

ANKARA ÖZEL TEVFİK FİKRET OKULLARI
PSİKOLOJİK DANIŞMA VE REHBERLİK SERVİSİ

OKUL TEMELLİ SOSYAL DUYGUSAL EĞİTİM PROGRAMI

I. GİRİŞ

Son yıllarda psikolojik danışma hizmetlerindeki yaklaşımlar, önleyici ve geliştirici işlevleri daha fazla ön plana çıkarmaya başlamıştır. Önleyici psikolojik danışma ve rehberlik; işlev sorunlarını engellemek ve yeterlikleri zenginleştirmek için risk altındaki gruplara ya da sağlıklı kişilere, daha geniş psikolojik danışma yöntemlerini sorun çıkmadan önce, programlı bir şekilde uygulamak olarak tanımlanmaktadır. Gelişimsel rehberlik yaklaşımı ise, psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri aracılığı ile çocuklara, içinde buldukları gelişim dönemlerinde beklenen gelişimsel görevleri başarı ile yerine getirmeleri için sistemli ve programlı bir şekilde yardım etmeyi öngörmektedir. Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri için önemli olan diğer bir nokta, bireylerin gelişimini etkileyen diğer sistemlerle de işbirliği yapılmasının gerekli olduğudur. Bu nedenle okuldaki psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde öğrencileri, öğretmenleri, yöneticileri ve velileri de içine alan; insan gelişimini sosyal yapı içinde etkileyen pek çok sistem olduğunu savunan ekolojik yaklaşıma dayalı uygulamalara yer vermek gerekmektedir.

Sözü edilen bu yaklaşımların ışığında, Özel Tevfik Fikret Okulları Psikolojik Danışma Rehberlik hizmetleri, ekolojik kuramdan destek alan, önleyici ve gelişimsel rehberlik anlayışına dayalı olarak gerçekleştirilmektedir. Bu çabaların bir bölümü “Özel Tevfik Fikret Okulları”na özgü “İlişki Yönetim Politikası”nı oluşturmaktadır.

Tevfik Fikret Okulları İlişki Yönetim Politikası; öğretmen, veli ve öğrencilere yönelik yazılı dokümanlar ile birbirini destekleyen ve tamamlayan çeşitli programları içermektedir. İlişki Yönetim Politikası kapsamında yer alan programlar; Çatışma Çözme ve Arabuluculuk Programı, Paylaşım Saati Programı ve Sosyal Duygusal Eğitim Programı’dır.

“Sosyal Duygusal Eğitim Programı” TFO’nun ilişki yönetim politikasının önleyici ve geliştirici işlevlerini yerine getiren bir program niteliğindedir. Öğrencilerin bazı davranış problemlerinin altında yatan iletişim ve sosyal becerilerindeki eksiklikler ve bu becerilerin sorun yaşanmadan önce geliştirilmesi gereksinimi, bu programın oluşmasında önemli bir faktördür.

“TFO Sosyal Duygusal Eğitim Programı”nda, gelişimsel ve ardışık sıra içinde anaokulundan orta öğretime dek öğrencilere kazandırılmak istenen beceriler yer almaktadır. Okul temelli olarak hazırlanan bu program, TFO öğrencilerinin gelişimsel özellikleri ve gereksinimleri dikkate alınarak hazırlanmıştır.

Program hazırlanırken önce öğrencilerin yaşa özgü yeterlik alanları incelenmiş daha sonra yeterlik alanlarına uygun yaşam becerilerini içeren dört kategori oluşturulmuştur. Her kategorinin içerdiği alt beceriler belirlenerek bu becerilere uygun etkinlikler için kaynak taraması yapılmıştır. Programa alınan etkinlikler, öğrencilerin gereksinimlerine, okul ortamının koşullarına ve yaş özelliklerine göre uyarlanmış (Örneğin, ilköğretim 1-5’te daha çok dramaya ve oyun ağırlıklı etkinliklere yer verilmiştir.) ya da yeni etkinlikler geliştirilmiştir. Becerilerin yaşama aktarılması ve davranışa dönüşebilmesi için etkinliklerin sonuna ev ödevi (gözle, düşün, dene...) bölümü konulmuştur.

Hazırlıklar tamamlandıktan sonra “TFO Sosyal Duygusal Eğitim Programı”nın kitap haline dönüştürülmesine karar verilmiştir. Program, her ne kadar TFO’na özgü geliştirilmiş olsa da bu programın eğitim alanında çalışanlar için de bir SDE program önerisi olabileceği düşünülmektedir.

II. OKULDA SOSYAL DUYGUSAL EĞİTİM PROGRAMLARININ ROLÜ

Öğrenciler ilköğretime başladıklarında, sosyal ve duygusal beceriler açısından yeterlik kazanmadan okula gelmektedirler. Kazanılmamış sosyal ve duygusal beceriler, kişiler arası çatışmalara ve anlaşmazlıklara yol açabilmekte, davranış problemlerine neden olabilmekte ve doğal olarak öğrenmeye ayrılan zamanı da olumsuz yönde etkilemektedir. Yaşanan çatışmaları ya da ortaya çıkan davranış problemlerini ortadan kaldırmak için okul içinde gerçekleştirilen çalışmalar daha çok rehberliğin çare bulucu işlevini yerine getirmektedir; ancak sadece çare bulmaya yönelik yapılan çalışmalarla bu sorunları ortadan kaldırmak mümkün görünmemektedir. Yapılan araştırmalar gelişimsel, önleyici ve çare bulucu rehberlik yaklaşımlarının bir bütün olarak okullarda uygulanması gerektiğini göstermektedir. Okul ortamında ağırlıklı olarak üzerinde durulması gereken, öğrencilerde davranış sorunları ortaya çıkmadan önce bunları önlemeye yönelik çalışmalar yapmak olmalıdır. Bu da öğrencilere yaşam becerilerinin kazandırılması, diğer bir ifade ile sosyal ve duygusal alanda geliştirilmeleri ile mümkündür.

Kişiler arası başarılı ilişkilerin başlatılması ve sürdürülmesi için gerekli olan becerilerin gelişimi, çocukluğun kritik başarılarından; ancak bazı çocuklar, sosyal yeterlikle ilgili

becerileri kullanmada ya da öğrenmedeki sorunlar nedeniyle bu tür uyum sağlayıcı ilişkileri oluşturmada sorun yaşayabilirler (Carlyon, 1997). Eğer bu becerileri öğrenmedeki ve/veya uygulamadaki eksiklikler düzeltilmezse bu çocuklar sonradan yaşanabilecek sorunlar için risk altında kalırlar. Zayıf sosyal becerilerin, psiko-sosyal problemlerin oluşmasına yol açtığı (Segrin ve Flora, 2000) farklı yazarlarca da vurgulanmaktadır. Yetişkinlikteki bazı sorunların temelini de çocuklukta oluşması nedeniyle çocuklarda uygun sosyal beceriler geliştirmeye giderek dikkat edilmesi ve bu alana yönelik çalışmaların artması şaşırtıcı değildir (Choi ve Heckenlaible-Gotto, 1998). Bütün bu açıklamalar sosyal duygusal kökenli becerilerin erken yaşlarda öğrenilmesinin önemini vurgulamaktadır.

Sosyal ve duygusal öğrenme, Cohen (2001:6) tarafından bireylerin yaşamlarındaki sosyal ve duygusal yönleri anlama ve kavrama süreci olarak tanımlanmaktadır. Yazar, bu öğrenme sürecinin üç işlem basamağıyla gerçekleştiğini belirtmektedir. Bunlar:

- ✓ Bireylerin, yaşantılarındaki sosyal ve duygusal alanlara ilişkin bilgileri okumaları, çözümlenmeleri ve anlamaları,
- ✓ Sosyal ve duygusal alana ilişkin elde edilen bilgileri, sosyal yaşamda karşılaşılan kişiler arası sorunların çözümünde kullanmaları,
- ✓ Yaşamlarının sosyal ve duygusal alanında yaratıcı bir öğrenici olmalarıdır.

O'brien, Weissberg ve Shriver (2003:25-26), sosyal ve duygusal alana ilişkin becerilerde kazanılan yeterliğin doğrudan olmasa bile dolaylı olarak akademik başarı üzerinde de olumlu etkisi olduğunu belirtmektedir. Bu beceriler, sosyal ilişkileri ve sınıf atmosferini olumlu yönde etkileyeceği için öğrenme ve öğretme sürecinin daha verimli olmasına katkıda bulunacaktır. Benzer biçimde sosyal ve duygusal alana ilişkin beceriler konusunda yeterliğe sahip öğrencilerin öğrenmeye daha hazır olduklarına ilişkin bilgiler vardır (Knoll ve Pati, 2003: 39-40). Sınıfta öğrenciler, hem kendileri hem de sosyal ilişkileri hakkında sık sık karar vermek durumunda kalmaktadırlar. Bu kararlar sınıf atmosferini oldukça etkilemektedir. Duygu yönetimi ve sosyal becerilerde yeterli olan öğrencilerin davranışlarında, hareketlerinde, tepkilerinde, tercihlerinde ve bunlarla ilgili kararlarında daha düşünceli olduğu görülmektedir. Aynı yazarlar, duygu yönetim becerileri ile sosyal beceriler ve akademik başarı arasındaki en önemli anahtar becerinin, iletişim ve dinleme becerisi olduğunu belirtmektedirler. Kendini sözel ve sözel olmayan yollarla açık ve net ifade etmesini bilen öğrenciler, düşüncelerinin ve duygularının hem öğretmenleri hem de arkadaşları tarafından daha iyi anlaşılmasını sağlamaktadırlar. Etkin dinlemeyi bilen ve bunu öğretmenlerine ve arkadaşlarına gösterebilen

öğrenciler, gelen mesajı doğru anlayıp anlamadıklarını daha etkili söylemektedirler. Dolayısıyla da iletişim sorunlarının yol açtığı kişiler arası çatışmaları daha az yaşamaktadırlar.

Cohen, Ettinger ve O'dannell (2003:125-126) sosyal ve duygusal gereksinimi doyurulmayan çocukların değişik düzeylerde öğrenme ve gelişim güçlükleri yaşadıklarını belirtmektedirler. Yazarlar, okulda kişiler arası sorunlarla başa çıkmak için danışmanlık ya da farklı bir bireysel çalışma yerine, tüm okul üyelerini ve tüm öğrencilerini kapsayan belirli bir müfredata dayalı "Sosyal ve Duygusal Öğrenme Programı" ile çalışılmasını önermektedirler. Yazarlar, özellikle sosyal etkileşime ve paylaşımına dayalı bir çalışmanın, öğrencilerin birlik, farklı düşüncelerin ve duyguların paylaşımı, hoşgörü, barış, güven ve saygı gibi olumlu tutumlar geliştirdiğini belirtmektedirler. Bu süreçte psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin temel hedefi, sınıfta ve okulda öğrencilerin duygusal ve sosyal yeterlik kazanmalarına ortam hazırlamak olmalıdır.

Kişisel ve sosyal gelişimin, eğitimin misyonu olması ve okulların gelişimsel klinikler gibi çalışması gerektiğini savunan araştırmacılar vardır. Gelişim alanlarını duygusal, etik, sosyal, çoklu-kültürel, bilişsel, estetik, mesleki ve kişilik gelişimi olarak ele alan LeCapitaine (1999), kişisel ve sosyal gelişimin eğitim sisteminde fazla ele alınmadığını ve okulların sadece sorunlar arttığında ve gereksinim duyulduğunda bu alanlara yöneldiğini belirtmektedir (Akt. Korkut, 2004). Henüz çok az okul, yaşam boyunca, normal öğrencilerin kişisel ve psikolojik gelişimleri için olumlu, yaşa uygun, gelişimsel ve önleyici hizmetleri vermektedir.

Öğrenci okulda sosyal ve duygusal alana ilişkin becerilerde yeterlik kazanmadan eğitim yaşamını tamamlarsa, sadece insanın bütünselliğinin temel bileşenlerinden olan "biliş" alanında yeterlik kazanmış olacaktır. Buna karşın, toplumsal yaşamın dayandığı sosyal becerilerde ve duygu yönetim becerilerinde yeterlik kazanamayacaktır. İnsan toplumsal yaşamın bir parçasıdır. İnsan psiko-sosyal bir varlık olduğu için sosyal etkileşim de temel bir ihtiyaçtır. Yalnız yaşamak kuramsal olarak mümkün fakat dengeli ve sağlıklı bir yaşam açısından tartışmalı bir durumdur. Sosyal yaşamın ve etkileşimin dışında var olmak ne mümkündür ne de sağlıklılık belirtisidir. Bu nedenle, toplumsal yaşamda etkili, dengeli, barışçıl, mutlu ve ahenk içinde yaşamının temel koşulları arasında sayılan sosyal becerileri ve duygu yönetim becerilerini kazanmak bir zorunluluktur. Bu becerilerle yetişen öğrenciler yetişkin olduklarında hem okul yaşantılarında hem de iş yaşamlarında daha başarılı olacaklardır.

Cohen (1999:7) insanların okul yaşamında elde ettikleri akademik başarının, onların gelecekteki yaşam doyumlarını, üretkenliğini ve yaşamdaki başarılarını tahmin etmede yetersiz kaldığını belirtmektedir. Cohen, kişilerin sosyal becerileriyle duygu yönetim becerilerinin, hem

iş yaşamlarındaki üretkenlik hem de toplumsal yaşamlarındaki doyumu açısından daha belirleyici olduğunu vurgulamaktadır. Günümüz koşullarında, çalışma yaşamında duyguların ve sosyal ilişkilerin etkili yönetimindeki yeterlik, anahtar beceri olarak görülmektedir (Elias ve diğerleri, 1997:7). Elias ve meslektaşları (1997) bunlara ek olarak işyerlerinde çalışanların sosyal ve duygusal becerilerinin teknik becerilerden daha önemli olduğunu vurgulamaktadır. Teknik becerilerin işbaşında sonradan da kolaylıkla öğrenilebilmesine karşın, sosyal ve duygusal becerileri yetişkin yaşamında elde etmek ya da geliştirmek küçük yaşlara göre çok daha güç olmaktadır.

III. TEVFİK FİKRET OKULLARININ SOSYAL VE DUYGUSAL EĞİTİM PROGRAMI VE UYGULANMASI

“Tevfik Fikret Okulları”nda (Ankara ve İzmir) gelişimsel ve önleyici rehberlik anlayışını temel alan Sosyal-Duygusal Eğitim Programı oluşturulurken kapsamlı bir program olmasına dikkat edilmiştir. TFO SDE programı ile anaokulunda, ilköğretimde ve ortaöğretimde farklı beceriler, gelişimsel ve ardışık bir sıra içinde verilmeye çalışılmıştır. Programda öğrencilerin, toplumsal ilişkilerindeki yeterliliğini artırmayı amaçlayan sosyal beceriler ile duygularını anlama ve yönetme becerilerinin kazandırılması ve geliştirilmesi hedeflenmektedir. Yaşam becerileri adı da verilen bu beceriler: *iletişim ve sosyal beceriler, başa çıkma becerileri, problem çözme- karar verme becerileri* ile bunlara ek olarak *kendilik değerini (self-esteem) artırmaya yönelik beceriler* olarak dört kategoriden oluşmaktadır. Her bir kategorinin içerdiği alt beceriler Tablo I’de gösterilmektedir.

Program kapsamında yer alan beceriler ile bu becerileri geliştirmek üzere seçilen etkinlikler, okul psikolojik danışmanları tarafından akademik danışmanların desteği ile planlanmıştır. Anaokulunda yürütülen program ise Milli Eğitim Bakanlığı Okul Öncesi Eğitim Genel Müdürlüğü (2002) tarafından hazırlanan anasınıfı programında belirlenen hedefler doğrultusundadır.

Etkinliklerin içeriği; etkinliğin amacı, kısa kuramsal bilgi verme, etkinliğin işlenişi, etkinliğin değerlendirilmesi ve ev ödevi şeklinde yapılandırılmıştır.

SDE programının kuramsal temelleri, eğitsel işlevi ve uygulama ilkeleri konusunda öğretmen eğitimi gerçekleştirilmiş ve bu program hakkında düzenlenen konferanslarla veliler de bilgilendirilmiştir. SDE programı, psikolojik danışmanların desteği ve sınıf öğretmenlerinin aracılığı ile sınıflarda uygulanmaktadır.

SDE programının etkililiğini değerlendirmek üzere yapılan çalışmaların bir bۆlümü, sınıflarda uygulanan etkinliklerin grubun gereksinimlerine ne ölçüde uyduğu, ne şekilde uygulanabildiğini belirlemek amacıyla “etkinlik değerlendirme”, diğer bۆlümü ise “öğrencilerin beceri düzeylerinin gelişimi”ni belirlemek üzere öğretmen gözlemlerinin sistematik olarak kaydedilmesi şeklinde dir.

SDE programının uygulanmasında, sınıf öğretmenlerinin aşağıda belirtilen ilkeleri göz önünde bulundurması programın hedeflerine ulaşabilmesi açısından önemli görölmektedir.

- * Uygulamaların sınıf dışı bir mekânda ve çember şeklinde oturma düzeninde yapılması,
- * Öğretmenlerin programın bütünlüğü hakkında bilgi sahibi olması ve uygulamalar için ön hazırlık yapması,
- * Programın bir ders gibi görölmemesi ve farklı zaman ve mekânlarda fırsat eğitimi şeklinde sürdürölmesi,
- * Ev ödevlerinin takip edilmesi, oturumlarda bir önceki uygulamanın ev ödevlerinin değerlendirilmesine zaman ayrılarak becerilerin davranışa dönüşmesine ve kalıcı olmasına çalışılması,
- * Öğrencilere kazandırılmak istenen beceriler konusunda öğretmenin model olması,
- * Öğrenci görüşlerine saygı duyulması, öğrencilere ve görüşlerine karşı yargılayıcı olunmaması,
- * Uygulamalara katılmaları için öğrencilerin yüreklendirilmesi ve herkese konuşma fırsatı verilmesi.

Sosyal-Duygusal Eğitim Programı, süreç içinde güncellenerek, 2005 yılından bu yana Tevfik Fikret Okulları ’nda uygulanmaktadır.

Tablo 1: Tevfik Fikret Okulları Sosyal ve Duygusal Öğrenme Programı Temaları

İletişim ve Sosyal Beceriler	<p>Duygu Yönetimi Duyguları Tanıma Kendi Duygularını İfade Etme Başkalarının Duygularını Anlama Sözel Olmayan Mesajları Okumak</p> <p>Etkili Dinleme Dikkat Fiziksel Dinleme Psikolojik Dinleme</p> <p>Etkili Sözel Tepki Vermek Etkili Soru Sorma Ben Dilini Kullanma</p> <p>İlişkiyi Başlatma ve Sürdürme Selamlaşma İzin İsteme Teşekkür Etme Sırasını Bekleme</p> <p>Bireysel Ayrılıkları Fark ve Kabul Grupla İşbirliği Yapmak Sorumluluk Paylaşma Yardımlaşma</p> <p>Etkili Davranma Becerileri Grup Dışında Kalmayla Başetme Akran Baskısına Direnme Etkili Hayır Deme Saldırgan ve pasif davranışlardan vazgeçmek</p>
Başa Çıkma Becerileri	<p>Olumsuz Duyguları Yönetme Yeni Durumlara ve Ortamlara Alışma Stres Kıskançlık Öfke - Kızgınlık Korku Kaygı Hayal Kırıklığı Alay Edilme- Alay Edilmiş Hissetme</p>
Problem Çözme- Karar Verme Becerileri	<p>Amaç Belirleme Plan Yapma Sorumluluk Kariyer Planlama Zaman Yönetimi Çatışma Çözme ve Akran Arabuluculuğu</p>
Kendilik değerini artırma becerileri	<p>Kendine ilişkin olumlu ve güçlü yanlarını fark etme İlgi ve yeteneklerinin, Kişilik özelliklerinin, Biricik olduğunun farkında olma</p> <p>Kendinde Zayıf Gördüğü Yanları Fark Etmek ve Geliştirmek Özeleştiri yapabilme Eleştiriye açık olabilme</p> <p>Kendini ödüllendirme</p>