



T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Doktora Tezi

**ÖZGECİLİK TEMELLİ PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ ORTAOKUL  
ÖĞRENCİLERİNİN ÖZGECİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN  
SINANMASI**

Volkan KUTLUCA  
ORCID: 0000-0001-6411-0549

Danışman  
Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU  
ORCID: 0000-0002-0953-2922

Konya – 2024

## ÖN SÖZ

Bilimin ışığında iyilik yolunda hazırlanan bu çalışmayı tarihin her döneminde kahraman ve yardımsever kimliğiyle bilinen, mensubu olmaktan şeref duyduğum Büyük Türk Milleti'ne ithaf ediyorum.

Bu bilimsel çalışmanın ortaya çıkmasından ziyade nice özgün bilimsel araştırmalar üretecek bir bilim insanını yetiştiren, yol gösteren ve daima yanımda olan kıymetli danışmanım, hocam Sayın Prof. Dr. Selahattin AVŞAROĞLU'na,

Görüş ve önerileriyle tezimi zenginleştiren kıymetli tez izleme komitesi üyeleri Sayın Doç. Dr. Hatice İrem ÖZTEKE KOZAN'a, Sayın Doç. Dr. Tolga SEKİ'ye, tez savunma jüri üyeleri Sayın Doç. Dr. Önder BALTACI'ya ve Sayın Dr. Öğr. Üyesi Umay Bilge BALTACI'ya,

İstatistiki konularda desteğini esirgemeyen kıymetli dönem arkadaşım, kardeşim Sayın Dr. Öğr. Görevlisi Emre Emrullah BOĞAZLIYAN'a,

Zorlu yollardan geçerken daima arkamda duran ağabeyim Sayın Vali Mülkiye Başmüfettişi Mithat Can KUTLUCA'ya,

Yıllar boyunca merhametli, adaletli, vicdanlı ve iyiliksever bir aile ortamını onurla paylaştığım; beni bugünlere getiren aileme,

ve...

Lisansüstü eğitimim boyunca her zaman yanımda olan meslektaşım, sırdaşım, yol arkadaşım, biricik eşim Esra KUTLUCA'ya sonsuz teşekkürlerimle...

Volkan KUTLUCA

Temmuz 2024

## İÇİNDEKİLER

<b>ÖN SÖZ</b> .....	<b>ii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>iii</b>
<b>TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU</b> .....	<b>v</b>
<b>BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ</b> .....	<b>vi</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	5
1.3. Araştırmanın Önemi .....	5
1.4. Varsayımlar .....	6
1.5. Sınırlılıklar .....	6
1.6. Tanımlar .....	7
<b>2. ALAN YAZIN</b> .....	<b>8</b>
2.1. Sosyal Davranışlar.....	8
2.1.1. Olumlu Sosyal (Prososyal) Davranışlar ve Özgecilik .....	8
2.2. Özgeciliğin Tanımı ve Tarihi .....	10
2.3. Özgeciliğin Temelleri.....	11
2.3.1. Özgeciliğin Felsefi Temeli .....	12
2.3.2. Özgeciliğin Fizyolojik Temeli.....	13
2.3.3. Özgeciliğin Sosyolojik Temeli .....	13
2.3.4. Özgeciliğin Ahlaki Temeli .....	14
2.4. Özgeciliğin Kuramsal Temelleri. ....	15
2.4.1. Pozitif Psikolojiye Göre Özgecilik.....	15
2.4.2. Psikanalitik Kurama Göre Özgecilik.....	16
2.4.3. Sosyal Öğrenme Kuramına Göre Özgecilik.....	17
2.4.4. İnsancıl-Hümanistik Kurama Göre Özgecilik .....	17
2.4.5. Bireysel Psikolojiye Göre Özgecilik .....	18
2.5. Özgeciliğin Özellikleri. ....	19
2.6. Özgeciliğin Türleri. ....	21
2.7. Özgeciliğin Çocukluk Döneminde Gelişimi. ....	22
2.8. Özgecilik İle İlgili Araştırmalar. ....	23
<b>3. YÖNTEM</b> .....	<b>26</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	26
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu.....	27

3.2.1. Deney ve Kontrol Gruplarının Oluşturulması .....	27
3.3. Deneysel İşlem .....	28
3.3.1. Özgeciliğe Temelli Psikoeğitim Programını Hazırlama Süreci .....	28
3.3.2. Araştırmanın İç ve Dış Geçerliliğini Artırmaya Yönelik Çalışmalar .....	30
3.4. Veri Toplama Araçları .....	30
3.4.1. Çocuklar için Özgeciliğe Ölçeği (ÇİÖÖ).....	30
3.5. Verilerin Toplanması.....	31
3.6. Verilerin Analizi.....	31
3.6.1. Ön Ölçüm Analiz Sonuçları .....	32
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>34</b>
4.1. Denencelere İlişkin Bulgular.....	34
4.2. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular .....	37
4.2.1. Cinsiyete İlişkin Bulgular.....	37
4.2.2. Sınıf Düzeyine İlişkin Bulgular.....	38
<b>5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>39</b>
5.1. Tartışma.....	39
5.2. Sonuç.....	41
5.3. Öneriler.....	42
<b>KAYNAKLAR.....</b>	<b>43</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>56</b>

## TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

*Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programının Ortaokul Öğrencilerinin Özgeci Davranış Düzeylerine Etkisinin Sınanması* başlıklı tez çalışmamın toplam **104** sayfalık kısmına ilişkin, 25/07/2024 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **% 6** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
2. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
3. Önsöz hariç
4. İçindekiler hariç
5. Simgeler ve kısaltmalar hariç
6. Kaynaklar hariç
7. Alıntılar dahil
8. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarımı inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranının (%30) altında olduğunu ve intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

29/07/2024

Volkan KUTLUCA

Prof. Dr. Selahattin AVŞAROğLU

## **BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ**

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynaklar listesine eklendiğini beyan ederim.

29/07/2024

Volkan KUTLUCA

## KISALTMALAR

### Kısaltmalar

ÇİÖÖ: Çocuklar için Özgecilerik Ölçeği

MEB: Milli Eğitim Bakanlığı

ÖTPP: Özgecilerik Temelli Psikoeğitim Programı

UNESCO: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

UNICEF: United Nations Children's Fund



## ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü  
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı  
Doktora Tezi

### ÖZGECİLİK TEMELLİ PSİKOEĞİTİM PROGRAMININ ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ÖZGECİ DAVRANIŞ DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN SINANMASI

Volkan KUTLUCA

Bu araştırmanın amacı Özgecilik Temelli Psikoeğitim Programı'nın ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerine etkisinin sınanmasıdır. Bu amaç doğrultusunda gerçekleştirilen çalışmada, öntest sontest izleme testi kontrol gruplu yarı deneysel desen kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2023-2024 eğitim öğretim yılında Kırıkkale İli Merkez ilçesinde bulunan bir ortaokulun altıncı ve yedinci sınıflarında öğrenimine devam eden 385 öğrenci oluşturmuştur. Öğrencilere uygulanan Çocuklar İçin Özgecilik Ölçeği sonucunda özgeci davranış düzeyleri düşük olan öğrenciler içinden 12 öğrenci deney, 12 öğrenci kontrol grubuna yansız olarak atanmıştır. Araştırmanın deney grubuna 9 hafta boyunca haftada bir oturum olacak şekilde araştırmacı tarafından hazırlanan özgecilik temelli psikoeğitim programı uygulanmış, kontrol grubuna ise herhangi bir deneysel işlem uygulanmamıştır. Uygulanan programın ardından deney ve kontrol grubu katılımcılarından Çocuklar İçin Özgecilik Ölçeği verileri toplanmış ve SPSS 27.0 paket programı ile veriler analiz edilmiştir. Psikoeğitim öncesi gruplar arasında bir farkın olup olmadığının belirlenmesi amacıyla bağımsız örneklem t testi gerçekleştirilmiştir. Bu işlemin ardından özgecilik temelli psikoeğitim programı uygulanmıştır. Programın değerlendirilmesi amacıyla tekrarlı ölçümler analizi yapılmıştır. Tekrarlı ölçümlerden tek faktörlü varyans analizi ANOVA yapılmadan önce tek değişkenliği normallik ve küresellik varsayımını test etmek amacıyla normallik analizi ve Mauchly Küresellik Testi, iki faktörlü varyans analizi ANOVA yapılmadan önce ise varyansların homojenliği, kovaryansların eşitliği ve küresellik varsayımlarını test etmek amacıyla Levene F Testi, Box's M Testi ve tekrar Mauchly Küresellik Testi uygulanmıştır. Çoklu karşılaştırmalar için ise Bonferroni Testi yapılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre özgecilik temelli psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini artırdığı, programın tamamlanmasından iki ay sonra yapılan izleme testi ölçümlerinde anlamlı farkın olduğu ve programın etkili olduğu sonucuna varılmıştır. Araştırmanın demografik değişkenleri olan sınıf düzeyi ve cinsiyetin ise özgeci davranış ölçümlerine istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Araştırma bulguları ilgili alan yazın kapsamında tartışılarak sonuç ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Özgecilik, Davranış, Psikoeğitim, Program, Ortaokul, Etki

## ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Educational Sciences  
Department of Educational Sciences  
Guidance and Psychological Counseling Program  
Doctoral Thesis

### TESTING THE EFFECT OF ALTRUISM-BASED PSYCHOEDUCATION PROGRAM ON ALTRUISTIC BEHAVIOR LEVELS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Volkan KUTLUCA

The purpose of this research is to investigate the impact of a Altruism-Based Psychoeducational Program on the levels of altruist behavior among middle school students. In pursuit of this objective, a quasi-experimental design with pre-test and post-test measures and a control group was employed. The study population consisted of 385 students attending sixth and seventh grades in a middle school located in the central district of Kırıkkale province during the academic year 2023-2024. Following the administration of the Altruism Scale for Children, 12 students with lower levels of altruist behavior were randomly assigned to the experimental group, while another 12 were assigned to the control group in an unbiased and random manner. Over a period of 9 weeks, the experimental group received a weekly altruism based psychoeducational program prepared by the researcher, whereas no experimental intervention was administered to the control group. Subsequent to the program implementation, data on altruist behavior levels were collected from both groups using the Altruism Scale for Children, and the data were analyzed using the SPSS 27.0 package. A t-test was conducted initially to assess group differences before the intervention. Following this, the altruism-based psychoeducational program was implemented. To evaluate the program, repeated measures analysis was conducted. Prior to conducting one-way analysis of variance (ANOVA) for repeated measures, normality and sphericity assumptions were assessed using normality analysis and Mauchly's Sphericity Test, respectively, while assumptions of homogeneity of variances, equality of covariances, and sphericity were evaluated using Levene's F Test, Box's M Test, and Mauchly's Test of Sphericity before performing two-way ANOVA. Multiple comparisons were conducted using the Bonferroni Test. The results of the study indicate that the altruism-based psychoeducational program enhanced the levels of self-transcendent behavior among middle school students. Significant differences were observed in follow-up test measurements conducted two months after the program's completion, underscoring its effectiveness. However, demographic variables such as grade level and gender were found to have no statistically significant impact on altruist behavior measurements. These findings were discussed in light of relevant literature, and conclusions and recommendations were provided.

**Keywords:** Altruism, Behavior, Psychoeducation, Program, Secondary, Impact

# BÖLÜM 1

## 1. GİRİŞ

Giriş bölümünde araştırmanın problemine, araştırmanın amacına, araştırmanın alt amaçlarına, araştırmanın denencelerine ve araştırmanın önemine ilişkin bilgiler bulunmaktadır. Bu bölümde araştırmanın varsayımları, sınırlılıkları ile birlikte araştırmada geçen temel kavramların tanımlarına da yer verilmiştir.

### 1.1. Problem Durumu

1964 yılında Amerika'nın New York eyaletinde Kitty Genovese isimli genç bir kadının vahşice katledilmesi üzerine olay sırasında orada bulunan onlarca kişinin olaya tanık olmasına rağmen kadına yardıma bulunmaması psikoloji ve sosyoloji başta olmak üzere çeşitli bilim dallarında görev yapan bilim adamlarını derinden etkilemiştir. Sonrasında sosyal psikolojide olumlu sosyal davranışlar (prosocial behavior) ve özgecilik (altruism) konuları tartışılmaya ve çalışılmaya başlanmıştır (Akbaba, 1994). Bu olaydan yaklaşık 60 yıl sonra Türkiye'de tüm zamanların en büyük depremlerinden biri yaşanmıştır.

United Nations Children's Fund'a göre (UNICEF, 2023) bu depremde on binlerce insan hayatını kaybetmiş ve milyonlarca insan maddi ve manevi kayıplar yaşamıştır. Deprem sonrasında hem ulusal hem de uluslararası yardım kampanyaları ile birlikte insanların depremden etkilenen kişilere hiçbir karşılık beklemezden yardım ettikleri gözlenmiştir. Birbirinden farklı gözükse de çeşitli açılardan bakıldığında bu iki olay arasındaki farklılık aslında araştırılması gereken bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır çünkü iki olayda da yardıma ihtiyacı olan insan ya da insanlar olduğu halde diğer kişilerin bu olaylara karşı davranışları farklılaşmaktadır. Bu farklılığın genel ya da özel birçok nedeni olabilir. Bunlara insanların içinde buldukları duygu durumu, hayata bakış açıları, inandığı değerler, toplumsal gelenek ve görenekler ve benzeri örnek gösterilebilir ancak Akbaba'ya göre (1994) bu durum toplumda bir ahlak problemi olarak karşımıza çıkmaktadır.

Merhametlilik, sorumluluk, yardımseverlik, hoşgörülü olma gibi birçok toplumsal değer bulunmaktadır. Bunlardan biri de herhangi bir çıkar gözetmeksizin bireye veya topluma maddi ya da manevi yollarla katkıda bulunmak olan özgecildir. Yardım kuruluşlarında görev alma, maddi yardım, olağanüstü durumlarda yardım, yaşlı veya hastalara yardım etme, fiziksel güce dayalı yardım, eğitim-öğretim için yapılan yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklı yapılan yardımlar ise özgeci davranışlara örnektir (Ümmet vd., 2013).

Kelimenin kökeni incelendiğinde İngilizce, Fransızca ve Almanca'da "alter", Arapça'da "gayr" ve Farsça'da ise "diger" kökünden türetilmiş ve Türkçe'de özgecilik/elseverlik olarak kullanılan altruizm kelimesinin (Düzgüner, 2019) Latince'de "alter" ve "ui" kelimelerinin birleşmesiyle meydana geldiği, "alterihuic" kelimesinden türediği ve literatüre George H. Lewes tarafından kazandırıldığı bilinmektedir (Brosnahan, 1907; Akt. Scott ve Seglow, 2007). Bazı kaynaklara göre ise özgecilik (altruizm) kavramını tarihte ilk kullanan kişinin Fransız sosyolog Auguste Comte (1875) olduğu ve özgeciliği "başkaları için yaşama eğilimi veya arzusu" olarak tanımladığı görülmektedir (Akt., Batson, 1988). Hoffman (1978) ise özgeciliği "kişinin kendi çıkarını bilinçli bir şekilde gözetmeden başkalarının refahını teşvik eden yardım etme veya paylaşma davranışı" olarak tanımlamıştır. Batson ve Shaw'a göre (1991) özgecilik, "nihai amacın bir başkasının refahını artırmak olduğu güdüsel bir durum" iken Krebs'in tanımına göre (1991) özgecilik "kişinin bir başkasının iyiliği için kendi refahını feda etmeye yönelik istekliliği" dir.

Evrimsel, sosyal ve pozitif psikoloji alanındaki son araştırmalar, özgecil duygu ve davranışların esenlik, mutluluk, sağlık ve uzun yaşama önemli ölçüde katkıda bulunduğunu vurgulamıştır. Diğer yandan ilişkilerde gelişme, özgecil olmanın en belirgin faydası olarak bildirilmektedir (Soosai-Nathan vd., 2013). Özgeci davranışların incelenmesi, olumsuz davranışları önlemenin yanı sıra; yardım, dayanışma, hoşgörü, iş birliği gibi davranışların erken yaşlardan itibaren teşvik edilmesini sağladığı için oldukça önemlidir (Kumru vd., 2004; Redondo-Pacheco vd., 2016; Sunar & Fidancı, 2016). Bu nedenle toplum ruh sağlığının korunması, kişilerarası ilişkilerin gelişmesi, toplumda yardımlaşmanın ve dayanışmanın artması için bireylerin özgeci davranış düzeylerinin artırılması gerekmektedir.

Özgecilik gelişiminin küçük yaşlardan itibaren gelişmeye başladığı görülmektedir (Carlo vd., 2003; Dahl & Paulus, 2018; Frydman & Ritucci, 1990; Istiqomah vd., 2020; Kumru vd., 2004; Sunar & Fidancı, 2016; Tintori vd., 2021; Toumbourou, 2016). Olumlu sosyal davranışların tamamında olduğu gibi özgeciliğin de yaşla beraber arttığını ya da azaldığını söyleyen çalışmalar olsa da özgecilik yaşamın bazı dönemlerinde artarken bazı dönemlerinde ise azalabilmektedir (Sukys vd., 2016). Yaş ve özgecil davranışlar arasındaki ilişki aslında eğrisel gibi görünmektedir. Doğumdan yaklaşık 6 yaşına kadar bir artış, 7 yaş civarında ise özgecil davranışta bir azalma vardır. Ardından geç çocukluk ve ergenlik boyunca sürekli bir artış gözlenir (Grunberg vd., 1985). Ortaokul deneyiminin kalitesinin ergen gelişimi üzerinde kalıcı bir etkiye sahip olduğu, potansiyel olarak orta öğretime ulaşma ve tamamlama oranlarını

iyileştirdiği, toplum yanlısı davranışları ve faydalı eylemleri artırdığı ve antisosyal davranışları azalttığı gösterilmiştir. Bu yıllar aynı zamanda ergenlerin faydalı eylem programlarına gönüllü olarak hazırlanmaları için fırsatlar sağlayabilir (Toumbourou, 2016). Erken ergenlik, olumlu sosyal gelişimi anlamak için özellikle önemli bir yaş dönemidir çünkü birçok gence olumlu sosyal davranışlarda bulunmak için yeni fırsatlar sunulur (Carlo vd., 1999). Kısmen yeni ve gelişmekte olan kişilerarası ilişkiler, bilişsel ve duygusal gelişim ve sosyal bağlamdaki değişiklikler nedeniyle çocuklar ergenliğe girerken prososyal davranışlar için fırsatlar ve çeşitlilik artar (Carlo vd., 1992; Carlo vd., 1999).

Çocuklarda özgeciliğin geliştirilmesinin birçok faydası bulunmaktadır. Özgecilik düzeyi yüksek olan çocukların algıladığı stres düzeyi düşmektedir (Tashjian vd., 2021). Özgeci davranışlarda bulunan çocukların akademik ve sosyal başarılarında artış görülmektedir (Lam, 2012). Özgecil ortamlarda bulunan çocukların özsaygısı yüksek ve onaylanma ihtiyaçları düşüktür (Swank vd., 2019). Diğer yandan çocukların başkalarına karşı toplum yanlısı davranış sergileme becerileri, yaşamları boyunca başarılı kişilerarası ilişkiler ve sosyal uyum için gerekli olan sosyal işlevselliklerinde ve sosyal yeterliliklerinde önemli bir rol oynar (Sallquist vd., 2009). Özgeci kişilik; ahlaki mukakeme, empatik ilgi, başkalarının bakış açısını anlama ve uzlaşma yeteneğini içerir. Bu nedenle özgeci kişilik özelliklerine sahip bireylerin (çocukların) suç işleme, madde kullanımı, cinsel risk içeren ve benzeri suçlardan uzaklaşma ihtimali de artmaktadır (Pandya, 2017). Bu çocukların aynı zamanda zorbalık yapma olasılığı da düşük olup diğerlerine göre zihinsel sağlık sorunları daha azdır (Perkins vd., 2022; Tintori vd., 2021). Araştırmalara göre özgeci davranışlarda bulunan çocukların diğerlerine göre depresyona daha az yatkın oldukları, daha yüksek yaşam doyumuna ve benlik saygısına sahip oldukları görülmektedir (Lam, 2012). Dolayısıyla özgeci davranışların artırılması için bireylere sosyalleşme, özgeci davranışların diğerlerine olan faydasını gözlemleme ve normu içselleştirme gibi aşamalardan oluşan çeşitli değerlerin eğitim yoluyla öğretilmesi ve bu nedenle çocuklardaki özgeci davranışların artırılması için bilimsel araştırmalar yapılması gerekmektedir (Froming vd., 1985).

Yukarıda bahsedilenlerden hareketle özgeci davranış ile ilgili yurtiçi ve yurtdışı alan yazın incelenmiştir. Yapılan alan yazın incelemesi sonucunda özgeci davranış konusunda birbirinden farklı desenlerde ve farklı değişkenlerle birçok çalışma yapıldığı gözlenmiştir. Öncelikle çoğunluğunun nicel araştırma desenleriyle yapıldığı bu çalışmalarda özgeci davranışın otantiklik (Ekşi vd., 2016; Yöntem & İlhan, 2013), yaşam amaçları (Ak, 2013),

empati (Eisenberg vd., 2010; Stiff vd., 1988; Yahner, 2014) psikolojik dayanıklılık, iyimserlik (Parmaksız, 2020; Şahin, 2015), mükemmeliyetçilik (Khalınbaylı & Taş, 2019), benlik saygısı (Boylu, 2020; Kılınç vd., 2016; Mert & Gülmez, 2018), benlik farklılaşması (Mert & Gülmez, 2018; Mert & Kahraman, 2019; Sonne & Gash, 2018), dindarlık (Az, & Acar, 2020; Düzgüner, & Sevinç, 2020), atılganlık (Kılınç vd., 2016), ahlaki gelişim (Ayhan, 2020; Özbey& Adam-Karduz, 2018; Reimers & Oakley, 2017), depresyon (Nacaroğlu, 2020), motivasyon (Artan vd., 2018; Yavuzer, 2017), affetme duygusu (Ergi vd., 2021), yardımseverlik (Yorgancılar, 2022), bilinçli farkındalık (Tappen, 2013), kültürler arası çeşitlilik (Limberg vd., 2015; Soosai-Nathan vd., 2013), patoloji (Buragohain & Senapati, 2016; Oakley, 2013) gibi birbirinden farklı değişkenlerle ilişkisinin araştırıldığı görülmektedir. Yapılan bilimsel araştırmaların başta öğretmenlik, tıp, ekonomi, iktisat, din psikolojisi ve sosyal psikoloji gibi mesleki alanlarda çalışıldığı ancak eğitim bilimleri ve özellikle önleyici toplum ruh sağlığı alanlarında hizmet veren Psikolojik danışma ve rehberlik bilim alanında yapılan çalışmaların oldukça sınırlı sayıda olduğu tespit edilmiştir. Söz konusu sınırlı sayıdaki çalışmalar ilişkisel tarama modelinde olup özgecilik konusunda, Türkiye’de deneysel araştırma modeliyle gerçekleştirilmiş yalnızca Akbaba (1994) tarafından yapılan bir araştırmaya rastlanmaktadır. Özgecilik konusunda geliştirilmiş herhangi bir psikoeğitim programı ise bulunmamaktadır. Uluslararası alan yazında özgecilik konusunda deneysel araştırma modeli ile yapılan araştırmalar oldukça sınırlı sayıda olup ulaşılabilen araştırmalar; Murray & Ahammer (1977), Etxebarria vd., (1994), Wallmark vd., (2013), Pandya (2017), Ghobadi-Isfarjani vd., (2022) tarafından ortaya konulan araştırmalardır.

Araştırmalar, bireylerin kendileriyle cinsiyet, etnik köken, din ve ırk gibi benzerlikleri olan diğer insanlarda özgecil davranış gösterme eğiliminde olduğunu ve dolayısıyla çok kültürlü bir ortamda özgeciliğin oluşmasının zor olduğunu göstermektedir. Bu nedenle yukarıda da bahsedildiği gibi özgecilik okulda erken dönemde geliştirilmelidir. Özgeciliği geliştirmek için doğru yaş 11-12 yaşları veya ilkokul beşinci sınıftır. Dolayısıyla özgeciliği geliştirme çabasının ortaokullarda yapılması halinde daha etkili olacağı varsayılabilir (Istiqomah vd., 2020). Bu nedenle yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin özgecilik düzeylerini artırmanın mümkün olup olmadığı araştırılmaktadır. Buradan hareketle Türkiye’de özgecilik temelli bir psikoeğitim programının geliştirilmesi ve bu programın ortaokul öğrencileri üzerindeki etkisinin incelenmesi başta psikolojik danışma ve rehberlik alanı olmak üzere bilime katkı sağlayacaktır.

Bu araştırmada özgecılık temelli psikoeğitim programının, ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini etkileyip etkilemediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni özgecılık temelli psikoeğitim programı, bağımlı değişkeni ise özgeci davranış düzeyidir. Bu bağlamda araştırmanın temel problemini, ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerine etkisini test etmeye yönelik bir psikoeğitim programının oluşturulması ve geliştirilen programın ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerine etkisinin deneysel olarak sınanması oluşturmaktadır.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerine yönelik olarak geliştirilen Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programı'nın öğrencilerin özgeci davranış düzeyleri üzerindeki etkisinin deneysel olarak sınanmasıdır. Bu amaç doğrultusunda gerçekteşirilen araştırmanın ana hipotezi; "Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programına katılan deney grubu öğrencilerinin özgeci davranış puanlarında bu programa katılmayan kontrol grubu öğrencilerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artış olur ve bu artış uygulamaların tamamlanmasından iki ay sonra yapılacak izleme ölçümünde de devam eder." önermesidir. Araştırmanın ana hipotezi doğrultusunda aşağıdaki alt hipotezler test edilecektir:

H1: Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programına katılan deney grubundaki öğrencilerin son-test ve izleme testi puanları, ön-test puanlarından anlamlı şekilde yüksek olur.

H2: Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programına katılan deney grubundaki öğrencilerin izleme testi puanları, son-test puanlarına göre anlamlı şekilde farklılaşmaz.

H3: Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programına katılmayan kontrol grubundaki öğrencilerin son-test ve izleme testi puanları ön-test puanlarına göre anlamlı şekilde farklılaşmaz.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Psikolojik danışma ve rehberlik meslek alanı bireylerin kişisel, akademik ve mesleki aaçıdan gelişimini arttırmak ayrıca bireyin psikolojik iyi oluşunu sağlamak için önemli bir bilim alanıdır. Özgecılık ise pozitif psikoloji alanında araştırılmaya değer güncel bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde birçok kavramın özgecılık ile birlikte araştırıldığı ancak yapılan çalışmaların ilişkisel tarama modeliyle gerçekteşirildiği, özgeciliğin ise araştırmalara

bağımsız değişken olarak dahil edildiği görülmektedir. Uluslararası alan yazında deneysel desenle doğrudan özgeciliğin araştırıldığı müdahale programı çalışmalarının Murray & Ahammer (1977), Etxebarria vd. (1994), Wallmark vd., (2013), Pandya (2017), Ghobadi-Isfarjani vd., (2022) tarafından gerçekleştirilen çalışmalar olduğu tespit edilmiştir.

Türkiye alan yazınında ise özgecilik kavramıyla ilgili yapılan araştırmalar yeterli görülmemekle birlikte doğrudan özgeciliğin etkisini test eden yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Akbaba (1994) tarafından yapılan araştırmada grupta psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bu durum çeşitli bilimsel müdahalelerin bireylerdeki özgeci davranışa etkisinin incelendiği çalışmaların alan yazına kazandırılmasını gerekli kılmaktadır. Diğer yandan Türkiye alan yazınında özgeci davranışa etkisi test edilen bir psikoeğitim programına da rastlanmamıştır.

Yapılan bu araştırmanın Türkiye alan yazınına ve psikolojik danışma ve rehberlik bilim alanına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırma grubunu oluşturan ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini artırmak için psikoeğitim programlarının düzenlenmesi, kazanılan özgeciliğin uygulamalarla değerlendirilmesi gerekmektedir. Bu nedenle bu bilimsel çalışma önemli görülmektedir.

Yapılan bu araştırmayı diğer çalışmalardan ayıran en önemli unsur, özgeci davranış kavramının bağımlı değişken olarak ele alınmış olması, doğrudan özgeciliği artırmaya yönelik bir programın geliştirilmiş olması ve programın ortaokul öğrencilerine uygulanacak olmasıdır. Türkiye alan yazınında doğrudan bu amaca yönelik bir psikoeğitim programının geliştirilmemiş olması da çalışmanın özgünlüğünü ortaya koymaktadır.

#### **1.4. Varsayımlar**

Özgeci davranışı artırmaya dönük psikoeğitim uygulamasına katılan tüm öğrencilerin grup kuralları ve ilkelerine gönüllü olarak uydukları, öğrencilerin özgecilik düzeylerini ölçmek amacıyla uygulanan ölçeği içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır. Araştırma kapsamında kontrol edilemeyen değişkenlerin deney ve kontrol gruplarındaki katılımcıları aynı düzeyde etkilediği varsayılmaktadır.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

Ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini artırmaya dönük tasarlanmış özgecilik temelli psikoeğitim programı kullanılan ölçme aracının ölçtüğü özellikler ve psikoeğitim programına katılan katılımcılar ile sınırlıdır.

## 1.6. Tanımlar

Özgecilik: Herhangi bir biçimde ödüllendirilme beklentisi olmaksızın bir başkasına yardım etme davranışıdır (Akbaba, 1994).

Özgeci davranış: Kişinin kendi çıkarını bilinçli bir şekilde gözetmeden başkalarının refahını teşvik eden yardım etme veya paylaşma davranışıdır (Hoffman, 1978).



## BÖLÜM 2

### 2. ALAN YAZIN

Bu bölümde araştırmanın konusu olan özgecilik ve özgeci davranış hakkındaki kuramsal bilgilere ayrıca Türkiye ve uluslararası alan yazınında yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. Sosyal Davranışlar

İnsanın toplum içerisinde başkaları ile uyumlu şekilde yaşaması için toplumsal değerleri bilmesi davranışlarına ise buna göre yön vermesi gerekir. Dolayısıyla bireyin içgüdüsel davranışlarını toplumsal davranışlarına terk etmesi gerekmektedir (Akbaba, 1994). Sosyal davranış, insanın toplumsal bir varlık olması nedeniyle başkalarının duygu, düşünce ve davranışlarından etkilenmesi sonucunda ortaya çıkar. Bu sosyal etkileşim sonucunda topluma uyma davranışı kazanan birey sosyal davranış düzenliliği kazanmış olur (Kağıtçıbaşı, 1988). ‘‘Bireyin toplum tarafından etkilenen davranışları’’ (Başaran, 1974) olarak tanımlanan sosyal davranışlar genelde olumlu veya olumsuz ya da iyi veya kötü olmak üzere iki şekilde sınıflandırılır: Bu çalışmada ise sosyal davranışların başta özgecilik olmak üzere olumlu nitelik taşıyanlarına değinilmiştir.

##### 2.1.1. Olumlu Sosyal (Prososyal) Davranışlar ve Özgecilik

Olumlu sosyal davranışlar, genellikle sosyal psikolojinin konuları içerisinde incelenmekle beraber toplumun bir üyesi olan bireyin öz-yeterliğini artırması, onaylanma ihtiyacını dengelemesi gibi psikolojik ve sosyal açıdan sağladığı faydalar yönünden ayrıca kişisel gelişimi desteklemesi ile pozitif psikolojinin konusu olarak da incelenmektedir (Sezer & Genç, 2018).

Yardım davranışlarının amaçları bireysel ve toplumsal olarak çeşitli açılardan değişiklik göstermektedir. Scott & Seglow’a (2007) göre bireyler toplumsal kurallara uymak, davranışlarını meşru hale getirmek, başkaları tarafından beğenilmek, saygı görmek ayrıca yaşadığı toplum tarafından ötekileştirilmemek amacıyla yardım davranışlarında bulunurlar. Adler’e göre (2008) ise insan toplumsallaşmak zorundadır çünkü insanoğlu neslini devam ettirmek için sosyalleşme yeteneğini kullanmalıdır ayrıca insanı diğer varlıklardan ayıran en temel özellik de sosyalleşme yeteneği ve ihtiyacıdır. Bununla birlikte sosyal yaşamın insanın ihtiyaçlarına göre şekillendirilmesi ise toplumun psiko-sosyolojik yapısını olumlu yönde

etkileyecektir (Yöntem, 2013). Bu durum insanların birbirlerine karşı olumlu davranışlarda bulunmasını gerektirmektedir.

Özgecilik başta olmak üzere paylaşma, bağış yapma, seyirci müdahalesi, hayırseverlik-yardımseverlik, sempati, dostluk kurma, itimat etme ve iş birliği gibi birbirine benzeyen ancak bazı yönleriyle diğer davranışlardan ayrılan birçok olumlu sosyal davranış türü bulunmaktadır. Bazı kaynaklarda prososyal davranış olarak yer alan olumlu sosyal davranış, bireylerin sosyal sorumluluk duygusuyla, çevrenin çıkar ve menfaatlerini gözeten her türlü sosyal davranış olarak tanımlanabilir (Wispe, 1972). Prososyal davranış, ‘*genellikle bir başkasına fayda sağlamayı amaçlayan gönüllü davranıştır.*’ Bununla birlikte prososyal davranışların kaynağında bencil düşünceler, günlük kaygılar, başkalarına yönelik ilgi ya da toplumsal değerler olabilir (Eisenberg, 1986). Aile içerisinde öğrenilen bu davranışlar (Turp & Ata, 2022) erken çocukluk (Zahn-Waxler vd., 1992a) ve orta çocukluk yıllarından itibaren gelişim göstermekte ve bu gelişim ergenlik yıllarına kadar sürebilmektedir (Mussen & Eisenberg, 1977).

Prososyal davranışlar içinde yaşanan toplumun değer yargılarından ve toplumsal normlarından etkilenmektedir. Taylor ve diğerlerine göre (2010) göre bu normlar; toplumsal sorumluluk, toplumsal adalet ve karşılıklılık normlarıdır. Bu normlara göre de prososyal davranışlar kendi içinde dörde ayrılmaktadır. Wittek & Bekkers’e göre (2015) bunlar davranışın uygulanma şekli (bireysel-grup) ya da davranıştan etkilenenlere (kişi-grup) göre değişiklik göstermektedir. Carlo & Randall (2001) ise prososyal davranışı özgecilik, kamusal davranış, duygusal davranış ve itaatkarlık olmak üzere dört farklı şekilde incelemiştir.

Prososyal davranışlar çok geniş bir araştırma alanına sahip olmakla birlikte Türkçe literatüre özgecilik, diğerkamalık, elseverlik, alturizm, fedakarlık, isar gibi kelimelerle çevrilmektedir. Bu durum alan yazında bir kavram karmaşasına neden olmaktadır (Düzgüner, 2019). Özgeci davranış ile başkalarına yardım etme davranışı arasında farklar bulunmaktadır. Kişinin yardım yaparken kendisine çıkar sağlaması, başkalarını etkilemesi, gösteriş yapması ya da yaptığı yardım sonrasında karşındakinde veya kendinde oluşan duyguyu önemsememesi özgeci davranış değildir. Bir davranışın özgecilik olarak kabul edilebilmesi için kişinin herhangi bir ödül beklentisi içinde olmaması aynı zamanda başka insanlara yaptığı yardım sonrasında hoş bir duygulanım içinde olması gerekir (Fredman vd., 1993).

Yukarda belirtilen özelliklerin gerekli olduğu gibi özgecilik prososyal davranışların bir alt türü olmakla birlikte her prososyal davranışın özgeci davranış olduğunu söylemek yanlıştır (Akbaba, 1994). Olumlu bakış açısı ve empati ile karakterize edilen özgeciliğe (Eisenberg & Mussen, 1989) davranışın altında yatan güdü ve onu belirleyen niyettir (Lam, 2012). Nitekim Türkçede eş anlamlısı diğerkamlik ve elseverlik olan özgeciliğe bakıldığında, İngilizce alan yazının bazı kaynaklarında altruism kelimesi altında fedakarlık ve isar kavramlarını da özgecilik olarak ele almaktadır. Kavramların daha iyi anlaşılabilmesi için özetlemek gerekirse; genel yardım davranışlarının altında bulunan prososyal davranışlardan biri özgeciliğdir. Özgecilik yerine kişinin bedel ödemeyi bile göze alıp bir başkasına ya da başkalarına yardım etmesi yani özgeciliğin daha ileri hali ise isar kavramıdır (Düzgüner, 2019). Sesardic'e göre (1999) eğer birey başkasına yardım ederken kendi çıkarından vazgeçiyorsa ve kendini riske atıyorsa bu bir özgeci davranıştır ancak Campbell (1972), bireylerin toplumsal ortamlarda bencil şekilde davranmamaları aynı zamanda toplumsal değerleri içselleştirerek vatansever olmaları gerektiğini ayrıca sosyal düzenin sağlanması için bazen benliklerinden ödün vermeleri gerektiğini savunmaktadır. Tam da bu örnek Batı kültürüne göre bazı kaynaklarda özgecilik olarak ele alınmaktadır ancak bu düşünce ve davranış Türk kültüründe ve İslam dinindeki işarın karşılığıdır.

## 2.2. Özgeciliğin Tanımı ve Tarihi

Merhametlilik, sorumluluk, yardımseverlik, hoşgörülü olma gibi birçok toplumsal değer bulunmaktadır. Bunlardan biri de herhangi bir çıkar gözetmeksizin bireye veya topluma maddi ya da manevi yollarla katkıda bulunmak anlamına gelen özgeciliğdir. Yardım kuruluşlarında görev alma, maddi yardım, olağanüstü durumlarda yardım, yaşlı veya hastalara yardım etme, fiziksel güce dayalı yardım, eğitim-öğretim için yapılan yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklı yapılan yardımlar özgeci davranışlara örnektir (Ümmet vd., 2013).

Kelimenin kökeni incelendiğinde İngilizce, Fransızca ve Almanca'da "*alter*", Arapça'da "*gayr*" ve Farsça'da ise "*diger*" kökünden türetilmiş ve Türkçe'de özgecilik olarak kullanılan altruism kelimesinin (Düzgüner, 2019) Latince'de "*alter*" ve "*ui*" kelimelerinin birleşmesiyle meydana geldiği, "*alterihuic*" kelimesinden türediği ve literatüre George H. Lewes tarafından kazandırıldığı bilinmektedir (Brosnahan, 1907; Akt. Scott & Seglow, 2007). Bazı kaynaklara göre ise özgecilik kavramını tarihte ilk kullanan kişinin Fransız sosyolog Auguste Comte (1875) olduğu ve özgeciliği "*başkaları için yaşama eğilimi veya arzusu*" olarak tanımladığı görülmektedir (Akt., Batson, 1988).

Yüzyıllar içerisinde özgecilik kavramı da bilimsel araştırmaların gelişmesi ve çeşitlenmesi sonucunda tanım olarak değişikliklere uğramış görünmektedir. Türk Dil Kurumu'nun (TDK) tanımı incelendiğinde “*Çıkar gözetmeksizin başkalarının iyiliği için özveride bulunmayı bir ilke olarak benimseyen ahlâk, tutum ve görüşü olduğunu ve her kişinin asıl yükümlülüğünün, kendisini başkalarına, topluma adamak olduğu düşüncesine dayanan ahlâk görüşü*” olarak tanımlanmıştır (TDK, 2008). Diğer tanımlar incelendiğinde Sonne & Gash'ın (2018) özgeciliği “*Belirgin bir kişisel fayda sağlamadan ve kişisel riske girmeden başkalarına fayda sağlayan eylemlerde bulunma konusundaki aşırı özveri*” Rushton'un (1980) “*Başkalarının refahı için bencil olmayan ilgi veya bağlılık ilkesi veya uygulamalar ile kişinin kendisi için değil başkası için olumlu sonuçlar elde etmek amacıyla gerçekleştirdiği sosyal davranış*” Ersanlı'nın (2012) ise özgeciliği “*çıkarcı amaçla gütmekten, bilerek ve isteyerek, ihtiyacı olan birine yarar sağlamayı amaçlayan menfaatinden arınık olarak verme, tasarruf ve affetmeyi içeren tüm duygu, düşünce ve davranışlar*” olarak tanımladığı görölmektedir.

Özgecilik davranışı ile ilgili tanımlamalar incelendiğinde “*Prososyal davranışların bir alt türü olan özgecil davranışlar, genellikle egoist veya pragmatik kaygılardan çok, başkalarına yönelik veya ahlaki kaygılar/ duygular tarafından motive edilen toplum yanlısı davranışlar olarak tanımlanır.*” (Eisenberg, 1986). Dolayısıyla özgeci davranışlar ödöl beklemeksizin yapılan (Piliavin & Charng 1990 ), başka bir kişiye ya da gruba yönelik iyilik içeren (Eisenberg, 1986) ve ahlaki bir doktrin olarak algılanan toplum yanlısı davranışlardan biridir (Furnham vd., 2016).

Özgeciliğin biyolojik temelli mi yoksa sosyal öğrenme yoluyla mı kazanıldığı konusu incelendiğinde ise çeşitli sorgulamalar göze çarpmaktadır (Robinson & Curry, 2005). Bu durum ise özgeciliğin genel geçer bir tanımının yapılmasını zorlaştırmaktadır. Bilinen bir gerçek vardır ki özgecilik, hiç kuşkusuz insancıl bir toplumu hedefleyen, sağlık huzur ve mutluluk içinde yaşam sürmeyi arzulayan bireylerin ortak görüşlerini yansıtmaktadır (Topses, 2012). Özgecilikte bir kişi başka bir kişiye ya da içinde yaşadığı topluma değer vermektedir. Bununla birlikte diğerlerine yardım etmek amacıyla güdülenmektedir (Karadağ & Mutafçılar, 2009).

### **2.3. Özgeciliğin Temelleri**

Akbaba (1994) özgeciliğin temellerini genetik, sosyal gelişim, dini ve felsefi olmak üzere dört şekilde sınıflandırmıştır. Bu araştırmada ise özgeciliğin temelleri felsefi, fizyolojik, sosyolojik ve ahlaki olmak üzere dört başlık altında ele alınmıştır.

### 2.3.1. Özgeciliğin Felsefi Temeli

Yüzyıllardır insanların doğasında iyi ve kötünün olduğu, evrensel olarak iyi veya evrensel olarak kötünün ne olduğu hakkında yapılan felsefi tartışmalar halen varlığını korumaktadır (Sonne & Gash, 2018). Bununla birlikte özgeci veya benmerkezci düşüncenin altında yatan sebepler her ne olursa olsun insanoğlu özgeci davranışı devam ettirerek psikososyal bir gelişim göstermiştir (Çoker, 2022). Katz (1972) ‘‘*Their History in Philosophy and Some Implications for Psychology*’’ adlı çalışmasında özgeciliğin felsefesini üç farklı teori altında incelemiştir. Bunlar:

#### 2.3.1.1. Haz Teorisi

Antik çağda Lucretius ve Epikuros tarafından ortaya atılan bu teoriye göre Hazza ulaşmanın yolları çeşitlidir. Bunlardan biri kişinin hazzı en yüce şey olarak tanımlaması ve acı çekmek dahil her yolu denemesine dayanır. Diğer bir haz kaynağı ise doğrudan doğruya acı çekmek ve acıyı içselleştirmektir. Hazzın diğer bir yolu ise doğrudan acı çekmekten kaçınmak ve başkalarının verebileceği doğrudan olumsuz davranışlarından kaçınmaktır ancak bu teoriye göre haz duymanın diğer bir yolu ise başkalarına yardım etmekten geçmektedir. Başkalarının acılarını azaltmak, er ya da geç kişinin kişisel zevkini artırabilir (Katz, 1972).

#### 2.3.1.2. Görev Teorisi

Eski Stoacılar (Diogenes) tarafından ortaya atılan görev teorisine göre; bireylerin başarı, zevk, mutluluk sonucunda ne olursa olsun özgeci davranışlarda bulunmaları gerekmektedir çünkü bu teoriye göre insanların sonucu ne olursa olsun ahlaki davranışları bir görev olarak görülür. Katz’a göre (1972) başkalarının refahının artırılması bir araç olarak değil de bir amaç olarak benimsenmelidir.

#### 2.3.1.3. Kendini Gerçekleştirme Teorisi-Maslow

Bu teori antik çağda Platon ve Aristoteles tarafından temsil edilmektedir. Bu teoriye göre bireyler bir başkasına zarar vermeden, kendi çıkarlarını gözettiği gibi başkalarının da çıkarlarını gözetmelidirler. Toplumsal düzenin sağlanması ve korunması için bireylerin kişisel görev ve sorumluluklarını yerine getirmeleri gerekmektedir. Bu görev ve sorumluluklar ise bireylerin sürekli bir gelişim halinde olmalarından kaynaklanmaktadır. Tıpkı Platon’un bilgiye ulaşarak eksikliklerinden kurtulması ve insanlara karşı erdemli işler yaptığı gibi teoride insanın kendini gerçekleştirerek başkalarına da yardımcı olabileceği vurgulanmaktadır (Katz, 1972).

### 2.3.2. Özgeciliğin Fizyolojik Temeli

Özgeciliğin fizyolojik kökenlerinin olduğu ve nörolojik temellere dayanarak yapılan araştırmaların git gide arttığı gözlenmektedir (Sunar & Fidancı, 2016). İş birliğine dayalı davranışlar beyindeki ödül devrelerini harekete geçirmektedir. Bu durum ise özgeciliğin gelişiminin biyolojik süreçlerini incelemede dayanak olarak gösterilmektedir (Fehr & Rockenbach, 2004).

Özgecilik biyolojik olarak yalnızca insanlarda gelişim göstermemekle birlikte (Erdem, 2022; Hoffman, 1975) hayvanlar aleminde de özgeciliğin var olduğu düşünülmektedir. Vampir yarasaların kan kusarak yavrularının açlıktan ölmelerini sağlaması, yırtıcı kuşların yavrularını korumak amacıyla günlerce yuvayı terketmeden başında beklemeleri, böcek kolonilerinin neredeyse tüm yaşamlarını diğer üyelerinin yuvalarını inşa etmeye adanmaları özgeci davranışlar olarak görülmektedir (Omarlı, 2022). Özgeciliğin biyolojik temelini araştıran Campbell (1972) adını kendi koyduğu içgüdü teorisinde insan ve hayvanların ortak içgüdülerinden hareketle insanları, gruplar halinde yaşayan hayvanlara benzetir ve tıpkı hayvanlar gibi insanların da hayatta kalabilmek ve temel ihtiyaçlarını sağlayabilmek için dayanışma halinde olmaları gerektiğini vurgulamaktadır. 1970'li yıllarda Harvard Üniversitesi'nde prososyal davranışlar üzerine araştırmalar yapan Wilson ve diğer bir araştırmacı Hamilton (1963) özgeci davranışların insanlarda kalıtsal bir şekilde var olduğunu savunmuştur (Freedman vd., 1976; Freedman vd., 1989). Bu bilim adamlarına göre, özgeci davranışlar insanoğlunun yaşamının doğal bir parçası olup insanlar, bu davranışları öğrenmeyle kazanmak zorunda değildirler (Topses, 2009). Son olarak Akbaya'ya göre (1994), insanlardaki özgeci davranışlar ister doğuştan var olsun isterse çevre yoluyla öğrenilmiş olsun içinde yaşanılan toplumun, inanç sisteminden, gelenek ve göreneklerinden ve genel olarak kültüründen etkilenmektedir.

### 2.3.3. Özgeciliğin Sosyolojik Temeli

İnsanoğlu çocuk yaşlardan itibaren olumlu veya olumsuz sosyal davranışları içinde bulunduğu çevreden öğrenir. Sosyal öğrenme kuramcıları başta olmak üzere Watson, Freud, Erikson ve Kohlberg sosyal davranışların çevre yoluyla öğrenildiğini belirtmişlerdir (Akbaba, 1994).

İnsanların toplumsal bir yapı içinde bir arada yaşamaları birbirlerine karşı davranışları konusunda bazı sorumlulukları akla getirmektedir. Bu nedenle de bireyler günlük yaşamlarında

başkalarının duygu, düşünce ve isteklerini gözeterek eylemde bulunurlar (Omarlı, 2022). Benliğin gelişiminin devam edebilmesi için bireyin toplumsallaşması gerekmektedir çünkü diğerlerinin algıları, düşünceleri hatta inanç sistemleri bireyin başta benliği olmak üzere kişisel özellikleri üzerinde belirleyici olmaktadır (Mert & Gülmez, 2018). Bununla birlikte özgecilik farklı özelliklere sahip bireylerin bir arada yaşamalarından dolayı ortaya çıkan toplumsal bir gerekliliğin sonucudur çünkü toplumdaki tüm insanların birbirini düşünmeksizin kendi çıkarları uğruna yaşaması toplum düzeninin ortadan kalkmasına ve kaos ortamının oluşmasına neden olacaktır (Az & Acar, 2020). Bu nedenle kişi eğer ihtiyaç durumunda yardım görmek istiyorsa gerektiğinde de bir başkasına yardım edebilmelidir (Çoker, 2022). Bununla birlikte bebeklik ve çocukluk yıllarında bireyin aile ve yakın çevresinden edindiği deneyimler, zamanla içinde yaşanılan toplumun ve kültürel değerlerin de etkisiyle artmaya ve gelişmeye devam eder (Sonne & Gash, 2018). Özellikle toplulukçu kültürlerde ise grubun amaçları her zaman daha önemlidir. Karşılıklı sosyal destek ve dolayısıyla özgeci davranışlar birbirine yakın homojen gruplarda daha yaygın olarak gözlenmektedir (Kağıtçıbaşı, 2004).

#### **2.3.4. Özgeciliğin Ahlaki Temeli**

İlahi dinler; yardım yapmayı, başısta bulunmayı, sorumluluk almayı ve benzeri birçok olumlu sosyal davranışı “iyi” olarak nitelendirmişlerdir. İnsanların bu tür davranışlarda bulunmalarını ise emretmişlerdir. Bu nedenle insanların özgeci davranışlarının dolayısıyla ahlaki davranışlarının arkasındaki temel motivasyon ilahi dinlerdir. İnsanlar böylece dini inançlarının da gereği olarak özgeci davranışlarda bulunabilirler (Akbaba, 1994). Bununla birlikte ilahi dinlere göre özgeci davranışta bulunan bireylerin elde edecekleri kazanımları bu durumu pekiştirmektedir (Kasapoğlu, 2004). Başta sosyal psikoloji, din psikolojisi ve pozitif psikoloji olmak üzere çeşitli bilim dallarının ortak konusu olan özgecilik, insanın kendisiyle birlikte diğerlerini de incelemesi üzerine kuruludur. Bu durum ise diğer sosyal ilişkileri önemseyen dinlerde de aynı şekilde kabul görmektedir (Düzgüner & Sevinç, 2020). Dolayısıyla ilahi dinler ve diğer sosyolojik özellikleri ön plana çıkaran inanç sistemleri ile özgeci davranışlar arasında doğal bir ilişkinin olduğu düşünülebilir. Diğer yandan Budist meditasyon uygulamalarında ve Eski Yunan’daki ahlak oyunlarında özgeci davranışların olumlu karşılandığı belirtilmektedir (William vd., 2002). Ahlaki gelişime göre bütün insanlar en üst düzeyde ahlaki gelişim gösteremeyebilirler ve diğerinin üstün yararını düşünebilecek kadar ahlaklı olamayabilirler. Bu nedenle herkes özgecilik değerini bir kazanım olarak elde edemeyebilir (Kohlberg & Hersh, 1977). Buradan hareketle özgeci davranışların Kohlberg’in

ahlaki gelişim kuramında olduğu gibi bireyin ahlaki gelişim evrelerinde yukarı çıktıkça özgeci davranışlarda bulunma olasılığının artacağı düşünülmektedir (Aydemir, 2021). Batı Avrupa'daki aydınlanmanın önde gelen temsilcilerinden Immanuel Kant'ın da dediği gibi bireyler iyi bir insan olmayı ödül-çıkarcı beklentisiyle ya da cezalandırılma korkusuyla değil, bir ödevin sorumluluğunu yerine getirmek olarak görmelidir (Kant, 1781; Akt. Topses, 2012).

## **2.4. Özgeciliğin Kuramsal Temelleri**

Özgeciler literatürde bir kişilik özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır. Bencil insanlara göre daha fedakar özellikler gösteren bireyler özgeci davranışlarda bulunabilirler ancak bu durum tamamen bireyin gerçek duygularını yansıtmayabilir (Cebeci, 2022). Benmerkezci ve özgeci davranışın temelinde yatan motivasyonun ne olduğuyula ilgili tartışmalar günümüzde halen varlığını korumakla birlikte özgeci davranışları kuramsal açıklamalarla ortaya koymak mümkündür (Çoker, 2022).

### **2.4.1. Pozitif Psikolojiye Göre Özgeciler**

Psikoloji alanında hemen her dönemde özgeciler ile ilgili konular araştırılmıştır. Özellikle sosyal psikoloji alanıyla beraber özgeciler konusunda yapılan çalışmalar pozitif psikolojinin gelişmesiyle artarak devam etmiştir (Düzgüner & Sevinç, 2020). İnsanoğlu geçmişten bu yana kendini geliştirme ve daha iyi bir yaşama kavuşma arzusu içerisinde olmuştur. Pozitif psikoloji kuramı ise bu düşünce ve isteklerin araştırılmasında kuramsal bir temel oluşturmaktadır (İşgör, 2017). Pozitif psikoloji diğer psikolojik danışma kuramlarına göre bireyin daha fazla olumlu duygularına, düşüncelerine, deneyimlerine, yeterliliklerine ve pozitif işlevselliğine yoğunlaşmaktadır (Linley vd., 2006). Yaşantı düzeylerine göre farklılaşan pozitif yaşantılar bireysel ve grupla olmak üzere iki şekildedir.

Yukarıda bahsedilen prososyal davranışlar ise pozitif psikolojinin grup düzeyini oluşturmaktadır (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Buradan hareketle pozitif psikoloji insanın günlük yaşamında başkalarıyla olan ilişkilerinde adaletli davranması, affedici olması ve yardımsever olması gerektiğini savunur. Kurama göre bu prososyal davranışlar birey için birer erdemdir (Seligman, 2002). Genel anlamda karşılık beklemeden başkaları için yapılan olumlu sosyal davranışlar olan özgeciler ise bu erdemlerden biri olarak alan yazında önemli bir yere sahiptir. Bireyin mutlu olmasını hedonik bir şekilde rahatlığa ve zevk almaya bağlayan görüşlerin aksine (Keyes, 1998; Ryan & Deci, 2001 ; Ryff & Singer, 2008) bireyin toplum yaşamına olan katkısının önemli olduğunu savunan ve özgeciliğin bireyin refahını artırdığını

vurgulayan (Post, 2005; Weinstein & Ryan, 2010 ) dolayısıyla özgeci davranışların bireyde olumlu etkisinin olduğunu belirten çalışmalar pozitif psikoloji çerçevesinde ele alınmaktadır.

Karşılık beklemeden başkalarına yardımcı olmak olumlu duygulara sahip olmanın (Seligman, 2007) ve olumsuz duygulardan uzaklaşmanın bir yoludur (Dibou, 2012). Gönüllülük esasına dayalı olan özgeci davranışlarda bulunan bireylerin yaşam doyumları ve psikolojik sağlımlıkları artar (Kahana vd., 2013). Diğer yandan özgeci davranışlar bireylerin benlik saygısını artırırken suçluluk duygusunu ise azaltır ve bu durum dışadönük, sosyal ve olumlu bir kişiliğin oluşmasında fayda sağlar (Dibou, 2012; Post vd., 2002). Dolayısıyla duygu ve düşüncelerini birbirinden ayıran kısacası benlik algısı gelişmiş, içsel motivasyona sahip ayrıca hayata pozitif bakabilen kişilerin özgecilik düzeyleri yüksektir (Mert & Kahraman, 2019). Bu kişilerin başkalarına karşı bakış açısının pozitif olduğu (Kepekcioglu, 2015), kendine yönelik özsaygısının (Bolig & Weddle, 1998; Jens & Gordon, 1991), özyeterliğinin, problem çözme becerisinin, ego esnekliğinin (Caprara vd., 2019; Caprara vd., 2010; Luengo vd., 2017) empati düzeyinin, sosyal sorumluluk düzeyinin (Bierhoff vd., 1991) ve içsel motivasyonunun yüksek olduğu belirtilmektedir (Keyfitz vd., 2012; Sütü, 2007).

#### **2.4.2. Psikanalitik Kurama Göre Özgecilik**

Psikanalitik kurama göre kişiliğin üç ana yapısı olan id, ego ve süperego üçlüsünden olumlu sosyal davranış ile ilgili olanı süperegodur çünkü süperego bireyin toplumsal yaşam ile ilgili standartlarını ve ideallerini yansıtır (Freud, 1961). Buna göre süperego, bireyin özgeci davranışlarının toplum tarafından takdir edildiğini düşünür. Bireyin toplum tarafından kabul görmesi ve sevilmesi için özgeci davranışlarda bulunması süperegonun getirdiği bir normdur (Blackman, 2017). Bu normun oluşma süreci ise odipal döneme dayanmaktadır. Çocuk ailesinde ebeveynlerinden gördüğü özgeci davranışları içselleştirebilir ve kendisi de özgeci davranışlarda bulunabilir (Nielsen, 2010).

Psikanalitik açıdan özgecilik incelendiğinde, cinsel ve saldırgan dürtülerin tolere edilmesi için (Shapiro & Gabbard, 1994; Vaillant, 1992) ya da bireyin çaresizlik duygularından kaçınmak amaçlı kullandığı bir çeşit savunma mekanizmasıdır (Sharf, 2012). Ancak özgecilik, anksiyetenin oluşmasını önlediği gibi bireyin çevresine uyum sağlamasında katkıda bulunur ayrıca özgeciliği başkalarına teslim olmayla yani özleştirme savunma mekanizmasıyla karıştırmamak gerekir. Özleştirmede birey başkasının isteklerini karşılamak için kendi ihtiyaçlarını gözetmeden özleştirdiği kişinin çıkarlarına göre davranışta bulunabilir (Burger,

2004; Cüceloğlu, 1998; Geçtan, 1990). Diğer bir bakış açısına göre ise birey, benmerkezci düşünce ve davranışlarını gizlemek amacıyla da özgeci davranışlarda bulunabilir yani bencil düşünce ve davranışlarını maskeleyebilir (Hall, 2016).

### **2.4.3. Sosyal Öğrenme Kuramına Göre Özgecılık**

Sosyal öğrenme kuramı özgeciliğin toplumsal etkileşim ve model alma yoluyla ortaya çıktığını dolayısıyla özgeci davranışların öğrenme yoluyla oluştuğunu savunur (Bandura, 1977; Konecni & Ebbesen, 1975). Bandura'ya göre (1986) birey davranış kalıplarını öz-değerlendirme sürecine dayanarak belirler. Buna göre toplum yanlısı davranışlardan olan özgecılık ise bireyin ahlak, toplum ve kendi düşünce sisteminin etkileşimi sonucunda oluşur.

Kurama göre bireyin özgeci davranışları doğuştan gelmez (Akbaba, 1994). Bebeklik ve çocukluk döneminde içinde bulunduğu çevreyle etkileşimi sonucunda oluşur (Simmons vd., 1983). Ödül, ceza, taklit etme veya model alma gibi yöntemler kullanılarak özgeci davranışın çocuklara öğretilmekte sonrasında ise aynı yöntemler ile pekiştirildiğinde bu durum kalıcı hale gelmekte ve öğrenme yaşantıları oluşabilmektedir (Bandura & Walters, 1977; Mercin, 2005). Ceza veya pekiştirme yöntemlerinin bir sonucu olan özgecılık, sosyal onaylanma gibi bir ihtiyaç için yapıldığında beklenen davranışta bir azalmaya neden olabilir (Lam, 2012). Ayrıca kurama göre özgecılık ve tüm olumlu sosyal davranışlar ahlaklı bir davranış olarak kabul edilir (Yazgan-İnanç & Yerlikaya, 2011). Özellikle okul ortamı gibi sosyal ortamlarda bulunan çocukların sosyal öğrenme açısından özgeci davranışları kazanmaları aileler ve öğretmenler tarafından desteklenmelidir (Robinson & Curry, 2005).

### **2.4.4. İnsancıl-Hümanistik Yaklaşımına Göre Özgecılık**

Hümanistik psikolojinin kuramcıları Carl Rogars ve Abraham Maslow'ın görüşlerine göre; insanların iyi niyetli olmaları ve davranışlarında başkalarının refahını gözetmeleri ortaya attıkları kuramın en önemli faktörlerindendir (Bernal, 1976; Kağıtçıbaşı, 2002). Maslow (1970) fizyolojik ihtiyaçlardan kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarına doğru farklılaşan ihtiyaçlar hiyerarşisinde kendini gerçekleştirmiş bireylerin başkalarına karşı hoşgörülü, çevresiyle iyi ilişkiler kuran ve herkesten birşeyler öğrenebilen kişiler olduğunu belirtmiştir (Lester, 2013). Maslow ihtiyaçlar hiyerarşisinin en üst basamağına zamanla "*Topluma katkıda bulunma ihtiyacını*" koymuştur. Dolayısıyla bireyin kendini gerçekleştirme yolunda ilerlerken kendi bireysel ihtiyaçlarının yerine başkalarının ihtiyaçlarını karşılamasının da bireysel bir ihtiyaç olduğunu belirtmiştir (Koltko-Rivera, 2006). Bu bağlamda Maslow'a (2001) göre özgeci

davranışlar, bireyin kendini gerçekleştirme için psikolojik sağlamlığı artırmakla beraber olumlu bir davranış türüdür.

Midlarsky (1991) özgeci davranışların, bireyin kendi sorunlarından uzaklaşmasını, yaşamı anlamlandırmasını, özyeterliliğini artırdığı ve genel olarak ruhsal yapısına olumlu etkide bulunduğunu belirtmektedir. Kendini gerçekleştiren bireylerin kişilik özellikleri incelendiğinde empatik becerilerinin ve problem çözme becerilerinin yüksek olduğu görülmektedir ve nitekim bu özelliklere sahip bireyler başkalarına çıkar ve menfaat gözetmeksizin yardımda bulunabilirler (Aydemir, 2021; Yazgan-İnanç & Yerlikaya, 2011). Dolayısıyla hümanistik kurama göre insanların özgeci davranışlarda bulunarak başkalarının ihtiyaçlarını karşılamanın onlara sevgiyle ve ilgiyle yaklaşmanın insanın temel ihtiyaçlarından olduğu görülmektedir (Flynn & Black, 2011).

#### **2.4.5. Bireysel Psikolojiye Göre Özgecilik**

Bireysel psikoloji yaklaşımına göre Alfred Adler, olumlu sosyal davranışlarda bulunan bireylerin toplumsal ihtiyaçlarını bireysel ihtiyaçlardan daha önemli görerek sosyal bir içgörü kazandığını ve günlük yaşamdaki motivasyonlarının diğer insanlara göre daha yüksek olduğunu savunmaktadır (Yazgan-İnanç & Yerlikaya, 2011). İnsanların toplumdaki problemlere karşı duyarlı bir şekilde, toplumun iyilik halini düşünerek ve buna yönelik davranışlarda bulunarak yaşamlarını daha anlamlı hale getirebileceklerini savunurlar. Bu nedenle de ölümsüz olmak için topluma karşılıksız bir şekilde katkıda bulunurlar (Adler, 1964; Dreikurs, 1971). Kurama göre çikarsız bir şekilde başkalarına yardım etme davranışları üstünlük duygusuyla ilgilidir. Birey bir başkasının ihtiyacını karşıladığında kendisini ondan üstün hisseder ve bu duygusunu tatmin etmiş olur (Akınal, 2013).

Bireysel psikolojiye göre ideal bir toplum düzeni inşa etmek için bireylerin sosyal ilgisinin yüksek olması gerekir. Sosyal ilgi kavramının ruh sağlığının en önemli bileşenlerinden olduğu bilinmektedir. Bu nedenle diğerlerine duyulan içten ilginin karşılığı da özgecilik olarak karşımıza çıkmaktadır (Rareshide & Kern, 1991). Doğuştan gelen ve çevreyle etkileşim sonrasında gelişen sosyal ilginin (Adler, 2003; Atlı, 2012; Dixon vd., 1986; Geçtan, 2012; Gençoğlu vd., 2014), başkalarının iyiliğini ve mutluluğunu artırmayı amaçladığı düşünüldüğünde (Johnson vd., 2003) bireysel psikolojiye göre özgecilik ile sosyal ilgi arasında bir benzerlik olduğu belirtilmiştir (Özgöl, 2019). Dolayısıyla psikolojik sağlamlığı artıran sosyal ilginin (Ansbacher, 1991) yaşam boyunca bireylerin toplumsal konulara bakışını

etkilediği ve özgecilik kapsamında düşünüldüğünde, sosyal ilgisi yüksek olan bireylerin toplumsal konulara, özellikle yardımlaşmaya olan ilgisi nedeniyle özgeci davranışlarda bulunma eğiliminin yüksek olduğu ifade edilmektedir (Crandall & Harris, 1991; Dicaprio, 1974; Erginsoy, 2010; Rareshide & Kern,1991).

## 2.5. Özgeciliğin Özellikleri

Özgecilik Bar-tal'a göre (1986) genel olarak aşağıda belirtilen şu beş özelliği içermelidir:

1- *Bir başkasına fayda sağlama*: Yardımda bulunacak kişi ihtiyaç sahibinin ihtiyaçlarını doğru değerlendirerek bu ihtiyaçları uygun biçimde giderecek bir davranışta bulunmalıdır.

2- *Davranışın gönüllü olarak gözlenmesi*: Davranış, herhangi bir tehdit veya itaat sonucu değil gönüllü biçimde yapılmalıdır.

3- *Davranışın niyetli bir şekilde yapılması*: Davranışı yapan aktör bilinçli bir yardımda bulunma motivasyonuna sahip olmalıdır.

4- *Hedeflenen faydadan başka bir amacın olmaması*: Davranışın yapılmasının tek amacı bir diğerine yardım etmek olmalıdır. Başka amaçlar ile yapılması davranışı özgeci olmaktan çıkartmaktadır.

5- *Dışsal herhangi bir çıkar beklentisi ile yapılmaması*: Davranışta bulunanın o anda veya gelecekte herhangi bir karşılık beklememesi gerekmektedir.

İnsanın iyi bir ruh sağlığına sahip olması için Adler'e göre (2000) iyi bir aile düzeni kurması, isteyerek ve severek bir meslek sahibi olması ayrıca yaşadığı toplumla uyum içerisinde ilişkiler geliştirmesi gerekmektedir. Toplumla uyum içinde yaşamının ise bazı gereklilikleri vardır. Bunların başında bireyin kendi çıkarlarının dışında toplumun ihtiyaçlarının farkında olması ve özgeci davranışlarda bulunması gelmektedir (Greene & Burke, 2007; Griffin, 2006).

Özgeciliğin en temel özelliği yukarıda belirtildiği gibi herhangi bir ödül beklemeksizin başkalarının iyiliğini düşünmek ve kendini de riske atmadan toplumun refahını artırmaya yönelik davranışlarda bulunmaktır (Mateer & Willover, 1994). Bu bakımdan özgeci davranışlar, toplum yanlısı davranışların öncüsüdür (Robinson & Curry, 2005). Günlük

yaşamda bireylerdeki özgecilik düzeyinin düşüklüğü sosyal yaşamı olumsuz etkileyebilmektedir (Zwick & Fletcher, 2014) ancak toplumsal iletişim açısından değerlendirilğinde özgecilik insani ve toplumsal bir değer olarak karşımıza çıkmaktadır (Soosai-Natham vd., 2013). Pozitif psikoloji alanında yapılan araştırmalar incelendiğinde özgecilik düzeyi yüksek olan bireylerin empati kuran, içsel motivasyona sahip, sosyal sorumluluğu yüksek ve diğerlerine göre nispeten benmerkezci olmadıkları (Buragohain & Senapati, 2016), özgeciliğin ise bireyi kendi sorunlarından uzaklaştırdığı, algılanan yeterlilik düzeyini ve sosyal ilgisini artırdığı görülmektedir (Midlarsky,1991). Nitekim varlıklar aleminin en üst basamağında yer alan insanı diğer varlıklardan ayıran özelliklerin başında sevme, saygı duyma, paylaşımcı olma, sorumluluklarının farkında olma, hoşgörülü olma gibi özgecilikle benzer nitelikler gelmektedir (Ersanlı & Çubuker, 2015).

İnsanların neden özgeci davranışlarda bulunduğu dair açıklamalar incelendiğinde Bussing vd. (2013) özgeciliğin asıl unsurunun şefkat kavramı olduğunu savunmaktadırlar çünkü şefkat duyan kişiler bir başkasının ya da başkalarının duydukları acılara karşı kayıtsız kalmaz ve empati kurarak bu kişilerin acılarını hafifletmek ya da onlara doğrudan yardım etmek için harekete geçerler. Fisher & Cole (1993) ise bireylerin gönüllü bir şekilde yardım davranışında bulunmalarının nedenini farklı kategorilerde açıklamaktadır. Bunlar; içsel gereksinimler, bilinçli davranışlar ve kendine fayda sağlamaktır. Kendine fayda sağlamak dışında bireyin içsel gereksinimleri ve toplumsallık amaçlı farkında olarak gerçekleştirdiği davranışlar özgeci davranışlar sınıfına girmektedir. Monroe'ye (1996) göre ise bir davranışın özgeci davranış olarak adlandırılması için iyi niyetli olmak yeterli değildir. Bununla birlikte başkasına yönelik gerçekleştirilen bir eylemin amacının onun iyilik halini artırması gerekmektedir.

Özgeci davranışlarda bulunan bireylerin kişisel özelliklerine bakıldığında hayata pozitif bakan kişilerin karamsar ve çekimser kişilere göre daha fazla özgeci davranışlarda bulunduğu görülmektedir çünkü bu kişilerin genelde olumlu benlik saygısına sahip, özgüveni yüksek ve sosyal olaylara karşı daha duyarlı oldukları bilinmektedir (Cüceloğlu, 2001). Sosyal olaylara karşı duyarlılık ise bireylerin kendini sosyal sorumluluk sahibi olarak görmesinden kaynaklanır. Örneğin bu kişiler bir sebep gerekmesizin çevresinde bulunan yaşlılara, bağımlılara ya da yardıma muhtaç olan herhangi bir kimseye destek olabilirler (Penner, 1978).

## 2.6. Özgeciliğin Türleri

Özgecilik temel olarak bir yardım davranışıdır. Bununla birlikte bahsedildiği gibi özgeciliği diğer yardım çeşitlerinden ayıran önemli bazı noktalar bulunmaktadır. Bunlardan en önemlisi ise yardımda bulunan kişinin herhangi bir çıkar beklentisinin bulunmamasıdır. Kavramın tanımına ilişkin görüşler günümüzde halen çeşitlilik gösterse de özgeciliğin “davranışta bulunan kişinin zarar görmesi” özgeci davranışın özellikleri olmaktan çıkmıştır. Bununla birlikte zarar görmenin yerine “faydadan zarar etmek” veya çıkar beklentisi içerisinde bulunmamak özgeciliğin temel özelliği olarak literatürde yerini almıştır (Çoker, 2022; Toumbourou, 2016).

Oliner (2003) özgeci davranış aşamalarını iki kategoriye ayırmaktadır. Bunlar: Kahramanca özgeci davranış ve geleneksel özgeci davranıştır. Kahramanca özgeci davranışta yardım yapılan kişi için yüksek derecede fedakarlık ve risk almak vardır. Geleneksel özgeci davranışta ise, kişinin bir risk almasına ya da fedakarlıkta bulunmasına gerek yoktur. Buragohain & Senapati’ye göre (2016) ise psikolojik açıdan üç tür özgecilik bulunmaktadır. Bunlardan birincisi, kan bağına dayalı olan nepotist özgeciliktir. Bir annenin çocuğunun birçok ihtiyacını karşılamak için fedakarca davranması bu duruma örnek gösterilebilir. İkincisi uzun vadeli ilişkilerin veya arkadaşlıkların temel özelliklerinden olan karşılıklı özgeciliktir. Sinemaya giden iki arkadaşın birinin bilet alırken diğerinin iyiliği için daha fazla ödeme yapması bu duruma örnektir. Üçüncüsü, bir grubu desteklemek adına özveride bulunmayı içeren grup temelli özgecilitir. Eski kıyafetleri, oyuncakları ve benzeri şeyleri çöpe atmak yerine ihtiyaç sahiplerine bağışlamak grup temelli özgeciliğe örnektir.

Seelig ve Rosof (2001) ise özgecilik türlerine bir yenisi ekleyerek üretken özgecilik kavramını kullanmıştır. “*Üretken özgecilik, başkalarının iyiliğini veya başarılarını teşvik etmenin kişide oluşturduğu memnuniyet*” olarak tanımlanmıştır. Özgeciliğin bir türü olarak kabul edilmesi durumu halen tartışılmakta olan bir diğer kavram ise patolojik özgeciliktir. Oakley’e (2013) göre patolojik özgecilik, “*Açık veya gizli bir şekilde kişisel motivasyonun bir başkasının iyilik halini artırmaya yönelik ancak kişide faydalı sonuçlar yerine olumsuz sonuçlara yol açabilecek davranış ya da eğilimlerdir.*” Bu bakış açısında bireylerin dini, kültürel ya da ideolojik yargılarına dayanarak kendilerine zarar verme pahasına da olsa bir başkasına iyilik yapabileceği vurgulanmaktadır.

Patolojik özgeciliğe yakın bir diğer kavram ise özgeci savunma mekanizmasıdır. Özgeci davranıştan farklılık gösteren bu mekanizmaya göre kişi, diğer kişi ile kendisini özleştirir. Bu nedenle de kendisi zarar görme pahasına da olsa özleştirdiği kişinin isteklerini ya da ihtiyaçlarını karşılar ve kendi isteklerini de ona göre düzenler (Burger, 2004; Cüceloğlu, 1998; Geçtan, 1984; Ümmet, 2012).

Diğer yandan bazı kişilerin olağanüstü riskler alıp, kendini tehlikeye atarak yaralanmaya ve ölüme yol açabilecek derecede insanlara iyilik yapma davranışında buldukları görülebilir (Tong vd., 2012). Örneğin; Yanan bir arabanın içindeki kişileri kurtarmak için arabanın patlaması pahasına içine giren birini düşünecek olursak bu kişinin olağanüstü bir durumda yaralanmayı ve ölümü göze alması fedakarlık gerektiren bir davranıştır ancak özgecilik bu tür bir davranış değildir. Özgeciliğin yukarıda bahsedildiği gibi kendine has türleri bulunmamakla birlikte bu konuda araştırma yapan araştırmacıların halen özgeciliği sınıflandırma çabasında oldukları görülmektedir. Dolayısıyla özgecilik kavramının yardım etme, paylaşma ve bağışta bulunma gibi farklı türlerinin ve kavramın çok boyutlu bir yapısının olduğu, yüksek empatik beceriler gerektirdiği, aynı zamanda kişinin güdülenmesine ve amacına göre değiştiği söylenebilir (Bar-Tal vd., 1982; Dahl, 2015).

## **2.7. Özgeciliğin Çocukluk Döneminde Gelişimi**

Erken çocukluk döneminde ortaya çıkan ve kademeli bir biçimde gelişen özgecilik, çocuktaki bilişsel ve sosyal gelişim ile doğal olarak zamanla değişir (Frydman & Ritucci, 1990). Aslında bu davranışlar tamamen özgeci davranış olarak değil de prososyal davranış olarak ele alınabilir ancak ilerleyen yıllarda çocukların çevresiyle sosyalleşmesi sonucunda özgeci davranışlar da görülmeye başlar (Erdem, 2022). Bebekler başkalarıyla etkileşime ilgi duyarlar, çocukluk döneminde başkalarının problemlerine rahatlatıcı çözümler bulmaya çalışırlar sonrasında ise bazı faydalı eylemleri iyi veya zorunlu olarak algırlar (Dahl & Paulus, 2018). İçinde yaşanılan çevrenin ve ait olunan kültürün de etkisiyle çocuklar yardımseverlik ve başkalarıyla iş birliği kurmada yetişkinler tarafından teşvik edilirler ve bu durum özgeci davranışlarda bulunmalarında etkili olmaktadır (Warneken & Tomasello, 2009). Nitekim özgecilik eğilimleri olan çocukların bu tür prososyal davranışları toplum tarafından olumlu karşılandığı için davranış pekiştirilmekte ve öğrenilerek kalıcı hale gelmektedir (Cebeci, 2022).

Olumlu sosyal davranışların tamamında olduğu gibi özgeciliğin de yaşla beraber arttığını ya da azaldığını söyleyen çalışmalar olsa da özgecilik yaşamın bazı dönemlerinde

artarken bazı dönemlerinde ise azalabilmektedir (Sukys vd., 2016). Nitelik yapılan boylamsal araştırmaların sonuçlarına göre prososyal davranışların ve özgeciliğin bebeklik döneminden (Zahn-Waxler vd., 1992a; Zahn-Waxler vd., 1992b) erken çocukluk dönemine doğru arttığı belirtilmektedir (Istiqomah vd., 2020; Persson, 2005; Toumbourou, 2016). Bununla birlikte erken ergenlik dönemi de özgeci davranışların artırılabilceği önemli bir gelişim dönemidir (Carlo vd., 1999). Bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimin etkisiyle kişiler arası ilişkilerin de geliştiği bu dönemde, ergenliğe geçiş döneminde, çocukların özgeci davranışlarda bulunması için fırsatlar artar (Carlo vd., 1992; Fabes vd., 1999; Hoffman, 1991; Selman, 1980; Tomlinson vd., 1974). Buradan hareketle empatik becerisi ve sosyal duyarlılığı yüksek olan bu çocuklar (Fry, 1976) başkalarının bakış açısını anlayabilmekte ve iş birliği yapmaya açık oldukları için özgeci davranışlarında artışların olması normal bir durum olarak kabul edilmektedir (Eisenberg vd., 1991).

## **2.8. Özgecilik ile İlgili Araştırmalar**

Murray & Ahammer (1977) tarafından yapılan çalışmada anaokulu çocuklarında özgeciliği desteklemek için tasarlanmış rol oynama, rol yapma ve empati, rol yapma, empati ve yardım etme ve prososyal televizyon izlemeden oluşan dört deneysel eğitim programının etkililiği incelenmiştir. Eğitim, dört hafta boyunca haftada beş gün uygulanan, günde yarım saatlik oturumlardan oluşmaktadır. Araştırma sonuçları en etkili eğitim programlarının çocuğun rol alma ile ilgili çeşitli bilişsel ve sosyal yönlerden eğitim aldığı programlar olduğunu göstermiştir.

Iannotti (1978) rol üstlenme deneyimlerinin empati, özgecilik ve saldırganlık üzerindeki etkisinin incelendiği araştırmada dokuz yaşındaki 30 çocukla çalışmış ve rol üstlenme deneyimlerinin empati ve saldırganlığı etkilemediği ancak çocukların özgecilik düzeyinin önemli ölçüde arttığı sonucuna varmıştır.

Zashin (1981) tarafından yapılan doktora tezinde öğrenme engeli bulunan ve davranış bozuklukları olan 6-12 yaş arasındaki çocukların akran odaklı sosyal davranışlarını geliştirmeye yönelik teknikler olarak modelleme, rol oynama ve sözlü kendi kendine eğitim tekniklerinin etkililiğini araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına uygulanan müdahale programı sonrasında kontrol grubundaki çocuklara göre deney grubundaki çocukların iş birliği, paylaşma, yardım etme ve çatışma çözme gibi toplum yanlısı davranışlarının arttığı görülmüştür.

Frydman & Ritucci (1990) çocukların özgeci davranışlarını test etmek amacıyla 12 yaşındaki 90 tane çocukla çalıştığı ‘‘Özgeci tutumun gelişimi: yardım etme davranışına yönelik bir programın test edilmesi ve değerlendirilmesi’’ adlı çalışmalarında eğitime katılan çocukların özgeci davranışlarındaki artışı gözlemlemiştir.

Akbaba (1994) tarafından yapılan araştırmada grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeyleri üzerindeki etkisini incelenmiştir. Araştırma sonucunda grupla psikolojik danışmanın deney grubundaki öğrencilerin özgecilik düzeylerinin kontrol grubundaki öğrencilere göre önemli ölçüde arttığı tespit edilmiştir.

Etxebarria vd. (1994) ‘‘Okulda prososyal-özgecil davranış desteklemeye yönelik bir programın tasarlanması ve değerlendirilmesi’’ adlı çalışmalarında dört farklı sınıf grubundan oluşan 10-12 yaş arasındaki 110 denek ile çalışmışlardır. Empati kurmayı, bakış açısı kazanmayı, kişi kavramına sahip olmayı ve iş birliğini teşvik etmeyi amaçlayan bir dizi etkinlikten oluşan müdahale programı, 15 oturum olarak gerçekleştirilmiştir. Yapılan ön teste göre son test puanlarına bakıldığında öğrencilerin özgeci davranış puanlarında artış tespit edilmiştir.

Weinman (2010) tarafından yapılan doktora tezinde 8,9 ve 10 yaşındaki duygusal rahatsızlığı olan ve olmayan 158 öğrenciyle çalışılmıştır. Araştırmanın deney grubunu duygusal rahatsızlığı olan ve olmayan öğrencilerin bulunduğu kaynaştırma sınıfı oluştururken, kontrol grubunu ise kaynaştırma grubu olmayan diğer öğrenciler oluşturmuştur. Araştırma sonuçları duygusal rahatsızlık yaşayan öğrencilerin sınıflara entegre edilmesinin, akranlarının özgecilik düzeylerini önemli ölçüde artırdığını göstermiştir.

Tappen (2013) 54’ü kadın ve 41’i erkek olmak üzere toplam 95 üniversite öğrencisiyle çalıştığı doktora tezinde öğrencilere farkındalık temelli bir stres azaltma programı uygulamıştır. ‘‘kısa farkındalık eğitimi: Tek bir farkındalık seansı, üniversite öğrencileri arasında özgeciliği, güveni ve iş birliğini etkileyebilir mi?’’ adlı araştırmada bilinçli farkındalık temelli müdahale programının kişiler arasındaki özgeciliği, güveni ve iş birliğini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Wallmark vd. (2013) tarafından ortaya konulan ‘‘meditasyon yoluyla özgeciliği teşvik etmek: 8 haftalık randomize kontrollü bir pilot çalışma’’ adlı çalışmada bir Budist meditasyon müdahalesinin empati, algılanan stres, farkındalık, öz-şefkat ve başka birinin problemine yönelik empatik ilgi (özel ilgi) hissetme eğilimi üzerindeki etkilerini araştırılmıştır. İlgili

değişkenlerin özgecil yönelim olarak tanımlandığı çalışmada müdahale programının özgecil yönelimleri artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Poindexter (2014) tarafından yapılan ‘‘özgecilik eğitiminin ortaokul öğrencilerinin zorbalık mağdurlarına karşı tutumları ve toplum yanlısı olarak müdahale etme niyetleri üzerindeki etkileri’’ adlı doktora tezi çalışmasında 8. Sınıfta okuyan 154 ortaokul öğrencisiyle çalışmıştır. Araştırma sonuçlarına göre özgecilik eğitimi müdahalesinin ortaokul öğrencilerinin zorbalık mağdurlarına karşı kurban yanlısı tutumları ve zorbalık durumlarına müdahale etme durumlarını yönelik puanlarında anlamlı artışlar gözlenmiştir.

Garg vd. (2016) çok az araştırmanın müdahale programları yoluyla özgecil motivasyonun zaman içindeki değişimini test ettiğini vurgulayan bir çalışma ortaya koymuştur. Kanseri tedavisi gören 120 yetişkin hasta üzerinde yapılan çalışmada özgecil motivasyonun kanser tedavisinde pozitif etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Gordon-Greenberg (2016) tarafından yapılan ‘‘İnanca dayalı bir tedavi programında maneviyat ve özgeciliğin iyileşmeye etkisi’’ adlı doktora tezinde 18 ve 65 yaş aralığındaki 9’ar kişiden oluşan iki ayrı grup üzerinde çalışılan çalışmada tedavi programının bireylerin maneviyatını ve özgecilik düzeylerini artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Pandya (2017) ‘‘Manevi bir eğitim programının çocuklar arasında özgecilik ve toplum yanlısı davranış geliştirmedeki etkisi’’ adlı çalışmasında 15 farklı ülkeden; 10, 11 ve 12 yaşlarında 3278 çocukla çalışmıştır. Araştırma sonuçları katılımcı çocukların özgecilik ölçeği ve prososyal kişilik bataryasındaki son test puanlarının, karşılaştırma grubuna ve kendi ön test puanlarına göre daha yüksek olduğunu göstermiştir.

Tashjian vd. (2021) tarafından ortaya konulan çalışmada özgecilik ve prososyal eylemlerin ergen iyi oluşu üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Yaşları 14 ve 17 arasında değişen toplam 97 öğrenciyle gerçekleştirilen çalışmada özgecilik ve prososyal eylemlerin ergenlerin psikolojik iyi oluşunu artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Ghobadi-Isfarjani vd. (2022) tarafından 30 kişilik öğrenci grubuyla yapılan çalışmada 90 dakikalık 12 seanstan oluşan psikososyal grup eğitiminin liseli kız öğrencilerin özgecilik ve sosyal uyumları üzerindeki etkisinin araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre psikososyal grup eğitiminin liseli kız öğrencilerin özgecilik ve sosyal uyumu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur.

## BÖLÜM 3

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grupların oluşturulması, veri toplama araçları, uygulanan deneysel işlem ve elde edilen veriler ile özgecilik temelli psikoeğitim programının pilot ve nihai uygulamalarına ve uygulanan programın içeriğine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, özgecilik temelli psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerinin özgeci davranışları üzerindeki etkisinin incelendiği yarı deneysel bir çalışma niteliğindedir. Araştırmanın bağımsız değişkenini özgecilik temelli psikoeğitim programı, bağımlı değişkenini ise deneklerin Çocuklar İçin Özgecilik Ölçeği'ne (ÇİÖÖ) verdikleri cevaplardan elde edilen özgeci davranış puanları oluşturmaktadır. Araştırmada deney-kontrol gruplu ön-test, son-test ve izleme ölçümlü deneysel desen kullanılmıştır. Dolayısıyla 2x3'lük split-plot (karma) desen olarak adlandırılan bu modelde ilk faktör deneysel işlem gruplarını (deney-kontrol), ikinci faktör ise bağımlı değişkene dair yapılan tekrarlı ölçümleri (ön-test, son-test, izleme testi) ifade etmektedir (Büyüköztürk vd., 2018). Araştırmanın modeli aşağıdaki tablo 1'de verilmiştir:

**Tablo 1.** Deneysel desen

	Ön-Test	Deneysel İşlem	Son-Test	İzleme Ölçümü
<b>Deney</b>	ÇİÖÖ	Özgecilik Temelli Psikoğitim Programı	ÇİÖÖ	ÇİÖÖ
<b>Kontrol</b>	ÇİÖÖ	-	ÇİÖÖ	ÇİÖÖ

Tablo 1. incelendiğinde modele göre deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların tamamına Çocuklar İçin Özgecilik Ölçeği'ne (ÇİÖÖ) ön-test olarak uygulanmıştır. Ardından araştırmanın deney grubuna 9 hafta boyunca ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini artırmak amacıyla geliştirilen özgecilik temelli psikoeğitim programı uygulanmıştır. Kontrol grubuna ise herhangi bir işlem yapılmamıştır. Özgecilik temelli psikoeğitim programının deney grubuna uygulanmasının ardından son test olarak ÇİÖÖ uygulanmış ve izleme ölçümleri 8 hafta sonra gerçekleştirilmiştir.

### 3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2023-2024 yılında Kırıkkale ilinin İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı bir ortaokulda öğrenimine devam eden 12'si kız ve 12'si erkek, altıncı ve yedinci sınıf öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında çalışmaya katılmak isteyen öğrencilere Kişisel Bilgi Formu ve Çocuklar İçin Özgeciliğin Ölçeği'nden oluşan bir form (Ek-1) uygulanmış olup ardından elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılarak değerlendirme yapılmıştır.

#### 3.2.1. Deney ve Kontrol Gruplarının Oluşturulması

Deney ve kontrol gruplarının oluşturulması için okulda duyurular yapılmış ve gönüllü katılımcılar aranmıştır. Gönüllü olarak katılım beyan eden öğrencilere demografik bilgilerini ölçme amaçlı bir bilgi formu, çalışmaya uygun olup olmadıklarını belirlemek amacıyla Çocuklar İçin Özgeciliğin Ölçeği uygulanmıştır. Ölçek uygulanan 385 öğrenciden özgeci davranış düzeyleri en düşük olan 88 öğrenci belirlenmiş ve bire bir görüşmeler yapılarak Özgeciliğin Temelli Psikoeğitim Programı ile ilgili amaç, hedef, kapsam ve gerekli olan tüm bilgilendirmeler kendilerine ve velilerine yapılmıştır. Gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilerden 12 Deney, 12 Kontrol Grubu olacak şekilde seçkisiz ve yansız atama yoluyla gruplar oluşturulmuştur. Araştırmanın katılımcılarına dair bilgiler Tablo 2.'de verilmiştir.

**Tablo 2.** Deney ve kontrol grupları

Grup-no	Cinsiyet	Sınıf düzeyi	Grup-no	Cinsiyet	Sınıf düzeyi
Deney -1	erkek	6. sınıf	Kontrol-1	kız	6. sınıf
Deney -2	erkek	6. sınıf	Kontrol-2	kız	6. sınıf
Deney -3	erkek	6. sınıf	Kontrol-3	erkek	6. sınıf
Deney -4	erkek	7. sınıf	Kontrol-4	erkek	6. sınıf
Deney -5	kız	7. sınıf	Kontrol-5	kız	6. sınıf
Deney -6	erkek	7. sınıf	Kontrol-6	erkek	7. sınıf
Deney -7	kız	7. sınıf	Kontrol-7	kız	7. sınıf
Deney -8	kız	6. sınıf	Kontrol-8	kız	7. sınıf
Deney -9	kız	6. sınıf	Kontrol-9	erkek	6. sınıf
Deney -10	kız	6. sınıf	Kontrol-10	erkek	7. sınıf
Deney -11	erkek	7. sınıf	Kontrol-11	erkek	7. sınıf
Deney -12	kız	7. sınıf	Kontrol-12	kız	7. sınıf

### 3.3. Deneysel İşlem

#### 3.3.1. Özgeciliğe Temelli Psikoeğitim Programı Hazırlama Süreci

Ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini artırmak amacıyla psikoeğitim programının hazırlık süreci 2022-2023 eğitim öğretim yılı ocak ayı itibari ile başlamıştır. Psikoeğitim programını hazırlamak amacıyla öncelikle problem durumuyla ilgili alan yazın kuramsal yaklaşımlar çerçevesince incelenmiştir. Türkiye’de özgeciliği artırmaya yönelik geliştirilmiş bir eğitim programı olmadığından uluslararası alan yazının derinlemesine araştırılmıştır. Dünyada da çok az sayıda programın geliştirildiği görülmüş ve ilgili programları geliştiren akademisyenlere e-posta yoluyla ulaşılmıştır. Deney ve kontrol grubuna uygulamak amacıyla Çocuklar İçin Özgeciliğe Ölçeği’ni geliştiren Türkiye’deki akademisyenlerden gerekli izin alınmıştır. Etxebarria vd. (1994) tarafından geliştirilen ‘‘A Programme to Promote Prosocial-Altruistic Behaviour in the School’’ adlı programın yer aldığı tek baskısı İspanyolca olan kitabın; *Para comprender la conducta altruista. Teoría, investigación e intervencion educativa. Estella: Verbo Divino (ISBN: 84-7151-948-8)* ilgili bölümleri Türkçe’ye çevirisi yapılarak program elde edilmiştir. 12 oturumdan oluşan ve geliştirilebilir özellikleri olan psikoeğitim programı uzman görüşleri doğrultusunda 9 oturuma dönüştürülmüş ve bazı aşamaları ise etkinlikler ve uygulamalar yönünden revize edilmiştir. Ardından programın içeriği, katılımcıların nelerle karşılaşacağı, sürenin verimli kullanımı, grup içi kurallar, görev ve sorumlulukların test edilmesi açısından 9 oturum olmak üzere programın pilot uygulamaları yapılmıştır.

Psikoeğitim programı pilot uygulamasının ardından programın katılımcılar tarafından değerlendirilmesi ve geri bildirim alınması amacıyla grup üyeleri ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan alınan geri bildirimler ve uzman görüşleri doğrultusunda gerekli notlar alınarak asıl uygulamada düzeltilmesi gereken noktalar rapor edilmiştir.

#### 3.3.1.2. Özgeciliğe Temelli Psikoeğitim Programının Uygulanması

Ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerini artırmaya yönelik uygulanan bu psikoeğitim programı toplamda 9 oturumdan oluşmaktadır. Programın oturumları Kırıkkale ilinde haftada bir olmak üzere katılımcılarla belirlenen gün, saat ve yerde gerçekleştirilmiştir. Özgeciliğe Temelli Psikoeğitim Programı’nın her bir oturumu 50-75 dakika arası sürmüştür. Deney grubuna uygulanan program (Ek-2), ekler bölümünde yer almaktadır.

### **3.3.1.3. Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programı Oturum Hedefleri**

#### **1. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Öğrencilerin tanışması ve kaynaşması
2. Grup amaçlarının ve kurallarının belirlenmesi, kurallara uyma konusunda ortak bir anlayış geliştirilmesi
3. Psikoeğitim oturumları ile ilgili grup üyelerinin bilgilendirilmesi
4. Özgeci davranış ile bakış açısı, empati, iş birliği ve temel insan kavramı arasındaki ilişkilerin grup üyelerine aktarılması

#### **2. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Farklı insanların farklı bakış açılarına sahip olabileceğini kabul etme ve başkalarının bakış açısını anlayabilme
2. Bakış açıları çatıştığında akıl yürütmeyi öğrenme

#### **3. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Mekânsal ve toplumsal bakış açısı kavramını birbirinden ayırt edebilme
2. Bakış açıları farklılaştığında nasıl hareket etmek gerektiğini bilme

#### **4. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Empati gelişimini destekleme
2. Olumlu sosyal davranışın gelişimini teşvik etme

#### **5. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Kişilerarası iletişim becerilerini geliştirme

#### **6. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Kişiler arasında iş birliğini geliştirmeyi teşvik etme
2. Benlik kavramını ve benlik saygısını geliştirme

#### **7. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Paylaşmayı öğrenme
2. Akranlar arasında dayanışmayı teşvik etme

#### **8. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Olumlu bir insan kavramının gelişimini teşvik etme
2. Toplum yanlısı ve özgeci davranışları teşvik etme

#### **9. OTURUM/Genel Hedefler:**

1. Psikoeğitim programının değerlendirilmesi
2. Toplum yanlısı ve özgeci davranışlarda bulunmanın değerlendirilmesi
3. Katılımcılar ile oturum süreçlerinde neler öğrendiklerinin konuşulması

### 3.3.2. Araştırmanın İç ve Dış Geçerliğini Artırmaya Yönelik Çalışmalar

Araştırmadaki deneysel müdahale öncesi ve sonrasında iç ve dış geçerliğin sağlanmasına dikkat edilmiştir. Bu nedenle öncelikle deney grubuna müdahale programı uygulanmadan önce deney grubuyla yaş, cinsiyet ve benzeri özellikler bakımından denk sayılabilecek gruplara müdahale programı bir ön uygulama olarak gerçekleştirilmiştir. Buradan elde edilen sonuçlar ile asıl uygulama yapılmıştır ve aynı sonuçlar elde edildiği için araştırmanın güvenilirliği ve dış geçerliliği de ispatlanmaya çalışılmıştır. Diğer yandan ön-test, son-test ve izleme ölçümlerinde de aynı ölçme aracı aynı kişi tarafından uygulanmıştır. Böylelikle de araştırmanın iç geçerliğini tehdit eden faktörler kontrol altında tutulmaya özen gösterilmiştir. Nitekim bir araştırmada bireylerin davranış, tutum veya becerilerini tahmin etmek için uygulanan testin ya da müdahalenin geçerli ve güvenilir olması uygulanan test ya da müdahale programının başarılı olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2019).

### 3.4. Veri Toplama Araçları

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından hazırlanan bu formda araştırmanın etik ilkeleri uyarınca ortaokul öğrencilerinin cinsiyet ve sınıf düzeyini içeren bilgiler yer almaktadır.

#### 3.4.1. Çocuklar İçin Özgecilik Ölçeği

Swank vd. (2019) tarafından geliştirilen Altruism Scale for Children (ASC), Ergül ve Çakmak (2021) tarafından Türkçeye uyarlanan ölçek için 10-18 yaş grubu ortaokul ve liseye devam eden 535 öğrenciden toplanmıştır. Orijinal ölçek; 3. sınıftan 12. sınıfa kadar çocuklar ve ergenler arasındaki özgecil davranışı ölçmek için tasarlanmış, kendi kendini raporlayan, tek boyutlu bir araçtır. Çocukların soruları cevaplarken seçebilecekleri üç seçenek sunan 30 madde vardır. Seçeneklerden biri özgecil bir davranışı diğer bir seçenek benmerkezli bir davranışı üçüncü seçenek ise karar verme sürecinde diğerlerinden geri bildirim alma davranışını yansıtmaktadır. Öncelikle ölçeğin dilsel eşdeğerliğe sahip olduğu belirlendikten sonra geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Çalışmada 447 öğrenci ile geçerlik ve güvenilirlik çalışması yürütülmüştür. Türkçe'ye uyarlama süreci sonrasında 28 maddeden oluşan tek faktörlü yapıya sahip olan "Çocuklar için Özgecilik Ölçeği" (ÇİÖÖ)'nden alınabilecek en düşük puan 28 en yüksek puan 84'tür. Ölçeğin 28 madde için Cronbach alfa değerinin .871, test-tekrar test güvenilirliğinin .832 olduğu belirlenmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde ölçeğin orijinal formula uyumlu olduğu ve ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla ölçeğin Türkçe

formunun Türkiye’de 10-18 yaş grubu çocukların özgecilerik düzeylerinin belirlenmesinde kullanılabileceği düşünölmektedir (Ergöl & Çakmak, 2021).

### **3.5. Verilerin Toplanması**

Verilerin toplanması için 2023-2024 eğitim-öğretim döneminde Kırıkkale İl Milli Eğitim Müdürlüğü’ne bağlı ortaokulların muhtelif yerlerinde araştırmacı tarafından duyurular yapılmış ve gönüllü katılımcılar arasından veriler toplanmıştır. Araştırma deneysel bir çalışma olması nedeniyle öncelikle katılımcılara psikoeğitim programı uygulanmadan önce Çocuklar İçin Özgecilerik Ölçeği yoluyla katılımcıların (ön-test) özgeci davranış puanları toplanmıştır. Psikoeğitim programı uygulandıktan sonra (9 oturum) katılımcılara tekrar aynı ölçek kullanılarak katılımcıların (son-test) puanları elde edilmiştir. Son olarak iki ay süreyle katılımcılara aynı test tekrar uygulanarak katılımcıların izleme sonrası puanları elde edilmiştir.

### **3.6. Verilerin Analizi**

Verilerin analiz edilmesi sürecinde SPSS 27.0 paket programı ile hangi istatistik testlerin kullanılacağına karar verebilmek amacıyla öncelikle deney ve kontrol gruplarında bulunan katılımcıların ön-test, son-test ve izleme ölçümlerinde Çocuklar İçin Özgecilerik Ölçeği’nden elde edecekleri değerlerin parametrik testlerin temel varsayımlarını karşılayıp karşılamadıkları incelenmiştir. Bu nedenle deney ve kontrol gruplarının ölçüm puanlarının dağılımına ilişkin basıklık ve çarpıklık katsayıları ve Shapiro Wilks testi aracılığıyla normallik analizi yapılmıştır. Psikoeğitim öncesinde gruplar arasında anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Araştırmada ön test, son test ve izleme testinin 2x3 tekrarlı ölçümleri öncesinde tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) ve karışık ölçümler iki faktörlü varyans analizi (ANOVA) için varyansların homojenliği, kovaryansların eşitliği ve küresellik varsayımları hesaplanmıştır. Varyansların homojenliği varsayımı için Levene-F testi, kovaryansların eşitliği varsayımı için Box’s M testi ve küresellik varsayımı için Mauchly testi kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarının ön-test, son-test ve izleme testi puanlarına göre özgeci davranış toplam puanlarının karşılaştırmaları için ise Bonferroni testi uygulanmıştır.

### 3.6.1. Ön Ölçüm Analiz Sonuçları

#### 3.6.1.1. Denenceler için ön ölçüm analizleri

**Tablo 3.** Grupların ÇİÖÖ ölçüm puanlarının dağılımına ilişkin normallik analizi bulguları

Gruplar	Ölçüm	Ort.	Ss.	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
Deney	Ön-test	45.17	8.45	-.63	-.65
Kontrol		48.75	6.84	-.40	-1.34
Deney	Son-test	72.83	9.73	-.59	-1.55
Kontrol		49	7.42	-.08	-1.35
Deney	İzleme Testi	70	10.68	-.80	.37
Kontrol		49.75	6.66	.89	1.53

Tablo 3. incelendiğinde deney ve kontrol grubunun ön, son ve izleme ölçümlerinde ÇİÖÖ'den aldıkları ortalama puanların normallikten fazlaca sapmadığı görülmektedir. Ortalama puanların basıklık ve çarpıklık değerlerinin -2 ve +2 sınırı arasında olması deney ve kontrol grubuna ait ön-test, son-test ve izleme puanlarının normal dağıldığını göstermektedir (Pituch & Stevens, 2016).

**Tablo 4.** Grupların ÇİÖÖ puanları için levne hata varyansları eşitliği testi bulguları

	Ölçümler	F	df1	df2	p
Özgeci Davranış Toplam	Ön-test	.322	1	22	.576
	Son-test	2.722	1	22	.113
	İzleme test	3.149	1	22	.090

Tablo 4. incelendiğinde Levene F testi p değerlerine göre deney ve kontrol grubunun ön, son ve izleme ölçümlerinde ÇİÖÖ'den aldıkları toplam puanların varyansları arasında anlamlı bir fark gözlenmemiştir ( $p > .05$ ). Buna göre deney ve kontrol grubunun ön, son ve izleme ölçümlerindeki toplam puanlar homojen bir şekilde dağılmaktadır.

**Tablo 5.** Deney ve kontrol gruplarının denklığı için yapılan ilişkisiz örneklem t-testi analizine ait bulgular

	N	X	Ss	t	p
Deney	12	45.17	8.45	-1.142	.266
Kontrol	12	48.75	6.84		

Tablo 5'te yer alan analiz sonuçları incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının özgeci davranış ön-ölçüm puan ortalamaları arasında ( $t_{22}=-1.142$ ,  $p=.266$ ,  $p>.05$ ) anlamlı farklılaşma bulunmamıştır. Dolayısıyla grupların birbirine denk oldukları ve deneysel uygulamanın ön koşulunu sağladıkları değerlendirilmiştir.

### 3.6.1.2. Demografik değişkenler için ön ölçüm analizleri

**Tablo 6.** Deney grubunun demografik değişkenlere göre özgeci davranış toplam puanlarının box's kovaryans matrisleri eşitlik testine ait bulgular

Box's M	Değişken	Değer	F	df 1	df 2	p
	Cinsiyet	11.801	1.311	6	724.53	.250
	Sınıf düzeyi	6.666	.741			.617

Tablo 6. incelendiğinde deney grubuna ait ön-test, son-test ve izleme testi tekrarlı ölçümleri için iki faktörlü varyans analizinin (ANOVA) varsayımlarından kovaryansların eşitliği için yapılan Box's M istatistiğine göre kovaryansların varyanslara eşit olduğu tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). Dolayısıyla her bir grubun kovaryansları arasında anlamlı bir fark olmadığı ifade edilebilir.

**Tablo 7.** Mauchly eş değerlik testlerine ait bulgular

		W	X <sup>2</sup>	Sd	P	Epsilon Değerleri		
						Greenhouse-Geisser	Huynh-Feldt	Lower-bound
Grup içi	Deney-ölçüm	.462	7.71	2	.021	.650	.701	.500
Grup içi	Kontrol-ölçüm	.308	11.76	2	.003	.591	.621	.500
Gruplar arası	Cinsiyet-ölçüm	.496	6.306	2	.043	.665	.805	.500
Gruplar arası	Sınıf düzeyi-ölçüm	.440	7.389	2	.025	.641	.768	.500

Tablo 7. incelendiğinde deney ve kontrol gruplarının tekrarlı ölçümleri için yapılan tek faktörlü ve iki faktörlü varyans analizi (ANOVA) varsayımlarından küresellik için yapılan Mauchly Eş Değerlik Testi analiz sonuçlarına göre ( $W=.462$ ,  $X^2 =7.72$ ,  $p<.05$ ) küresellik varsayımının karşılanmadığı (grup varyansları arasında fark olduğu) görülmektedir. Böyle durumlarda ANOVA'nın yorumlanması için Greenhouse-Geisser, Huynh-Feldt ve Lower-Bound serbestlik testlerinden birinin seçilip uygulanması gerekir. Bu testlerden ise en çok önerileni Greenhouse-Geisser serbestlik düzenleme testidir (Bathke vd., 2009). Bu nedenle veri analizlerinde Greenhouse-Geisser Epsilon düzeltmeleri yapılmıştır.

## BÖLÜM 4

### 4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın denencelerine uygun olarak yapılan analizlerin detaylı bulguları verilmiştir. Araştırmanın temel amacı, Özgeciliğe Temelli Psikoeğitim Programı'nın özgeci davranış üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın denenceleri doğrultusunda elde edilen bulgular aşağıda sırayla verilmiştir.

#### 4.1. Denencelere İlişkin Bulgular

Deney ve kontrol gruplarının ön-test, son-test ve izleme testi uygulamasında Çocuklar için Özgeci Davranış Ölçeği'nden elde ettikleri puan ortalamaları ve standart sapmaları tabloda gösterilmiştir.

**Tablo 8.** Deney ve kontrol grubu, ön-test, son-test ve izleme testi özgeci davranış puan ortalamaları ve standart sapmaları

Özgeci Davranış	Deney Grubu			Kontrol Grubu		
	N	X	Ss.	N	X	Ss.
Ön-test	12	45.17	8.45	12	48.75	6.84
Son-test	12	72.83	9.73	12	49	7.42
İzleme testi	12	70	10.69	12	49.75	6.66

Tablo 8. incelendiğinde deney ve kontrol gruplarının ön-test puan ortalamalarının birbirine yakın olduğu, son test puan ortalamalarının ise farklılaştığı görülmektedir. Bu kapsamda deney grubunun son-test özgeci davranış puan ortalamalarının mevcut çalışmanın amacı doğrultusunda arttığı gözlemlenmektedir. Ayrıca deney grubunun izleme test puan ortalamalarının son-test ortalama puanlarına yakın olduğu saptanmıştır. Bu saptamaların desteklenmesi amacıyla aşağıdaki istatistikî teknikler uygulanmış ve sonuçları ile birlikte sunulmuştur.

Deney grubunun puan ortalamaları arasında gözlenen farkın anlamlı olup olmadığı tekrarlı ölçümler için Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) ile test edilmiş ve analiz sonuçları toplam puana göre değerlendirilmiştir.

**Tablo 9.** Deney grubunun ön-test, son-test ve izleme testi puanlarına göre özgeci davranış toplam puanlarının tekrarlı varyans analizi bulguları

Ölçüm	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	p	n <sup>2</sup>
Ölçüm	5560.66	1.301	4275.32	98.129	.00	.899
Hata	623.33	14.31	43.57			

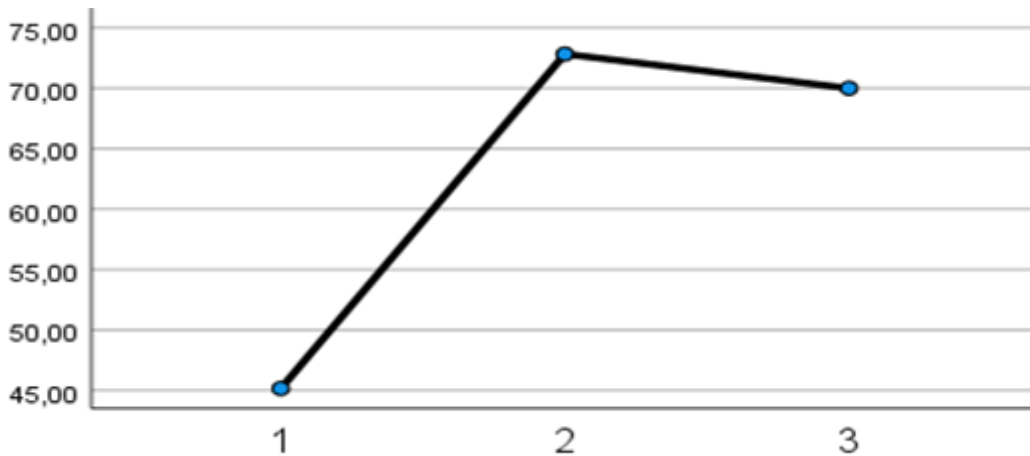
\*Küresellik varsayımı ihlal edilmiş olduğundan Greenhouse-Geisser eplison değerine göre düzeltme ile değerlendirilmiştir.

Tablo 9. analiz sonuçları ölçüm değişkeninin temel etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir [ $F(1.3, 14.31) = 98.129, p < .001, \eta^2 = .899$ ]. Ölçüm açısından oluşan farkın kaynağını belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden Bonferroni testi yapılmış ve analiz sonuçları tablo 10’da sunulmuştur:

**Tablo 10.** Deney grubunun ön-test, son-test ve izleme testi puanlarına göre özgeci davranış toplam puanlarının karşılaştırmaları (Bonferroni Testi)

Ölçüm	X	Ss	Ön-test	Son-test	İzleme Testi
Ön-test	45.17	8.45	-	.00 <sup>p</sup>	.00 <sup>p</sup>
Son-test	72.83	9.73	.00 <sup>p</sup>	-	.202 <sup>p</sup>
İzleme Testi	70	10.69	.00 <sup>p</sup>	.202 <sup>p</sup>	-

Tablo 10’daki analiz sonuçları son-test ( $X = 72.83, Ss = 9.73$ ) ve izleme testi puanlarının ( $X = 70, Ss = 10.69$ ) ön-test puanlarına ( $X = 45.17, Ss = 8.45$ ) göre anlamlı şekilde yüksek çıktığını göstermektedir. Bunun yanında son-test ve izleme testi puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır ( $p=.202, >.05$ ). Bu bağlamda araştırmanın ilk denencesi “*Özgecılık Temelli Psikoegitim Programı’na katılan deney grubundaki öğrencilerin son-test ve izleme testi puanları ön-test puanlarından anlamlı şekilde yüksek olur.*” ve ikinci denencesi “*Özgecılık Temelli Psikoegitim Programına katılan deney grubundaki öğrencilerin izleme testi puanları, son-test puanlarına göre anlamlı şekilde farklılaşmaz.*” Doğrulanmıştır. Deney grubunun zamana göre özgeci davranış puanları Şekil 1’de gösterilmiştir:



**Şekil 1:** Deney grubunun ön-test, son-test ve izleme testi ölçümleri.

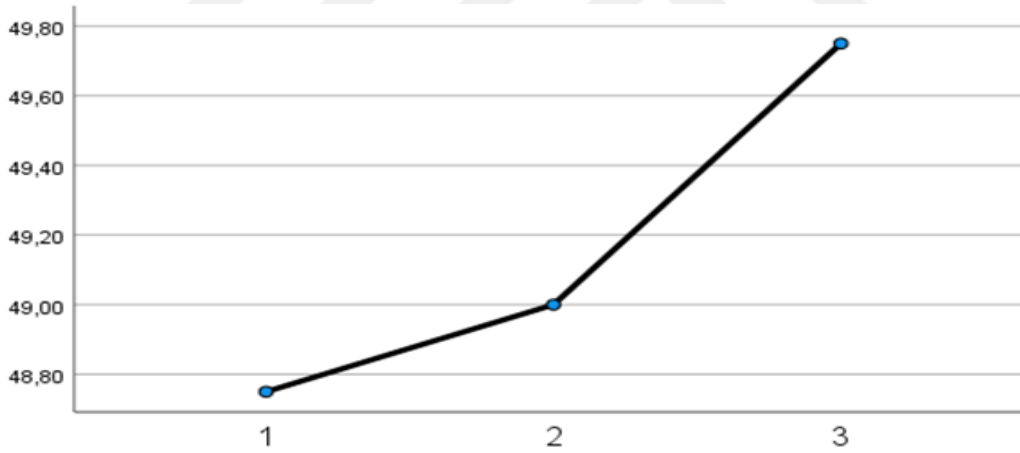
Kontrol grubunun puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığı tekrarlı ölçümler için Tek Faktörlü Varyans Analizi (ANOVA) ile test edilmiş ve analiz sonuçları toplam puana göre değerlendirilmiştir.

**Tablo 11.** Kontrol grubunun ön-test, son-test ve izleme testi puanlarına göre özgeci davranış toplam puanlarının tekrarlı varyans analizi bulguları

Ölçüm	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	p
Ölçüm	6.500	1.182	5.498		
Hata	250.83	13.005	19.29	.285	.641

\*Küresellik varsayımı ihlal edilmiş olduğundan Greenhouse-Geisser epsilon değerine göre düzeltme ile değerlendirilmiştir.

Tablo 11'deki analiz sonuçları ön-test ( $X = 48.75$ ,  $Ss = 6.84$ ), son-test ( $X = 49$ ,  $Ss = 7.42$ ) ve izleme testi ( $X = 49.75$ ,  $Ss = 6.66$ ) puanları arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır ( $p = .641$ ,  $p > .05$ ). Bu bağlamda çalışmanın üçüncü hipotezi “*Özgecılık Temelli Psikoegitim Programına katılmayan kontrol grubundaki öğrencilerin son-test ve izleme testi puanları ön-test puanlarına göre anlamlı şekilde farklılaşmaz.*” Doğrulanmıştır. Kontrol grubunun zamana göre özgeci davranış puanları Şekil 2’de gösterilmiştir:



**Şekil 2:** Kontrol grubunun ön-test, son-test ve izleme testi ölçümleri.

## 4.2. Demografik Değişkenlere İlişkin Bulgular

**Tablo 12.** Deneysel grubunun demografik değişkenlere göre ön-test, son-test ve izleme testi özgeci davranış puan ortalamaları ve standart sapmaları

Ölçüm	Cinsiyet	X	Ss.	Sınıf düzeyi	X	Ss.
Ön-test	Kız	47.83	9.58	6. sınıf	48	6.84
	Erkek	42.5	6.95	7. sınıf	42.33	9.54
Son-test	Kız	77.5	9.1	6. sınıf	74,33	9.48
	Erkek	68.17	8.56	7. sınıf	71.33	10.63
İzleme testi	Kız	75.5	9.22	6. sınıf	72.17	7.8
	Erkek	64.5	9.67	7. sınıf	67.83	13.37

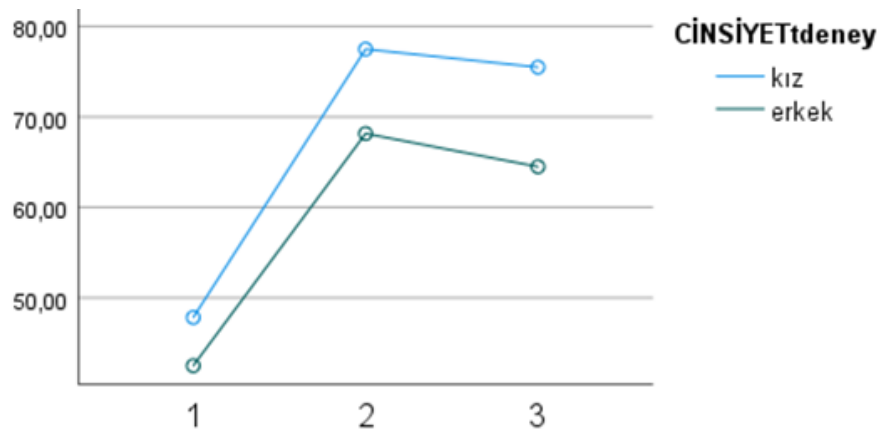
Yukarıdaki tablo 12’de deneysel gruba uygulanan Özgeciliğe Temelli Psikoeğitim Programı’nın demografik değişkenlere göre (cinsiyet ve sınıf düzeyi) anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için tekrarlı ölçümlerde İki Faktörlü Varyans Analizi Testi (ANOVA) uygulanmıştır ve test sonuçları aşağıda sunulmuştur.

### 4.2.1. Cinsiyete İlişkin Bulgular

**Tablo 13.** Cinsiyet-ölçüm değişkenine göre deneysel grubunun özgeci davranış puan ortalamalarının tekrarlı varyans analizi bulguları

Ölçüm	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	p	$\eta^2$
Ölçüm	5560.66	1,330	4180.33	97.139	.000	.907
Ölçüm*Cinsiyet	50.889	1.330	38.263	.889	.393	.082
Hata (ölçüm)	572.44	13,30	43.041			

Tablo 13’te göre analiz sonuçları cinsiyetin, ölçüm değişkenine istatistiksel olarak anlamlı bir etki etmediğini göstermektedir [ $F(1,3, 13,3) = .889, p > .05, \eta^2 = .082$ ]. Cinsiyete göre deneysel grubunun özgeci davranış puanlarının grafiği Şekil 3’te gösterilmiştir:



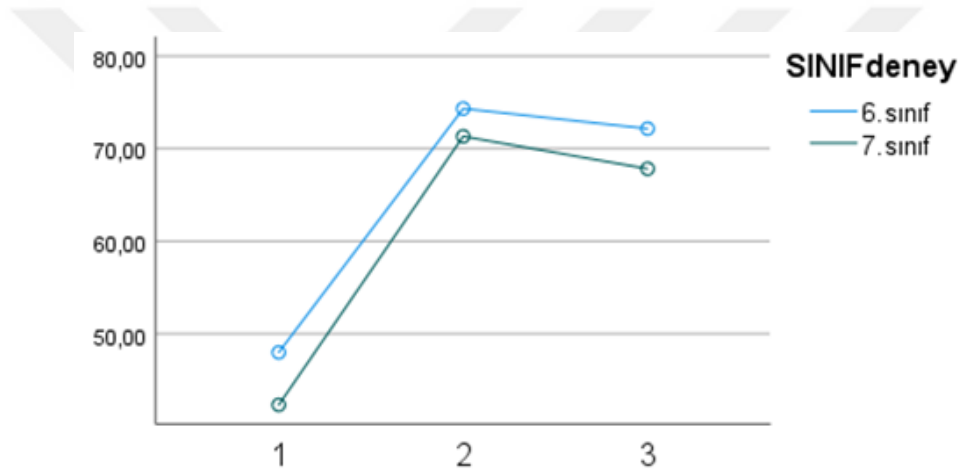
**Şekil 3:** Cinsiyete göre deneysel grubunun ön-test, son-test ve izleme testi ölçümleri.

## 4.2.2. Sınıf Düzeyine İlişkin Bulgular

**Tablo 14.** Sınıf düzeyi-ölçüm değişkenine göre deney grubunun özgeci davranış puan ortalamalarının tekrarlı varyans analizi bulguları

	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ortalaması	F	p	$\eta^2$
Ölçüm	5560.66	1,282	4337.310	90.762	.000	.901
Ölçüm*Sınıf	10.667	1.282	8.320	.174	.744	.017
Hata (ölçüm)	612.66	12,82	47.788			

Tablo 14'e göre analiz sonuçları sınıf düzeyinin, ölçüm değişkenine istatistiksel olarak anlamlı bir etki etmediğini göstermektedir [ $F_{(1,28, 12,8)} = .174, p > .05, \eta^2 = .017$ ]. Sınıf düzeyine göre deney grubunun özgeci davranış puanlarının grafiği Şekil 4'te gösterilmiştir:



**Şekil 4:** Sınıf düzeyine göre deney grubunun ön-test, son-test ve izleme testi ölçümleri.

## BÖLÜM 5

### 5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, Özgecilik Temelli Psikoeğitim Programı'nın, ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmanın bu bölümünde deney ve kontrol gruplarında yer alan katılımcıların; özgeci davranış ön-test, son-test ve izleme testi puanları üzerinde uygulanan istatistiksel analizlerden elde edilen bulgular, araştırmanın temel ve alt denenceleri doğrultusunda tartışılmış ve bu bulgulara ilişkin yorumlar sunulmuştur.

#### 5.1. Tartışma

Araştırmanın temel denecesi ‘‘Özgecilik Temelli Psikoeğitim Programına katılan deney grubu öğrencilerinin özgeci davranış puanlarında bu programa katılmayan kontrol grubu öğrencilerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde artış olur ve bu artış uygulamaların tamamlanmasından iki ay sonra yapılacak izleme ölçümünde de devam eder’’ olarak ifade edilmiştir. Araştırma sonucunda özgecilik temelli psikoeğitim programına katılan deney grubundaki öğrencilerin, özgeci davranış puanlarında anlamlı bir artışın olduğu ve bu artışın izleme ölçümlerinde de devam ettiği görülmüştür. Aynı zamanda deney ve kontrol gruplarına ait denenceler de istatistiksel analizler sonucunda doğrulanmıştır.

Alan yazın incelendiğinde özgecilik ile ilgili deneysel çalışmaların oldukça az sayıda olduğu gözlenmiştir. Türkiye’de yapılan ilk ve tek deneysel çalışma Akbaba’nın (1994) üniversite öğrencilerine uyguladığı, öğrencilerin özgecilik düzeylerini artıran özgecilik yönelimli grupla psikolojik danışma programıdır. Buradan hareketle bu araştırmada geliştirilen özgecilik temelli psikoeğitim programının hem psikoeğitim programı olması hem de ortaokul öğrencilerine yönelik olması nedeniyle Türkiye’deki alan yazın için tek ve değerli olduğu düşünülmektedir. Uluslararası alan yazında ise ortaokul çağındaki çocukların doğrudan özgeci davranışını artırmaya yönelik çalışmalar incelendiğinde Etxebarria vd. (1994) öğrencilerin özgecilik düzeylerini artırdığı ayrıca çocukların empati kurma, bakış açısı kazanma ve iş birliğini yapma konusunda gelişim gösterdiği ve bu araştırmanın temel dayanağı olan eğitim programını geliştirmişlerdir. Frydman & Ritucci’nin (1990) özgeci tutumu geliştirmeye yönelik uyguladıkları programda ortaokul öğrencilerinin özgeci davranışlarında artış gözlenmiştir. Pandya’nın (2017) ortaokul yaş gruplarında özgecilik ve toplum yanlısı davranışları artırmak için geliştirdiği eğitim programında çocukların özgeci davranış puanlarında yükselme olduğu gözlemlenmiştir. Poindexter’in ise (2014) zorbalığı önlemeye yönelik uyguladığı eğitim

programında, ortaokul öğrencilerinin özgeci ve olumlu sosyal davranışlarının arttığı akran zorbalığına karşı ise daha duyarlı hale geldikleri belirtilmiştir. Bu bilgiler, ortaokul öğrencilerinin özgeci davranışlarını artırmaya yönelik hazırlanan bu çalışmanın yukarıdaki temel denencesini ve bulgularını destekler niteliktedir.

Alan yazındaki diğer çalışmalar incelendiğinde Murray & Ahammer'in (1977) anaokulu öğrencileri için tasarladıkları eğitim programında çocukların empati, rol yapma ve başkalarına yardım etme konusunda gelişim göstermeleri, Iannotti'nin (1978) ilkökul yaş grubunun empati ve saldırganlık düzeyini düşürmeye yönelik geliştirdiği özgecilik eğitim programında çocukların empati ve saldırganlık düzeyinin etkilenmediği ancak özgecilik düzeylerinde önemli ölçüde artışın olması, 6-12 yaş grubunda engelli öğrencilerle çalışan ve uyguladığı eğitim programında işbirliği, paylaşma, yardım etme ve çatışma çözme gibi toplum yanlısı davranışların arttığını gözlemleyen Zashın'ın (1981) bununla birlikte duygusal problemler yaşayan 8-9 yaşlarındaki kaynaşırma öğrencileri için Weinman (2010) tarafından hazırlanan doktora tezinin özgeci davranışa yönelik olumlu etkisi, diğer yandan Tashjian ve diğerlerinin (2021) ergenlerle gerçekleştirdiği çalışmada uygulanan özgecilik eğitim programının psikolojik iyi oluşu artırdığı, Ghobadi-Isfarjani ve diğerlerinin (2022) özgeci davranış temelli psikososyal grup eğitiminin lise öğrencilerinde sosyal uyumu desteklediği, Wallmark vd. (2013) ve Gordon-Greenberg'in (2016) yetişkinlere yönelik geliştirdiği eğitim programlarında özgeciliğin arttığı, yine Tappen (2013) tarafından üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen özgecilik eğitim programının stresi azalttığı görülmüş ve kanser hastalarıyla çalışan Garg ve diğerlerinin (2016) uyguladıkları özgecilik yönelimli müdahale programının olumlu sonuçları düşünüldüğünde bu araştırmada ortaokul öğrencilerine uygulanan özgecilik temelli psikoeğitim programının anaokulu, ilkökul, ergen gruplara da uygulanabilir olduğunu akla getirmektedir. Nitekim araştırmanın demografik değişkenleri olan sınıf düzeyi ve cinsiyete ait bulgular da bu durumu desteklemektedir.

Sınıf düzeyi ve cinsiyete ilişkin bulgular incelendiğinde, altıncı sınıf öğrencilerin özgeci davranış toplam puanları yedinci sınıflara göre; kız öğrencilerin ise özgeci davranış toplam puanları erkeklere göre nispeten daha yüksek olmasına rağmen araştırma bulgularına göre ortaokul öğrencilerinde sınıf düzeyi ve cinsiyetin özgeci davranış üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Sınıf düzeyine ait ilgili alan yazın incelendiğinde özgeci davranışların küçük yaşlardan itibaren gelişmeye başladığını belirten çalışmalara rastlanmaktadır (Carlo vd., 2003; Dahl & Paulus, 2018; Frydman & Ritucci, 1990; Istiqomah

vd., 2020; Kumru vd., 2004; Sunar & Fidancı, 2016; Tintori vd., 2021; Toumbourou, 2016). Grunberg vd. ise (1985) özgeci davranışta doğumdan yaklaşık altı-yedi yaşlarına kadar artış, sonrasında bir azalma olduğunu belirtmektedirler. Benzer şekilde Sukys ve diğerlerine göre de (2016) özgeci davranışlar yaşamın bazı dönemlerinde artarken bazı dönemlerinde ise azalmaktadır. Ortaokul altıncı ve yedinci sınıf öğrencilerine uygulanan psikoeğitim sonrasında aralarında anlamlı bir fark gözlenmemesi de ileride yapılacak araştırmalarda gelişim düzeyleri birbirinden farklı bireylerin çalışmaya dahil edilmesi gerektiğini akla getirmektedir. Cinsiyete ilişkin alan yazın incelendiğinde ise çalışmaların genellikle üniversite öğrencileriyle gerçekleştirildiği ve genellikle kız öğrencilerin özgeci davranış düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirten araştırmalara (Duman, 2021; Ekşi vd., 2016; Khalınbaylı & Taş, 2019; Mert & Gülmez, 2018; Yıldırım & Topçuoğlu, 2016) rastlanmıştır. Diğer yandan yetişkinlerle gerçekleştirilen (Karahalilöz, & Çelebi, 2021; Parmaksız, 2020) çalışmalarda cinsiyetler arasında anlamlı farklılaşma bulunmazken ilkökul düzeyinde gerçekleştirilen bir araştırmada (Çalık vd., 2009) ve lise düzeyinde yapılan (Sünbül & Güçray, 2016) başka bir çalışmada erkeklerin özgeci davranış puan ortalamalarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

İlgili alan yazında özgeciliğin stres düzeyini (Tashjian vd., 2021), onaylanma ihtiyacını (Swank vd., 2019) ve zorbalığı azalttığı (Perkins vd., 2022; Tintori vd., 2021), depresyonu (Lam, 2012; Nacaroglu, 2020), madde kullanımını, cinsel risk içeren ve benzeri suçları önlediği görülmüştür (Kumru vd., 2004; Pandya, 2017; Redondo-Pacheco vd., 2016; Sunar & Fidancı, 2016). Bununla birlikte özgeci davranışlarda bulunan bireylerin yaşam doyumunun, benlik saygısının, akademik ve sosyal başarısının (Boylu, 2020; Lam, 2012; Mert & Gülmez, 2018) özsaygısının (Swank vd., 2019) psikolojik dayanıklılığının (Parmaksız, 2020; Şahin, 2015) atılganlık düzeyinin (Kılınç vd., 2016) motivasyonun (Artan vd., 2018; Yavuzer, 2017) affetme duygusunun ve (Ergi vd., 2021), bilinçli farkındalık düzeyinin yüksek olduğu bilinmektedir (Tappen, 2013). Buradan hareketle ilişkisel bulgularla desteklenen ve çalışma alanı oldukça geniş olan özgeciler kavramını geliştirmeye yönelik hazırlanmış bu psikoeğitim programı ulusal alan yazın için bir kazanım olarak görülmektedir.

## **5.2. Sonuç**

Sonuç olarak bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin özgeci davranışlarını artırmak amacıyla uygulanan özgeciler temelli psikoeğitim programının son-test puan ortalamalarının ön-test puan ortalamalarına göre anlamlı şekilde arttığı ve izleme testiyle de bu artışın sürdüğü

tespit edilmiştir. Bu sonuç özgecılık temelli psikoeğitim programının ortaokul öğrencilerinin özgeci davranışlarını artırmaya yönelik etkili bir program olduğunu göstermektedir. Araştırmanın demografik değişkenleri olan sınıf düzeyi ve cinsiyetin ise özgeci davranışa yönelik istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olmadığı dolayısıyla ortaokul öğrencilerinin özgeci davranışlarının sınıf düzeyi ve cinsiyet değişkenlerinden etkilenmediği sonucuna ulaşılmıştır.

### 5.3. Öneriler

- Özgecılık temelli psikoeğitim programı ortaokul düzeyindeki örneklem grubunda uygulanmıştır. Programın içeriğindeki etkinlikler göz önüne alındığında gelecekteki araştırmalarda ilkokul veya lise öğrencilerinden oluşan gruplara da uygulanması ve etkililiğinin sınanması önerilir.
- Milli eğitimde görev yapan okul psikolojik danışman ve rehber öğretmenleri öğrencilerin akademik ve sosyal gelişimlerini desteklemek amacıyla özgecılık temelli psikoeğitim programını uygulayabilirler.
- Kanun yapıcılara ise çalışma kapsamında geliştirilen program etkinliklerinin, başta Milli Eğitim Bakanlığı olmak üzere Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Sağlık ve İçişleri Bakanlığı'nın psikolojik danışma ve rehberlik birimlerindeki önleyici rehberlik hizmetleri kapsamında değerlendirilmesi önerilir.

## KAYNAKLAR

- Adler, A. (1964). Religion and individual psychology. In H. L. Ansbacher & R. R. Ansbacher (Eds.), *Superiority and social interest* (pp. 271–308). (Original work published 1933).
- Adler, A. (2000). *Yaşama sanatı*. İstanbul.
- Adler, A. (2003). *İnsan doğasını anlamak*. (D, Başkaya, Çev.). İzmir.
- Adler, A. (2008). *Nevroz sorunları; toplumsal duygu yoksunluğu ve erkeksi protesto*. (A. Kılıçoğlu, Çev.). İstanbul.
- Ak, K. (2013). *Üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeylerinin yordayıcısı olarak yaşam amaçları* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Akbaba, S. (1994). *Grupla psikolojik danışmanın sosyal psikolojik bir kavram olan özgecilik üzerindeki etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Akinal, B. (2013). *Aile ortamı dışında yetişen çocuklarda ahlaki gelişim*. İstanbul.
- Ansbacher, H. L. (1991). The concept of social interest. Individual psychology. *Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 41(1), 28-46.
- Artan, T., Taşçı, A., & Başcılar, M. (2018). Üniversite öğrencilerinin gönüllü olma motivasyonları ile özgecilik düzeyleri arasındaki ilişki. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*. 5(26), 2483-2493
- Atlı, F. (2012). Edebi metnin ve yaratıcılığın kaynağına ulaşan yol: psikanalitik edebiyat eleştirisi. *Turkish Studies* 7(3),257-273.
- Aydemir, T. (2021). *Öğretmen adaylarının özgecilik davranışları, öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve öğretme motivasyonları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Balıkesir Üniversitesi.
- Ayhan, U. (2020). Modern ahlak felsefesinde özgecilik problemi. *Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 1(2), 105-106.
- Az, M. S., & Acar, M. C. (2020). Dindarlık ile özgecilik arasındaki ilişki: Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırma. *Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 7(1), 742-773.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*, Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ, USA.
- Bandura, A., & Walters, R.H. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall: Englewood Cliffs.
- Bar-Tal, D., Raviv, A. & Goldberg, M. (1982). Helping behavior among preschool children: An observational study. *Child Development*, 53, 396-402.
- Bar-Tal, D. (1986). Altruistic motivation to help: Definition, utility and operationalization. *Humboldt, Journal of Social Relations*, 3-14.

- Bathke, A. C., Schabenberger, O., Tobias, R. D., & Madden, L. V. (2009). Greenhouse–Geisser adjustment and the ANOVA-type statistic: cousins or twins?. *The American Statistician*, 63(3), 239-246.
- Bierhoff, H. W., Klien, R., & Kramp, P. (1991). Evidence for the altruistic personality from data on accident research. *Journal of Personality*, 59(2) 263-280.
- Blackman, J.S. (2017). *Zihnin kendini koruma yolları* (Çev. Ö. Karakaş). 2. Baskı. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları.
- Bolig, R. & Weddle, K.D. (1998). Resiliency and hospitalization of children. *Children's Health Care*, 16(4), 255–260.
- Buragohain, P., & Senapati, N. (2016). Teaching altruistic behaviour among adolescent students. *SSRG International Journal of Humanities and Social Science*, 3(6), 15-20.
- Buss, A. H. (2015). *Social behavior and personality (psychology revivals)*. Hillsdale NJ: Erlbaum.
- Bussing, A., Kerksieck, P., Gunther, A., ve Baumann, K. (2013). Altruism in adolescents and young adults. Validation of an instrument to measure generative altruism with structural equation modeling. *International Journal of Children's Spirituality*, 18(4), 335–350. doi:10.1080/-1364436X.2013.849661
- Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (25. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (24. Baskı). Pegem Akademi.
- Campbell, D. T. (1972). On The Genetics of Altruism and the Counter-Hedonic Components in Human Culture 1. *Journal of Social Issues*, 28(3), 21-37.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., & Barbaranelli, C. (2010). Optimal functioning: contribution of selfefficacy beliefs to positive orientation. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 79(5), 328–330. <https://doi.org/10.1159/000319532>
- Caprara, G. V., Alessandri, G., & Caprara, M. (2019). Associations of positive orientation with health and psychosocial adaptation: A review of findings and perspectives. *Asian Journal of Social Psychology*, 22(2), 126-132.
- Carlo, G., Eisenberg, N., & Knight, G. P. (1992). An objective measure of adolescents' prosocial moral reasoning. *Journal of Research on Adolescence*, 2, 331-349.
- Carlo, G., & Randall, B. (2001). *Are all prosocial behaviors equal? A socioecological developmental conception of prosocial behavior*. In F Comumbus (Ed.), *Advances in psychology research*, Volume II (pp. 150-170). Huntington:, NY: Nova Science Publishers.
- Carlo, G., Fabes, R. A., Laible, D., & Kupanoff, K. (1999). Early adolescence and prosocial/ moral behavior II: The role of social and contextual influences. *Journal of Early Adolescence*, 19, 133-147.

- Carlo, G., Hausmann, A., Christiansen, S., & Randall, B. A. (2003). Sociocognitive and behavioral correlates of a measure of prosocial tendencies for adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 23(1), 107–134. doi:10.1177/0272431602239132
- Cebeci, A. (2022). *Üniversite öğrencilerinin özgecilik ve algılanan sosyal destek düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Comte, A. (1875). *System of positive polity*, 1-4. London: Longmans, Green and Co.
- Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve davranışı. Psikolojinin temel kavramları*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Cüceloğlu, D. (2001). *İyi düşün doğru karar ver*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Crandall, J.E., & Harris, M.D. (1991). Social interest, cooperation, an altruism. *Individual Psychology*, 47, 115 -120.
- Çalık, T., Özbay, Y., Özer, A., Kurt, T., & Kandemir, M. (2009). İlköğretim okulu öğrencilerinin zorbalık statülerinin okul iklimi, prososyal davranışlar, temel ihtiyaçlar ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 60(60), 555-576.
- Çoker, O. (2022). *İç-grup ve dış-gruplara yönelik özgeciliğin evrenselcilik ve iyilikseverlik değer boyutlarına göre farklılaşma dereceleri* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İstanbul Üniversitesi.
- Dahl, A. (2015). The developing social context of infant helping in two U.S. samples. *Child Development*, 86, 1080-1093. doi: 10.1111/cdev.12361
- Dahl, A., & Paulus, M. (2018). From interest to obligation: The gradual development of human altruism. *Child Development Perspectives*. doi:10.1111/cdep.12298
- DiCaprio, N. S. (1974). *Personality theories: Guides to living*. Saunders.
- Dibou, T. (2012). Thinking about altruism. *Studies of Changing Societies: Comparative and Interdisciplinary Focus* 2(4).
- Dixon, P. N., Willingham, W. K., Chandler, C. K., & McDougal, K. (1986). Relating social interest and dogmatism to happiness and sense of humor. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 42(3), 421-427.
- Dreikurs, R. (1971). *Social equality*. Chicago: Henry Regnery.
- Düzgüner, S. (2019). Pro-sosyal davranışlarda diğerkâmlığın (özgecilik) tanımı ve konumu. *Bilimname*, 2019(40), 351-373.
- Düzgüner, S., & Sevinç, K. (2020). Farklı bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinde özgecilik ve dini tutum ilişkisi. *Theosophia*, 1, 53-69.
- Eisenberg, N. (1986). *Altruistic emotion, cognition, and behavior*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

- Eisenberg N., & Mussen, P. H. (1989). *The roots of prosocial behavior in children*, Cambridge University Press.
- Eisenberg, N., Miller, P. A., Shell, R., McNalley, S., & Shea, C. (1991). Prosocial development in adolescence: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 27(5), 849-858.
- Eisenberg, N., Eggum, N. D., & Di Giunta, L. (2010). Empathy-related responding: Associations with prosocial behavior, aggression, and intergroup relations. *Social Issues and Policy Review*, 4(1), 143-180. doi:10.1111/j.1751-2409.2010.01020.x
- Ekşi, H., Sayın, M., & Çelebi, Ç. D. (2016). Üniversite öğrencilerinin özgecilik ve otantiklik seviyeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 14(32), 79-102.
- Erdem, Ö. (2022). *Çocuklar için Özgecilik Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Balıkesir Üniversitesi.
- Ergi, Ö., Düşünceli, B., & Demir, S. (2021). Üniversite öğrencilerinin affetme esnekliğinin özgecilik üzerindeki etkisinin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi. *Journal of Interdisciplinary Education: Theory and Practice*, 3(1), 32-47.
- Erginsoy, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin toplumsal ilgileri, bilişsel çarpıtmaları ve ilk anıları* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Ergül, N., & Çakmak, A. (2021). Çocuklar için özgecilik ölçeği Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Social Sciences Studies Journal*, 7(92), 5508-5519.
- Ersanlı, K. (2012). *Düşündüklerim Paylaştıklarım*. Samsun: DH Yayın.
- Ersanlı, K., & Çabuker, N. D. (2015). Diğerkâmlık Ölçeği'nin psikometrik özellikleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(52).
- Etxebarria, P., Apodaka, A., Eceiza, M. J., Ortiz, M. J., Fuentes, M. J., & Lopez, F. (1994). Design and evaluation of a programme to promote prosocial-altruistic behaviour in the school. *Journal of Moral Education*, 23:4, 409-425, DOI: 10.1080/0305724940230403
- Fabes, R. A., Carlo, G., Kupanoff, K., & Laible, D. (1999). Early adolescence and prosocial/moral behavior I: The role of individual processes. *Journal of Early Adolescence*, 19, 5-16.
- Fehr, E. & Rockenbach, B. (2004). Human altruism: Economic, neural, and evolutionary perspectives. *Current Opinion in Neurobiology*, 14, 784-790.
- Flynn, S. V., & Black, L. L. (2011). An emergent theory of altruism and self interest. *Journal of Counseling & Development*, 89, 459-469.
- Fredman, J. L., Sears, D. O. & Carlsmith, J. S. M. (1993). *Sosyal psikoloji*. (Çev.: A. Dönmez). Ankara: İmge Kitapevi.
- Freud, S. (1961). *The ego and the id*. In J. Strachey (ED. And Trans.) *The Standard Edition of the Complete Psychological work of Sigmund Freud*, vol. 19, Hogarth Press, London, UK.

- Froming, W. J., Allen, L., & Jensen, R. (1985). Altruism, role-taking, and self-awareness: the acquisition of norms governing altruistic behavior. *Child Development*, 56(5), 1223. doi:10.2307/1130237
- Fry, P. S. (1976). Children's social sensitivity, altruism, and self-gratification. *The Journal of Social Psychology*, 98, 77-88.
- Frydman, M., & Ritucci, G. (1990). The development of the altruist attitude: Testing and evaluation of a program centered on helping behavior. *Western European Education*, 22(4), 35-51. doi:10.2753/eue1056-4934220435
- Furnham, A., Treglown, L., Hyde, G., ve Trickey, G. (2016). The bright and dark side of altruism: demographic, personality traits, and disorders associated with altruism. *Journal of Business Ethics*, 134(3), 359-368.
- Garg, R., Vogelgesang, J., & Kelly, K. (2016). Impact of genetic counseling and testing on altruistic motivations to test for BRCA1/2: a longitudinal study. *Journal Of Genetic Counseling*, 25(3), 572-582.
- Geçtan, E. (1984). *Çağdaş yaşam ve normal dışı davranışlar* (3. baskı). Ankara: Maya Akademi Yayınları.
- Geçtan, E. (2012). *Psikanaliz ve sonrası* (15. baskı). İstanbul: Remzi.
- Gençoğlu, C., Kumcağız, H., & Ersanlı, K. (2014). Familial factors affecting adolescents' tendency to violence. *Turkish Studies*, 9(2), 639-652. DOI: 10.7827/TurkishStudies.6208
- Ghobadi-Isfarjani, H. K., Sharifi, T., Ghazanfari, A., & Charami, M. (2022). The efficacy of psychosocial group training empowerment on altruism and social adjustment of female high school students. *International Journal of Behavioral Sciences*, 16(2), 141-147.
- Gordon-Greenberg, L. (2016). *The effect of spirituality and altruism on recovery in a faith based treatment program* [Doctoral dissertation, The Chicago School of Professional Psychology]. <https://www.proquest.com/openview/07f3fa0a78269cf1582645dfa9602f7f/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Greenee, L. & Burke, G. (2007). *Beyond self-actualization*. *J Health Hum ServAdm*, 30 (2), s. 116- 128.
- Griffin, E. (2006). Hierarchy of needs of Abraham Maslow. *A firstlook at communicationtheory* (6. Ed.) at Boston: McGraw-Hill.
- Grunberg, N. E., Maycock, V. A., & Anthony, B. J. (1985). Material altruism in children. *Basic and Applied Social Psychology*, 6(1), 1-11.
- Hall, C.S. (2016). *Freudyen psikolojiye giriş*. (Çev. E. Devrim). İstanbul: Kaknüs Yayıncılık.
- Hamilton, W.D. (1963). The evolution of altruistic behavior. *The American Naturalist*, 97(896), 354-356.
- Hoffman, M. L. (1975). Developmental synthesis of affect and cognition and its implications for altruistic motivation. *Developmental Psychology*, 11(5), 607-622.

- Hoffman, M.L. (1978). Psychological and biological perspectives on altruism. *International Journal of Behavioral Development*, 1(4), 323–339.
- Hoffman, M. L. (1991). Empathy, social cognition, and moral action. In W. M. Kurtines & J. L. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development, Volume 1: Theory* (pp. 275-301). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Iannotti, R. J. (1978). Effect of role-taking experiences on role taking, empathy, altruism, and aggression. *Developmental Psychology*, 14(2), 119–124. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.14.2.119>
- Istiqomah, I., Supriatna, M., & Budiman, N. (2020). Fostering altruism in elementary school. *International Conference on Educational Psychology and Pedagogy-" Diversity in Education"(ICEPP 2019)* (pp. 110-113). Atlantis Press.
- Jens, K. G., & Gordon, B. N. (1991). Understanding risk: Implications for tracking high-risk infants and making early service delivery decision. *International Journal of Disability, Development and Education*, 38(3), 211–224.
- Johnson, P., Smith, A., & Nelson, M. (2003). Predictors of social interest in young adults. *Journal of Individual Psychology*, 59, 281-292.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2004). *Yeni insan ve insanlar*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kahana, E., Tirth, B., Lovegreen, L. D., Kahana, B., & Midlarsky, E. (2013). Altruism, helping, and volunteering: pathways to well-being in late life. *Journal of Aging and Health*, 25(1), 159–187.
- Karadağ, E., & Mutağçılar, İ. (2009). Prososyal davranış ekseninde özgecilik üzerine teorik bir çözümleme. *Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, (8), 41-69.
- Karahalilöz, O., & Çelebi, N. (2021). According to the teachers' perceptions school principals' altruistic leadership behaviors. *Yıldız Journal of Educational Research*, 6(2), 122–135.
- Kasapoğlu, A. (2004). Kur'an'da iki zıt karakter: Şuhh (bencillik) ve isâr (özgecilik). *Akademik Araştırmalar Dergisi*, 6(21), 125-147.
- Katz, J. (1972). Altruism and Sympathy: Their history in philosophy and some implications for psychology. *Journal of Social Issues*, 28(3), 59–69. doi:10.1111/j.1540-4560.1972.tb00032.x
- Kepekcioglu, E.S. (2015). *Üniversite öğrencilerinin öğretim elemanlarının inanılabilirliği algısı ve sınıfta adalet algısı arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61, 121–140.
- Keyfitz, L., Lumley, M. N., Hennig, K. & Dozois, D. J. A. (2012). The role of positive schemas in child psychopathology and resilience. *Cognitive Therapy and Research*, 37(1), 97-108.

- Khalınbaylı, K., & Taş, B. (2019). Üniversite öğrencilerinde özgeçilicilik ve mükemmeliyetçilik anlayışı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 14(20), 1564-1593.
- Kılınç, E., Kılıç, M., & İpekçi, N. (2016). Sağlık hizmetleri meslek yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı, atılganlık ve özgeçilicilik düzeyleri ile aralarındaki ilişkinin incelenmesi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(15), 379-398.
- Kohlberg, L., ve Hersh, R.H. (1977). Moral development: a review of the theory. *Theory Into Practice*, 16(2), 53-59.
- Koltko-Rivera, M. (2006). Rediscovering the later version of Maslow's hierarchy of needs: Self-transcendence and opportunities for theory, research, and unification. *Review of General Psychology*, 10(4), 302-317. <https://doi.org/10.1037%2F1089-2680.10.4.302>
- Konecni, V. J., & Ebbesen, E. B. (1975). Effects of the presence of children on adults' helping behavior and compliance: Two field studies. *The Journal of Social Psychology*, 97, 181-192. <https://doi.org/10.1080/00224545.1975.9923338>
- Kumru, A., Carlo, G., & Edwards, C. P. (2004). Olumlu sosyal davranışların ilişkisel, kültürel, bilişsel ve duyuşsal bazı değişkenlerle ilişkisi *Türk Psikoloji Dergisi*, 19(54), 109-128
- Lam, C. M. (2012). Prosocial Involvement as a Positive Youth Development Construct: A Conceptual Review. *The Scientific World Journal*, 1-8. doi:10.1100/2012/769158
- Lester, D. (2013). Measuring Maslow's hierarchy of needs. *Psychological Reports*, 113(1), 15-17. <https://doi.org/10.2466%2F02.20.PR0.113x16z1>
- Limberg, D., H.Ohrt, J., M.Barden, S., Ha, Y.-S., Hundley, G., & W.Wood, A. (2015). A cross-cultural exploration of perceptions of altruism of counselors-in-training. *Counseling and Values*. <https://doi.org/10.1002/cvj.12014>
- Limberg, D., Lambie, G., & H.Robinson, E. (2016). The contribution of school counselors' altruism to their degree of burnout. *Professional School Counseling*. Retrieved from <http://www.jstor.org/stable/90014841>
- Linley, P. Alex, Joseph, Stephen, Harrington, Susan, & Wood, Alex M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 1(1), 3-16.
- Luengo K., B. P., Eisenberg, N., Thartori, E., Pastorelli, C., Uribe T., L. M., Gerbino, M., & Caprara, G. V. (2017). Longitudinal relations among positivity, perceived positive school climate, and prosocial behavior in colombian adolescents. *Child development*, 88(4), 1100-1114. <https://doi.org/10.1111/cdev.12863>
- Maslow, A. (2001). *İnsan olmanın psikolojisi*. (O. Gündüz, Çev.) İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Mateer, N. H. & Willover, D. J. (1994). Teacher altruism: Implications for administrators, *Pennsylvania Educational leadership*, 13(2), 29-31.
- Mercin, L. (2005). Piaget ve Kohlberg'in ahlâk (moral) gelişim kuramlarının özellikleri ve karşılaştırılması. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 5, 73-86.

- Mert, A., & Gülmez, E. (2018). Özgecilik ile benlik ayırma arasındaki yordayıcı ilişkinin bazı değişkenlerle incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 13(11).
- Mert, A., & Kahraman, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin benlik ayırma, özgecilik, iç-dış kontrol odağı ve pozitif-negatif duygu düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (53), 336-369.
- Midlarsky, E. (1991). "Helping as coping", In. M. S. Clark (Ed.), *Review of Personality and social psychology: Prosocial behavior* (cilt 12, sayfa 238-264). Newbury Park, CA: Sage.
- Monroe, K. R. (1996). *The Heart of Altruism: Perceptions of common humanity*. New Jersey: Princeton University Press.
- Murray, J. P., & Ahammer, I. M. (1977). Kindness in the kindergarten: A multidimensional program for facilitating altruism. Macquarie Univ.; North Ryde (Australia). Dept. of Psychology.15p.; Paper presented at the Biennial Meeting of the Society for Research in Child Development (New Orleans, Louisiana, March 17-20, 1977)
- Mussen, P. ve Eisenberg, N. (1977). *Roots of caring, sharing, and helping*. San Francisco: Freeman and Company Pub.
- Nacaroğlu, Ç. (2020). *Kanser hastalarıyla çalışan iki farklı grupta özgecilik, pozitif bilişsel üçlü ve depresyon oranları arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Işık Üniversitesi.
- Nielsen, M., L. (2010). Incorporating a concept of altruism into psychoanalytic theory, *Int. J. Appl. Psychoanal. Studies*, 7(4), 262-280. Doi:10.1002/aps.248
- Oakley, B. A. (2013). Concepts and implications of altruism bias and pathological altruism. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(Supplement\_2), 10408-10415. doi:10.1073/pnas.1302547110
- Oliner, S. P. (2003). *Do unto others: Extraordinary acts of ordinary people*. Boulder CO: Westview Press.
- Omarlı, F. (2022). *Hekim ve hemşirelerin özgeci davranışlarının tükenmişlik üzerine etkisinin değerlendirilmesi: Azerbaycan'da bir uygulama* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Öz, F. (1998). Hemşirelikte özgecilik (yardım edicilik). C.Ü. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 2.
- Özbey, A. & Adam Karduz, F. F. (2018). Özel yetenekli ve normal gelişim gösteren öğrencilerin ahlaki kimlik ve özgecilik düzeylerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (4), 2207-2226.
- Özgöl, M. (2019). *Yaşlılara yönelik tutumların açıklanmasında özgecilik ve kişilik özelliklerinin rolü: Karşılaştırmalı bir çalışma* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Trabzon Üniversitesi.

- Pandya, S. P. (2017). Effect of a spiritual education programme in developing altruism and prosocial behaviour among children. *International Journal of Children's Spirituality*, 22(3-4), 220-238. <https://doi.org/10.1080/1364436X.2017.1369012>
- Parmaksız, İ. (2020). İyimserlik, özgecilik ve medeni durumun psikolojik dayanıklılık üzerindeki etkileri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48, 285-302. doi 10.9779/pauefd.576186
- Penner, L. (1978). *Social psychology*. New York: Oxford University Press.
- Perkins, N., Sehmbi, T., & Smith, P. (2022). Effects of kindness-and compassion-based meditation on wellbeing, prosociality, and cognitive functioning in children and adolescents: A systematic review. *Mindfulness*, 13(9), 2103-2127.
- Persson, G. E. B. (2005). Developmental perspectives on prosocial and aggressive motives in pre-schoolers' peer interactions. *International Journal of Behavioral Development*, 29, 80-91.
- Piliavin, J. A., & Charng, H. (1990). Altruism: a review of recent theory and research. *Annual Review of Sociology*, 16, 27–65.
- Pituch, K. A. & Stevens, J. P. (2016). *Applied multivariate statistics for the social sciences*. (6. Ed.). Routledge.
- Poindexter, A. L. (2014). *The effects of altruism education on middle school students' attitudes toward victims of bullying and intent to prosocially intervene* (Doctoral dissertation, University of Missouri-Kansas City).
- Post, S. G. (2005). Altruism, happiness, and health: it is good to be good. *International Journal of Behavioural Medicine*, 12(2), 66–77.
- Post, S. G., Underwood, L. G., Schloss, J. R., & Hurlbut, W. B. (2002). *Altruism and altruistic love: Science, philosophy and religion in dialogue*. New York: Oxford University Press
- Rareshide, M., & Kern, R. (1991). Social interest: The haves and have nots. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 47(4), 464-476.
- Redondo-Pacheco, J., Ingles-Saura, C.J., Parra-Galvis, L.K., Nieto-Barroso, L. M. & Navarro-Galvis, M. L. (2016). *Theoretical perspectives* (Ed. T. Steele) Prosocial Behavior, ss.1-31, Nova Science Publishers (E-book), New York.
- Reimers, M., & Oakley, B. (2017). Empathy, Theory of mind, cognition, morality, and altruism. *On Human Nature*, 355–363. doi:10.1016/b978-0-12-420190-3.00021-1
- Robinson, E. H., & Curry, J. R. (2005). Promoting altruism in the classroom. *Childhood Education*, 82(2), 68–73. <https://doi.org/10.1080/00094056.2006.10521349>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentialities: A review of research on hedonic and eudaimonic wellbeing. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39.

- Scott, N., & Seglow, J. (2007). *Altruism*. Maidenhead: Open University.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek mutluluk*. (Çev: S. Kunt Akbaş), Ankara: HYB Basım Yayın.
- Selman, R. L. (1980). *The growth of interpersonal understanding: Developmental and clinical analyses*. New York: Academic Press.
- Sesardic (1999). Altruism (Review article). *Brit. J. Phil. Sci.* 50, s. 457–466.
- Seelig, B. J., ve L. S. Rosof. 2001. Normal and pathological Altruism. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 49, 933–959.
- Sezer, Ö., & Genç, H. (2018). Öğretmen adaylarında özgeciliğin pozitif algıyla ve sosyal karşılaştırmayla ilişkisi. *Journal of International Social Research*, 11(58).
- Shapiro, Y., & Gabbard, G. (1994). A reconsideration of altruism from an evolutionary and psychodynamic perspective. *Ethics & Behavior*, 4, 23–42. doi:10.1207/s15327019eb0401\_2
- Sharf, R.S. (2012). *Theories of psychotherapy and counseling: Concepts and cases*. Cengage Learning.
- Simmons, C. H., & Sands-Dudelczyk, K. (1983). Children helping peers: Altruism and preschool environment. *The Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 115(2), 203–207. doi: 10.1080/00223980.1983.9915437
- Soosai-Nathan, L., Negri, L., & Delle Fave, A. (2013). Beyond pro-social behaviour: An exploration of altruism in two cultures. *Psychological Studies*, 58, 103-114.
- Sonne, J. W. H., & Gash, D. M. (2018). Psychopathy to altruism: Neurobiology of the selfish–selfless spectrum. *Frontiers in Psychology*, 9. doi:10.3389/fpsyg.2018.00575
- Stiff, J. B., Dillard, J. P., Somera, L., Kim, H., & Sleight, C. (1988). Empathy, communication, and prosocial behavior. *Communication Monographs*, 55(2), 198–213. doi:10.1080/03637758809376166
- Sukys, S., Majauskiene, D., & Dumciene, A. (2016). The effects of a three-year integrated Olympic education programme on adolescents' prosocial behaviours. *European Journal of Sport Science*, 17(3), 335–342. doi:10.1080/17461391.2016.1254280
- Sunar, D., & Fidancı, P. E. (2016). Farklı türdeki özgecil davranışların erken gelişimi: Paylaşma, yardım etme ve bağış yapma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31(78), 26-41.
- Sünbül, Z. A., & Güçray, S. S. (2016). Ergenlerde olumlu sosyal davranışları yordamada koruyucu faktörler ve bazı kişisel değişkenlerin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(45), 101-114.
- Sütlü, T. (2007). *Örgütsel çatışma ve işgören üzerine etkileri* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.

- Swank, J., Limberg, D., & Liu, R. (2019). Development of the altruism scale for children: An assessment of caring behaviors among children. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. <https://doi.org/10.1080/07481756.2019.1667245>
- Şahin, Y. (2015). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk, iyimserlik ve özgecilik düzeylerinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Tappen, K. C. (2013). *Brief mindfulness training: Can a single session of mindfulness influence altruism, trust, and cooperation among college students?* (Order No. 3567684). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (1418275002).
- Tashjian, S. M., Rahal, D., Karan, M., Eisenberger, N., Galvan, A., Cole, S. W., & Fuligni, A. J. (2021). Evidence from a randomized controlled trial that altruism moderates the effect of prosocial acts on adolescent well-being. *Journal of Youth and Adolescence*, 50, 29-43.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A. and Sears, D. O. (2010). *Sosyal psikoloji*. (Çev. Ali Dönmez). İstanbul: İmge Yayınları.
- Tintori, A., Ciancimino, G., Palomba, R., Clementi, C., & Cerbara, L. (2021). The impact of socialisation on children's prosocial behaviour. A study on primary school students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 12017.
- Tomlinson-Keasey, C., & Keasey, C. B. (1974). The mediating role of cognitive development in moral judgement. *Child Development*, 45, 291-298.
- Tong, A., Chapman, J. R., Wong, G., Kanellis, J., McCarthy, G., & Craig, J. C. (2012). The motivations and experiences of living kidney donors: a thematic synthesis. *American Journal of Kidney Diseases*. 60,(1)15–26. doi: 10.1053/j.ajkd.2011.11.043
- Topses, G. (2012). Elseverlik (alturizm) ve benseverlik (egoizm) ölçeğiyle ilgili geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education (IJTASE)*, 1(2).
- Toumbourou, J. W. (2016). Beneficial action within altruistic and prosocial behavior. *Review of General Psychology*, 20(3), 245–258. doi:10.1037/gpr0000081
- Turp, H. H., & Ata, H. K. (2022). Prososyal davranışlara duygu ve aile odaklı bir bakış. *Spor, Eğitim ve Çocuk*, 2(2), 98-107.
- Türk Dil Kurumu (2008). *Özgecilik*. Ankara.
- United Nations Children's Fund (UNICEF, 2023). [https://bagis.unicefturk.org/guneydogudepremi?gclid=CjwKCAjwm4ukBhAuEiwA0zQxk0I9zx5SFFpBpmQRk4CpmRMXGDS0J91CzP-cvbalN4bBKdOiNwPebBoCk6sQAvD\\_BwE](https://bagis.unicefturk.org/guneydogudepremi?gclid=CjwKCAjwm4ukBhAuEiwA0zQxk0I9zx5SFFpBpmQRk4CpmRMXGDS0J91CzP-cvbalN4bBKdOiNwPebBoCk6sQAvD_BwE)
- Ümmet, D. (2012). *Üniversite öğrencilerinde özgecilik davranışının transaksiyonel analiz ego durumları ve yaşam doyumu bağlamında incelenmesi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Marmara Üniversitesi.

- Ümmet, D., Ekşi, H. & Otrar, M. (2013). Özgecilik (altruizm) ölçeği geliştirme çalışması. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(26), 301-321.
- Vaillant, G. E. (1992). *Ego mechanisms of defense: A guide for clinicians and researchers*. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Wallmark, E., Safarzadeh, K., Daukantaite, D., & Maddux, R. E. (2013). Promoting altruism through meditation: an 8-week randomized controlled pilot study. *Mindfulness*, 4(3), 223-234.
- Warneken, F., & Tomasello, M. (2009). The roots of human altruism. *British Journal of Psychology*, 100(3), 455-471.
- Weinman, M. G. (2010). *The effects of inclusion of students with emotional disturbance on the altruism levels of general education third and fourth grade predominantly Hispanic students* [Doctoral dissertation, Walden University].
- Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2010). When helping helps: Autonomous motivation for prosocial behaviour and its influence on well-being for the helper and recipient. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(2), 222–244.
- William, C. McGaghie, J. J. Mytko, W. Noel Brown & Jacqueline R. Cameron. (2002). Altruism and compassion in the health professions: a search for clarity and precision. *Medical Teacher*, 24(4), 374-738.
- Wispe, L. G. (1972). Positive forms of social behavior: An overview. *Journal of Social Issues*, 28(3), 1–19. doi:10.1111/j.1540-4560.1972.tb00029.x 10.1111/j.1540-
- Wittek, R., & Bekkers, R. (2015). Altruism and prosocial behavior, sociology of. 2015. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences*. Oxford: Elsevier, 1, 579-583.
- Yağcı, E. (2022). *Psikolojik danışman adaylarının özgeciliklerini yordamada iyilik hali, bilinçli farkındalık ve cinsiyet* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Yahner, E. (2014). Annotated bibliography: Altruism, empathy and prosocial behavior (1998-2013). *Bibliographies*. 9-17.
- Yavuzer, N. (2017). Bir prososyal davranış kaynağı olarak özgeci motivasyonun ilgili alan yazını ışığında değerlendirilmesi. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1), 105.
- Yazgan-İnanç, B., & Yerlikaya, E. E. (2011). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.
- Yıldırım, M., & Topçuoğlu, P. (2016). Özgeciliğin çeşitli demografik değişkenlerle incelenmesi: Sakarya örneği. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (32), 40-53.
- Yorgancılar, S. (2022). Bir iyilik modeli olarak özgecilik, egoistlik ve yardımseverlik hakkında bazı görüşler. *Turkish Studies*, 17(4), 817-826. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.6232>

- Yöntem, M.K., & İlhan, T. (2013). Benlik kurguları ve otantikliğin özgecilik üzerindeki yordayıcı gücünün incelenmesi. *Literature and History of Turkish or Turkic*, 8(8), 2291-2302.
- Zahn-Waxler, C., Radke-Yarrow, M., Wagner, L. & Chapman, M. (1992a). Development of concern for others. *Developmental Psychology*, 28(1), 126-136.
- Zahn-Waxler, C., Robinson, J. & Emde, R. N. (1992b). The development of empathy in twins. *Developmental Psychology*, 28, 1038-1047.
- Zashin, M. M. (1981). *A prosocial behavior training program: Modeling, role playing, and training in verbal self-instruction as techniques for teaching prosocial behaviors to groups of behaviorally disturbed pre-adolescent children* [Doctoral dissertation, The University of Texas at Austin].
- Zwick, M., & Fletcher, J. A. (2014). Levels of altruism. *Biological Theory*, 9(1), 100–107. doi:<https://doi.org/10.1007/s13752-013-0145-8>.

## EKLER

### EK-1. Çocuklar için Özgeçililik Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyetiniz: Kız ( ) Erkek ( )

Sınıf düzeyiniz: 6. Sınıf ( ) 7. Sınıf ( )

**Yönerge:** Her ifade için sizi en iyi tanımlayan cevabı daire içine alınız.

#### 1. Bir ilanda gördüğüm kayıp bir köpeğin tanımına uyan bir köpek gördüm.

a. Yaptığım işe devam ederim

b.

c.

#### 2. Bir öğrenci yemekhanede yalnız başına oturuyor.

a. Arkadaş grubuma onun da bize katılıp katılamayacağını sorarım.

b.

c.

#### 3. Komşumuzun bahçede düştüğünü gördüm.

a. Annem eve dönene kadar beklerim ve ona ne olduğunu anlatırım.

b.

c.

#### 4. Öğle yemeği sırasında kafeterya çalışanı istediğim yiyecekte sadece bir tane kaldığını söyledi. Arkamdaki kişinin de o yiyeceği istediğini mırıldandığını duydum.

a. Duymazdan gelirim ve yiyeceği satın alırım.

b.

c.

#### 5. Bir öğretmen masanın üstüne kahve döktü ve döküleni temizlemek için bir şey arıyor.

a. Yardım etmeyi teklif ederim.

b.

c.

#### 6. Yiyecek otomatına yalnızca bir atıştırma için para koydum ama bana iki tane verdi.

a. İkinci atıştırmağı sonra yemek için saklarım.

b.

c.

**7. Mutfaktan geçerken çöp kutusunun dolu olduğunu fark ettim.**

a. Çöp kutusunun yanından yürüyüp geçerim ve yaptığım işe devam ederim.

b.

c.

**8. Sıcak ve güneşli bir havada, komşunun köpeğı boş bir su kabının yanında kesik kesik soluyor.**

a. Kabı suyla doldururum.

b.

c.

**9. Bir sınıf arkadaşım öğle yemeğini getirmeyi unutmuş.**

a. Öğle yemeğini kafeteryadan parasını sonra ödemek koşuluyla istemesini veya bir şey satın almasını öneririm.

b.

c.

**10. Bahçemdeki yaprakları geçen hafta tırmıkla temizledim ve yaşça büyük olan komşuların bahçelerindeki yaprakları tırmıkla temizlemede güçlük çektiğini fark ediyorum.**

a. Aileme ne olduğunu anlatırım fakat yardım teklif etmem.

b.

c.

**11. Verimli bir yaz tatili geçirmek istiyorsunuz.**

a. Başkalarına ne yapmak istediklerini sorarım.

b.

c.

**12. Bir öğrenci kaybolmuş gibi görünüyor.**

a. Okul personeline söylerim.

b.

c.

**13. Kütüphanede yürürken yerde çöp gördüm.**

a. Çöpün yanından geçerim ve yürümeye devam ederim.

b.

c.

**14. Komşumun gazetesinin bahçesinin dışındaki kaldırımda olduğunu gördüm.**

a. Gazetenin yanından geçerim.

b.

c.

**15. Bir aile üyesi düşüp bacağını kırdı ve artık köpeğini gezdirecek durumda değil.**

a. Aile üyesine diğer bir aile üyesi veya arkadaştan yardım istemesini öneririm.

b.

c.

**16. Mahalleimde kaldırımlarda çöpler olduğunu gördüm.**

a. Aileme kaldırımlarda pek çok çöp olduğunu söylerim.

b.

c.

**17. Yanımdaki bir öğrenci diğer bir öğrenciye sınıfın soğuk olduğunu söylüyor.**

a. Öğrenciye fazla olan ceketimi verir ve ders süresince giymesini teklif ederim.

b.

c.

**18. Bir aile üyesi, eve araba dolusu alışveriş torbalarıyla geldi.**

a. Diğer bir aile üyesine yardım etmesini söylerim.

b.

c.

**19. Bir öğretmen binaya giriyordu ve kapıyı açmaya çalışırken bazı şeyler düşürdü.**

a. Arkadaşlarıma yardım teklif etmeli miyiz diye sorarım.

b.

c.

## **EK-2. Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programının Temelleri**

### **EK-2.1. Özgecılık Temelli Psikoeğitim Programı**

Giriş ve vedalaşma oturumu hariç her bir oturumu 75 dakika olan ve 9 oturumdan oluşan bu psikoeğitim programı, Etxebarria vd. (1994) tarafından ortaya konulan ‘ *Conducta prosocial-altruista: Teoria, investigacion intervencion educativa* - Prososyal-alturistik davranış: Teori, araştırma ve eğitim müdahaleleri’ adlı kitapta bir eğitim önerisi olarak sunulmuş olan programdan ‘ *De formacion en conductas prosociales-altruistas en el colegio* - Okulda prososyal-özgeci davranış eğitim müdahalesi) esinlenerek geliştirilmiştir. Ortaokul öğrencilerine yönelik geliştirilen programın temel amacı; ortaokul öğrencilerinin özgeci davranış düzeylerinin artırılmasıdır.

Program geliştirilirken özgeci davranış için gerekli koşul ve becerilerin geliştirilmesi dikkate alınmıştır (başkasının bakış açısını anlama, empati, iş birliği ve olumlu insan imajı). Bu program bakış açısını anlama, empati, iş birliği ve olumlu insan imajını artırmayı hedefleyen ve geliştirilebilir bir psikoeğitim programıdır. Program dört öğretici birimden oluşmaktadır ve bu öğretici birimler göz önünde bulundurularak yapılandırılmıştır.

- 1: Başkalarının bakış açısını anlama
- 2: Empati
- 3: İş birliği
- 4: İnsan kavramı

### **Programı Gerçekleştirme Şartları**

Müdahaleyi gerçekleştirmek için izlenecek genel metodoloji aşağıda açıklanmaktadır:

#### **a. Sahnenin oluşturulması**

Sosyal beceriler üzerinde çalışılan bu sahne tüm katılımcıların dahil olduğu bir çemberdir. Grup lideri bu çember içinde durur. Etkinlikler herkesin birbirini görebileceği şekilde yerde oturarak veya sandalyelerde yapılabilir. Böylece katılımcılar arasında sözlü ve jestsel etkileşim kolaylaştırılır, herhangi bir statü farkı olmadan eşitlik sağlanmış olur.

#### **b. Öğrenci sayısı**

Programda uygun öğrenci sayısı duruma bağlı olarak değişir ancak yediden az olmamalı ve ideal olarak sayı 10’dur. Eğer alt gruplar oluşturulmuşsa sayı 35’e kadar çıkabilir. Çok küçük gruplar ilişki sistemini zayıflatır ve büyük gruplar dikkat, düzen ve benzeri sağlamada zorluklar yaratır.

c. Alt gruplar oluşturmak için kriterler

- Aynı sayıda kız ve erkek öğrenci olması
- Gelişim seviyelerinin benzer olması
- Özel problemleri olan ikiden fazla öğrenci olmaması

d. Oturumların süresi

Oturumlar 20 dakikadan az 90 dakikadan fazla olmayacaktır. Her gün için önerilen faaliyetler yaklaşık 75 dakika sürer.

e. Temel kurallar

- Herkesin konuşma sırası vardır.
- Herkes diğerini dinler ve diğerleri tarafından dinlenir.
- Herkes nezaket kurallarına uyar. Diğer yandan, grup lideri aşağıdakileri dikkate almaya çalışacaktır.

**Bakış açıları:**

- Pozitif bir atmosfer oluşturulmalıdır.
- Sözsüz iletişime dikkat edilmelidir.
- Anlatılanların doğru anlaşıldığından emin olunmalıdır.
- Katılımcılar her şeyi net bir şekilde ifade etmeye teşvik edilmelidir.
- Yıkıcı davranışlar kabul edilmemelidir.

**Katılım:**

Çembere katılım isteğe bağlıdır. Katılmak istemeyenlere başka görevler verilir. En uygunu herkesin gönüllü katılımını sağlamaktır. Tüm süreç boyunca hiç kimse müdahale etmeye zorlanmaz ancak herkesin katılımı sağlanmaya çalışılmalıdır. Oturum sürecinde katılımcıların sessiz kaldığı durumlarda sessizce beklemek gerekir. “Gerekirse gözlerimizi kapatarak biraz düşünelim” diyerek düşünmeleri sağlanabilir.

## **Disiplin sorunları:**

Bir katılımcı eğitim sırasında kendini kontrol edemiyorsa, çemberden ayrılması ve başka etkinlikler önerilmesi daha iyidir. Uygun davrandığında, yani kurallara uyduğunda çembere tekrar kabul edileceği söylenmelidir.

## **Programın İçeriği**

### HEDEFLER

Genel Hedefler

Özel Hedefler

### İÇİNDEKİLER

Kavramlar:

### OTURUM SÜRECİ

- Grup liderinin açıklamaları
- Kuralların belirlenmesi
- Örnekler ve taklitler
- Rol oynama
- Tartışma ve analiz yoluyla geri bildirim
- Ödevler
- Ödevlerin gözden geçirilmesi

### TUTUMLAR, DEĞERLER VE NORMLAR

- Hoşgörü, Anlama, İş birliği, Üstesinden gelme, Eşitlik
- Prososyal davranışların olumlu değerlendirilmesi
- Başkalarının bakış açısını dikkate alma becerisinin olumlu değerlendirilmesi
- Duyguları paylaşma becerisinin olumlu değerlendirilmesi

- Herkesin katılmasına değer verilir.
- İş birliği ve paylaşma olgusuna değer verilir.
- Tüm çocuklar kabul edilir.
- Toplum yanlısı ve özgeci davranışların olumlu değerlendirilmesi.
- Yardım eden kişilerin olumlu değerlendirmesi.
- Bireyin kendisinin ve genel olarak insanın olumlu değerlendirilmesi.

## ETKİNLİKLER

Etkinliklerin ideal süreci aşağıda belirtildiği gibidir:

- Örnek bir senaryo sunulur (Öğrenciler senaryoların seçimine dahil olabilirler).
- Senaryonun sağlanması gereken kriterler iyi açıklanmalıdır.
- Senaryonun hazırlanması için gruba zaman verilmelidir.
- Performanslar videoya çekilmeli ya da ses kaydı alınmalıdır.
- Ana hatları verilen kriterlere göre her senaryo analiz edilmelidir.
- Senaryolar yeniden canlandırılmalıdır.

## Öğretim Birimleri

Başkalarının bakış açısını anlama, empati, insan kavramı ve iş birliğinden oluşan bu didaktik birimlerin her birinin genel ve özel hedefleri, geliştirilen içerikler ve sınıfta yürütülecek etkinlikler net bir şekilde belirtilir. Gerçekleştirilecek faaliyetler arasında, aşağıdakiler her zaman aynı sırayla gerçekleştirilecektir.

1. Öğrencilere söz konusu kavramın açıklandığı (empati, iş birliği vb.) bu tür davranışların meydana geldiği veya gelebileceği durumların sunulduğu veya sorulduğu örnekler ve motive edici etkinlikler olacaktır.

2. Bir sonraki adımda öğrencilerle birlikte söz konusu davranışın örnekleri veya karşı örnekleri verilecektir.

3. Ardından grup lideri çocuklardan geliştirilecek davranışın gerekliliklerini karşılayan durumlar hakkında düşünmelerini ve taklit etmelerini ister. Bu taklitler videoya kaydedilir ya da ses ile kaydedilir, daha sonra bu davranışlar tüm sınıf tarafından analiz edilir ve çocukların kendi önerileriyle geliştirilebilir. Uygun öneriler duruma dahil edilir ve tekrar temsil edilir.

4. Her didaktik birim, aşağıdaki görevleri gerektirir:

Çocuklar ertesı gün empatinin oluştuğu, diğerinin bakış açısını yakaladığı vb. durumların örneklerini yazmalı ve sınıfta sunmalıdır.

5. Her didaktik birim iş birliği, alışveriş, iletişim vb. geliştirmek için özel olarak seçilen ve didaktik birimin gelişimi boyunca eklenen bir dizi oyunla tamamlanır.

6. Tüm didaktik birimler öğrenci başarısının değerlendirilmesinde nasıl yapılacağına dair bir öneri içerir.

Aşağıda bu öğretici birimlerin her biri ayrıntılı olarak sunulmuştur:

### **1. Başkalarının Bakış Açısını Anlama**

Başkalarıyla uyumlu sosyal ilişkilere sahip olmak için, bu sosyal ilişkilerin bazı temel unsurlarını anlama yeteneğine sahip olmak gerekir. Bunların arasında, tüm insanların farklı olabilecek duyguları, güdüleri ve bakış açıları olduğunu anlamak önemlidir. Mekansal olarak da bu durum aynıdır. Bir masanın üzerindeki nesnelere, biri solda ve önde ve biri de sağa ve arkaya durduğunda iki farklı insan nesnelere aynı şekilde görmez. Dolayısıyla başkalarının bakış açısını anlayabilmek, neredeyse her zaman onlarla anlaşmanın ön koşuludur. Gelişim dönemleri bakımından bakış açıları aşağıda aşama aşama verilmiştir:

1. Aşama/ Benmerkezci bakış açısı (4-6 yaş): Başkalarının bakış açıları arasında ayırım yapmaz ve kendisinin veya başkalarının düşüncelerini yansıtamaz.

2. Aşama/Sosyo-bilgilendirici bakış açısı (6-8 yaş): İnsanların farklı düşündüklerini ve hissettiklerini fark eder ancak aynı anda hem kendisinin hem de başkalarının bakış açılarını hesaba katamaz ve aynı anda düşünemez. Bu nedenle yalnızca bir bakış açısı olduğunu varsayar (otoritenin bakış açısı).

3. Aşama/ Kendine yönelik bakış açısının benimsenmesi (8-10 yaş): Bu aşamada kişi, çevresindeki davranış ve eylemleri yansıtmaya yeteneğine sahiptir ancak bilinçli bir şekilde başkasının bakış açısını anlayamaz.

4. Aşama/ Bakış açılarının karşılıklı olarak benimsenmesi (10-12 yaş): Bu aşamada kişi hem kendisinin hem de diğerlerinin aynı anda ve karşılıklı olarak her bir tarafın bakış açısını dikkate alabildiğini keşfeder. Her birey nasıl davranacağına karar vermeden önce kendini diğerlerinin yerine koyabilir ve kendini bu perspektiften görebilir. Bu aşamada "güvenin, dostluğun, beklentilerin ve karşılıklı saygının karşılıklı doğasını" algılar.

5. Aşama (12-15 yaş): Davranışın önceden tahmin edilmesini sağlayan nispeten istikrarlı bir intrapsişik organizasyon olarak kişilik kavramı zaten vardır. Mevcut ilişkiler sistemi sosyal bir çerçeve olarak kabul edilir. O halde, çocuğun çatışmasız ve uyumlu bir şekilde ilişki kurabilmesi için, en azından benmerkezcilikten dahil olan herkesin bakış açılarını karşılıklı olarak dikkate almaya doğru gelişmesi gerekir. Örnek: 1969'da Kohlberg tarafından önerilen Heinz ikilemi: "Heinz'in ölmekte olan karısının özel bir ilaca ihtiyacı var. Heinz, ilacı bulan eczacıya yarısını şimdi (çünkü sahip olduğu tüm para bu) ve kalanını sonra ödemeyi teklif eder ancak eczacı bunu reddeder. Heinz, ilacı çalıp çalmamaya karar vermelidir"! Yargıç ne düşünürdü? " sorusuna verilen tipik bu aşama yanıtıdır: "Heinz'in doğru olduğunu düşündüğü şeyi yaptığını düşünürdü. Heinz, yargıcın onun nasıl hissettiğini dikkate alacağını bilir." Bu örnekte, denek her bir tarafa diğerinin bakış açısını dikkate alma becerisi atfeder ve tıpkı Heinz'in yargıcın bakış açısını anladığı gibi yargıcın da Heinz'in kendi üzerine düşünmesinin farkında olduğunu anlar.

## 2. Empati

Empati, başka bir kişinin belirli bir anda yaşadığı "duygusal deneyime katılmak" ile ilgilidir. Sevinci veya üzüntüyü paylaşmak empatiye örnek olup, diğerinin deneyimlediği duyguyu dolaylı olarak yaşamaktır. Örneğin, bir arkadaşımızı annesinin ölümü için cenazeye katılıyorsak ve onun acısını algılıyor, tanıyor ve paylaşıyorsak, onunla empati kuruyoruz demektir. Bir arkadaşımıza onu çok heyecanlandıran bir hediye verilirse ve bize onun sevincini anladığımızı ve paylaştığımızı söylediğinde, biz onunla empati kuruyoruz demektir.

Empati, toplum yanlısı davranışları destekler çünkü ötekinin bulunduğu yeri, durumu tanımayı ima eder; duygularımızın, güdülerimizin, düşüncelerimizin vb. farkındalığını içerir. Bütün bunlar ötekini anlamayı kolaylaştırır dolayısıyla toplumsal açıdan daha uygun bir şekilde hareket etme olasılıklarımızı artırır. Ancak bu bilişsel faktör yalnızca sosyal olarak daha uyumlu veya başarılı bir şekilde olmasa da toplum yanlısı bir şekilde hareket etmemizi sağlar. Motivasyonlarını ve duygularını paylaşmazsak, bu bilginin toplum yanlısı davranışlarda engelleyici bir faktör haline gelmesi bile mümkündür. Empati sadece başkalarına değil, kişinin kendine de yarar sağlar çünkü duyguları tanıma ve paylaşma yeteneği başkaları için çok çekicidir. Bu nedenle toplumsal kabullenmeyi, destek ve yardım etme davranışlarında karşılıklılığı, arkadaşlık duygularını vb. destekler.

### 3. İş Birliği

İş birliği, birkaç kişinin ortak bir hedefe ulaşmak için eylemlerini koordine etmesiyle ortaya çıkan bir tür sosyal değişim olarak adlandırılır. Bu nedenle birkaç kişinin ortak bir hedefe ulaşmak için güçlerini birleştirdiğinde iş birliği yaptıkları söylenebilir. İş birliğinin okulda teşvik edilmesi önemlidir çünkü eğitim sistemleri, diğer amaçların yanı sıra en uygun konuların sınıflandırılması ve seçilmesini gözeterek, okul ilişkilerine aşırı derecede rekabetçi bir karakter verir. Akademik olarak iyi olanların parlamasına izin verir ancak çok sayıda çocuğu dışarıda bırakır. Bu nedenle çocuklar ve akranları arasındaki ilişki hem eğitimde hem de genel olarak toplumdaki yeni arayışlar bir değişim faktörü olabilir. İş birliği, çocuklardan aşağıdaki davranışların talep edilmesiyle karakterize edilir: ‘‘Paylaşın, yardım edin, kabul edin ve katılın.’’

İş birliği sayesinde çocuklar öğrenmeyi öğrenirler. Dolayısıyla paylaşmayı, başkalarıyla ilişki kurmayı, başkalarının duygularını önemsemeyi ve tüm bunlar için çabalamayı öğrenirler. Tüm bunlar için iş birliği, diğer olumlu sosyal davranışların gelişimini de destekleyen sosyal olarak olumlu bir davranıştır. İş birliği yoluyla çocuklar, grup sonuçlarını iyileştirmek için birbirlerine yardım etmeyi de öğrenirler çünkü her insan bütünüün gerekli bir parçasıdır ve herkesin iyiliği için katkıda bulunacak bir şeyleri vardır. Bu şekilde her çocuk grubun başarılarından veya tatmin edici sonuçlarından kendini sorumlu hisseder. İş birliği aynı zamanda kabullenme duygularını da uyandırır. Çocuk akranları tarafından kabul edildiğini ve değer verildiğini hisseder. Böylece benlik saygısı ve özgüveni gelişir. Son olarak katılım, gruba ait olma duygusu ve kolektif etkinliğe katkıda bulunma duygusuyla doğrudan ilişkilidir. Çocuklar katılmak isterler, eylemin bir parçası olmak isterler ve bu onları birleştirir ve gruba ait olma duygularını besler.

İş birliği sadece başkalarına değil, aynı zamanda kendine ve başkalarına karşı olumlu duygular ürettiği için kişinin kendisine de yarar sağlar. Bu olumlu deneyimler kişilik gelişimini zenginleştirir çünkü:

- Olumlu bir benlik kavramının oluşmasını sağlar,
- Benlik saygısını artırır,
- Kendini kanıtlamayı ve kendine güveni geliştirmek ve sosyal etkileşimler için kendi becerilerine dair öz yeterlik ve güven duyguları yaratır.

İş birliği yaptığımızda tüm çocukların eşit olduğu rahat bir ortam yaratırız ancak rekabet ettiğimizde kazananlar ve kaybedenler ile üstler ve astlar arasındaki hiyerarşik ilişkiler tercih edilir. Bunun yanında iş birliği başarısızlık deneyimlerinden ve kendine ve başkalarına karşı sık sık görülen

olumsuz duygulardan kaçınır çünkü bir kazanan olması için diğerinin başarısızlığı ve hüsrana uğraması gereklidir.

#### **4. İnsan Kavramı**

Burada insan doğası, yani iyilik ya da kötülük ve insanların bencilliği ya da cömertliği hakkında sahip oldukları fikirleri bilmek ve üzerinde düşünmek amaçlanmaktadır. Bu konuyu çocuklarla çalışmak önemlidir çünkü insanların başkalarına karşı çıkar gözetmeden prososyal ve özgeci davranışlarda bulunabileceklerini düşünme anlamında olumlu bir insan doğası kavramına sahip insanlar, olumsuz insan algısına sahip olanlara göre yardım etmeye daha istekli oldukları ve bu nedenle insanların bencil olmadığına ve her zaman kendi çıkarlarını gözetmediklerine inandıkları, insan doğası hakkında olumlu ve iyimser bir zihinsel modele sahip olduğunu göstermiştir.

Olumlu bir zihinsel insan modeline sahip olmak, toplum yanlısı ve özgeci davranışlarla ilişkilidir. Bu nedenle çocuklarda toplum yanlısı ve özgeci davranışlar teşvik etmek isteniyorsa, başkalarının nasıl olduğuna dair zihinsel temsillerin yalnızca olumsuz değil, olumlu yönleri de içermesi uygundur. İnsan davranışlarının (nezaket, dürüstlük, içtenlik, cömertlik vb.) sıklığının farkına varmalarına yardımcı olabilecek bir alıştırmaya, normal bir gün boyunca (kalktıkları andan yatağa gittikleri ana kadar) başkalarının onlar için ne yaptığını analiz etmekten oluşabilir.

## ÖĞRETİCİ BİRİM 1:

### ‘Başkalarının Bakış Açısını Anlama’

#### 1. OTURUM

**Oturum Süresi:** 50 dakika

#### **Genel Hedefler:**

1. Öğrencilerin tanışması ve kaynaşması
2. Grup amaçlarının ve kurallarının belirlenmesi, kurallara uyma konusunda ortak bir anlayış geliştirilmesi
3. Psiko eğitim oturumları ile ilgili grup üyelerinin bilgilendirilmesi
4. Özgeci davranış ile bakış açısı, empati, iş birliği ve temel insan kavramı arasındaki ilişkilerin grup üyelerine aktarılması

#### **Özel Hedefler:**

1. Grup lideri ve grup üyelerinin birbiriyle tanışması ve kaynaşmasının sağlanması
2. Grup üyeleri arasında güven ilişkisinin kurulması
3. Grup üyelerinin de fikirleri alınarak grup kurallarının oluşturulması
4. Psiko eğitim süreciyle ilgili ortak bir anlayış geliştirilmesi
5. Grup üyelerinin psiko eğitim süreciyle ilgili bilgi sahibi olmalarının sağlanması
6. Grup üyelerinin özgeci davranış hakkında bilgilendirilmesi
7. Bakış açısı kavramının tanımlanması ve grup üyelerinin bakış açısı kavramı hakkında bilgilendirilmesi
8. Empati kavramı hakkında grup üyelerinin bilgilendirilmesi
9. İş birliği kavramının önemini grup üyelerine anlatılması
10. Grup üyelerinin temel insan kavramı hakkında bilgilendirilmesi

#### **Kazanımlar**

1. Grup üyeleri yeni grup arkadaşlarını tanır.
2. Grup üyeleri gruptaki diğer üyeler ile güven ilişkisi geliştirir.
3. Grup üyeleri grup ilkelerine katkıda bulunurlar.
4. Grup üyeleri grup sürecini kavrarlar.
5. Grup üyeleri bakış açısı, empati, iş birliği, insan kavramı ve özgecilik arasındaki ilişkiyi kavrarlar.

## **Materyaller**

Yaka kartları, Tahta, Kalem, Sandalye ve Ses kayıt cihazı

## **Etkinlikler**

1. Tanışma etkinlikleri
2. Psiko eğitim oturumları ile ilgili grup üyelerinin bilgilendirilmesi
3. Oturum kurallarının belirlenmesi
4. Özgeci davranış ile bakış açısı, empati, iş birliği ve temel insan kavramı arasındaki ilişkiler hakkında grup üyelerinin bilgilendirilmesi
5. Değerlendirme

## **Oturum Süreci:**

1. Tanışma Etkinlikleri

Grup üyeleri, birbirlerini görebilecekleri bir çember düzeninde oturtulurlar. Grup lideri grup üyelerine “hoş geldiniz” diyerek önce kendisini tanıtır. Ardından grup üyelerinin birbiriyle tanışmaları için onları teşvik eder. Grup üyeleri, sırasıyla kendilerini gruba tanıtır. Yaka kartları üyelere dağıtılır. Grup üyelerinden yaka kartlarına isimlerini yazmaları ve yaka ipiyle boyunlarına takmaları istenir. Üyeler yaka kartlarının üzerine isimlerini yazar ve boyunlarına asarlar (Herkesin birbirinin ismini öğrenmesi sağlanır).

2. Psiko eğitim oturumları ile ilgili grup üyelerinin bilgilendirilmesi

Psiko eğitim oturumları, bu oturumlarda yapılacak etkinlikler ve benzeri konularında grup üyelerine gerekli bilgiler verilir. Eğitimin temel amacının ne olduğu açıklanır.

“Sizlerle sekiz hafta süresince, haftada bir kez, pazartesi günleri dördüncü ders saatinde bir araya gelecek ve birlikte çalışmalar yapacağız. Psiko eğitimin amacı özgeci davranışın geliştirilmesidir. Birazdan bununla ilgili sizlere bilgi vereceğim. Psiko eğitimin amacına ulaşması ve sizlerin beklentilerinize ulaşabilmeniz için değişmeye istekli olmanız, oturumlara düzenli katılmanız, yaşantılarınızı buradaki diğer üyelerle paylaşmanız, verilen görevleri yaparak bir sonraki oturuma hazır gelmeniz çok önemlidir.”

3. Oturum kuralları hakkında grup üyelerinin bilgilendirilmesi

Grup lideri “Birlikte olduğumuz zamanlarda uymanız gereken bazı kurallar olacak. Grupta gizlilik esastır, burada konuşulanlar kimseye söylenmemeli, konuştuğumuz her şey gizli kalmalıdır. Gruptaki her üye dikkatle dinlenmeli, fikirlerine saygı gösterilmelidir. Söz alarak konuşulmalı, konuşan kişi dinlenilmelidir. Grup üyelerinin söyledikleri ile alay edilmemeli ve söylediklerine gülünmemelidir.

Gruptaki her üye saat konusuna hassasiyet göstermelidir. Grup üyeleri verilen ödevleri zamanında yapmalıdır.” Der (Grup üyelerine, kurallarla ilgili soruları ve katkıları olup olmadığı sorulur).

4. Özgeci davranış ile bakış açısı, empati, iş birliği ve temel insan kavramı arasındaki ilişkiler hakkında üyelerin bilgilendirilmesi

Özgeci davranış ve özgeci davranışın bakış açısı, empati, iş birliği ve temel insan kavramı ile ilişkisi hakkında bilgilendirme yapılır. Bu kapsamda özgeci davranışın, bakış açısı, empati ve iş birliğinin tanımları yapılır ve temel insan kavramı hakkında grup üyelerinin görüşleri alınır. Daha sonra bu kavramlar arasındaki ilişkiler açıklanır. Bu bilgilendirme neticesinde grup üyelerinin grup sürecinde neler yapılacağını daha da netleştirmeleri sağlanır. Üyelerin soracakları ekleyecekleri şeylerin olup olmadığı sorulur. Oturma ile ilgili geribildirimler alınır, değerlendirmeler sonrasında oturum sonlandırılır.



## 2. OTURUM

**Oturum Süresi:** 75 dakika

### **Genel Hedefler:**

1. Farklı insanların farklı bakış açılarına sahip olabileceğini kabul etme ve başkalarının bakış açısını anlayabilme
2. Bakış açıları çatıştığında akıl yürütmeyi öğrenme

### **Özel Hedefler:**

1. Benmerkezci bakış açısının başkalarını anlamayı imkansız hale getirdiğini anlama
2. Başkalarının bizimkinden farklı düşünce, duygu ve güdülere sahip olabileceğini öğrenme
3. Karşı tarafın amaçlarını dinlemeyi öğrenme
4. Problem karşısında her iki taraf için de iyi olacak bir çözüm bulabilme

### **Kazanımlar**

1. İnsanların farklı şeyler düşünebileceğini, farklı duygulara, farklı motivasyonlara ve farklı bakış açılarına sahip olabileceğini fark eder.
2. Farklı bakış açılarını analiz eder.
3. Bakış açılarına göre problem çözer.

### **Materyaller**

Satranç taşları, Tahta, Masa, Kağıt, Kalem ve Ses kayıt cihazı

### **Etkinlikler**

1. Grup liderinin açıklamaları
2. Masadaki Nesnelere Çalışması
3. Karşılaşmalar Oyunu
4. Değerlendirme

**Ödev:** Öğrencilerden haftaya sınıfa getirmek üzere başkalarıyla yaptığı son tartışmalardan (arkadaş, kardeş veya ebeveynler ile) iki tanesi istenir. Ödevin amacı: grup üyelerinin olaylara olan farklı bakış açılarını analiz etmek, onlara tartışmanın çözümüne yönelik hangi olumlu davranışları sergileyecekleri hakkında öneride bulunmak.

### **Oturum Süreci:**

1. Gruptaki katılımcılarla kısa bir sohbet edilip katılımcılar oturuma hazır hale getirilir.
2. Bir önceki oturum hakkında paylaşımlar (varsa ödev analizi) yapılır.

3. Grup, oturum hakkında bilgilendirilir.

Grup lideri: ‘‘Bugün başkalarını anlamayı öğrenmek ve başkalarının da bizi anlaması için ilginç ve önemli bir konu üzerinde çalışacağız. Bu çalışma insanların farklı şeyler düşünebileceğini, farklı duygulara, farklı motivasyonlara ve farklı bakış açılarına sahip olabileceğini fark etmekle ilgilidir. Şimdi bakış açısı konusuna yakından bir bakalım.’’ Der.

4. ‘‘Masadaki Nesnelere’’ etkinliği (Etkinlik-1) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
5. ‘‘Karşılaşmalar’’ etkinliği (Etkinlik-2) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
6. Etkinliklerin ardından grubun paylaşımları alınır ve değerlendirmeden sonra oturum sonlandırılır.

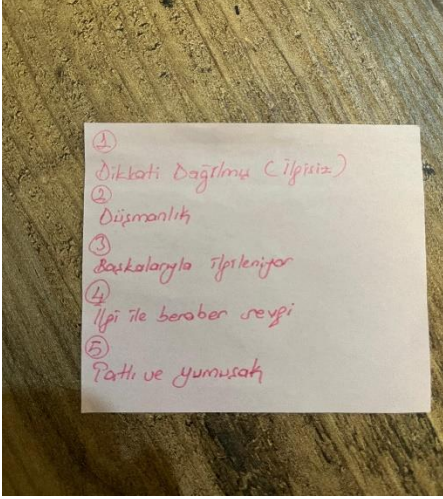
**Etkinlik 1. Masadaki Nesnelere**



*Grup lideri: Bu nesnelere iyice bakın (Grup lideri çemberin ortasındaki bir masanın üzerine biri önde ve solda, diğeri arkada ve sağda olmak üzere iki nesne yerleştirmiştir). Her biriniz onları farklı bir yerden görüyorsunuz ve dolayısıyla onları farklı görüyorsunuz. Örneğin: Oradan nasıl görüyorsun? Öğrencilerden birine sorulur: Önce ne görüyorsun, sonra ne görüyorsun? Sağınızda ne görüyorsunuz ve solunuzda ne görüyorsunuz? Sence o diğer tarafta..... onları nasıl görüyor? (diğer tarafta) .....size katılıyor mu? (Her birinin onu nasıl gördüğü konusunda önlerindeki partnerle aynı fikirde olmaları söylenebilir. Daha sonra sağında veya solunda kim varsa onlardan 90\* uzaklıkta bulunan katılımcıların bakış açısıyla aynı prosedür izlenebilir).*

*Az önce gördüğünüz gibi, nesnelere farklı bakış açılarından aynı görünmüyor. Aynıysa ve hatta daha fazlası, hayatın her alanında gerçekleşir. Örneğin kardeşler arasında, ebeveynler ve çocuklar arasında, iki farklı takımın taraftarları arasında, oyun arkadaşları arasında vb. farklı bakış açıları sıklıkla görülür. Farklı bakış açılarımızın olmasının birçok nedeni olabilir. Örneğin, sadece farklı bilgilere sahip olduğumuz için farklı bakış açılarımız olabilir veya farklı ilgi alanlarımız olduğu için farklı bakış açılarımız olabilir.*

## Etkinlik 2. Karşılaşmalar



*Tanım: Duyguları farklı bir şekilde iletmekle ilgili iletişim oyunudur.*

*Hedef: Yapılan tüm jestlerle iletişimi sağlamak.*

*Kurallar (Talimatlar): "Sessiz olmalısın..."*

*Grup üyeleri 2'li gruplara ayrılırlar (2 de gözlemci olacaktır). Çeşitli yüz ifadesi ve el sıkışma yoluyla aşağıdaki duyguları ifade edeceklerdir.*

- 1) dikkati dağılmış (ilgisiz),
- 2) düşmanlık,
- 3) diğeriyle ilgileniyor,
- 4) ilgi ile beraber sevgi,
- 5) tatlı ve yumuşak,

*Grup üyeleri daire şeklinde otururlar. 1-2 dakika boyunca her biri yukarıdaki duyguları yansıtır. Karşılıklı iki kişi sessiz kalarak birbiriyle iletişim kurmaya çalışır. Birinci öğrenci istenilen duyguyu ifade etmek için seçilen kişinin önüne oturur. Jest ve mimiklerini kullanır ve el sıkışabilir. Sonra yerine döner (birincisi yerine döndüğünde bir diğeri onu takip eder, ta ki tüm üyeler katılana kadar) ve hep beraber jestlerini gözlemleyerek ifade edilen duyguyu keşfetmeye çalışırlar ve bunu not ederler. "Söylenmeyen"in, kelimelerin ötesinde "hissedilen"in önemi, tüm bunların genel çevredeki önemi ve bunun olası etkileri daha sonra analiz edilecektir.*

### **3. OTURUM**

**Oturum Süresi:** 75 dakika

#### **Genel Hedefler:**

1. Mekânsal ve toplumsal bakış açısı kavramını birbirinden ayırt edebilme
2. Bakış açıları farklılaştığında nasıl hareket etmek gerektiğini bilme

#### **Özel Hedefler:**

1. Farklı bakış açılarının olabileceğini bilme
2. Bakış açılarının eldeki veriye göre değişebileceğini öğrenme
3. Bakış açılarının kişilerin ilgi alanlarına göre değişebileceğini öğrenme
4. Kendi bakış açısını karşı tarafa gösterebilme
5. Her iki taraf için en makul görünen kararı verebilme
6. Tüm bakış açılarını dikkate alarak karar vermek gerektiğini kavrama

#### **Kazanımlar**

1. Başkalarının farklı bakış açısına sahip olabileceğini fark eder.
2. Farklı bakış açılarının kaynağının, bireylerin her birinin farklı ilgi alanlarına sahip olmasından kaynaklandığını bilir.
3. Farklı bakış açılarının diğer bir kaynağının, bireylerin her birinin farklı bilgilere sahip olmasından kaynaklandığını bilir.

#### **Materyaller**

Aile resmi, Tahta, Kalem ve Ses kayıt cihazı

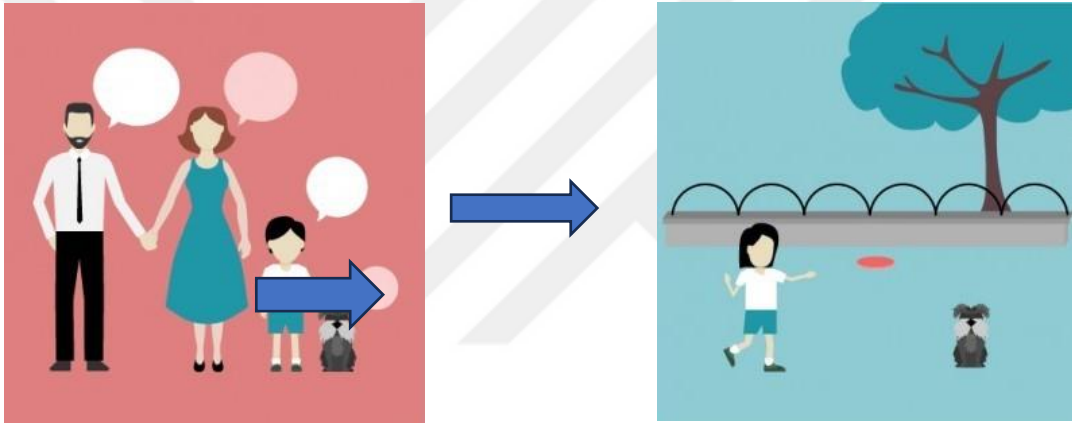
#### **Etkinlikler**

1. Ev ödevinin analizi
2. Resim Değerlendirme Etkinliği
3. Doğum Günü Partisi Çalışması
4. Yakın Arkadaşlar Hikayesi
5. Gönüllü Oyunu Hikayesi
6. Değerlendirme

### Oturum Süreci:

1. Hazırlık için grupta kısa bir sohbet yapılır ve grup üyelerinin paylaşımları alındıktan sonra oturuma geçilir.
2. Bir önceki oturumda verilen ödevin analizi yapılır.
3. Grup, oturum hakkında bilgilendirilir.
4. ‘‘Resim Değerlendirme’’ etkinliği (Etkinlik-3) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
5. ‘‘Doğum Günü Partisi’’ etkinliği (Etkinlik-4) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
6. ‘‘Yakın Arkadaşlar’’ etkinliği (Etkinlik-5) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
7. ‘‘Gönüllü Oyunu’’ etkinliği (Etkinlik-6) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
8. Etkinliklerin ardından grubun görüşleri alınır ve değerlendirmeden sonra oturum sonlandırılır.

#### Etkinlik 3. Resim Değerlendirme



Grup üyelerinden birinin bir süreliğine sınıftan çıkması istenir. Grup lideri: ‘‘Arkadaşınız artık sınıfın dışına çıktığına göre buradaki resimlerde temsil edilen bir hikaye hakkında size birkaç şey anlatacağım (Birbiri ardına gelen iki sekansın yer aldığı bir hikayeye atıfta bulunan çizimler iki levha gösterilmiştir: İlkinde iki ebeveyn ve çocukları bir odada ayakta dururken, ikincisinde çocuk evden sokağa doğru ayrılır). Burada gördüğünüz bir aile; iki ebeveyn ve bir çocuk, çocuk (Kağan) 15 yaşında. Korkunç bir tartışma yaşadılar çünkü Kağan sınavlardaki tüm konulardan başarısız oldu. Baba onu tekmelemekle tehdit etti. Kağan da buna artık dayanamayacağını söyledi ve evden çıktı (Bir sonraki resme geçer ve üyelerden birine sorar): Kağan nasıl hissediyor? Kağan nereye gidiyor? (Dışarı çıkarılan üye içeri alınır ve resimlerle bağlantılı olarak şunlar söylenir): ‘‘Gördüğün şey bir aile, iki ebeveyn ve bir çocuk, çocuk (Kağan) 15 yaşında. (Bir sonraki resme geçer ve kendisine aynı sorular sorulur: Kağan nasıl hissediyor? Kağan nereye gidiyor? (Daha sonra grup lideri, grup üyelerinin farklı bilgilere sahip oldukları için nasıl farklı cevaplar verdiklerini görmelerini sağlar).

Grup lideri: "Diğer zamanlarda farklı bakış açılarının kaynağı, bireylerin her birinin farklı ilgi alanlarına sahip olmasıdır. Bunu bir çıkar çatışması örneği ile görelim." Der.

#### **Etkinlik 4.** Doğum Günü Partisi

*Ayçıl'ın anne ve babası cumartesi gününü arkadaşlarıyla piknikte geçirmeyi planladı ancak o gün 10 yaşındaki Ayçıl arkadaşı Bengü tarafından gün boyu kutlanan doğum gününe davet edilmiştir. Ebeveynlerin Ayçıl'ı bırakacak kimsesi yoktur. Ya pikniğe gitmekten vazgeçmeleri ya da Ayçıl'ın, arkadaşının doğum günü partisine gitmekten vazgeçmesi gerekir.*

- Ayçıl annesine şöyle der: "Bana hep aynısını yapıyorsunuz. Hiçbir yere gidemiyorum, pikniğe gitmek istemiyorum. Bengü'nün doğum gününe gideceğim."

- Anne-baba: "Arkadaşlarla pikniğe gitme fırsatımız neredeyse hiç olmuyor. Sen başka doğum günlerine gidersin."

Grup lideri: Her iki taraf da kendi bakış açılarını savunmak için çeşitli sebeplere sahiptir. Bu hikayenin en iyi sonucunun ne olduğunu bilmiyoruz ancak her iki taraf da şunları yapsa iyi olur:

- Karşı tarafın amaçlarını dinleyin.
- Her iki taraf için de iyi olacak bir çözüm bulun.
- Sonuçta her ikisi için de en makul görünen kararı verin.

En önemli şey şunu fark etmenizdir:

- Farklı bakış açıları olabilir.
- Bakış açısını bilmek önemlidir.
- Kendi bakış açımızı göstermemiz gerekir.
- Tüm bakış açılarını dikkate alarak karar vermek gerekir.

#### **Etkinlik 5.** Yakın Arkadaşlar



*Tomris ve Umay çok yakın arkadaşlardır. Okulda hem derslerde hem de teneffüslerde her zaman birliktelerdir ama çok konuşkan ve yaramazlardır. Sınıftaki diğer öğrencilerin ders çalışmasını da engellerler. Teneffüste oynamak için başkalarıyla bir araya gelmezler. Son zamanlarda öğretmenleri, onları sınıfta ayırmış ve teneffüslerde ise birlikte olmalarını geçici olarak*

*yasaklamıştır ancak yasağın ardından ilk gün babası bir kaza geçirdiği için Umay'ın teselli edilmeye ve yardıma ihtiyacı vardır. Tomris gibi kimse Umay'ı nasıl teselli edeceğini ve ona yardım edeceğini bilmemektedir. Tomris teneffüste ne yapmalıdır? (Öğrencilerden yanıtları alınır ve not edilir).*

#### **Etkinlik 6. Gönüllü Oyunu**

*Öğretmen, öğrencilerden sınıfta bir tiyatro oyunu oynamaları gerektiğini söyler ve kimlerin gönüllü olduğunu sorar. Gönüllüleri seçip isimlerini yazar (Orhun, oyun konusunda çok yeteneklidir ancak o gün hastadır ve okulda değildir. Bu nedenle gönüllü olamaz). Orhun, okula döndükten sonra başka öğrencilerin oyun için seçildiğini öğrenir. Kendi kendine hayıflanır çünkü hala oyuna katılma konusunda hakkı olduğunu savunmaktadır ancak diğer beş gönüllü de kendilerinin hakkı olduğunu ve önce kaydolduklarını düşünürler (Öğrencilerden yanıtları alınır ve not edilir).*

## ÖĞRETİCİ BİRİM 2:

### ‘Empati’

#### 4. OTURUM

**Oturum Süresi:** 75 dakika

#### **Genel Hedefler:**

1. Empati gelişimini destekleme
2. Olumlu sosyal davranışın gelişimini teşvik etme

#### **Özel Hedefler:**

1. Empatinin ne olduğunu bilme
2. Sosyal ilişkilerde empatinin önemini kavrayabilme
3. İçinde bulunulan durumların duygusal öneminin farkına varma

#### **Kazanımlar**

1. Bir başkasının bakış açısını kabul etme ve empati kurma arasındaki farkı bilir.
2. İyi ve kötüyü başkalarıyla paylaşır.
3. Başkalarına nasıl yardım edileceğini bilir.
4. Başkalarına etkili yardım ve destek sunar.
5. Toplum tarafından takdir edilir.

#### **Materyaller**

Soru kartları, Tahta, Kağıt, kalem ve Ses kayıt cihazı

#### **Etkinlikler**

1. Grup liderinin açıklamaları
2. Soru-Cevap Çalışması
3. Diğerleri Gibi Düşün Oyunu
4. Değerlendirme

**Ödev:** Grup lideri, grup üyelerinden haftaya diğer oturuma kadar çevrelerinde bir kişinin üzgün ya da mutlu olduğu iki durumu keşfetmelerini ve o anlarda neler yaptığını not etmelerini ister (Başına ne geldiği, hangi duyguları yaşadığı ve ne yaptığı yazılır).

#### **Oturum Süreci:**

1. Grup üyeleriyle kısa bir sohbetten sonra katılımcılar oturuma hazır hale getirilir.

2. Bir önceki oturum hakkında paylaşımlar yapılır.
3. Grup, oturum hakkında bilgilendirilir.

Grup lideri: ‘‘Bugün ilginç ve önemli bir konu üzerinde çalışacağız: Empati. Empati kelimesini duymamış olabilirsiniz çünkü Yunanca bir kelime olup "paylaşmak" anlamına gelmektedir. Aşağıdaki durumlarda empati kurarız:

- Bir sınıf arkadaşı ağladığında ve onu görüp üzüldüğümüzde ya da içimizden ağlamak geliyorsa,

- Sevinçten zıplayan bir çocukla karşılaştığımızda mutlu oluruz ve içimizden gülmek gelir.

- Annemiz yemek yaparken parmağını kestiğinde biz de acı çekeriz ve endişeleniriz.

Bu nedenle empati, diğerinin başına gelenlerin farkında olmak ve karşısındaki gibi hissetmek yani aynı veya benzer duyguları paylaşmak veya yaşamaktır.’’ Der.

4. ‘‘Soru-Cevap’’ etkinliği (Etkinlik-7) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.

Etkinlik açıklandıktan sonra grup lideri sınıf içerisinde bu etkinliği canlandıracak kişileri seçer ve aynı etkinlik grup içerisinde canlandırılır. Etkinlikten sonra gruba şu açıklamaları yapılır:

Empatiyi bilmek çok önemlidir.

- Başkalarına ne olduğunun farkına varın.

- Duygularınızı diğerleriyle paylaşın.

-Bu duyguları nasıl ifade edeceğinizi bilin. Böylece karşınızdakine etkili yardım veya destek sunun.

5. ‘‘Diğerleri Gibi Düşün’’ etkinliği (Etkinlik-8) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.

Grup lideri tüm sınıfa şu soruları sorar ve devamında aşağıdakileri söyler:

- İnsanları üzen şeyleri nasıl anlatacağımızı bize kim söyleyebilir?.....

- İnsanları mutlu eden şeyleri nasıl anlatacağımızı bize kim söyleyebilir?.....

- Üzüldüğümüzde yüzümüz nasıl olur?.....

Empati kişinin kendisi ve başkaları için çok önemlidir çünkü onunla;

- Başkalarına nasıl yardım edileceği bilinir.

- İyi ve kötü başkalarıyla paylaşılır.
  - Başkaları daha iyi anlaşılır.
  - Arkadaşlık kurmada yardımcı olur.
  - Toplumda takdir edilir.
6. Etkinliklerin ardından grubun paylaşımları alınır ve değerlendirmeden sonra oturum sonlandırılır.

#### **Etkinlik 7. Soru-Cevap Çalışması**

*Gökhan, öğretmen kendisine sorular sorduğunda cevap veremiyor ve kendini aptal gibi hissediyor. Her seferinde sınıftaki herkes ona gülüyor. O kadar kötü zamanlar geçiriyor ki bu nedenle ağlamaya başlıyor.*

*Tepkiler:*

*a. Ertuğrul ona yaklaşır ve "aptal! ha ha ha" diye gülmeye başlar. Onunla dalga geçer. Gökhan, üzgündür ve "Elimden gelenin en iyisini yaptım. Aptal sensin." Der. Ertuğrul ise yaklaşıp dilini çıkarır. Gökhan ise tehditkar bir şekilde ona doğru atılır.*

*Yorum: Ertuğrul'un yaptığı olumsuz veya uygunsuz bir davranıştır çünkü Gökhan kötü bir dönemden geçmektedir. Ertuğrul ise onun duygularını paylaşmaz ve ona daha fazla zarar verir. Bu durumun kendisi için de olumsuz etkileri vardır çünkü Gökhan'da ona aptal der.*

*b. Göktuğ yaklaşır, elini omzuna koyar, yüzüne bakar ve şöyle der: "Gökhan duygularını hissediyorum. Sana yapılan haksızlık... Gökhan şöyle karşılık verir: "Teşekkürler, bana hep aynısını yapıyorlar. Artık ne yapacağımı bilmiyorum." Göktuğ ise şunu söyler: "Öğretmene kötü zamanlardan geçtiğini neden söylemiyorsun ve sınıfın seninle dalga geçmesine izin veriyorsun?". Gökhan ise "Teşekkürler Göktuğ, sanırım şimdi öğretmene söyleyeceğim ve bir daha olursa durumumu tüm sınıfa söylerim." diye devam eder. Göktuğ ise "Ben sana eşlik edeyim, öğretmene söyleyelim." Der.*

*Yorum: Göktuğ'un yaptığı empatik ve olumlu bir davranıştır çünkü Gökhan'ın ne kadar kötü durumda olduğunu anlıyor ve duygularını paylaşıyor. Bunu ise jest-mimik ve sözleriyle nasıl aktaracağını biliyor. Gökhan'ın kendini daha iyi hissetmesini sağlıyor. Bunun sonucunda ise daha iyi bir arkadaşlık kuruyorlar.*

## Etkinlik 8. Diğerleri Gibi Düşün Oyunu

	A	B	C
1- AĞAÇ	Toprak	Kök	Yaprak
2- ANADOLU	Tarihi	Yerleşim	Toprak
3- DENİZ	Deniz	Yerleşim	Deniz
4- GÖL	Çiçek	Köy	Köy
5- TOPRAK	Yerleşim	Su	Deniz
6- ATATÜRK	Yerleşim	Millet	Savaş
7- YAĞAN	Suyuk	Kış	Yaprak
8- CUMHURİYET	Atatürk	Millet	Deniz
9- EĞİTİM	Okul	Deniz	Deniz
10- ADALET	Hukuk	Tarazi	Eğilim
11- DOKUMA	Halk	Kilim	Eğilim
12- KURAK	Göl	Kök	Sıcak
13- ESİR	Kök	Savaş	Deniz
14- GAZETE	Haber	Millet	Eğilim
15- ÖZMAN BEY	Kök	Kayı	Eğilim
16- SU	Hayat	Deniz	Deniz
17- TÜRKÜZ	Deniz	Mavi	Deniz
18- ÇİĞEME	Deniz	Yerleşim	Deniz
19- KARPUS	Deniz	Deniz	Deniz
20- KİLOGRAM	Metal	Sultan	Deniz
21- ESER	Deniz	Yerleşim	Deniz
22- ÇAYIRAK	Deniz	Deniz	Deniz
23- ZAFER	Deniz	Deniz	Deniz
24- YÜN	Deniz	Deniz	Deniz
25- VATAN	Deniz	Deniz	Deniz
26- İHTİYAÇ	Deniz	Deniz	Deniz
27- EKMEK	Deniz	Deniz	Deniz
28- YERLEK	Deniz	Deniz	Deniz
29- KANUN	Deniz	Deniz	Deniz
30- YAYLA	Deniz	Deniz	Deniz
31- DENİZ	Deniz	Deniz	Deniz
32- DÜZLEST	Deniz	Deniz	Deniz
33- İSTİKLAL MƏŞƏL	Deniz	Deniz	Deniz
34- RAMAZAN	Deniz	Deniz	Deniz
35- COĞRAFIYA	Deniz	Deniz	Deniz
36- FENERBAHÇE	Deniz	Deniz	Deniz

Bu oyunda 36 adet çoktan seçmeli sorunun yer aldığı kartlar bulunmaktadır. Her oyuncu sırasıyla bir kart seçecektir. İlk oyuncu bir kart alır, soruyu ve yanıt seçeneklerinin her birini yüksek sesle yavaşça okur. Diğer oyuncular, birincinin ne cevap vereceğini tahmin etmeye çalışır. Tahminlerini kağıda yazıp cevabı yüzü aşağı bakacak şekilde yerleştirirler. İlk oyuncu cevabını seçer ve diğerlerine gösterir. Diğer oyuncular cevapları kontrol eder. Eşleşme olursa eşleşen oyuncular bir puan kazanır. Oyun, oyuncuların her biri aynı sayıda oynadığında (her oyuncu üç kart okuduğunda) sona erer. En yüksek puana ulaşan oyuncu oyunu kazanır.

## ÖĞRETİCİ BİRİM 3:

### ‘İş Birliği’

#### 5. OTURUM

**Oturum Süresi:** 75 dakika

#### **Genel Hedefler:**

1. Kişilerarası iletişim becerilerini geliştirme

#### **Özel Hedefler:**

1. Kişinin bakış açısını (duyguları, motivasyonları vb.) dikkate alma
2. Başkaları tarafından paylaşılan duyguları ifade edebilme

#### **Kazanımlar**

1. Kendi duygularının farkında olur.
2. Başkalarının duygu ve düşüncelerini sözsüz (jest ve mimiklere bakarak) anlayabilir.
3. Başkalarını daha iyi anlar.
4. Kolay arkadaşlık kurar.

#### **Materyaller**

Kağıt, Tahta, Kalem, Zarflar ve Ses kayıt cihazı

#### **Yapılacak Etkinlikler**

1. Grup liderinin açıklamaları
2. Ev ödevinin analizi
3. Kazan Kazan Çalışması
4. Kelime Pazarı Oyunu
5. Değerlendirme

**Ödev:** Grup lideri gruba ‘‘Sonraki hafta iş birliği konusuna daha yakından bakmalı ve gerçekten başınıza gelen ve başkalarıyla iş birliği yaptığınız iki durumu bir kağıda yazmalısınız.’’ (Her üye iki durumunu anlatır ve durumlar değerlendirilir).

#### **Oturum Süreci:**

1. Grup üyeleriyle bir süre sohbet edildikten sonra oturuma başlanır.

2. Bir önceki oturum hakkında paylaşımlar yapılır.
3. Bir önceki oturumda verilen ödevin analizi yapılır.
4. Grup, oturum hakkında bilgilendirilir.

Grup lideri: Bugün duyduğunuz ama üzerinde biraz düşünmeniz gereken bir konuyu yani iş birliğini ele alacağız (Grup üyelerine iş birliği yapmalarının kendileri için ne olduğu sorulur). Ortak bir hedefe ulaşmak için birkaç kişinin çabalarını birleştirmesi gerektiği konusunda hepimiz hemfikiriz. Örneğin şu gibi durumlarda iş birliği yapılır:

- Teneffüste futbol oynamak için biri kaleci, defans oyuncusu, forvet ve diğer mevkilerde oynayacak oyuncuların belirlenmesinde (ortak bir hedefe ulaşılr) amaç aslında futbol oynayarak iyi vakit geçirmektir.

- Bir sınava hazırlanırken birbirinize anlamadığınız yerleri açıklarken,

- Arkadaşınızın evinde odasında oynadıktan sonra her biriniz eve gitmeden önce hepimiz eşyalarını topladığınızda iş birliği yapmış olursunuz.

5. ‘‘Kazan Kazan’’ etkinliği (Etkinlik-9) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.

Grup lideri etkinlikten sonra iş birliği yapmanın avantajları ve iş birliği yapmak yerine rekabet edildiğinde karşılaşılabilecekler hakkında bilgi verir:

- İş birliği yaptığınızda herkes kazanır, kaybeden olmaz bu nedenle kimse reddedilmiş, kovulmuş veya incinmiş hissetmez.

- Başarısız olma, gülünç olma korkusu ya da başarısızlık duygusu yoktur.

- Bir hata yaparsanız bu bir sorun değildir, kimse sizi ortadan kaldırmaz, sadece kendi hatalarınızı öğrenme fırsatına sahipsiniz, onları gizlemek zorunda değilsiniz çünkü her biri bir kişi olarak değerinin başkaları tarafından yok edilmeyeceğini bilir (Kabul edilebilir bir kişi olarak kendine olan güven yeniden teyit edilir. Çocuklar, başkalarının başarılarıyla sevinmeye teşvik edilir, bunun olmasını dilerler. Böylece kendi başarı şanslarını da artırmış olurlar).

-Başkalarını yenmeniz gerektiğini unutursunuz ve herkesin başarısından keyif alırsınız (grup lideri grupta iş birliğini destekleyen rahat bir ortam yaratır). İş birliği yapmak yerine rekabet ettiğinizde aşağıdakiler gerçekleşir:

- Yalnızca biri kazanır. Diğerleri kendilerini kötü, diskalifiye edilmiş ve kaybettikleri için üzgün hissederler.

- Başkalarını arkadaş olarak değil, kazanılması gereken rakipler olarak görürüz.

- Kazanan kendini üstün, kaybeden kendini aşağı ve aciz hisseder.

- Kaybetme korkusu ve başkalarının güldüğü bir gerilim ortamı yaratılır.

6. ‘‘Kelime Pazarı’’ etkinliği (Etkinlik-10) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.

Grup lideri: ‘‘Cümleleri oluşturmak için iş birliği yapmak zor oldu mu? Kuralları çiğnmeden oynayabildiniz mi? Takımınızdaki insanların hangi davranışları oyunu bitirmenize yardımcı oldu? Hangi davranışlar ilerlemeye engel oldu? Organize olmakta sorun yaşadınız mı? Yaşadıysanız bunları nasıl çözdünüz? Cümlelerinizi tamamladığınızda ne hissettiniz?’’ Diye sorduktan sonra aşağıdaki açıklamayı yapar:

Yardımlaşmanın, yardım görmenin ve amaca ulaşmanın hazzını yaşadınız. Kabullenme duygusunu ve gruba ait olma duygusunu hissettiniz. Her oyuncunun hedefe ulaşmak için gerekli bir rolü olduğunu gördünüz. Tüm bunları yaparken de eğlendiniz...

7. Etkinliklerin ardından grubun paylaşımları alınır ve değerlendirmeden sonra oturum sonlandırılır.

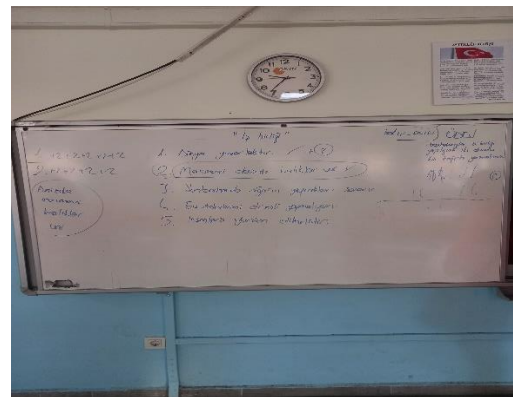
#### **Etkinlik 9. Kazan Kazan Çalışması**

- İş birliği yaptığı durumları kim hatırlıyor? Biriyle iş birliği yaptıktan sonra nasıl bir duygu hissettiniz?

- Daha çok ne yaparsın, iş birliği mi yoksa rekabet mi?

- Rekabet etmek için oynadığınızda ve kaybettiğinizde nasıl hissediyorsunuz? (Herkes kaybedenin olmadığı bir oyun düşünür ve herkes dinlenir).

#### **Etkinlik 10. Kelime Pazarı**



Oyunda zarflar içinde 30 tane kelime vardır. Oyunun amacı bu kelimelerle anlamlı cümleler oluşturmaktır. Grup ikiye ayrılır ve her iki gruba da aynı kelimeler zarfların içinde verilir.

İki grubun da altı tane anlamlı cümle yazması istenir.

*Her takım üyesine beş kelime içeren bir zarf verilir. Altı zarf arasında altı cümle oluşturulabilecek kelimeler dağıtılmıştır. Herkes kendi önünde bir cümle kurmalıdır ve takımın altı üyesi birbirlerine yardım ederek, yani partnerlerine kelime verip onlardan kelime alarak cümlelerini tamamladığında oyun kazanılır.*

*Ayrıca oyunun aşağıdaki kurallarına da uymak zorundadırlar. Önlerindeki cümleyi tamamlayabilmeleri için sahip oldukları kelimeleri takım arkadaşlarına verebilirler ancak kelimeleri isteyemez veya kaldıramazlar. Başka bir ortağın, ihtiyaç duydukları sözü bildiklerini fark etmelerini beklemek zorundalar ve bu sözü gönüllü olarak vermek zorundalar.*

*NOT: İşbirliğine yeni başlayan gruplar için karmaşık bir oyundur. Tercihen aktiviteyi, bu şekilde çalışma konusunda zaten deneyime sahip olan gruplarla yapın. Herkes bir cümleyi tamamladığında gruba oyunun bittiği ve kazanıldığı hatırlatılabilir.*

*Aktivite biraz daha büyük gruplarla, örneğin 9 kişilik bir grup için 45 kelimeyle, zorluk derecesinin arttığı dikkate alarak yapılabilir.*

*Cümle örnekleri (5 kişilik bir ekip için):*

- 1. Dünya yuvarlaktır/ Zarf 1: denizde var sonbaharda yardım*
- 2. Masmavi denizde balıklar var/ Zarf 2: yuvarlaktır yaprakları edilmelidir*
- 3. Sonbaharda ağacın yaprakları sararır/ Zarf 3: balıklar sararır yapmalıyım*
- 4. Ev ödevlerimi düzenli yapmalıyım/ Zarf 4: masmavi ağacın ödevlerimi*
- 5. İnsanlara yardım edilmelidir/ Zarf 5: dünya ev düzenli insanlara*

*Materyalin zarflar içindeki dağılımı:*

## 6. OTURUM

**Oturum Süresi:** 75 dakika

### **Genel Hedefler:**

1. Kişiler arasında iş birliğini geliştirmeyi teşvik etme
2. Benlik kavramını ve benlik saygısını geliştirme

### **Özel Hedefler:**

1. Toplumda ve okulda var olan rekabetçi ilişkiler üzerine düşünme
2. İş birliği gerçeğinin neden olduğu duyguları ifade edebilme
3. Gruba ait olma duygularını geliştirme
4. Kendini kabul etmeyi ve başkalarını kabul etmeyi öğrenme
5. Başkalarının başarılarıyla mutlu olmayı öğrenme (empati)

### **Kazanımlar**

1. Akranları tarafından kabul edildiğini ve kendisine değer verildiğini hisseder.
2. Olumlu bir benlik kavramına sahip olur.
3. Benlik saygısı artar.
4. Kendi becerilerine dair öz yeterlik ve güven duyguları artar.
5. Başarısız olma, gülünç olma tren oyunu resmi korkusu ya da başarısızlık duygusu azalır.

### **Materyaller**

Kağıt ve kalem, Tahta, Ses kayıt cihazı ve Tren oyunu resmi

### **Etkinlikler**

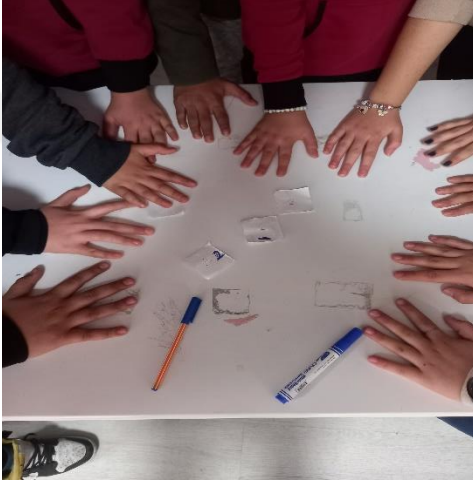
1. Grup liderinin açıklamaları
2. Ev ödevinin analizi
3. Tren Oyunu
4. Dünyada Açlık Hikayesi
5. Değerlendirme

**Ödev:** Grup lideri: ‘‘Şimdi ise Kayahan ve Turan’ın yaptıklarını sihirli çemberin merkezinde temsil edeceğiz.’’ Der ve tüm sınıfa ‘‘Dünyada açlık’’ konusuyla ilgili herkesin evde konuyla ilgili dergi ve gazetelerdeki resimlere ve haberlere bakarak (kolaj yaparak) sınıfa getirmesi ve sınıfla bulduklarını paylaşması hususunda bir ödev verir.

### Oturum Süreci:

1. Grup üyeleriyle bir süre sohbet edilir ve sonrasında oturuma başlanır.
2. Bir önceki oturum hakkında paylaşımlar yapılır. Grubun fikirleri alınır.
3. Bir önceki oturumda verilen ödevin analizi yapılır.
4. Grup, oturum hakkında bilgilendirilir.
5. ‘‘Tren Oyunu’’ etkinliği (Etkinlik-11) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
6. ‘‘Dünyadaki Açlık’’ etkinliği (Etkinlik-12) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
7. Etkinliklerin ardından grubun paylaşımları alınır ve değerlendirmeden sonra oturum sonlandırılır.

#### Etkinlik 11. Tren Oyunu



*Sessiz bir şekilde oynanan oyunda amaç çiftlerin (A ve B treni) en fazla puanı alarak varış noktalarına ulaşmasıdır. Oyunda 2şer kişilik 6 grup vardır. Ayrıca dört parça kağıt vardır; ikisinde 1 rakamı işaretlenmiş, diğer ikisinde de 2 rakamı işaretlenmiştir. Oyun çiftler halinde oynanır, bir kişi oynarken diğerleri izler, her çifte 1 ve 2 rakamlarının yazıldığı kağıtlar verilir. Eşlerden bir üye tren A olacak, diğeri de tren B. Konum A'dan B'ye ve tersi yönde iki yol bulunuyor. Amaç birbirini görmeden A treninden B trenine hareket etmektir. Yani ellerindeki kağıtlarda yazan rakamların (1 ve 2: 2 rakamı kısa yolu, 1 rakamı ise uzun yolu temsil etmektedir) eşleşmelerini sağlamaktır. En yüksek puanları elde eden oyunu kazanır.*

*Puanlama şöyle yapılır:*

- İki de uzun yolu seçerse (1 rakamı): her birine 1 puan verilir.
- İki de kısa yolu seçerse (2 rakamı): her birine 2 puan verilir.
- Biri uzun yolu seçer (1), diğeri kısa yolu seçerse (2): uzun yolu seçene 1 puan, kısa yolu seçene 2 puan verilir.

*Sonunda çiftlerin tüm puanları toplanır. Çiftlerdeki en yüksek puanlar iş birliği tutumu yoluyla sağlanır. Başlama noktası veya bunun bir iş birliği oyunu olduğu hakkında daha fazla açıklama yapmaya gerek yoktur.*

*NOT: 6 seçimden sonra partner değiştirilir. Herkes birbiriyle çift olana kadar oyun devam eder. Önemli olan her çiftte kendi seçiminizi gizli tutmaktır.*

### **Etkinlik 12. Dünyada Açlık Çalışması**

*Grup lideri tüm sınıfa "Dünyada açlık" konusuyula ilgili herkesin evde konuyla ilgili dergi ve gazetelerdeki resimlere ve haberlere bakarak (kolaj yaparak) sınıfa getirmesi ve sınıfla bulduklarını paylaşması hususunda bir ödev verir.*

- *Kayahan ödevi yapmaz ve şöyle düşünür: "Çalışmak içimden gelmiyor, başkaları yapsın. Nasıl olsa öğretmen ödevleri kontrol etmez. Böylece benim hiçbir şey yapmadığımı da öğrenmez."*
- *Turan ise eve geldiğinde sınıftaki herkesle iş birliği yapmak için haberleri araştırır ve kağıtları keserek yapıştırır ve şöyle düşünür: "Yarın sınıfta her birimizin ne topladığını görerek hepimiz harika zaman geçireceğiz."*

*Grup lideri: "Kayahan'ın davranışı hakkında ne düşünüyorsunuz?" (Sadece kendi çıkarını düşünmüştür. Arkadaşlarını dikkate almamıştır ve bütün işleri arkadaşlarına bırakmıştır).*

*"Peki Turan'ın davranışı hakkında ne düşünüyorsunuz?" (Tüm grubu ve bu görevin onlara ne kadar yakışacağını düşündü. Kamu yararı için çabalamış ve katkıda bulunmuştur. Herkesle iş birliği yapmak iyi hissettirmiştir. İyi yapılmış bir işin doyumunu yaşamış olması, onun performansını pekiştirmiştir. Benlik saygısı artmıştır. Diğer işleri iyi yapma konusunda kendini daha yetenekli hissetmeye başlamıştır. Başkaları da Turan'ı kolektif bir çalışmaya katıldığı için kabul ve takdir ediyor. Sonuç olarak çok iyi anlaşılan bir akran grubuna ait olduğunuz için kendinizi mutlu hissediyorsunuz).*

## 7. OTURUM

**Oturum Süresi:** 75 dakika

### **Genel Hedefler:**

1. Paylaşmayı öğretme
2. Akranlar arasında dayanışmayı teşvik etme

### **Özel Hedefler:**

1. Başkalarıyla iş birliği yapmanın ve paylaşmanın avantajlarını bilme
2. Tüm akranların katkılarına değer vermeyi öğrenme
3. Başkalarının başarılarıyla mutlu olmayı öğrenme (empati).
4. Hiçbir akranı dışlamama

### **Kazanımlar**

1. İş birliğinin sosyal anlamını kavrar.
2. İş birliği ve rekabet arasındaki farkı bilir.
3. İş birliği yaptığında kaybedenin olmadığını, herkesin kazandığını öğrenir.
4. Gruba ait olma duyguları gelişir.
5. Paylaşmayı, başkalarıyla ilişki kurmayı, başkalarının duygularını önemsemeyi ve tüm bunlar için çabalamayı öğrenir.

### **Materyaller**

Ayakkabı veya başka özel bir eşya, Poşet, Kağıt-kalem ve Ses kayıt cihazı

### **Etkinlikler**

1. Grup liderinin açıklamaları
2. Ev ödevinin analizi
3. Gezen Ayakkabılar Oyunu
4. Denizaltı Arkadaşlar Oyunu
5. Değerlendirme

**Ödev:** Çocuklardan ertesi gün için şu konuda bir hikaye yazmaları istenir: Düşünün ki sokakta yürüyorsunuz ve Dünya'ya yeni gelmiş bir Marslı ile karşılaşıyorsunuz, kimseyi tanımıyor ve size ne olduğunuzu soruyor. Herkes, insanların nasıl olduğunu açıklamak için ne cevap vereceklerini yazmalıdır (Bir sonraki oturumda çocukların yazdığı hikâyeler toplanır ve çemberin ortasında temsil edilir). Dramatizasyonların ardından, çocukların betimlemelerinin karmaşıklığına ve psikolojik yönlerine özel vurgu yapılarak, öykülerindeki insan kavramı incelenir. Onlara bu insan imajını

destekleyen sebepleri de sorabilirsiniz. NOT: Dünyadaki adaletsizlikleri önlemeye çalışan derneklere (Uluslararası Af Örgütü, Caritas, Sınır Tanımayan Doktorlar, Organ Bağışçıları, UNESCO, UNICEF vb.) üye kişileri ve çevrede yardımlarıyla en çok öne çıkan insanları sınıfa davet edebilirsiniz.

### **Oturum Süreci:**

1. Grup üyeleriyle kısa bir sohbet edilip katılımcılar oturuma hazır hale getirilir.
2. Bir önceki oturum hakkında paylaşımlar yapılır.
3. Bir önceki oturumda verilen ödevin analizi yapılır.
4. Grup, oturum hakkında bilgilendirilir.
5. ‘‘Gezen Ayakkabılar’’ etkinliği (Etkinlik-12) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
6. ‘‘Denizaltı Arkadaşlar’’ etkinliği (Etkinlik-13) hakkında gruba bilgi verilir ve etkinlik uygulanır.
7. Etkinliklerin ardından grubun paylaşımları alınır ve değerlendirmeden sonra oturum sonlandırılır.

### **Etkinlik 13. Gezen Ayakkabılar**



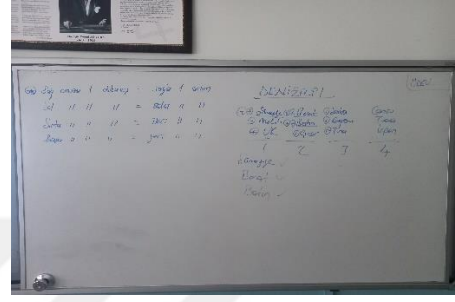
*Katılımcılar arasında iş birliğini geliştirmeyi hedefleyen bu oyunda bir hırsız ve 12 katılımcı vardır. Herkesin kendine ait bir ayakkabısı vardır (Her katılımcı ayakkabısını çıkarır ve bir çuvala yerleştirir. Sonra her biri rastgele bir ayakkabı alır ve onu tutarken daire biçiminde el ele tutuşurlar. Ayakkabının ait olduğu kişi yerini alır ve tüm katılımcılar, daireyi bozmadan ayakkabılarını değiştirir).*

*Hırsız, her seferinde katılımcıların ayakkabısını çalmaya çalışacaktır. Ayakkabılar çalınınca grup içinden biri hırsızı yakalamayı başarır ve ayakkabıları kurtarmaya gider. Ayakkabılardan birini çıkarır ve onu gruba gösterir. İçlerinden biri o ayakkabının kime ait olduğunu bulur (kimse kendi ayakkabısını söylemez). Onu kim bulursa, bir sonraki ayakkabıyı*

çıkartıp önceki eylemi tekrarlamakla görevli olacak. Amaç hırsızı yakalayıp herkesin ayakkabısını sahibine teslim etmektir. En fazla ayakkabıyı sahibine teslim eden oyuncu oyunu kazanır.

**NOT:** Oyunun başında ayakkabılar tüm üyelere gösterilir. Ayakkabıları malzeme olarak kullanmak yerine, katılımcıların başka özel eşyaları da kullanılabilir. Amaç, katılımcılar arasında, özellikle hareketlerde, hayal gücünü ve iş birliğini artırmaktır.

#### **Etkinlik 14. Denizaltı Arkadaşlar**



Katılımcılar 4'erli şekilde 3 gruba ayrılır. Her biri ayrı bir denizaltını temsil eder. Amaç grupların birleşerek (iş birliği yaparak) büyük bir denizaltı oluşturmasıdır. Grup içinde hızlı iletişim kurmak ve koordinasyon sağlamak önemlidir.

Grupta iş birliğinin sağlanması için bir sinyal kodu oluşturulur:

(Her dokunuşun sayısı, adım sayısına eşittir. Örneğin; Sağ omuza 2 kez dokununca denizaltı sağa 2 adım gider, sırtta 3 defa vurulunca denizaltı 3 adım ileri gider).

“Sağ omuza bir dokunuş sağa doğru bir adımı temsil eder.

Sol omuza bir dokunuş sola doğru bir adımı temsil eder.

Sırtta bir dokunuş ileri doğru bir adımı temsil eder.

Başa bir dokunuş geri doğru bir adımı temsil eder.

Sinyal kodunu alan grup üyesinin parmak şıklatması ile grup üyeleri ellerini ileri atarak başka bir denizaltıyla bağlantı kuracaktır.”

Sinyal kodlarını grup üyeleri öğrendikten sonra oyun başlar...

4 kişilik gruplar tek sıra halinde yerleştirilir ve her bir üye önündekinin omzundan tutar.

En arkadaki üye (önceden belirlenmiş sinyal koduyla grubu yöneten) önündeki kişiye sinyali ileterek oyunu başlatacaktır. **NOT:** (Bu üye dışındaki diğer grup üyelerinin gözleri kapalı olacaktır). Büyük bir denizaltı oluşturmak için her grubun en sonundaki üye ile diğer grubun başındaki üyenin arka arkaya gelmesi gerekir. 2. Grup ile 1. Grup birleştiğinde 1. Grubun en sonundaki kişi de gözlerini kapatacaktır.

## ÖĞRETİCİ BİRİM 4:

### ‘İnsan Kavramı’

#### 8. OTURUM

**Oturum Süresi:** 75 dakika

#### **Genel Hedefler:**

1. Olumlu bir insan kavramının gelişimini teşvik etme
2. Toplum yanlısı ve özgeci davranışları teşvik etme

#### **Özel Hedefler:**

1. İnsan doğası, yani iyilik ya da kötülük ve insanların bencilliği ya da cömertliği hakkında sahip oldukları fikirleri bilme ve üzerinde düşünme
2. İnsanların nasıl olduğu konusunda sahip olunan zihinsel modeli olumlu yönde geliştirme
3. Olumlu bir benlik kavramını teşvik etme
4. Birçok insanın günlük yaşamda toplum yanlısı ve özgeci davranışlara sahip olduğunun farkına varma
5. Günlük olarak (ailede, okulda, arkadaşlarla vb.) başkalarına yardımı ve duygusal desteği göstermenin çeşitli yollarını analiz etme
6. Başkalarına özgeci yardımla karakterize edilen yaşam biçimlerini, insan veya kuruluşların biyografilerini bilme (Uluslararası Af Örgütü, Caritas, Sınır Tanımayan Doktorlar, Organ Bağışçıları, UNESCO, UNICEF vb.).

#### **Kazanımlar**

1. Başkaları hakkındaki düşüncelerinin, onlara karşı davranışlarını etkilediğini bilir.
2. İnsanın etkili ve rasyonel kaynaklara sahip olduğunu düşünür.
3. Diğer insanlardan gelen iyilik ve yardımları bilir, bunlara ilişkin zihinsel modelini yapılandırır.
4. Başkalarının güvenilir olduğunu düşünür, toplum yanlısı ve özgeci davranışları artar.
5. İnsanların gün boyunca etraflarındakiler için birçok "iyi şey" yapabileceğini düşünür.
6. Hiç kimsenin tamamen kötü ya da tamamen iyi olmadığını ancak herkesin bazen iyi bazen de kötü davrandığını öğrenir.
7. Çoğu durumda kendisini sevdikleri için ona iyi davranan insanlar olduğunu (ebeveynler, büyükanne ve büyükbabalar, arkadaşlar vb.) ayırt eder.

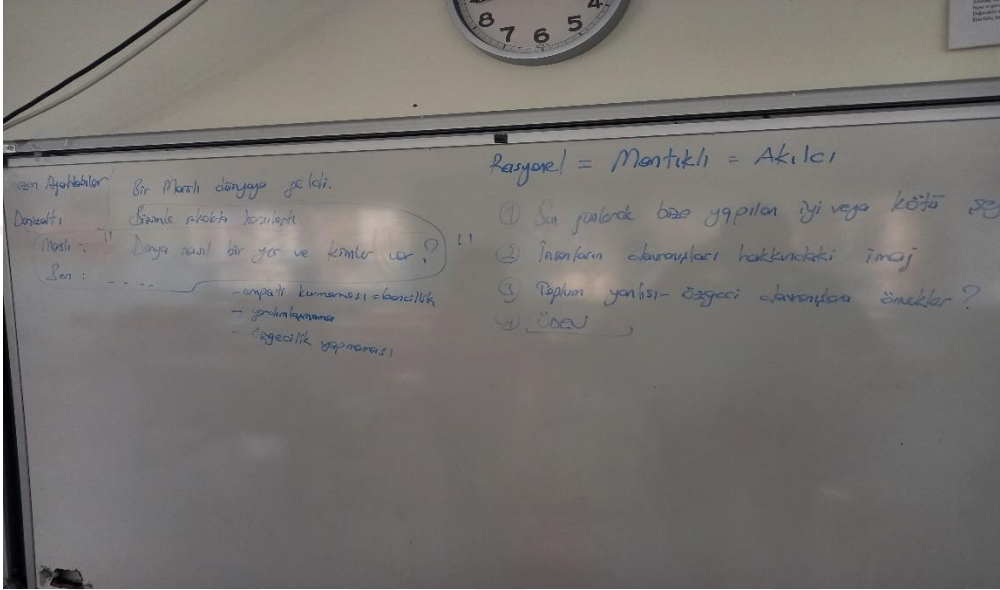
#### **Materyaller**

Gazete ve dergi kopyaları, Tahta, Kağıt-kalem ve Ses kayıt cihazı

## Etkinlikler

1. Bir önceki oturumun değerlendirilmesi
2. Ev ödevinin analizi
3. Grup liderinin konuşmaları
4. Oturumun Değerlendirilmesi

### Oturum Süreci:



1. Grup üyeleriyle kısa bir sohbet edilir ve katılımcılar oturuma hazır hale getirilir.
2. Bir önceki oturum hakkında paylaşımlar yapılır.
3. Bir önceki oturumda verilen ödevin analizi yapılır.

Grup lideri: İnsanların nasıl olduğunu düşündüğümüzü, bize nasıl davrandıklarını ve bizim onlara nasıl davrandığımızı düşüneceğiz. Bu son günlerde başkalarının bize yaptığı tüm iyi ve kötü şeyleri birbirimize söyleyeceğiz.

- İnsanların davranışları hakkında iletmiş imajı analiz ederek başlayabiliriz (Gazetelerden, dergilerden bazı haberler okunur ve mutlaka olumsuz bir insan imajı ortaya çıkar çünkü haberler genellikle insanların yaptığı "kötü" şeyleri ele alır).

- Başkalarının (aile, arkadaşlar, öğretmenler, sınıf arkadaşları vb.) her gün bizim için yaptığı "iyi şeylerin" örnekleri istenir (toplum yanlısı ve özgeçmiş davranışlar). Bu örneklerin bir özeti olarak şu sonuca varabiliriz:?"

- a. İnsanların gün boyunca etraflarındaki için birçok "iyi şey" yapması.
- b. Hiç kimsenin tamamen kötü ya da tamamen iyi olmadığını ancak herkesin bazen iyi bazen de kötü davrandığını.

- c. Çoğu durumda bizi sevdikleri için bize iyi davranan insanlar olduğu (ebeveynler, büyükanne ve büyükbabalar, arkadaşlar vb.)
4. Oturumun değerlendirilmesi yapılır.



## **9. OTURUM (Vedalaşma)**

**Oturum Süresi:** 60 dakika

### **Genel Hedefler:**

1. Psikoğitim programının değerlendirilmesi
2. Toplum yanlısı ve özgeci davranışlarda bulunmanın değerlendirilmesi
3. Katılımcılar ile oturum süreçlerinde neler öğrendiklerinin konuşulması

### **Özel Hedefler:**

1. Bakış açısı kavramının değerlendirilmesi
2. Empati kavramının değerlendirilmesi
3. İş birliği kavramının değerlendirilmesi
4. İnsan kavramının değerlendirilmesi
5. Toplum yanlısı ve özgeci davranış kavramının değerlendirilmesi

### **Kazanımlar**

1. Bakış açısı kavramını değerlendirir
2. Empati kavramını değerlendirir
3. İş birliği kavramını değerlendirir
4. İnsan kavramını değerlendirir
5. Toplum yanlısı ve özgeci davranış kavramını değerlendirir

**Materyaller:** Yiyecek, İçecek, Masa, Sandalye ve Video-Resim ve Ses kayıt cihazı

### **Etkinlikler**

1. Bir önceki oturumun değerlendirilmesi
2. Ev ödevinin analizi
3. Grup liderinin konuşmaları
4. İkramların yapılması
5. Son test ölçümlerinin yapılması

### **Oturum Süreci:**

1. Programın genel bir değerlendirmesi yapılır.
2. Son test ölçümleri yapılır.
3. Grup üyelerine programa katılımları nedeniyle teşekkür edilir, belgeleri takdim edilir.
4. Vedalaşılarak psikoğitim programı sonlandırılır.

### EK-3. Araştırma İzinleri

#### EK-3.1. Ölçek Kullanım İzni

**Kullanım İzni** Gelen Kutusu

**V** Volkan Kutluca 01.12.2022  
Alicılar: [Redacted]

Sayın [Redacted]  
Kıymetli hocam Türkçe'ye uyarladığınız ölçeği doktora tezimde kullanmak için izninizi istiyorum ve ölçeği puanlamasıyla beraber benimle paylaşırsanız çok mutlu olacağım.

Volkan Kutluca,  
Necmettin Erbakan Üniversitesi PDR Doktora Programı Öğrencisi

**N** [Redacted] 02.12.2022  
Alicılar: ben

Merhabalar; Ölçeği ve puanlama rehberini ekte bulabilirsiniz. Ayrıca makaleyi de gönderiyorum. Sonuçlarını bizimle de paylaşırsanız çok sevinirim. Çalışmanızda başarılar dilerim.

Volkan Kutluca [Redacted] 1 Ara 2022 Per, 23:07 tarihinde şunu yazdı:

#### EK-3.2. Program Geliştirme İzni

University. I am writing you this e-mail from Turkey. In my doctoral thesis, I am working on prosocial behavior and altruism. I read your article and I am very happy because I want to apply and research your article in my country. May you help me please?

Kind regards...

Volkan KUTLUCA, PHD Candidate  
Necmettin Erbakan University, Department of Psychological Counseling and Guidance, Konya-TURKEY  
My adress: [Redacted]  
My Phone: [Redacted]

**M** [Redacted] 11 May  
Alicılar: ben, [Redacted]

Dear Volkan:

I am sorry, but now I am retired. You can find our program with all its materials in this book (unfortunately, only in spanish): [Redacted]

[Redacted] (1994). Para comprender la conducta altruista. Teoría, investigación e intervención educativa. Estella: Verbo Divino (ISBN: 84-7151-948-8).

Good luck with your doctoral thesis. All the best.

[Redacted]