelerimle not alırım		
24) Ders çalışırken konunun ana hatlarını çıkarıp, anahtar kelimeler oluştururum		
25) Ders çalışırken okuduklarımı özetlerim		
26) Ders çalışırken okuduklarımı kendime göre tablo, şekil, şema ve grafiklere dönüştürürüm		
27) Ders çalışırken bilmediğim sözcüklerin anlamlarını mutlaka araştırırım		
28) Öğrendiklerimi hatırlamayı kolaylaştıracak kodlamalar ve benzetimler oluştururum		
29) Öğrendiklerimi hatırlamayı kolaylaştıracak cümleler ya da kısa hikâyeler oluştururum		
30) Ders çalışma sonunda öğrenme hedeflerime ulaşıp ulaşmadığımı, çalıştıklarımı anlayıp anlamadığımı kontrol ederim		

Uygulayıcıya Bilgi notu: (Anketi çoğaltırken bu bilgiye yer vermeyiniz): Öğrenme stratejilerine ilişkin sorular; 1- 11 sorular DUYUŞSAL stratejiler, 12-16 sorular DİKKAT stratejileri, 17- 21 sorular TEKRAR stratejileri 22-30 sorular ANLAMLANDIRMA VE ÖRGÜTLEME stratejileridir

EK-11 Çalıştay Önerileri Doğrultusunda Geliştirilen “Sınav Stratejileri Anketi”

SINAV STRATEJİLERİ ANKETİ

Sevgili Öğrenciler

Aşağıdaki anket sizlerin bazı sınav teknik ve taktiklerini kullanıp kullanmadığınızı belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Anketteki soruları geçmişte girdiğiniz sınavları dikkate alarak sınav deneyiminizi doğru yansıtacak şekilde ilgili bölüme (X) işareti koyarak işaretleyiniz.

Önermeler	Evet	Hayır
1) Sınav teknik ve taktiklerini bilirim ve sınavda kullanırım		
2) Kendime özgü soru çözme ve sınav tekniğim vardır		
3) Sınavda kullandığım teknikleri öğretmenlerim ve rehber öğretmenimle görüşerek iyileştirmeye çalışırım		
4) Sınavda kullanılacak sınav teknik ve taktikleri konusunda yardıma ve rehberliğe ihtiyacım olduğunu düşünüyorum		
5) Sınavdan önce sınavla ilgili belge, kalem silgi vb. araç ve gereçleri önceden hazırlarım		
6) Sınav sırasında telaş ve kaygımı kontrol altına alabilirim		
7) Sınav başlamadan önce gerekli bilgileri ad soyad, kitapçık türü vb. bilgileri doldurmayı genellikle unuturum		
9) Sınav başlamadan önce yapılan açıklamaları dikkatle dinlerim, gerekli yönergeleri dikkatle okurum		
10) Sınav sorularını çözmeye başlamadan önce soru kitapçığını ve tüm soruları hızlıca gözden geçirip kontrol ederim		
11) Sınav sorularını dikkatli okurum		
12) Soruları çözerken altı çizili ve koyu yazılmış kelimelere dikkat ederim		
13) Soruları okurken önemli noktaların altını çizerim		
14) Özellikle olumsuz soru kökü içeren sorularda genellikle dikkatsizlik yaşarım		
15) Sınavlarda dikkatsizliğim yüzünden pek çok soruyu yanlış cevaplarım		
16) Sınav sırasında dağılan dikkatimi nasıl toplayacağımı bilirim		
17) Sorunun cevabı ile ilgili ilk gördüğüm seçeneğin doğruluğundan eminsem diğer seçeneklerin tamamını okumadan soruyu cevaplarım		
18) İşaretlemelerimi yanlış bölüme ve yanlış soru numarası karşısına yaptığım, boş bıraktığım sorulara dikkat etmediğim için cevaplamalarımı kaydırduğum çok olur		
19) Yanlış cevapların doğru cevapları götürdüğü sınavlarda bilmediğim soruları boş bırakmaya dikkat ederim		
20) Çoktan seçmeli sınavlarda ard arda 4'den aynı seçeneği işaretlediğimde bu sorulara ilişkin cevaplarımı gözden geçiririm		
21) Sınavda yapamadığım soruların yanına özel işaretler koyarım		
22) Sınavda yapamadığım sorular genellikle beni oyalar ve zaman kaybetmeme neden olur		
23) Sınavda atladığım sorulara geri dönme zamanın genellikle kalmaz		
24) Sınavlarda genellikle zamanı etkili kullanabilirim		
25) Çoktan seçmeli sınavlarda turlama tekniğini çok etkili kullanabilirim		
26) Bildiklerimi sınav sırasında hatırlamakta zorlanırım		
27) Soruları hangi bölümden ve sorudan başlayarak cevaplayacağımı bilirim		
28) Sayısal içerikli soruları çözerken yaptığım işlemlerde hata yapmamaya dikkat ederim		
29) Sınav sırasında rahatlatıcı, kaygıyı azaltıcı, dikkati toplamayı kolaylaştırıcı nefes alma tekniklerini kullanırım		
30) Sınav süresi tamamlanmadan önce cevaplarımı ve işaretlemelerimi kontrol ederim		

24-25 Mayıs 2017 Çalıştaydan Görüntüler

