

VELİ ETKİNLİĞİ (1/4)	
Etkinliğin Adı	Orta Çocukluk Döneminde Ben Ne Diyorum Çocuğum Nasıl Tepki Veriyor (Yeni Başlangıç)
Gelişim Alanı	Kişisel-Sosyal Gelişim
Yeterlik Alanı	Okula ve Çevreye Uyum
Kazanım/Hafta	Ergenlik Dönemine Karşı Farkındalık Artar
Sınıf Düzeyi (Hedef Kitle)	Ortaokul Öğrencilerinin Velileri İçin - Grup (8-12 kişi)
Süre	40 Dakika (1 Ders Saati)
Yöntem-Teknik	Grup Çalışması
Araç-Gereçler	Yaka kartları, A4 Kâğıt, Kalem
Uygulayıcı	Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen
İçerik	1) Grubun amacı ve hedeflerinin belirlenmesi. 2) Grup kurallarının belirlenmesi. 3) Grup üyelerinin amaçlarının belirlenmesi. 4) Tanışma etkinliği 5) Gruba süreç ile ilgili bilgi verilmesi. 6) Gruba Umut Aşılama.
Süreç (Uygulama Basamakları)	<b>1) GRUBUN AMACI VE HEDEFLERİN BELİRLENMESİ:</b> Okul Psikolojik Danışmanı/Rehber Öğretmeni grubun toplanma amacının ebeveyn çocuk arasındaki iletişimin güçlendirilmesi olduğunu söyler. Grubun nihai hedefine ulaşması için haftada bir gün toplamda 4 hafta boyunca bir araya gelineceğini, oturumların 60 dakika olacağını söyler. Oturumların gün ve saatinin katılımcıların düşüncelerini alarak belirler. Katılımcılara oturumlar boyunca gelişim dönemleri ve özellikleri, gelişim alanlarına göre çocuklarla kurulabilecek doğru iletişimin nasıl olacağı, iletişimin alan yazında tanımları yapılarak doğru iletişimi engelleyen unsurları sizlerle belirleyeceğiz ve bunları fark edeceğiz der. <b>2) GRUP KURALLARININ BELİRLENMESİ.</b> Okul Psikolojik Danışmanı/Rehber Öğretmeni çalışmalarını yürütürken kendi yaşantımızdan örnekler vereceğiz ve bu süreç içerisinde sizlerin daha rahat olması gerekmektedir. Tedirgin olmamanız için neler yapmalıyız ve nelere dikkat etmeliyiz? diye sorar. Katılımcılardan öneriler alınır ve bir kâğıda not edilir. Daha sonra Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen toplulukta yaşamı kolaylaştıran düzen ve kurallar vardır. Grup çalışmasında da bir arada olduğumuz ve yapacağımız paylaşımlar özel olacağı için grubunda düzen ve kurallara ihtiyacı olduğunu bu düzen ve kuralların beraber belirlenmesi gerektiğini söyler. Kâğıda grup kuralları başlığı altında: 1) Saygı,

- 2) Görüşlerini paylaşan katılımcıya yönelik yargılayıcı ifadelerde bulunmama,
- 3) Paylaşımında bulunan kişinin sözünün kesilmemesi,
- 4) Paylaşımında bulunan kişinin paylaşımından sonra olumsuz eleştiride bulunmama,
- 5) Gruba devamlılık,
- 6) Oturumlara geç kalmama,
- 7) Geç kalma veya gelememe durumları olduğu takdirde haber verme.

Şeklinde listeleyerek yazar ve katılımcıların daha önce söylediği ve sonradan eklemek istedikleri bir madde olup olmadığı sorulur ve eklemeler yapılır. Bütün katılımcıların imzası ve sözü alınarak grup kuralları katılımcıların görebileceği bir yere asılır.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup çalışmasının dinamiğini korumak için gizlilik, olumsuz eleştiri, yargılama yapılmaması ve saygı ilkelerini ayrıca programın nihai hedefine ulaşmak için oturumlara katılımın önemli olduğunu özellikle vurgulamalıdır.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup üyelerinin birbirlerini daha iyi tanınması için daha önceden hazırlanan yaka kartlarını verir ve oturum boyunca kullanılmasını ister.

### **3) GRUP ÜYELERİNİN AMAÇLARININ BELİRLENMESİ:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen şimdi bireysel amaçları belirleme zamanı sizler bu grup oturumlarında neyi amaçlıyor ve hedefliyorsunuz der ve velilerden gelen dönütlere göre her bir velinin amacını ve hedefini kaydeder.

### **4)TANIŞMA ETKİNLİĞİ:**

#### **a) İsminin Hikâyesini Paylaş:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen tanışma etkinliği yapılacağını ifade eder ve etkinliğin adını paylaşır. Tanışma etkinliğinde herkes sıra ile ismini söyleyip anlamının ne olduğunu ve bu ismin size kim tarafından, nasıl ve niçin koyulduğunu bizlerle paylaşmanızı istiyoruz der. Bunun için katılımcılara 5 dakikalık süre verilir. Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen önce kendi isim hikâyesini grup üyeleriyle paylaşır. Daha sonra gönüllülük esasına dayanarak sıra ile paylaşımlar alınır.

#### **b) İsmim Beni Yansıtıyor:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen ikinci tanışma etkinliği yapılacağını ifade eder ve etkinliğin adını paylaşır. Tanışma etkinliğinde herkese isimlerini, ellerinde bulunan kâğıda yukarıdan aşağıya doğru yazmaları istenir. İsimlerinin her bir harfi için kendilerini tanımlayan ve olumlu bir özelliğinin yazılması istenir. Bunun için 5 dakikalık zaman verilir ve süre bitiminde gönüllülük esasına dayanarak sıra ile paylaşımlar alınır.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen, tanışma etkinliğinde bile kendimize ait bilgiler verdik ilerleyen oturumlarda yaşantımızla ilgili daha öznel bilgiler paylaşacağız, bundan dolayı daha önce belirlenmiş olan kurallara sağdık kalınması gerektiğini bir kez daha hatırlatır.

### **5) GRUBA SÜREÇ İLE İLGİLİ BİLGİ VERİLMESİ:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen, grup çalışmasının dört hafta boyunca devam edeceğini söyler. Grup oturumlarının 60 dakika olacağını, haftada bir kere bir araya gelineceğini oturumlar boyunca gelişim dönemleri ve

	<p>özellikleri, gelişim alanlarına göre çocuklarla kurulabilecek doğru iletişimin nasıl olacağını, iletişimin alan yazında tanımları yapılarak doğru iletişimi engelleyen unsurları sizlerle belirleyip bunları fark edeceğiz, bu kapsamda grup etkinliklerine yer vereceğiz ve konuların somutlaştırılmasını sağlayacağız. Bazı oturumların sonunda ödevlendirmeler yapıp burada fark ettiğimiz durumları yaşantınızda gözlemlemeniz istenecek ve bir sonraki oturumda görüşülecektir der. Oturum süreçleri ile ilgili sorusu olan veli olup olmadığı sorulur ve sorular yanıtlanır.</p> <p><b>6) GRUBA UMUT AŞILAMA:</b></p> <p><b>a) Kendinden Referans Verme:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen, kendisinin daha önce katılmış olduğu grup çalışmalarından örnek vererek çalışmadan yararlanma düzeyini katılımcılara aktaracaktır.</p> <p><b>b) Bilimsel Verilere Dayandırma:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen daha önce grup çalışmasına katılmadıysa bilimsel çalışmalardan yola çıkarak çalışmaların verimliliği hakkında bilgi verecektir.</p> <p>Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen, günün özetini yapıp yaka kartlarını alır her oturum sonunda yaka kartlarının teslim edilmesini ve bir sonraki oturumda tekrar katılımcılara verileceğini söyler ve oturum sonlandırır.</p>
<b>Kazanımın Değerlendirilmesi</b>	
<b>Öğretmene Uygulayıcıya Not</b>	
<b>Etkinliği Geliştiren</b>	Psikolojik Danışman Kübra YILDIRIM

#### YARARLANILAN KAYNAKLAR:

- Senemoğlu, N. (2020). Gelişim Öğrenme ve Öğretim. (27. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Erikson, E.H. (2014). İnsanın Sekiz Evresi. (G. Akkaya, Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi. *Eğitim ve Bilim*. 27. 123, 62-63.
- Yazgan, B.İ. ve Yerlikaya, E.E. (2012). Kişilik Kuramları. (6. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

## (ISINMA ETKİNLİĞİ İÇİN KUTUDAN SEÇİLECEK SAYILAR)

1	1	2	2	3	3
4	4	5	5	6	6

## (GENÇLİĞİM VE AİLEM ETKİNLİĞİ)

10-14 Yaşlarında Ben Neler Yapıyordum?	10-14 Yaşında Yaptığım Davranışlara Karşı Annem-Babam Nasıl Tepki Veriyordu?	10-14 Yaşındayken Annem ve Babamın Tepkilerine Yönelik Duygu ve Düşüncelerim Nelerdi?	Şimdi Bu Tepkileri Düşündüğümde Duygu ve Düşüncelerim Neler?

VELİ ETKİNLİĞİ (2/4)	
Etkinliğin Adı	Orta Çocukluk Döneminde Ben Ne Diyorum Çocuğum Nasıl Tepki Veriyor (Geçmişe Yolculuk)
Gelişim Alanı	Kişisel-Sosyal Gelişim
Yeterlik Alanı	Okula ve Çevreye Uyum
Kazanım/Hafta	Ergenlik Dönemine Karşı Farkındalık Artar
Sınıf Düzeyi (Hedef Kitle)	Ortaokul Öğrencilerinin Velileri İçin - Grup (8-12 kişi)
Süre	40 Dakika (1 Ders Saati)
Yöntem-Teknik	Grup Çalışması
Araç-Gereçler	Yaka kartları, EK-1, EK-2, Kalem
Uygulayıcı	Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen
İçerik	1) Özet 2) Isınma Etkinliği 3) Gelişim Dönemi Özellikleri 4) Gençliğim ve Ailem Etkinliği 5) Oturumun İçeriği İle İlgili Duygu ve Düşüncelerin Alınması
Süreç (Uygulama Basamakları)	<b>1) ÖZET:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup üyelerine yaka kartlarını iade eder ve geçen hafta neleri ele aldık nasıl bir süreçti aşamaları grup üyelerine hatırlatması özetlemesi için grup üyelerinden gönüllü olan birine söz hakkı verir. Daha sonra kendisi genel anlamda toparlar ve bugün yapacağımız çalışmada çocuklarımızın gelişim dönemlerini biraz bilimsel anlamda ele alacağız ve yakından değerlendirme fırsatı bulacağız, şimdi grup olarak küçük bir ısınma etkinliği ile devam edelim der. <b>2) ISINMA ETKİNLİĞİ:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup üyesinde bulunan kişi sayısı kadar bir sayıdan iki tane olacak şekilde küçük kâğıtlara yazarak kutu içerisine atar ve her üyeden bir kâğıt seçmesi istenir (EK-1 kullanılır). Aynı sayıyı seçen üyeler yan yana oturur ve bir birlerini yakından tanır. Bunun için 5 dakikalık zaman verilir. Daha sonra herkes birbirini tanıtır ve etkinlik sonlandırılır. <b>3) GELİŞİM DÖNEMİ ÖZELLİKLERİ:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup etkileşimini başlatmak için: 1) Gelişim nedir? 2)Gelişim dönemi özellikleri nedir? 3)Ergenlik nedir? 4) Ergenlik dönemi özellikleri nedir? 5) Ergen ile yaşamı tek bir cümle ile açıklayacak olsanız? gibi sorular sorar ve

grup üyelerinin düşünceleri alınır.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen:

Gelişim: Bireyin anne rahminden yaşamının son zamanına kadar bilişsel, duygusal, fiziksel, sosyal, yönde sürekli ve devam eden değişimler bütünüdür (Senemoğlu, 2020).

Gelişim Dönemi: Gelişim dönemlerini bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık olarak ele alabiliriz. Fakat gelişim ile ilgilenen araştırmacılar bu dönemleri farklı şekillerde isimlendirip tanımlamışlardır der ve devam eder.

Örneğin:

Piaget gelişimi 4 evreye ayırmıştır. Ona göre bu evreler:

1) Dyu-Hareket Dönemi	3) Somut İşlemler Dönemi
2) İşlem Öncesi Dönem	4) Soyut İşlemler Dönemi

Erikson ise gelişimi

1) Güvene Karşı Güvensizlik	5) Kimlik Kazanmaya Karşı Rol Karmaşası
2) Bağımsızlığa Karşı Utanma ve Şüphencilik	6) Dostluk Kazanmaya Karşı Yalnız Kalma
3) Girişkenliğe Karşı Suçluluk Duyma	7) Üretkenliğe Karşı Duraklama
4) Çalışkanlığı (Başarıya) Karşı Yetersizlik (Aşağılık) Duygusu	8) Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk

Gördüğünüz gibi gelişim dönemleri farklı şekillerde açıklanmıştır. Bizim yaş grubundaki öğrencilerimiz için Piaget'e göre somut ve soyut işlemler dönemi Erikson' a göre ise çalışkanlığı (başarıya) karşı yetersizlik (aşağılık) duygusu, kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası dönemleri içerisinde yer aldıklarını söyleyebiliriz der.

Bu dönemin özelliklerini incelediğimizde; Ebeveynlerinden yarı zamanlı ayrılmalar başlar. Bu dönemde çocuklar okula başlar ve bütün ilgileri çevresindeki insanlara ve akademik alana yönelir. Sosyalleşmenin zenginleştiği bu dönemde okul yaşamı çok büyük bir öneme sahip olur (Erikson, 2014).

Bu dönemde çocuk üzerinde ebeveynlerin etkisi azalmaya başlar. Öğretmen ve akranlarının etkisi güçlenir. Fakat çevresindeki insanların beklentilerinin de yükseldiği bir dönemdir. Ebeveynler, öğretmenler ve çevresindeki diğer insanlar akademik başarı, kişisel-sosyal uyum beklemektedir. Akademik, kişisel-sosyal noktadaki her bir başarısı çocuğa onay getirir ve onaylanma ihtiyacı bu şekilde tamamlanmış olur (Erikson 2014).

Onaylanan çocuklar kabul gördüklerini hissederek çalışmaya, başarılı olmaya ve kişisel sosyal yönden kendini geliştirmeye ihtiyaç duyacak ve bu noktada daha fazla gayret gösterecektir. Bu dönemde onaylanmayan çocuklar ise başarısız oldukları hissiyatına kapılarak içine kapanıp ön yargılarını yıkamayacak düzeye gelebilir. Bu dönemde akranlarıyla iş birliği yapmayı, görev paylaşımında üstüne düşen sorumlulukları yerine getirmeyi severler (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012).

Erinlik-Ergenlik Dönemi: Bireyin fiziksel duygusal, bilişsel, sosyal gelişimin devam ettiği bireyin bağımsızlığını ve sosyal üretkenliğini kazandığında



sonlanan bir dönemdir (Alisinanoğlu, 2002).

Bu dönemden sonra çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olarak adlandırılan ergenlik dönemi gelmektedir. Ergen bu dönemde çeşitli sorular sorar ve kimlik arayışına girer. Ebeveynlerden uzaklaşıp akranlarının ve çevresinin daha çok önemli olduğu kendini bir gruba ait hissetmek istediği bu dönemde çeşitli çatışmalar yaşanabilir (Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2012). Fiziksel değişimler ve olgunlaşmada bu dönemde yaşanır. Yeni rollerle karmaşa yaşayabilir (Erikson, 2014).

Erinlik ve Ergenlik dönemi; 11 yaşında başlayıp 21 yaşına kadar devam eden bir süreçtir. Fakat bireysel farklılıklar, çevre ve genetik faktörlerde göz önünde bulundurularak yaş aralıklarında ve gelişim alanlarında farklılıklar ve değişimler görülebilir.

#### **FİZİKSEL GELİŞİM:**

Ses kalınlaşabilir.	Tüülenme görülebilir.
Boy uzar.	Kas ve yağ dokusunda artış görülür.
Sivilcelenmeler görülür.	Genel olarak hareketli ve aktiftirler zaman zaman kızlarda hareketsizlik görülür.
Bu dönemde hormonların hızla değişimiyle el-göz koordinasyonunu sağlamakta zorlanırlar ve sık sık sakarlıklar görülebilir.	

#### **KİŞİSEL-SOSYAL GELİŞİMİ:**

Genelde huysuzluk yapıp karşı gelmeler yaşanabilir.	Kararsızlık düzeyleri yüksektir.
Ebeveynlerden uzaklaşmalar başlar.	Duygu karmaşası yaşayabilirler.
Ben kimim sorularıyla kimliklerini bulmaya çalışırlar.	Meraklıdırlar.
Ailelerinden çok akranlarıyla konuşmayı tercih ederler.	Eleştiri yapmayı severler ama eleştirilmeyi sevmezler.
Mizahi yönleri ağır basar.	Komik ve şakacıdırlar.

#### **DUYGUSAL GELİŞİM:**

Hızlı bir şekilde büyümek ister ama rollerin ağırlığı karşısında daha küçük olduklarını iddia ederler.	Hatayı kabul etmeyip çevreyi suçlarlar.
Çabuk sinirlenebilirler.	Sevgi ve ilgiye everler.
Çabuk alınırlar.	Endişelidirler.
Kıskançtırlar.	Umutsuz olabilirler.
Bir anda ağlayıp daha sonra gülme krizine girebilirler.	

#### **SOSYAL GELİŞİM:**

Bir gruba ait olma hisleri fazladır.	Bireysel farklılıkları daha iyi anlarlar ve saygı gösterirler.
Çevrenin onu onaylamasını beklerler.	İlgilerini ve yeteneklerini keşfederler.
Bağımsızdırlar.	Arkadaş çevreleri oldukça fazladır.

#### **4) GENÇLİĞİM VE AİLEM ETKİNLİĞİ:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen:

Değerli velilerimiz gelişim dönemleri (çocukluk, erinlik ve ergenlik) dönemleri

	<p>ile ilgili bilgilerimizi tazeledik. Bizlerde bu süreçten geçtik kimimiz bu dönemleri daha yumuşak atlatırken kimimiz daha sert düzeyde yaşadık şimdi sizlerden isteğim çocuklarımızın dönemlerindeyken bizler nasıldık ve sizlerin anne-babaları o dönemde yapmış olduğunuz davranışlara nasıl tepki verirdi. Anne-babanızı düşünüp o dönemde sizlere vermiş oldukları tepkilere karşı kendinizi nasıl hissediyordunuz, şimdi bu tepkileri düşündüğünüzde nasıl hissediyorsunuz bunları yazmanız için sizlere kâğıt vereceğim (EK-2) yazmaları için 10 dakika sürelerinin olduğunu söyler.</p> <p>Gruptaki etkileşimi tekrar başlatmak için paylaşımlar gönüllülük esasına göre alınır.</p> <p>Paylaşımlardan sonra hepimiz bu dönemleri yaşadık ve bazen ebeveynlerimizden beklemediğimiz davranışları görünce duygu ve düşüncelerimizde bunlara göre değişti şimdi bizim çocuklarımızda aynı şeyleri yaşıyorlar sadece onlara kendilerini keşfetmeleri için uygun yer-zaman-çevre sağlamamız gerekiyor. O dönemde ailenizin sizlere göstermiş olduğu davranışlar olumlu veya olumsuz olarak nitelendirmiş olabilirsiniz ve ben çocuğumu böyle yetiştirmeliyim ya da ben bunu çocuğuma yapmayacağım demiş olabilirsiniz aslında yaşantılarımızdan olumlu sonuçlar çıkarabilmek en büyük kazançtır der.</p> <p><b>5) OTURUMUN İÇERİĞİ İLE İLGİLİ DUYGU VE DÜŞÜNCELERİN ALINMASI:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen oturumla ilgili velilerin duygu ve düşüncelerini alır ve oturumu sonlandırır.</p>
<b>Kazanımın Değerlendirilmesi</b>	
<b>Öğretmene Uygulayıcıya Not</b>	
<b>Etkinliği Geliştiren</b>	Psikolojik Danışman Kübra YILDIRIM

#### **YARARLANILAN KAYNAKLAR:**

- Senemoğlu, N. (2020). Gelişim Öğrenme ve Öğretim. (27. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Erikson, E.H. (2014). İnsanın Sekiz Evresi. (G. Akkaya, Çev.). İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Alisinanoğlu, F. (2002). Gençlik Dönemi Özellikleri ve Genç Anne-Baba İletişimi. *Eğitim ve Bilim*. 27. 123, 62-63.
- Yazgan, B.İ. ve Yerlikaya, E.E. (2012). Kişilik Kuramları. (6. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.



## (ISINMA ETKİNLİĞİ İÇİN KUTUDAN SEÇİLECEK SAYILAR)

1	1	2	2	3	3
4	4	5	5	6	6

## (GENÇLİĞİM VE AİLEM ETKİNLİĞİ)

10-14 Yaşlarında Ben Neler Yapıyordum?	10-14 Yaşında Yaptığım Davranışlara Karşı Annem-Babam Nasıl Tepki Veriyordu?	10-14 Yaşındayken Annem ve Babamın Tepkilerine Yönelik Duygu ve Düşüncelerim Nelerdi?	Şimdi Bu Tepkileri Düşündüğümde Duygu ve Düşüncelerim Neler?

VELİ ETKİNLİĞİ (3/4)	
Etkinliğin Adı	Orta Çocukluk Döneminde Ben Ne Diyorum Çocuğum Nasıl Tepki Veriyor (İletişimde İyi Bir Dinleyici Olmak)
Gelişim Alanı	Kişisel-Sosyal Gelişim
Yeterlik Alanı	Okula ve Çevreye Uyum
Kazanım/Hafta	Ergenlik Dönemine Karşı Farkındalık Artar
Sınıf Düzeyi (Hedef Kitle)	Ortaokul Öğrencilerinin Velileri İçin - Grup (8-12 kişi)
Süre	40 Dakika (1 Ders Saati)
Yöntem-Teknik	Grup Çalışması
Araç-Gereçler	Yaka Kartları, EK-1., Kalem, Balon
Uygulayıcı	Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen
İçerik	1) Özet 2) Isınma Etkinliği 3) Gelişime Uygun İletişim ve Dinleme 4) Aman Dikkat Etkinliği 5) Oturumun İçeriği İle İlgili Duygu ve Düşüncelerin Alınması
Süreç (Uygulama Basamakları)	<b>1) ÖZET:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup üyelerine yaka kartlarını iade eder ve geçen hafta neleri ele aldık nasıl bir süreci aşamaları grup üyelerine hatırlatması ve özetlemesi için grup üyelerinden gönüllü olan birine söz hakkı verir. Daha sonra kendisi genel anlamda toparlar ve bugün yapacağımız çalışmada iletişim, dinleme ve sen dili ben dili konusunu ele alacağız der. <b>2) ISINMA ETKİNLİĞİ:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen daha önceden hazırlanan kelimeleri bir kutuya koyar ve grup üyelerine herkes bir defa olmak üzere kutudan bir kâğıt çekecek ve kâğıtta yazanı diğer grup üyelerine sessiz bir şekilde anlatacak ve grup üyeleri tahmin edecek denir. (Ek-1 kullanılır). Bütün kâğıtlar bittiğinde grup üyelerine; 1) Kelimeleri anlatırken mi yoksa bulmaya çalışırken mi daha çok zorlandınız? 2) Herkes anlattı anlaşmadığınız zamanlarda ne hissettiniz? 3) Anlatılanı anlamadığınız zaman ne hissettiniz? diye sorulur.  Bazen karşımızdakinin ne anlattığı ile ilgilensek bile zaman zaman anlatmak ve anlamakta zorlanabiliriz. İletişimimizi engelleyen unsurları bulup olumsuz olanları ortamdaki uzaklaştırmalıyız. İletişimi anlamak, anlaşılacak üzerine kurmalıyız der.

### 3) GELİŞİME UYGUN İLETİŞİM ve DİNLEME:

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup etkileşimini başlatmak için:

- 1) İletişim Nedir?
- 2) Dinleme Nedir? diye sorar ve daha sonra açıklamalarla devam eder.
- 3) İletişim: Bilgi edinme, üretme, aktarımda bulunma ve karşdakini anlamlandırma sürecidir (Dökmen, 2015)

İletişimin üç türü vardır.

- 1) Sözlü İletişim: Dilin unsurları kullanılarak yürütülen iletişimdir (Dökmen, 2015).
- 2) Sözsüz İletişim: Beden ve vücut dilini kullanarak bazen tek başına bazen de sözlü iletişimi desteklemek için kullanılan iletişimdir (Gürüz ve Temel Eğinli, 2021).
- 3) Yazılı İletişim: Kişinin vermek istediği mesajı çeşitli semboller kullanarak iletmesidir (Aziz, 2016).

Az önce yaptığımız etkinlikte aslında sözsüz iletişimi kullanarak anlatmaya ve anlaşılmaya çalıştık der.

Dinleme: İşitme, anlama, dikkat, değerlendirme, hatırlama ve dönüt verebilme sürecidir.

Katılımlı Dinleme: Anlatıcı içeriği dileyiciye ulaştırır ve dinleyici sürece aktif bir şekilde katılır. Anlatılanlarla ilgili dinleyici sorular sorar ve görüş bildirir. Dinleyici tamamen kendisini görüşmeye odaklamıştır ve göz teması kurarak dinler. Dinleyen, anlatıcıya olayı somutlaştırmasını açıklamasını ister ve yansıtıcı cümleler kurar. Bu süreçte anlatıcı ve dinleyen aktiftir (Doğan, 2021).

Sen Dili: kişinin yaşanan veya duyulan bir olay karşısında karşısındaki kişiye, kızgın, öfkeli, sinirli, eleştirel, suçlayıcı tepki vermesi ve iletişimde çatışma çıkarmasıdır.

Örneğin:

Sen Dili: Kaç kere söyledim anlamıyorsun okuldan gelir gelmez telefonu eline alma diye otur ve ders çalış.

Ben Dili: Kişinin yaşanan veya duyulan bir olay karşısında karşısındaki kişiye ılımlı, anlayışlı, hak verici bir şekilde kendi duygu ve düşüncelerini yansıtarak, samimi, içten ve empatik tepkiler vermesidir.

Örneğin:

Ben Dili: Ben Dili: Okuldan gelir gelmez telefonu eline alman beni mutsuz ediyor. Biraz birbirimize ve derslerine zaman ayırsan çok daha güzel olur.

İletişim hayatımızın her döneminde var olan bir süreçtir. Bazen sözlü bazen sözsüz iletişime geçeriz her iki iletişim türünü aynı anda kullanma gereksinimi de duyarız. Anlaşılma isteği her canlıda kodlanmıştır. Bir bebek konuşmasa da ağlayarak ihtiyacını karşısındakine, bir çocuk kelimeleri tam söyleyemese de ihtiyacı olan şeyi karşı tarafa aktarabilir. Önemli olan fırsat verip anlamaya çalışmaktır. Günümüzde insanlar bir birlerine yabancılaşmaya başlayarak iletişimi sosyal medya ve teknoloji ile sağlamakta, bazen aynı evi paylaşan aile üyeleri birbirlerini arayarak ya da mesaj atarak haberleşmeyi tercih etmekte evet bir iletişim aracı ama duyguların tam yansıtılmadığı bir iletişim aracı olarak günümüzde varlığını devam ettiriyor. Teknoloji birbirimize olan yabancılaşmaları artırıyor. Yine

bazen yanımızdaki kişiyi dinliyormuşuz gibi yapıyoruz aslında bu durumda olan beden seninleym demekten başka bir şey yapmıyoruz. Etkili bir şekilde dinlemiyoruz. Başka şeyler düşünüyor, elimizdeki iş ile uğraşiyor ya da telefon, tablet bilgisayar, televizyon ekranına bakıp anı kaçırmıyoruz. Kim olursa olsun önceliğimiz kiminle konuşuyorum, bana hangi konuda aktarım yapıyor, kendini nasıl hissediyor ve empati yaparak ben nasıl tepkiler vermeliyim şeklinde bir düşünceye bürünmemiz gerekiyor. Çocuklarımızın bu dönemde anne-baba ile arkadaş olmaya ihtiyaçları yok zaten onların arkadaşları var bu dönemdeki çocuklarımızın gerçekten anne-baba ebeveyne ihtiyaçları var. Eğer ki çocuğumuz bir şeyler anlatıyorsa beden orada olduğumuz mesajı çocuğa ulaşmalı elimizde tablet, bilgisayar, telefon olmamalı ve gözümüz ekran karşısında olmamalı karşılıklı oturup göz teması kurarak doğru zaman ve yerde onu dinlediğimizi göstererek ben senin için buradayım mesajını iyi vermeliyiz. Etkin dinlemeyi nasıl mı yapmalıyız çocuğumuzun anlattıklarına evet anlıyorum, aslında bu durum karşılık mı yoksa ben mi yanlış anladım, kırılmışsın, bu durum seni üzmüş, demek böyle oldu, sen ne dedin, onun tepkisi ne oldu, ilginç, hıhı, evet gibi tepkiler vererek karşımızdakini anlatmaya teşvik etmeli ve empati yaparak dinlemeyiz. Sen dilinden uzak hayatımızın her anında ben dilini kullanarak, basit anlaşılır şekilde iletişim kurmalıyız. Aktif dinleyici olarak, bunu mu demek istedin, aslında olay şöyle mi gerçekleşti gibi dönütler verilerek etkin iletişim sağlanmış olacaktır.

Aktif dinleyici olmak için:

- 1) Kendinizi tamamen başka düşüncelerden uzaklaştırın ve yalnızca karşınızdaki kişiye odaklanın.
- 2) Çevresel olarak sizin dinlemenizi etkileyecek olan şeyleri ortamdaki kaldırmak.
- 3) Sözlü ve sözlü olmayan iletişim türlerini kullanarak karşınızdaki kişiyi onu dinlediğinizi fark ettirin.

#### **4) AMAN DİKKAT ETKİNLİĞİ:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen çocuğumuzla iletişim kurarken dikkat etmeliyiz. Bunu daha iyi göre bilmek için sizlere balon vereceğim ve normal boyutlarda şişirip bağlamanızı isteyeceğim. Bunun için yeterli zaman verildikten sonra katılımcılardan ayağa kalkmaları ve balonu yatay şekilde iki elinin arasında tutmaları istenir.

#### **OLAY 1:**

Elinizde birer tane balon var. Şimdi düşünelim eğer çocuğunuz o gün bir şeyler yaşamış ve sizlere anlatıyorsa sizler çocuğunuzu katılım (aktif) bir şekilde dinliyorsanız, etkin bir iletişim gerçekleştiriyorsanız, ben dili kullanıyorsanız balonun elinizde durduğu gibi çocuğunuzda hep yanınızda olacak ve iyi ya da kötü her zaman sizleri yanlarında görmek isteyeceklerdir denir.

#### **OLAY 2:**

Elinizde bir balon daha var. Çocuğunuz yine gelip bir konuyu sizinle paylaşıyor ve sizler onu katılımlı (aktif) bir şekilde dinlemiyorsanız onu eleştirip buda anlatılır mı, bunu mu büyüttün kafanda, ne kadar saçma bir konu, takma böyle şeyleri kafana, büyütmüşün olayı, sen zaten hep böylesin, bıktım, rezil oluyorum, kötü bir çocuksun vb. gibi tavırlar gösterip, sen dilini kullanmayı seçerseniz... Şimdi elinizdeki balonu iki elinizin arasında sıkıştırın

denir ve gördüğünüz gibi balonlara uygulanan basınçla şekil değiştirdiler, bazıları patladı ve bazıları da iki elimizin arasından yere düştü. Çocuğunuzla kurduğunuz iletişim bu yönde olursa balonun elinizden uzaklaştığı gibi çocuğunuz sizden uzaklaşacak ya da balonun patlamasında çıkan o ses gibi çocuğunuzun tepkileri size karşı kırıcı ve çatışmaya yönelik olacak ya da balonun şekil değiştirmesi gibi çocuğunuzda sizlere karşı şekil değiştirip sizin yanınızda farklı başka insanların yanında farklı davranıp kimlik karmaşası yaşayıp karakteri oturmayacaktır denir.

### **OLAY 3:**

Yine velilere bir balon verip şişirip bağlamaları istenir. Çocuğunuz sizinle iletişime geçtiğinde ve yine siz onu katılımlı (aktif) bir şekilde dinlemeyip dinliyormuş gibi görünüp hiçbir tepki vermeyip elinizdeki iş ile teknoloji veya sosyal medya, televizyon ile ilgileniyorsanız... Şimdi balonlarınızı iyi takip edin iki elinizin arasındaki balonu yavaşça serbest bırakın denir ve balonlar yere düşünce velilere balonların arasında gezinmeleri istenir. Balonlar önce yere düştü ve sonra herkesin rüzgârı ile başka yerlere doğru yöneldiler eğer bu şekilde çocuklarımıza davranırsak yere düşüp savrulan balonlar gibi başka insanların rüzgârlarına, düşüncelerine kapılarak sizlerden uzaklaşmalarını sağlıyorsunuz.

### **DEĞERLENDİRME:**

Görüldüğü gibi sağlıklı iletişim kurmak ve bunu devam ettirmek hayatımızın her alanında kolaylaştırıcı bir unsur olarak karşımıza çıkacaktır. Olay birde örneklendirdiğimiz gibi sizlerde çocuklarınızla kuracağınız iletişimde doğru süreçleri ve unsurları tercih ederseniz aranızdaki bağlar daha çok kuvvetlenecektir.

Ne çok serbest ne çok baskıcı çocuklarımızın anlattıklarına dikkat ederek katılımlı (aktif) dinleme ile kontrolü elimizden bırakmayarak doğru iletişimi kullanarak çocuklarımızı yetiştirmek çok daha kolay olacaktır denir.

Etkinlikten sonra:

- 1) Balonlar elinizde kaldığında kontrolün iki taraflı sağlandığında ne düşündünüz ve ne hissettiniz?
- 2) Balon sizin elinizde patladığı, şekil değiştirdiği ya da yere düştüğünde ne düşündünüz ve ne hissettiniz?
- 3) Balon sizin elinizden yere düşüp rüzgârla başka alanlara savrulduğunda ne düşündünüz ve ne hissettiniz? diye sorulur. Paylaşımlar alınır ve yorumlanır.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen çocuğunuzla doğru iletişim sağlamak için dikkat etmeniz hususları sıralayacak olursak aşağıda yazan maddeleri velilere açıklayarak aktarır.

### **ÇOCUĞUNUZLA DOĞRU İLETİŞİM SAĞLAMAK İÇİN:**

1) Çocuğunuza zaman ayırın.	6) Seçimlerine saygı gösterin kendi için zararlı olan seçimlerde ben dili kullanarak mantıklı açıklamalarla neden seçmemesi gerektiğini açıklayın.
2) Onu dinlediğinizi hissettirin, duygularını önemsedğinizi fark etsin.	7) Aile içi ve dışında alınacak kararlarda mutlaka fikirlerini sorun ve sürece dâhil edin.



	3) Konuşurken çocuğunuzla aynı hızda olmaya özen gösterin ve göz teması kurun.	8) Başka insanların yanında rencide edici, kırıcı ve küçük düşürücü kelime ve sözlerden uzak durun.
	4) Çocuğunuzla başka insanların çocuklarıyla kıyaslamayın, her çocuğun kendine özgü olduğunu unutmayın.	9) Olay veya davranış ile ilgili görüşürken kişiliğini zedeleyici kelime ve cümleler kurmaktan uzak durun.
	5) Yapmış olduğu yanlış davranış karşısında sakın kalmaya özen gösterin, çatışmalara zemin hazırlamayın.	10) Çocuklarınızdan sevginizi ve ilginizi asla azaltmayın.
	<b>5) OTURUMUN İÇERİĞİ İLE İLGİLİ DUYGU VE DÜŞÜNCELERİN ALINMASI:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen oturumla ilgili velilerin duygu ve düşüncelerini alır. İlk oturumumuzda bazı oturumlarda ödevlendirmelerin yapılacağını ifade etmiştim, bir hafta boyunca çocuklarınız ve çevrenizle nasıl iletişim kuruyorsunuz nasıl bir dinleyicisiniz gözlemleyip diğer oturumda paylaşmanızı istiyorum der. Oturumu sonlandırır.	
<b>Kazanımın Değerlendirilmesi</b>		
<b>Öğretmene Uygulayıcıya Not</b>		
<b>Etkinliği Geliştiren</b>	Psikolojik Danışman Kübra YILDIRIM	

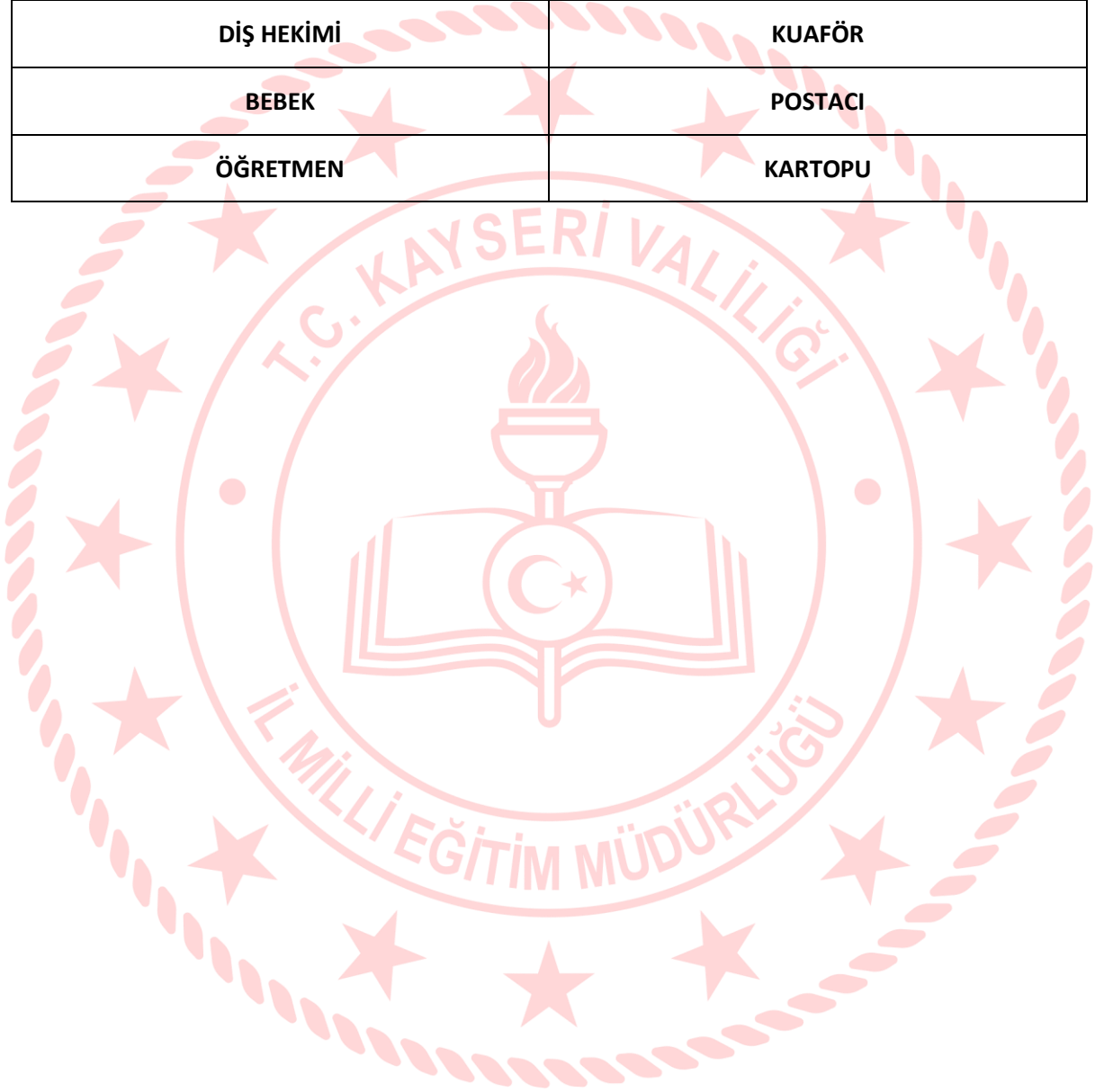
#### YARARLANILAN KAYNAKLAR:

- Gürüz, D. ve Temel Eğinli, A. (2021). Kişilerarası İletişim. (9. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Dökmen, Ü. (2015). Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati. (53. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Aziz, A. (2016). İletişime Giriş. (6. Baskı). İstanbul: Hiperlink Yayınları.
- Doğan, Y.(2021). Dinleme Eğitimi. (8. Baskı). Ankara: Pegem.
- Özbay, M. (2005), Bir Dil Becerisi Olarak Dinleme Eğitimi. (1.Baskı). Ankara: Akçağ Yayınları.
- [https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli\\_Egitim\\_Dergisi/158/kuzu.htm](https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/158/kuzu.htm)



## (SESSİZ SİNEMA KELİMELERİ)

GENÇ	ASANSÖR
OKUMA-YAZMA	MASA TENİSİ
AĞAÇ	RESİM YAPMAK
DIŞ HEKİMİ	KUAFÖR
BEBEK	POSTACI
ÖĞRETMEN	KARTOPU



VELİ ETKİNLİĞİ (4/4)	
Etkinliğin Adı	Orta Çocukluk Döneminde Ben Ne Diyorum Çocuğum Nasıl Tepki Veriyor (İletişimde İyi Bir Dinleyici Olmak)
Gelişim Alanı	Kişisel-Sosyal Gelişim
Yeterlik Alanı	Okula ve Çevreye Uyum
Kazanım/Hafta	Ergenlik Dönemine Karşı Farkındalık Artar
Sınıf Düzeyi (Hedef Kitle)	Ortaokul Öğrencilerinin Velileri İçin - Grup (8-12 kişi)
Süre	40 Dakika (1 Ders Saati)
Yöntem-Teknik	Grup Çalışması
Araç-Gereçler	
Uygulayıcı	Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen
İçerik	1) Özet 2) Isınma Etkinliği 3) Nasıl İletişime Geçiyorsunuz ve Nasıl Bir Dinleyicisiniz 4) Öykü Paylaşımı 5) Katılımcıların Amaç ve Hedeflerinin Değerlendirilmesi 6) Grubun Amaç ve Hedeflerinin Değerlendirilmesi
Süreç (Uygulama Basamakları)	<b>1) ÖZET:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup üyelerine yaka kartlarını iade eder ve geçen hafta neleri ele aldık nasıl bir süreçti aşamaları grup üyelerine hatırlatması özetlemesi için grup üyelerinden gönüllü olan birine söz hakkı verir. Daha sonra kendisi genel anlamda toparlar ve bugün yapacağımız çalışmada nasıl iletişim kurduğumuz ve nasıl bir dinleyici olduğumuz konusunu ele alacağız der. <b>2) ISINMA ETKİNLİĞİ:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen bugün sizlerle emoji etkinliği yapacağız der ve gruba uygun çeşitli emojiilerin çıktıkları alınarak aslında hayatta hangi durumlar da hangi emojiileri tercih ediyoruz ve tek bir emoji ile ya da birden fazla emoji ile duygularımızı ve ne demek istediğimizi anlatabiliyor muyuz der ve grup üyelerinden emojiileri tercih etmeleri istenir. Tercih ettiği emojiileri göstererek katılımcılar üyenin ne demek istediği ve nasıl hissettiğini belirlemeye çalışır. Grup üyelerinin hepsi bu etkinliği yaptıktan sonra gördüğümüz gibi tek bir emojiiden bile bir sonuç çıkarabiliyoruz yeter ki karşımızdaki insana odaklanıp aslında ne anlatmak istediğini düşünmemiz yeterli olacaktır der. <b>3) NASIL İLETİŞİME GEÇİYORSUNUZ VE NASIL BİR DİNLEYİCİSİNİZ:</b> Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen geçen hafta çocuğunuz ve çevrenizle nasıl iletişim kuruyorsunuz, nasıl bir dinleyici olduğunuzu gözlemlemenizi

istemiydim. Yaşantınıza yönelik paylaşımlarınızı dinlemek istiyorum der.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen paylaşımlara uygun olarak etkin dinleme ve dinlemede katılımlı (aktif) dinlemenin üzerinde bir kere daha durur.

#### **4) ÖYKÜ PAYLAŞIMI:**

Kapı komşum David'in beş ve yedi yaşında iki çocuğu var. Bir gün yedi yaşındaki oğlu Kelly'ye benzinle çalışan çim biçme makinesiyle nasıl çim biçildiğini öğretiyordu. Makineyi çim üzerinde nasıl döndüreceğini öğretirken eşi Jane, David'e bir soru sormak için içeri çağırıldı. David içeri girince Kelly makineyi çalıştırdı ve çimlerin ortasındaki çiçek tarhına daldı. Çiçek tarhı bir anda mahvolmuştu.

David döndüğünde gördüğü manzara karşısında çılgına döndü. Bütün komşuların çok beğendiği emekle kendi elleriyle yaptığı çiçek tarhı yoktu artık. David tam sesini yükseltmeye başlamıştı ki Jane dışarıya çıktı ve David'e "**David, çiçek değil, çocuk yetiştirdiğini unutma!**" dedi.

Jane bu sözleriyle bana ana baba olarak önceliklerimizin ne olduğunu çok güzel anımsattı. Çocukların kendileri ve benlik saygıları, kırabilecekleri ya da hasar verebilecekleri herhangi bir fiziksel nesneden çok daha önemlidir. Bir futbol topunun kırıldığı bir cam, dikkat edilmediği için kırılan bir lamba ya da mutfakta elden kayıp, kırılan bir tabak zaten kırılmıştır. Çiçekler zaten ölmüştür. Verilen bu zararı, bir de ben çocuğumu inciterek, yaşam sevincini öldürerek iki katına çıkartmamalıyım.

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen:

1) Öykünün ana fikri nedir?

Evet, çocukları yetiştirirken yapmış oldukları yanlış davranışlar yüzünden kişiliklerine zarar vermeden, yanlış davranışlarına odaklanıp neden yapmamaları gerektiğini belirtmeli ve bu yanlış davranış karşısında ben dilini kullanarak duygu ve düşüncelerinizi paylaşmaya özen göstermelisiniz der.

#### **5) KATILIMCILARIN AMAÇ VE HEDEFLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen bugün son oturumumuzu sizlerle gerçekleştirdik grup kurallarına sağdık kaldığınız ve eksiksiz bir şekilde oturumlara katıldığınız ya da katılmadığınız zamanlarda haber verdiğiniz ve yaşantılarınızı bizlerle paylaştığınız için çok teşekkür ediyorum. Şimdi sizlerden isteğim grup çalışmamızın ilk oturumunda bireysel amaç ve hedefleri belirlemiştik. Bugün son oturum amaç ve hedeflerinize ne kadar ulaşabildiniz derecelendirmenizi isteyeceğim. 0-10 puan arasında bir sayı söylemeniz 0 amacınıza ve hedefinize ulaşamadığınızı 10 ise amacınıza ve hedefinize ulaştığınızı simgeleyecek sizler kaç puanla aramızdan ayrılıyorsunuz denir. Grup üyelerinin hepsinden paylaşımlar alınır. Uygun bir şekilde yansıtılabilir.

#### **6) GRUBUN AMAÇ VE HEDEFLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ:**

Psikolojik Danışman/Rehber Öğretmen grup üyelerinin verdikleri sayıların aritmetik ortalamasını hesaplayarak grup üyelerine sizlerden gelen dönütlere göre amaç ve hedeflere ulaşma puanımız .....'dir. Grubun aritmetik ortalaması 0-3 (düşük), 4-6 (Orta) ve 7-10 (Yüksek) düzeyde olduğu belirlenir grubun ortalaması 0-3 (düşük) arasında çıkmış ise grup üyelerine bir basamak üstü olan 4-6 puana ulaşmaları için dönütler verilir. Grubun aritmetik ortalaması 4-6 (Orta) arasında çıkmış ise grup üyelerine bir

	<p>basamak üstü olan 7-10 puana ulaşmaları için dönütler verilir. Bizler burada güzel bir farkındalık oluşturduk sizler yaşantılarınız ve burada kazandıklarınızla süreç içerisinde, yaşantılarınızda burada öğrendiklerinizi uygulayarak daha iyi ortalamalara ve puanlara sahip olacaksınız veya yüksek olan ortalama veya puanlarınızı koruyacaksınız yeter ki vazgeçmeyin ve anne-baba olduğunuzu unutmayın der.</p> <p>Katılımcılardan son paylaşımları alarak grup çalışmasını sonlandırır.</p>
<b>Kazanımın Değerlendirilmesi</b>	
<b>Öğretmene Uygulayıcıya Not</b>	
<b>Etkinliği Geliştiren</b>	Psikolojik Danışman Kübra YILDIRIM

