

TC  
MARMARA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

125192

11 – 14 YAŞ ARASI ERGENLERİN PROBLEM ALANLARINA  
YÖNELİK GRUP REHBERLİĞİ İLE ÇÖZÜM ÖNERİSİ

Yüksek Lisans Tezi

TE. YÜKSEKÖĞRETİM ENSTİTÜSÜ  
DOKÜMANLARI BÜROSU

Emel ÖZTÜRK

Tez Danışmanı

Yard. Doç. Dr. Semai TUZCUOĞLU

T125192

İstanbul, 2003

T.C  
MARMARA ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**11 – 14 YAŞ ARASI ERGENLERİN PROBLEM ALANLARINA YÖNELİK GRUP  
REHBERLİĞİ ÇALIŞMALARI İLE ÇÖZÜM ÖNERİSİ**

Emel ÖZTÜRK

Danışman : Yrd.Doç.Dr.Semai TUZCUOĞLU .....  
Jüri Üyesi : Prof.Dr.Betül AYDIN .....  
Jüri Üyesi : Yrd. Doç. Dr. Oktay AYDIN .....

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü  
Yüksek Lisans Tezi

İSTANBUL-2003

## ÖNSÖZ

Bu çalışmada, 11 – 14 yaş arası ergenlerin problem alanları tespit edilerek bir dizi grupla psikolojik danışma ve problem alanlarına yönelik seminer çalışmaları yapılarak öğrenci problem alanlarının iyileştirilmesi araştırılmıştır.

Ön ergenlik dönemine giren genç, vücudunda meydana gelen değişime ayak uydurmaya çalışırken, gencin anne babası ve öğretmenleri bu geçişte gençle problem yaşadıkları görülmektedir. Ergenin bu dönemi rahat atlata bilmesi, çevresiyle daha az problem yaşaması ve kendi farkındalığını kazanması için bir grupla psikolojik danışma ve problem alanlarını gidermek amaçlı seminer çalışmasına yapılan araştırmalarda rastlanmamıştır. Bu çalışmanın ön ergenlik döneminde ki gençlere anne babalarına ve öğretmenlerine katkısı olacağı ümit edilmektedir.

## ÖZET

Bu araştırmanın amacı ön ergenlik dönemindeki gençlerin kendini gerçekleştirmelerini sağlamaya yönelik bir program hazırlamak ve bu programın etkinliğini bir dizi grupla psikolojik danışma çalışması ile sınamaktır. Ayrıca öğrenci, veli ve öğretmenlere yönelik bir dizi seminer çalışmaları yapılmıştır.

Uygulamanın tamamı Birlik İlköğretim Okulu, 7. sınıf öğrencileri ile yapılmıştır. Araştırma süreci 2001 yılının Ekim ayında başlanmış grup oturumları ve seminerler 2002 yılının Haziran ayında bitirilmiştir. Bu araştırmanın tez çalışması olarak yazılması, Eylül 2003 yılında tamamlanmıştır.

Problem Tarama Envanteri tüm 7. sınıf öğrencilerine uygulanarak gönüllü 15' er kişilik gruplar random yansız örnekleme yoluyla seçildi. Problem tarama envanteri sonuçlarına göre öğrencilerin en çok işaretledikleri problem alanlarına göre grup oturumları ve seminerler planlandı. Uygulamaya yönelik bulguları şu şekilde özetleyebiliriz.

1. Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı ölçek sonuçlarını değerlendirmek amacıyla non parametrik Wilcoxon İşaret testi yapıldı. Öğrencilerin sontestleri lehine anlamlı bir farklılık vardır.
2. Anne Baba Tutum Ölçeği (PARI)'ni değerlendirmek amacıyla non parametrik Wilcoxon İşaret testi yapıldı. Sontest lehine anlamlı bir farklılık vardır. Anne Baba Tutum Ölçeği (PARI)'nin üçüncü ve dördüncü alt boyutta anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Yapılan grup çalışmaları ve seminerler sonucunda elde edilen bulgular ışığında yorumlar yapılmış, programın teori ve pratikte yararlı olabileceği düşünülen önerilerde bulunulmuştur.



## SUMMARY

The target of this research is to prepare a program that will make the adolescent young people find themselves and test the effectivity of this program by a psychological counselling work with a group of people. Also there have been some seminars for the students, the teachers and the parents.

All the research has taken place in this Birlik Primary School with its seventh class. The research started in October 2001, the group sessions and the seminars have ended in June 2002. This research was written in September 2003.

The program was tested in this school with its seventh class. After the responds of the questions asked the frequencies and the percents have been searched and the volunteers have been separated objectively to different groups. All groups are consisted of 15 people.

Some group sessions and seminars have been organised after having the most important problems for students. We can sum up the informations about the program like this;

1. The self - esteem scale results of Piers Harris Children were tested with non parametric Wilcoxon Sign Test to consult the students one by one. The self - esteem scale results of Piers Harris Children have a meaningly difference in favour of the students last – test.

2. The Parents Attitede Scale was tested with non parametric Wilcoxon Sign Test to consult the students one by one. The Parent Attitede Scale has been a meaningly difference in favour of the students last – test.

The comments were made after the group works and seminars .

## İÇİNDEKİLER

|                        |     |
|------------------------|-----|
| ÖNSÖZ .....            | I   |
| ÖZET .....             | II  |
| SUMMARY .....          | III |
| İÇİNDEKİLER .....      | IV  |
| TABLolar LİSTESİ ..... | VII |

### I. GİRİŞ .....

#### 1

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 1.1. Problem .....            | 1  |
| 1.2. Araştırmanın Amacı ..... | 8  |
| 1.3. Araştırmanın Önemi ..... | 10 |
| 1.4. Sayıtlılar .....         | 10 |
| 1.5. Sınırlılıklar .....      | 11 |
| 1.6. Tanımlar .....           | 11 |

### II. İLGİLİ LİTERATÜR .....

#### 12

|                                                               |    |
|---------------------------------------------------------------|----|
| 2.1. Ergenlik Döneminde Gelişim ve Problemler .....           | 12 |
| 2.1.1. Ergenlikte Bedensel Gelişim ve Problemler .....        | 12 |
| 2.1.2. Ergenlikte Cinsel Gelişim ve Problemler .....          | 16 |
| 2.1.3. Ergenlikte Sosyal Duygusal Gelişim ve Problemler ..... | 19 |
| 2.1.4. Ergenlikte Diğer Problemler .....                      | 25 |
| 2.2. Anne Baba Tutumu .....                                   | 30 |

|                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.2.1. Tanım ve Kuramların Bakışları .....                                  | 30 |
| 2.2.2. Anne Babaların Çocuk Yetiştirme Tutumları .....                      | 33 |
| 2.2.3. Ergenin Gelişim Benliği Üzerinde Anne Baba Tutumlarının Etkisi ..... | 42 |

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| 2.3. İlgili Araştırmalar ..... | 48 |
|--------------------------------|----|

### III. YÖNTEM .....72

|                                                                     |     |
|---------------------------------------------------------------------|-----|
| 3.1. Araştırma Modeli .....                                         | 72  |
| 3.2. Öntest Sontest Grubu .....                                     | 72  |
| 3.3. Araştırma Süreci .....                                         | 73  |
| 3.4. Çalışma Evreni ve Çalışma Grubu .....                          | 75  |
| 3.5. Veri Toplama Araçları .....                                    | 75  |
| 3.5.1. Problem Tarama Envanteri .....                               | 75  |
| 3.5.2. Piers Harris' in Çocuklarda Öz – Kavramı Ölçeği .....        | 77  |
| 3.5.3. Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği .....           | 79  |
| 3.6. Veri Toplama İşlemleri .....                                   | 81  |
| 3.6.1. Amaç .....                                                   | 81  |
| 3.6.2. Kuramsal Temel .....                                         | 82  |
| 3.6.3. Üye Sayısı .....                                             | 83  |
| 3.6.4. Süre .....                                                   | 83  |
| 3.6.5. Grubun Kuralları .....                                       | 83  |
| 3.6.6. Programda Kullanılan Teknikler .....                         | 84  |
| 3.6.7. Grup yaşantısının İyileştirici ve Geliştirici Etkileri ..... | 85  |
| 3.6.8. Uygulamalar .....                                            | 86  |
| 3.6.8.1. Grup Oturumları .....                                      | 86  |
| 3.6.8.2. Anne Baba, Öğretmen ve Ergene Yönelik Seminerler..         | 114 |
| 3.6.8.2.1. 11 – 14 Yaş Arası Ergenlerin Gelişim Özellikleri .....   | 114 |
| 3.6.8.2.2. İletişim ve İletişim Engelleri Anne Baba Semineri .....  | 119 |

|                                    |                                                                |            |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------|------------|
| 3.6.8.2.3.                         | Ergeni Anlamak ve İletişim Anne Baba<br>Semineri .....         | 128        |
| 3.6.8.2.4.                         | Anne Baba Tutumu ve İletişim Anne Baba<br>Semineri .....       | 136        |
| 3.6.8.2.5.                         | İletişim ve İletişim Engelleri Öğretmen<br>Semineri .....      | 148        |
| 3.6.8.2.6.                         | Ergeni Anlamak ve İletişim Öğretmen<br>Semineri .....          | 154        |
| 3.6.8.2.7.                         | Ergenlik Döneminde Büyüme ve Gelişme<br>Öğrenci Semineri ..... | 164        |
| 3.6.8.2.8.                         | Meslek Seçimi ve Önemi .....                                   | 171        |
| 3.7.                               | Verilerin Çözümlemesi .....                                    | 175        |
| <b>IV. BULGULAR.....</b>           |                                                                | <b>177</b> |
| <b>V. TARTIŞMA VE YORUM .....</b>  |                                                                | <b>191</b> |
| <b>VI. SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b> |                                                                | <b>196</b> |
| <b>KAYNAKÇA .....</b>              |                                                                | <b>199</b> |
| <b>EKLER .....</b>                 |                                                                | <b>209</b> |

## TABLÖLAR LİSTESİ

|          |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |     |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Tablo 1. | Birlik İÖÖ 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Problem Tarama Envanter Sonuçları .....                                                                                                                                                                                              | 177 |
| Tablo 2. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Puanlarının Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma sonucu .....                                                                                                                                    | 178 |
| Tablo 3. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği Mutluluk Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                                  | 180 |
| Tablo 4. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği Kaygı Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                                     | 181 |
| Tablo 5. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği Popülarite, Sosyal Beğeni yada Gözde Olma Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları ..... | 182 |
| Tablo 6. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği Davranış ve Konformite Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                    | 183 |
| Tablo 7. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği Fiziksel Görünüm Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                          | 184 |
| Tablo 8. | Birlik İÖÖ, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği Zihinsel ve Okul Durumu Alt Boyutu öntest sontest                                                                                                                                         |     |

|           |                                                                                                                                                                                                                                                              |     |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
|           | puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                                                                                                                                        | 185 |
| Tablo 9.  | Birlik İÖO, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Anne Baba Tutum Ölçeği Puanlarının Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma sonucu .....                                                                                                                      | 185 |
| Tablo 10. | Birlik İÖO, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Anne Baba Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları ..... | 187 |
| Tablo 11. | Birlik İÖO, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Anne Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                   | 187 |
| Tablo 12. | Birlik İÖO, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Anne Baba Tutum Ölçeği Tutarsız Anne Baba Tutumu Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....          | 188 |
| Tablo 13. | Birlik İÖO, 7. sınıf öğrencilerinin öntest Anne Baba Tutum Ölçeği Reddedici Anne Baba Tutumu Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....                 | 189 |
| Tablo 14. | Birlik İÖO, 7. sınıf öğrencilerinin öntest sontest Anne Baba Tutum Ölçeği Baskıcı ve Otoriter Tutum Alt Boyutu öntest sontest puanları arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek İçin Yapılan Non Parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonuçları .....          | 189 |

# I. GİRİŞ

## 1.1. Problem

Terminoloji, süre ve tanım yönlerinden esneklik gösteren ergenlik çağı, evrensel bir gelişim evresidir. Dünyamızda her birey bu çağı yaşar. Her birey, çocukluk ve yetişkinlik arasında, bio fizyolojik değişimler kaydeder; normal olarak, üreme kabiliyeti kazanır; sosyal ilişkilerde farklılık gösterir (Varış, 1986).

“Ergen” sözcüğü Batı literatüründeki “adolescent” karşılığı olarak kullanılmıştır. Latincede büyümek, olgunlaşmak anlamında kullanılan “adolescere” fiilinin kökünden gelmekte olan bu sözcük, yapısı gereği bir durumu değil, bir süreci belirtmektedir; günümüzde, bireyde gözlenebilen hızlı ve sürekli bir gelişme evresi olarak da tanımlanabilmektedir (Yavuzer, 1993). Ergenlikle ilgili yapılan tanımlara bakacak olursak;

Onur (1995)’a göre ergenlik, *çocukluğun sonu ile ergenliğin başlangıcı arasındaki bireyin cinsel olarak olgunlaşmaya başladığı görece kısa süre – bir ya da iki yıl – erinlik olarak bilinir.*

Yörükoğlu (1996)’na göre ergenlik, *çocuklukla erişkinlik arasında yer alan, gelişme, ruhsal olgunlaşma ve yaşama hazırlık dönemidir.*

Aydın (1997)’ a göre ergenlik, *çocuklukla erişkinlik arasında bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir. Adolescence (ergenlik) büyüme, olgunluğa erişme anlamına gelmektedir.*

Kulaksızoğlu (1998)' na göre ergenlik, *çocuklukla yetişkinlik arasında kalan bir “ ara dönemdir ”*.

Milli Eğitim Bakanlığı'na göre gençlik, “ *buluş çağına erme sebebi ile biopsikolojik bakımdan çocukluğun sonu ile toplum hayatında sorumluluk alma dönemi olan çocukluk ve genç yetişkinlik arasında kalan 12 – 24 yaşları arasındaki gruptur* ” (Kulaksızoğlu' ndan naklen, 1998 ).

UNESCO' nun tanımına göre genç, *öğrenim yapan ve hayatını kazanmak için çalışmayan ve evi olmayan insandır* (Kulaksızoğlu'ndan naklen, 1998).

Bu ifadelerden yola çıkarak ergenlik, *çocuklukla yetişkinlik arasında yer alıp, kendine özgü sorunları ve özellikleri olan, bireyin üreme kabiliyetini kazanarak, yetişkin yönetiminden kurtulup, kendini yönetme ve kararlarını verme yeteneğinin kazanıldığı bir geçiş dönemi olarak tanımlanabilir*.

11 – 13 yaşlarında başlayıp 20 –22 yaşına kadar süre gelen ergenlik dönemi çeşitli fizyolojik, psikolojik ve sosyal değişikliklerin yer aldığı dönemi kapsamaktadır. Ergen gelişiminin sosyal alanlardaki süreçleri, aile, benlik, kişilik oluşumu, cinsiyet rollerinin kazanılması, ahlak değerleri ve yargıları, kültür, okul ortamı, ve arkadaşlık ilişkileri gibi konuları da kapsamaktadır (Aydın, 1997). Ergenlikle ilgili tanımlardan yola çıktığımızda bu döneme ait kuramların ergenlik tanımlarına ve bu dönemi algılayışlarına bakmanın araştırmamız açısından faydalı olacağına inanmaktayım.

## **Ergenlik Dönemi ile İlgili Kuramlar**

**G. Stanley Hall'ın Özünü Yineleme Kuramı** : Hall, psikolojiye ergenlik dönemi kavramını kazandırmıştır. Hall, Darwin'in evrim teorisinden etkilenmiş ve Darwin'in görüşlerini çocukluk ve ergenlik dönemindeki gelişmeye aktarmıştır. Hall'ın düşüncesine göre çocukluğun çeşitli evreleri insan evriminin çeşitli dönemlerine denk düşer. Hall erken bebeklik sırasında çocukların türlerin tarihinde “maymun benzeri”



evreyi tekrarladıklarını ileri sürmüştür. Ergenliği ise kültürün ilk öğretilerini biçimlendirmeye başlayan hala ilkel insanın zamanı gibi yabancılık ile uygarlık arasında bir yerdeki evrenin tekrarlanması olarak görülmektedir (Adams, 1995; akt.:Bilgin2001). Ergenlik, Hall'a göre insan evrimindeki ilkelikten uygarlığa geçişi simgelemektedir. Bu nedenle ergenlik, çocuklukla yetişkinlik dönemi arasında çok önemli bir geçiş dönemi olarak nitelendirmiştir. Hall, erkek ve kızların ergenlik dönemlerinin farklı çizgilerde geliştiğini savunmuştur. Hall'a göre ergenlik, bireysellik duygusunun geliştiği bir yeniden doğuş dönemi olarak algılanabilir (Kulaksızoğlu, 1998).

Ergenliğin insan evriminde kritik bir evrenin kısa tekrarını temsil ettiğine inandığı için, Hall, ergenliğin insanın *yaşam döngüsünde* çok önemli bir dönem olduğu sonucuna varmıştır. Ancak en önemlisi, Hall'ın ergenliği bireyselliğin geliştirdiği dönem olarak görmesidir. Hall'ın insanlığın çok alt bir biçimine benzettiği çocukluğun tersine, ergenler eğitilebilir ve biçimlendirilebilir.

Ergen, bu dönemde kendi kültürünün gerçek bir parçası haline gelerek, bu kültür içinde kendi konumunu algılamaya başlayabilir (Kulaksızoğlu, 1998). Ergenler sanata, bilime ve dine değer verebilirler. Üst düzeyde duygular yaşayabilirler. Akıl yürütebilir ve ikna edilebilirler. Kültürlerinin bir parçası olabilirler ve içinde kendi yerlerini algılamaya başlayabilirler (Adams,1995; akt. Bilgin, 2001).

Hall'un kuramı 20. yüzyılın başlarında itibarını kaybetmiştir. Hall'un insan gelişimi ile özümseme arasındaki bağlantıda ısrar etmesi ve ergenliğe ilişkin bilgi birikimini düzgün olarak bir araya getirememesi başarısız olmasının en önemli nedenidir (Kulaksızoğlu, 1998).

**Psikanalitik Kuram** : Psikanalitik kuram temel olarak insanın erken gelişim (çocukluk) dönemi ile ilgilendi ve ergenliğe ikinci derecede önem verdi.

Buluğ dönemi gerginlikleriyle birlikte meydana gelen fizyolojik değişimler ve ergenlik çağında gencin cinselliğe karşı geliştirdiği savunma mekanizmaları sonucu ortaya stresli ve fırtınalı bir devre çıkar. Burada Hall'un ergenlik hakkındaki görüşleri

ile psikonalitik görüş arasında birtakım benzerlikler olduğu gözlenebilir. Ancak Hall'un görüşüne göre buna neden olarak insan evrimindeki kritik evre gösterilmekte, psikonalitik kurama göre de bu nedenler çocukluktaki cinsellikte aranmalıdır (Kulaksızoğlu, 1998). Freud' a göre, ergenlikteki çelişkiler buluş döneminde ortaya çıkmaktadır. Ergenlikte ortaya çıkan bu çelişkilerin bir yansımasıdır ve bu sebeple de ergenlik çok önemli bir gelişim dönemi değildir.

Sigmund Freud'un kızı olan Anna Freud, ergenlikle ilgili çalışmalarında erken çocuklukta geçirilen tecrübelerin, ergenlikten çok yetişkin kişiliği üzerinde etken olduğuna inanmakla birlikte, ergenliğin bazı uyum sağlama çabalarıyla geçirilen bir dönem olduğunu düşünmektedir. Ona göre ergenin baş etmek zorunda olduğu sorunlarla küçük bir çocuğun sorunları arasında fark vardır (Adams'dan naklen, 1995; akt.Bilgin, 2001). Çocuklar genellikle istekleri ebeveyni ile çatıştığı zaman bazı zorluklar yaşarlar. Ergenler, cinsel dürtülerinin kontrolü ve bunlardan zevk alma arasında yavaş yavaş bir denge oluşturmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998). Ergenlerde çatışma daha çok içselleştirilmiştir. Yine ergenler içsel çatışmalarından uzak kalmayı onları düşünselleştirerek de deneyebilirler. Son savunma önlemi de, ergenliğin özdeşleşmede bazı şaşırtıcı değişimlerle belirlendiğinin varsayılmasıdır (Adams'dan naklen, 1995; akt.Bilgin, 2001).

**Öğrenme Kuramı** : McCandless, sosyal öğrenme kuramının esaslarını ergenlik gelişimine uyarlamaya çalışmıştır. McCandless insan davranışının dürtüler tarafından yönlendirildiğine inanmaktadır; kendisinin ergenlik dönemi tanımlanması aslında Anna Freud veya Stanley Hall'unkinden çok farklı değildir. Cinselliğin önemli bir yeri olduğu konusunda psikonalitik görüşe katılmakla beraber hayal kırıklığı, saldırganlık, endişe, merak ve bağımlılık gibi öğrenilmiş veya öğrenilmemiş dürtü ve isteklerin bireyi harekete geçirdiğini belirtmektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

İnsanlar kendilerini saldırgan, kaygılı, meraklı, bağımlı veya seksi hissettiklerini açıklayan ipuçlarını tanımayı öğrenirler. Sınama ve yanılma süreci aracılığıyla hangi davranışın özel bir dürtüyü doyuracağını (dürtünün seçici işlevi) ve bu davranışların nasıl devam edeceğini (yönlendirici işlevi) keşfederler (Adams'dan naklen,1995; akt.

Bilgin, 2001). McCandless, ergenin daha önce öğrendikleri ile toplumun kendisinden yeni beklentileri çeliştiğinde ortaya çıkan durum karşısında yaşadığı çelişki üzerinde durmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998). Ergenin yaşadığı bu çelişki sebebiyle bir ölçüde stres yaşayacaktır. McCandless bunu “Kaygı dürtüsünün artması” olarak adlandırır (Adams, 1995; akt. Bilgin, 2001). Hall’a göre ergenlik buhranlıdır, çünkü çocukluktan kesin bir çıkışa işaret eder, eşi görülmeyen duyarlılıkların ve caydırıcılıkların yaşandığı bir dönemdir (Kulaksızoğlu, 1998).

Ergenliği açıklamaya çalışan başka bir öğrenme kuramcısı da A. Bandura’dır. McCandless’ten farklı olarak Bandura ergenliğin bunalımlı bir dönem olduğu fikrine karşı çıkmaktadır. Çalışmalarına dayanarak düzenli, istikrarlı ve sevecen ailelerden gelen ergenlerin bu dönemi rahat geçirdiklerini belirtmiştir. Bandura’ya göre bu ergenler iyi bir biçimde sosyalleşmekte ve geleneklere uygun davranışları pekiştirilmektedir. Ailelerinin bu konudaki beklenti ve ölçütlerini kabul ederler. Ona göre ergenlikte bunalım geçirenler yeterince sosyalleşmemiş olanlardır. Sorunlu gençlerin saldırgan tutumlarının normal büyüme sancılarının sonucu olduğu kabul edilemez. Saldırganlık gösteren gençler hatalı öğrenmelerin ve alışkanlıkların kurbanıdır. Ailesi ona uygun eğitim vermemiştir. Bandura bir çalışmasında saldırgan gençlerin kavga ve gürültünün günlük yaşam biçiminin bir parçası haline geldiği düzensiz ve sorunlu ailelerden geldiğini göstermektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

**Sullivan’ın Kuramı** : Sullivan, insanların en çok güven aradıklarını belirtir ve güven istemini “kaygıdan kurtulma gereksinimi” olarak tanımlar. Çocuklar için cinsel konular hakkında kaygı duymaktan kaçınmanın en kolay yolu onlara ilişkin bir şey yapmaktan kaçınmaktır. Sonuçta kendi cinsellikleriyle ilgilenmeyi bırakırlar. Bu durum, ergenlik sırasında “gereksinimler arasında çatışma”, “şehvet dinamizmi” adını verdiği doyurulması gerekli gereksinim ile çatışır (Adams’dan naklen, 1995, akt. Bilgin, 2001).

Ana babalar bu dönemde çocuklarının arkadaşlıklarından, flörtlerinden kendi geçmiş yaşantılarından, korkularından dolayı engellemeye, yasaklamaya çalışırlar. Anne babasının baskısını üzerinde hisseden ergen bu durumda dürtülerini

(Kulaksızoğlu, 1998).

**Erikson'un Kuramı** : Erikson'un ergenlik gelişimi kuramında, insan hayatındaki öneminden dolayı ergenliğin kendisinden önce çocukluk döneminde meydana gelecek olan çatışmaları özümsemesi ve yetişkinlikte meydana gelecek olan çatışmaları da sezinlemesi beklenmektedir. Bu dönem gencin ne olduğunu anlamaya başladığı ve ne olabileceği hakkında fikir edinmeye başlayacağı bir dönemdir.

Erikson'a göre ergenlik, yetişkinlikteki üç çeşit çekirdeksel çatışmaya hazırlık dönemidir. Gencin cinsel kimliğini tanımlama çabaları yetişkinlikteki "Mahremiyete Karşılık Tecrit olma" korkusunun temelini oluşturmaktadır. Aynı şekilde, gencin toplum içindeki yerini bulma çabaları onu yetişkinlikteki "Durgunluğa Karşı Üretkenlik" çatışmasına hazırlamaktadır. Son olarak da mevcut ideolojiler arasında kendi değer yargılarını oluşturmaya çalışması genci yetişkinlikteki "Ümitsiz ve Çaresizliğe Karşı Katılım ve Bütünlük" çatışmasına hazırlamaktadır.

Sadece ergenlik döneminde genç bu güne kadar ne yaptığının ve ne olduğunun farkına varmakta ve bundan sonraki hayatının kaderini tayin edebilmektedir. Aynı şekilde yine sadece ergenlikte genç, kendini tanımlamaya ve bir kimlik (benlik) oluşturmaya zorlanan bir takım baskı ve güdülerle karşılaşır. Erikson'un deyiimiyle kimlik, kendi gelişim süreci içinde olgunlaşır, ergen bu süreçten önce herhangi bir kimlik bunalımı yaşamaz, çünkü bunun için sosyal, bedensel, zihinsel ön şartlar henüz olgunlaşmamıştır.

Ergenlik dönemi fırtınalı ve zorlu olabilir ya da olmayabilir (Kulaksızoğlu, 1998). Erinliği zor kılan faktörler fiziksel gelişim ve cinselliğe yönelme gibi hususların ötesinde bir durumdur. Gencin aile çevresiyle olan ilişkilerinin nitelik ve nicelik boyutu, arkadaşları, öğretmenleriyle birlikte okul çevresinden aldığı geri bildirimlerin tümü erinliğin zor geçmesinde etkili olabilmektedir (Aydın, 1997). Bu dönemde, çocukluktan ergenliğe geçiş sırasında birey ne çocukluktan kurtulabilmiş ne de tam olarak ergen olabilmiştir. Genç bu dönemde yaşadığı fizyolojik gelişime bir yandan ayak uydurmaya çalışırken bir yandan da büyüdüğünü kanıtlamaya başlar. Arkadaşlarıyla daha fazla

bastırmaktadır.

Sullivan'a göre ergenlik dönemi ergen ne yaparsa yapsın bir cehennem hayatına dönecektir. Sözü edilen diğer kuramlar gibi Sullivan da kuramının erkek çocuklar için daha geçerli olduğunu söylemektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

**Lewin' in Alan Kuramı** : Kurt Lewin'in geliştirdiği alan kuramının aslında “stres, fırtınalar ve süreksizlik” kuramları içinde yer aldığı belirtilmelidir. Lewin'e göre davranış, kişinin çevresi ile etkileşimi sonucu ortaya çıkar. Yaş, zeka, cinsiyet, özel yetenek gibi göz önünde bulundurulması gereken bir dizi kişisel ve aile, arkadaşlar, yaşanılan çevre gibi çevresel faktörler davranışlara etki eder. Tüm bu faktörler yaşam alanı adını verdiğimiz kavramı oluşturur (Kulaksızoğlu, 1998). Bu yaşam alanında, insanlar bazıları pozitif ve onları çeken, diğeri negatif ve onları iten çeşitli amaçları ve değerlikleri (valans) tanımlar.

Lewin, ergenlik sırasında yaşam alanının biçiminin bozulduğuna inanmaktadır. Ergenler kendilerini iki dünya arasında << marjinal >> denebilecek insanlar olarak bulurlar. Yetişkinliğin amaçlarına ve değerlerine doğru gerçekten harekete geçmeden önce çocukluğun amaçlarını ve değerlerini bırakmaya zorlanırlar ve bundan doğan konumsuzluk önemli çatışma ve strese neden olur (Adams'dan naklen, 1995; akt. Bilgin, 2001).

**Antropoloji Kuramı** : Bu kuramın önde gelenlerinden birisi Margaret Mead'dir. Mead, ergenlik döneminde yaşanan “fırtınaların ve stresin” evrensel bir sorun olmadığını Samoa adası yerlileri üzerinde yaptığı araştırma sonuçlarına dayanarak söylemektedir. Mead'e göre Samoa'da cinsellikle ilgili hemen hemen hiç tabunun olmaması bu dönemdeki cinsel dürtülerini bastırmaları gerekmemektedir. Bu sebeple de ergenlik dönemindeki stres ve kaygı Samoa yerlilerinde rastlanmamaktadır. Bunun yanında Amerikan gençliğine ise cinsellikten uzak durmaları tavsiye edilmektedir.

Sonuç olarak, gençlerin uyanan cinsel istekleri toplumun kültürel normları ile ihtilafa düşmekte ve bunun sonucu olarak da bir fırtına ve stres dönemi yaşanmaktadır

birlikte olmak isterken büyüklerine hesap vermek hoşuna gitmez. Kendinden büyüklerin anne – baba, öğretmen ve diğer çevresindeki kişilerin özgürlüğünü kısıtlamaya çalıştığını düşünerek öfke nöbetleri geçirebilir, hırçınlıklar yaşayabilir. Artık o küçük çocuk gitmiş yerine asi, kararsız, sakar ve aynı zamanda tam olarak çocukluktan kurtulamamış bir birey gelmiştir. Aslında gençte kendisinde olan bu değişimin ne olduğunu tam olarak algılayamasa da bir problem olduğunu farkındadır. Erinliği problemlili kılan husus gencin yeni oluşumlarla başa çıkma becerilerini henüz geliştirmemiş olmasından kaynaklanmaktadır (Aydın, 1997). Bu amaçla, çalışmamızda 11 – 14 yaşları arasındaki ergenlerin problem alanları tespit edilerek iyileştirmeye yönelik grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmaları yapmak düşünülmüştür.

## 1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı, ön ergenlik dönemindeki gençlerin kendini gerçekleştirmelerini sağlamaya yönelik bir program vermek ve bu programın etkinliğini grupla psikolojik danışma uygulaması ile sınamaktır. Bu amaca dönük olarak şu denenceler test edilmiştir.

### Denenceler

1. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan grup oturumları ile öğrencilerin problem alanlarının azaltıcı etkisi olacağı beklenmektedir.

2. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan “Ergenlik Döneminde Büyüme ve Gelişme ” seminerinin öğrencilerin dönemsel gelişimleri ve problemlerini tanımaları ve kaygılarını azaltıcı etkisi olacağı beklenmektedir.

3. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan “Meslek Seçimi ve Önemi” seminerinin öğrencilerin gelecek kaygılarını azaltıcı ve



amaç belirlemelerini sağlayıcı etkisinin olacağı beklenmektedir.

4. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan “Ergenlik Dönemi” Anne Baba ve Öğretmen semineri sonucunda ergenlerin dönemsel özelliklerinin farkına varabilme, onların davranışlarının gelişim döneminin bir parçası olduğunu anlayabilmelerini sağlayabilmeleri beklenmektedir.

5. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan “İletişim ve İletişim Engelleri” Anne Baba ve Öğretmen semineri sonucunda çocukla ebeveyn arasında olumlu iletişim kurulacağı beklenmektedir.

6. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan “Ergeni Anlamak ve İletişim” Anne Baba ve Öğretmen semineri sonucunda bu dönemin fırtınalı ve stresli dönemini daha önce yaşadıklarını hatırlamalarını sağlayarak bu döneme has zorluklar yaşayan ergeni anlamaları beklenmektedir.

7. Öğrencilere uygulanan problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan “Anne Baba Tutumu ve İletişim” Anne Baba ve Öğretmen semineri sonucunda anne babaların tutumlarının olumlu yönde değişmesini sağlayacağı ve çocukların ebeveynleri ile ilgili problemlerini azaltıcı etkisi beklenmektedir.

8. Öğrencilere yapılan grup rehberliği çalışması ile öntest Problem Tarama Envanter sonuçları ile sontest problem tarama envanter sonuçları sontest lehine anlamlı olması beklenmektedir.

9. Öğrencilere yapılan grup rehberliği çalışması ile öntest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçek sonuçları ile sontest Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçek sonuçları sontest lehine anlamlı olması beklenmektedir.

10. Öğrencilere yapılan grup rehberliği çalışması ile öntest Anne Baba Tutum Ölçeği (PARI) sonuçları ile sontest Anne Baba Tutum Ölçeği (PARI) sonuçları sontest lehine anlamlı olması beklenmektedir.

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Yapılan literatür taramasında, ulaşılabildiği kadarıyla ön ergenlik döneminde aynen bu bağlamda yapılmış çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak 11 – 14 yaş arasındaki ön ergenlerde, onların anne babaları ve öğretmenleri ile grup rehberliğinin yapıldığı çalışmalara rastlanmamıştır.

Bu çalışmada 11 – 14 yaş arasındaki ön ergenlere, anne babalarına ve öğretmenlerine grup rehberliği yapılarak problemin köküne inilmiş ve çok boyutlu olarak çözüme ulaşılmaya çalışılmıştır.

Bu çalışmada özellikle çocukluk döneminden çıkmış ancak henüz yetişkinde olamamış bu yaş dönemi ergenlerinin yaşadıkları problem alanlarını tespit ederek bu problem basamakları iyileştirildiğinde bu dönemi daha sağlıklı atlatmalarına bir ölçüde yardımcı olmak için ilköğretim okulu ikinci kademe öğrencileri için faydalı olacağı düşünülmektedir.

### 1.4. Sayıtlar

1. Bu araştırmada kullanılacak ölçme araçları ölçtükleri özellikler bakımından geçerli ve güvenilirlidir.
2. Araştırmanın çalışma grubunu oluşturan çocuklara uygulanacak ön test ve son testlere verilecek cevapların samimi olacağı varsayılmıştır.
3. Araştırmanın 11 – 14 yaşları arasındaki ergenlerin problem alanlarını iyileştirici etkisinin olacağı varsayılmıştır.



### 1.5. Sınırlılıklar

1. Araştırma sonuçları uygulama yapılan grupla sınırlıdır.
2. Bu araştırmada Problem Tarama, Piers Harris Çocuklarda Benlik Kavramı Ölçeği ve Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI) ile sınırlıdır.
3. Bu araştırma uygulanan istatistiksel yöntem non parametrik wilcoxon işaret testi ile sınırlıdır.

### 1.6. Tanımlar

**Ergenlik :** İnsanda bedence, boyca büyümenin hormonal, cinsel, sosyal, duygusal, kişisel ve zihinsel değişme ve gelişmelerin olduğu, buluşda başlayan ve bedence büyümenin sona ermesi ile sonlandığı düşünülen özel bir evredir (Kulaksızoğlu, 1998).

**Grupla Psikolojik Danışma :** Grupla psikolojik danışmada özellikle bireyin kendini tanıması, kendini anlaması, kendine ve kendi problemlerini çözmede daha çok güç ve güven kazanması, başkalarını daha iyi tanıyabilmesi, daha iyi iletişim becerileri kazanabilmesi, yeni sosyal beceriler edinmesi, daha bağımsız ve olgun davranabilmesi amaçlanır (Kepçeoğlu, 1995). Bu alanda yetişen bir psikolojik danışman tarafından yürütülen profesyonel terapötik bir yardım etme sürecidir. Bir grupla psikolojik danışma yapılabilmesi için grup sayısının sekizden az olmaması gereklidir (Volkan – Acar, 1995).

**PARI :** Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği.

## II. İLGİLİ LİTERATÜR

### 2.1. Ergenlik Döneminde Gelişim ve Problemler

#### 2.1.1. Ergenlikte Bedensel Gelişim ve Problemler

Gelişim, döllenmeden ölüme kadar insan büyümesinde meydana gelen karakteristik değişikliklerdir (Aydın,1997). Bu zaman boyunca büyüme ve gelişme hiç durmaz. Büyüme vücuttaki boy ve ağırlık artışı gibi ölçülebilen değerlerle ilgilidir. Gelişme ise vücuttaki yapı ve işleyişlerin olgunlaşması sonucu bazı biyolojik işlevlerin kazanılmasını ifade eder (Saka, 1984).

Ergenlik, ergenlik yıllarının başlangıcında hızlı değişikliklerin meydana geldiği döneme verilen isimdir ve bu dönemde hızlı beden gelişimi ve hormonların faaliyeti ile fiziki olgunluk aşamasına ulaşılır (Aydın, 1997). Büyüme ve gelişmede bazı temel kurallar gözlenir. Büyüme baştan ayağa gerçekleşmektedir. Çocuklukta önce baş ve başa yakın organların gelişmesi olur, sonra gelişme sırt, bel ve kalçalarda devam eder. Ergenlikte ise, elle ayakların, kolların ve bacakların önce büyüdüğünü görmekteyiz. Bu sebeple de önce ayakkabılar küçülür daha sonra pantolonlar küçük gelmeye başlar ve en sonunda da buluz ve ceketler değişir. Büyüme ve gelişmenin hızı, miktarı ve zamanı bakımından normal çocuklar arasında önemli farklar bulunmaktadır. Bazı çocuklar daha çabuk büyüyerek ergenliğe akranlarından önce girebilir ve bedence gelişmelerini önce tamamlayabilirler (Kulaksızoğlu, 1998, Şemin, 1992, Cüceloğlu, 1994).

Bu farklılıkta kalıtımla gelen genetik faktörler, beslenme, çocuğun sağlık durumu, beden kütlesi, erinliğin başlangıcını belirleyen etmenlerdir (Aydın, 1997).

Kızlar için 10, erkekler için 12 yaşları buluş veya buluş öncesi bedensel farklılaşmaların başladığı yıllardır (Kulaksızoğlu, 1998). Ergenlik döneminde beden yapısıyla ilgili olarak akla gelen gelişmeler, boyun uzaması, ağırlığın artışı, iskelet ve kas gelişimi, iç salgı sistemindeki gelişim ve çeşitli organların büyümesidir (Yavuzer, 1987). Kız çocuklar 11 yaşında, erkek çocukları boyca ve kiloca geçerler. Kızların önde gitmesi iki yıl sürer: 11,5 yaşından 13,5 yaşında kadar. Bu olgunluğun sonucu olarak, boy ve ağırlık gelişimleri erkek çocuklara göre ağırlaşır ve sonunda durur. Erkek çocuklarda buluş öncesi dönemde hızla büyüme 12-13 yaşlarından önce başlamaz. 15 yaşından sonra erkeklerin daha hızlı ve çabuk uzadığı görülür (Şemin, 1992, Yavuz, 1974, Yavuzer, 1987, Atkinson & Atkinson, Hilgard, 1995). Erkekler 20 yaşlarında kızlardan 7kg ve 12.5 cm daha ileridedirler. Erkek çocuklar 20 yaşından sonra da büyümelerini sürdürürler (Şemin, 1992).

Kızlarda gözlenen değişiklikler daha erken yaşlarda ortaya çıkar. Kızların göğüsleri 11 yaş dolaylarında gelişme gösterir. Bu yaşta kızlar süratli bir biçimde boy atmaya başlarlar, ne var ki 13 yaş civarında boy uzaması yavaşlar. Bu yaşlarda mensturasyon kendini gösterir. Erkek çocuklarda gelişme kızlardan iki yıl daha geç başlar. Erkeklerin yumurtalarının ve penislerinin gelişimi iki yıl daha geç başlar. Erkeklerin yumurtalarının ve penislerinin gelişimi 12-13 yaşlarında başlar ve yetişkinlikteki büyüklüğüne 15-16 yaşlarında erişir. Ortalama olarak boy sıçraması 14 ile 15 yaşlarında görülür (Cüceloğlu, 1994).

Kız ve erkeklerde doğuştan sonra iskelet, yavaş yavaş kemikleşir. Kızlar 4 yaşında erkeklerden 1 yaş, 8 yaşında 1,5 yaş, adolesans çağında 2 yaş daha ileridedirler. Kızların kemikleri 14 yaşında hemen hemen yapılaşmıştır. 17 yaşında ise tümüyle oluşmuştur. Kemiklerin büyüklüğü bakımından kızlar, erkek çocukları biraz geçerlerse de bu yaştan sonra erkek çocuklar, kızları geride bırakırlar, olgunluk döneminde her iki cinsin kemikleri aynı derecede kemikleşmiştir, yalnız erkeklerin kemikleri kızlarınkinden daha geniştir (Şemin, 1992).

Bedensel gelişim sırasında kızlarda kas gelişimi, erkeklerinkine göre ikinci planda kalır. Bunun sonucu olarak, tam anlamıyla gelişmiş bir kadının bedeninde daha çok yağ bulunur, erkeğin bedeninde ise daha fazla kas vardır. Ergenlik çağındaki bedensel gelişimin ilginç yönlerinden biri de, kızlar ile erkekler arasındaki ciğer ve kalp gelişimindeki farklılıktır. Erkeklerin ciğer ve kalbi kızlarinkine göre daha büyüktür, kalp atış sayısı beden durgun haldeyken daha düşüktür ve kanın oksijen taşıma kapasitesi daha yüksektir. Bu nedenle ergenlik çağında erkekler kuvvet, hız ve bedensel dayanıklılık bakımından daha yüksek bir etkinlik gösterir (Cüceloğlu, 1994).

Büyüme ve gelişme kalıtımın, hormonların ve beslenmenin etkisi altındadır. Sağlık durumu, coğrafi koşullar ve iklim de büyüme ve gelişmeyi etkilemektedir (Neyzi ve Günöz, 1989 ve Yavuz, 1986). Boy uzunluğu ve ağırlık konusunda ergenlerin tepkileri farklıdır. Kimi ergen normal boylu oluşunu eksiklik olarak görürken, kimisi de kısa boylu oluşunu sorun etmeyebilir. Örneğin, kısa boylu bir ergen, bu eksikliğini farklı alanlara yönelip başarı sağlayarak telafi edebilir, veya tüm sorunlarını kısa boylu oluşuna bağlayarak kendisini yalnızlığa itebilir (Yörükoğlu, 1990).

Özellikle erinliğin başlangıcında el ve ayakların büyümesi, daha sonra kas ve kemiklerin aynı hızla gelişmemesi beden koordinasyonunu bozar. Bunun sonucu ergen, özellikle yeni durumlarla karşılaştığında hareketlerini kontrol etmekte güçlüklerle karşılaşır (Varış, 1963). Ergenliği beceriksizlik dönemi olarak bakılmasının başlıca nedenleri; beden oranlarındaki bu ani değişimler, ergenin çevresindeki insanların devamlı ona baktığını düşünmesi ve çevrenin bedensel gelişmeler nedeniyle ergenden beklentileridir (Şemin, 1984).

Ergenlik döneminde, yüz oranlarında da farklılıklar görülür. Dişler, burun, çene, yüz uzunluğu oransız şekilde gelişir (Varış, 1968). Ayrıca, cinsiyet özelliklerine bağlı olarak, kız ve erkekler beden gelişimleriyle ilgili farklı problemlerle karşılaşmaktadırlar. Kızlar için; göğüs ve kalçaların büyümesi, ay halinin meydana gelmesi, beden ve yüzdeki kıllar sorun yaratabilir (Varış, 1963). Bazı kızlarda, aşırı yemek yiyerek şişmanlama veya tersine zayıflık görülebilir. Analitik incelemelere göre bunlar, büyümeyi reddetme, kadınlığı benimsememe veya anne babayla ilgili içsel çatışmaları

örtmektedir. Çatışmaların son şekli ise, anne – baba tutumuna, annenin kişiliğine ve anneye olan ilişkiye bağlıdır (Ekşi, 1990).

Erkekler için de erkekliğin simgesi olarak kabul edilen sakal ve vücut kılları, bu kılların fazla ya da az olması, ses tonlarındaki değişimler ve değişimleri kontrol de, problem teşkil edebilir. Ayrıca, her iki cins için yüzdeki sivilceler, aşırı terleme ve bunun sonucu olarak koku, çürük diş problemlere sebep olabilir (Varış, 1963).

Bedensel gelişim sırasında ergenin dikkati kendine döndüktür ve bu değişimleri çoğunlukla bedenine bir yabancılaşma olarak algılar (Ekşi, 1982). Bedenin her yanında eşit olmaması, bireysel farklılıklar, cinsel karakterlerin birden bire oluşması, ergenin uyum yeteneğini zorlar. Ayrıca, bu konudaki uyumsuzluklar, ergenin kendi gelişimi ile idealindeki insan tipinin uyumsuzluğuna da bağlanabilir. Gelişimin sürati, gelişme ve değişimlere hazırlanmış veya hazırlanmamış olmaması; toplumun ergen için koyduğu ölçülerle, ergenin olgunluğu arasındaki uyumsuzluk; güven duygusu, ergenin ilgi, davranış ve duygularına etki eder (Şemin, 1984).

Ergen bedeninde meydana gelen değişimler konusunda kendisini arkadaşları ile karşılaştırma eğilimi gösterir ve gelişim özelliklerinin insanlar arası ilişkilerdeki etkisini bilir. Örneğin, kısa boylu ya da uzun boylu olmak, zayıf veya şişman olmak, ergenin grup içindeki statüsünü ve arkadaş ilişkilerini etkileyebilir (Şemin, 1984; Yavuzer, 1987). Hurlock (1987)' a göre, ergenin olgunluk derecesiyle, ondan beklenen toplumsal tutumlar arasındaki orantısızlık büyüdükçe, davranışlardaki sorunlar da artar.

Erinliğe erken giren erkek çocuklar, spor etkinlikleri ve grup liderliklerinde kendilerini göstererek hayranlık toplar ve yeteneklerini arttırlar; bu da onları mutlu eder. Gösterdikleri bu başarılar yaşam boyunca sürebilir. Geç olgunlaşan erkekler, huzursuz, gergin ilgi çeken davranışlara eğilimli olurlar; daha az sevilir ve grup liderliğine seçilemezler. Yetersizlik, güvensizlik duygularının gelişimi, toplumsal ilişkilerini zedeler.

Erken gelişen kızlar ise, daha gelişmiş incelmış davranışlar içerisine girseler de,

görüşleri bu tutumlara pek uygun değildir. Cinsel ilgileri artmasına rağmen, akranları olan erkek çocuklar onlardan geride olup, onlara cevap veremezler. Geç olgunlaşan kızlarda utangaç, çekimser ve güvensiz davranışlar olmasına rağmen, erken gelişen kızlara nazaran cinsiyetle pek ilgili değildirler. Geç gelişen erkeklere nazaran kişisel ve toplumsal uyum daha iyidir. Geç gelişen cinsel yönleri bir sorun doğurmadıysa, geç gelişen erkeklere göre kişisel ve toplumsal uyumları daha iyidir.

### 2.1.2. Ergenlikte Cinsel Gelişim ve Problemler

Kız ve erkeklerde buluğa girecekleri dönemden yaklaşık bir buçuk yıl önce cinsel içerikli değişiklikler başlar. Bu değişimler kızlarda 10 yaşlarında, erkeklerde 11 – 12 yaşları civarında olmaktadır (Kulaksızoğlu,1998).

Cinsel gelişme iki türlü incelenir (Kulaksızoğlu,1998, Atkinson & Atkinson, Hilgard, 1995) :

#### 1. **Esas Cinsel Gelişmeler (Birincil) :** Üreme organlarındaki değişimleri içerir. Cinsiyet özelliklerine göre esas cinsel gelişmelere bakacak olursak;

- ***Kızlar da esas cinsel gelişmeler :*** Kızlarda ergenliğe girerken görülen en önemli değişiklik adet kanamasıdır. İlk adet kanamasından yaklaşık bir yıl sonra yumurta üretimi başlar. Yaklaşık her 28 günlük dönemde yumurtalıklardan, bir yumurtacık yumurtalık kanalına bırakılır. Döllenme olmadığı sürece, kadın üreme organı içinde oluşan dokular vücuttan dışarı atılır.
- ***Erkeklerdeki esas cinsel gelişmeler:*** Erkeklerin üreme organlarındaki değişiklik ortalama olarak 13 –14 yaşlarında başlar. Bu dönemde erkek üreme organı ve erbezleri (testisler) büyür, erkek üreme hücresi (sperm) üretmeye başlar.

2. **İlave Cinsel Gelişmeler (İkincil) :** Kız ve erkeklerde beden yapısındaki değişiklikler, sesteki değişme, sivilcelerin artması, bıyık ve sakal çıkması, vücuttaki kıllanma, ter bezlerinin çalışmasındaki artış, gırtlakta kıkırdaklaşma, göğüslerde düğümçüklenme, cinsel rüyaların artması ilave cinsel değişiklikler olarak incelenir. Cinsiyet özelliklerine göre ilave cinsel gelişmelere bakacak olursak;

- **Kızlarda ikincil cinsel gelişmeler :** Omuzlar yuvarlaklaşır, göğüs ve kalçalarda deri altına toplanan yağ miktarı artar, göğüs ve kalçalar büyür, göğüs uçları olgunlaşır (Neyzi ve Günöz, 1989, Şemin, 1992).
- **Erkeklerde ikincil cinsel gelişmeler :** Ergenlik döneminde kızlardan farklı olarak, kol ve bacak adalelerinde bir gelişme görülür. Göğüs kafesi ve omuzlar genişler, vücut ve yüz erkeksi bir görünüm alır .

Ergen vücutunda meydana gelen birincil ve ikincil özelliklerin ortaya çıkması ve cinsel gelişim hakkında bilgi sahibi olmak ister ve vücutunda mahiyetini bilmediği değişiklikler konusunda üzüntü duyar. Gelişim beden yapısı ve cinsel yapı ergenin duygu ve düşüncelerinde de değişikliğe yol açar. Çevre şartları da duygularında değişiklik yaratabilir (Crow & Crow,1956, akt. Kulaksızoğlu, 1985).

Bu değişiklikler yaklaşık iki yıllık bir sürede meydana gelir ve kızlarda adet, erkeklerin idrarında da canlı sperm hücrelerinin ortaya çıkmasıyla “buluğa” ulaşır (Atkinson & Atkinson, Hilgard, 1995).

Ergenlik dönemi başlarında -yaklaşık 11 - 12 yaş - bedensel ve hormonal değişikliklerin bir sonucu olarak cinsel dürtüler şiddetlenir. Çocuklukta ki cinsel dürtü ve çatışmalar yeniden sahneye çıkar ve ergen tüm odipus çatışmalarını yeniden yaşar (Ekşi, 1982). Freud'un odipus kompleksi adını verdiği bu durum, 4-6 yaşlarına denk gelen fallik dönemde görülen, kız çocuğun babaya, erkek çocuğun anneye aşırı ilgisidir.



Bu çatışmanın çözülmesinden sonra 6 – 11 yaşları arasında cinsel durgunluk döneminin geldiğini, daha sonra ise ergenlik dönemi ile ikinci ve gerçek cinsel dönemin başladığını belirtmiştir (Ekşi, 1982; Özdoğan, 1983; Geçtan, 1993).

Ergenin çoğunlukla cinsel çatışmaları vardır. O zamana kadar öğrendiği cinsel yasak ve engellemelerle kendi cinsel uyarılmalarını bağdaştırmakta güçlük çekebilir. Eğer, daha önceki yıllara ait cinsel çatışmaları çözümleyememişse veya gerçeğe uygun biçimde çözmek yerine başka yollara başvurmuşsa, ergenlik dönemindeki bu tür cinsel çatışmaları da çözmekte büyük güçlüklerle karşılaşacaktır (Ekşi, 1990).

Çocuğun gelişimi sırasında çevre ilişkilerinde aldığı izlenimler, bütün kişilik gelişimi yanı sıra cinsel gelişimini de etkiler. Anne baba çocuk üçgeni arasındaki denge, çevrenin çocuğa yönelttiği davranış ve beklentiler, bu gelişimi olumlu yada olumsuz olarak etkiler (Koptagel, 1984).

Çocukluk dönemi sonunda kız ve erkeklerin ayrı ayrı gruplaştıkları görülür. Cinsel olgunlaşmayla birlikte, karşıt cinse ilgi uyanarak, ergeni arkadaşlık kurma çabasına götürmektedir (Varış, 1968). Ergenin karşıt cinsle ilgili problemleri arasında, karşı cinsten arkadaşı olmamak, bir kız ya da erkek arkadaşı ile çıkınca ne yapacağını bilememek, karşı cinsin çıkma önerisini nasıl geri çevireceğine karar verememek, hemen evlenmeyi istemek, daha güzel ve yakışıklı olmak, cinsel konularda daha çok bilgi sahibi olmak sayılabilir (Yörükoğlu, 1990).

Ortalamada kızlar erkeklerden daha erken olgunlaşmasına karşın, büyük bireysel farklılıklar vardır. Bazı kızlar bazı erkeklerden “daha geç” olgunlaşır. Yapılan araştırmalarda, geç olgunlaşan çocukların genelde sınıf arkadaşlarından daha az popüler oldukları, daha zayıf benlik kavramlarına sahip oldukları ve daha az olgun ilgi çekme davranışları gösterdikleri bulunmuştur. Kendilerini reddedilmiş ve arkadaşları tarafından hükmedilmiş hissederek. Öte yandan olgunlaşanlar ile geç olgunlaşanlar arasındaki bu kişilik farklılıklarından birkaçı, fiziksel farklılıklar ortadan kalktıktan çok sonraları, erişkinlikte de devam eder (Mussen ve Jones, 1958, akt. Atkinson & Atkinson 1995).



Olgunlaşma hızının kişilik üzerindeki etkileri kızlarda daha az çarpıcıdır. İlkokulun son yıllarında arkadaşlarından daha büyük oldukları için, erken gelişen kızlardan bazıları dezavantajlı olabilir; ancak ortaokulda erken olgunlaşanlar genelde sınıfta daha fazla prestij sahibi olur ve okul faaliyetlerinde daha fazla liderlik üstlenirler. Bu evrede, geç olgunlaşan kızların benlik kavramları, erkek çocuklarda olduğu gibi daha yetersiz, anne – baba ve akranlarıyla ilişkileri daha zayıf olabilir (Weatherly, 1964; akt. Atkinson & Atkinson 1995).

### 2.1.3. Ergende Sosyal - Duygusal Gelişim ve Problemler

Sosyalleşme, bireyin topluma hakim olan genel karakteristikleri benimseyerek uygun davranış biçimleri geliştirebilmesi olarak tanımlanabilir. Yavuzer (1980), sosyal gelişme ile yaş, zeka, cinsiyet, aile ilişkileri ve sosyal çevre arasında sıkı bir bağ bulunduğunu ifade etmektedir.

Garrison ve Garrison'a göre, erinlikle birlikte cinsler arasındaki farkların büyümesiyle, her iki cins kendi cinslerine özgü kadınsı ve erkeksi özellikleri geliştirirler (Öner, 1983). Cinsel bakımdan kimliğini bulması; erkek ve kadınlığı cinsel anlamda kabul ederek çevre ve kendi ile çatışmaya düşmeden, karşıt cinsle fiziksel ve duygusal beraberliği paylaşabilmesidir (Ekşi, 1982). Cinsel kimliğin oluşumunda hormonların faaliyeti kadar, toplum tarafından çocuğa uygulanan eğitim tarzı, davranış modelleri, çocuk yetiştirme tarzlarının da önemi büyüktür (İçmeli, 1991).

Ergenlik yıllarında ergenlerin anne ve babalarıyla ilişkilerinde bağımlılık giderek azalır (MEB, 2000). Ergenlik çağına ulaşan çocuk, ana – babanın güçlü imgelerini yıkma çabasında ilk adım olarak onların yerine geçebilecek başka kişiler arar. Bu dönemde ana – baba, ergenin gözünde geçici bir süre için değerlerini yitirebilir ve yalancı önderlerin güç gösterilerine kolayca kapılabilir (Geçtan, 1993). Böylece özdeşleşme ve arkadaşlık bu devredeki sosyal ve duygusal gelişimin iki önemli yönünü oluşturur (Cüceloğlu, 1994).

Bir başka deyişle, bu dönemde özsever duygular gerçek kişilere yönelmeye başlar. Karşı cinse ilginin yanı sıra, toplumsallaşma, grup etkinliklerine katılma, meslek seçimine ilişkin tasarılar ve yuva kurma isteği belirir. Kişi, giderek zevk arayan özsever çocuktan gerçeklere yönelik toplumsal yetişkinliğe dönüşür (Geçtan, 1993). Ancak henüz tümüyle bağımsız olmaya da hazır değildir. Bu nedenle anne ve baba önerilerine, yönlendirmelerine de gereksinimleri vardır (MEB,2000).

Ergenin en önemli çabalarından biri de, toplumun onayladığı, değer yargılarına uygun varsayımlar geliştirebilmektir. Doğru ve yanlış kavramlarının geliştirilmesinde bu kez kullanılan ölçüt, çocuğunkinden farklı ve yetişkin yaşamın ihtiyaçlarına yöneliktir.

Ergenlik geçici bir rol kararsızlığı dönemidir. Çeşitli roller, düşünürler, idealler ve değerler denenir, benimsenir, sonra terk edilir ve yenileri aranır. Bir dönem için benimsenen ideallerden ve inançlardan kısa bir süre sonra tümünden vazgeçilebilir. Bazen yıkıcılığa kadar varabilen kararlı bir bağımsızlık, bir diğer an bebeksi bir bağımlılık gösteren ergen, sürekli olarak ileriye ve geriye gider gelir (Geçtan, 1993).

Erinlik döneminde itibaren, cinsel uyanışla birlikte ergende duygusal tepki ve davranışlar belirmeye başlar. Dengeli, uyumlu çocuğun yerine, tedirgin, güç beğenen ve çabuk tepki gösteren bir ergen gelir. Birden sevinip birden üzülme, çabuk sinirlenme ve her şeyi sorun yapma gibi duygusal iniş çıkışlar görülür (Yörükoğlu, 1990). Ergenin duygularındaki şiddetlenmeye ve iniş çıkışa etki yapan faktörleri Varış (1968) iki görüşle açıklamıştır: birinci cinsel hormonların etkisi ve buna bağlı olarak bedensel gelişmeler; ikincisi ise sosyo - kültürel faktörler. Ancak hormon değişiminin duygusal gerginliğin fazlalaştığı devreye denk gelmediğini, duyguların erinlik sonrasında arttığını belirtmektedir.

Duygusal tepkileri etkileyen faktörler arasında, sağlık durumu, zeka seviyesi, cinsiyet, okul başarısı, sosyal kabul derecesi ilgi ve zevkler sayılabilir (Crow & Crow, 1965).

Ayrıca duygusal problemler iki başlık altında toplanabilir :

1. ***Ergenin özel hayatıyla ilgili duygusal problemlerdir*** : Suçluluk duygusu, eksiklik duygusu, ümit, bedeni ve sosyal olgunlaşma sonucu oluşan duygular gibi.
2. ***Diğer insanlarla ilişkileri sonucu oluşan duygulardır*** : Aile ve toplumdaki diğer yetişkinlerle oluşan çatışmalar sonucu duyulan gerginlik durumu, arkadaşlarıyla ilişkileri sonucu oluşan neşe, heyecan ve gerginlik duyguları gibi.

Ergenlerin duygusal davranışlarının, çocukluk çağıının duygusal denemeleri ile sıkıca bağlantılı olduğu öne sürülmektedir. Hızla gelişen ve değişen ergen, buna ek olarak yeni denemeler kazanmaktadır. Faaliyetlerini normal olarak devam ettirebilmesi için, bu tip problemleri çözümülemesi gerekmektedir (Varış, 1963).

Ergen bir taraftan çocukluktan getirdiği problemlerle uğraşırken, diğer taraftan yenilerine intibak etmek zorundadır. Eğer bebeklikten itibaren, temel güven yerine, güvensizlik; bağımsızlık yerine kararsızlık; girişim yerine suçluluk, başarı yerine yetersizlik duygularıyla oluşturulmuş bir benlik yapısı geliştirdiyse, ergenlik döneminde bu yapının daha fazla zorlanacağı belirtilmektedir (Kılıçlı, 1980).

Hurlock (1973), yetişkinliğe geçişte en zarar verici etki olarak ergenlikteki mutsuzluğu göstermektedir. Nedenleri de, duyguların yetersizliği, sosyal baskılar, ihtiyaç karşılamadaki başarısızlık ve idealizm olarak belirtilmektedir. İçmeli (1991) de aile içinde ergene yöneltilen farklı tutumların dengesizlik ve kararsızlığını artırdığına, yetişkin görev ve sorumluluğunun verilmemesi ve statü belirsizliğinin de ergeni mutsuz kıldığına işaret etmektedir.

Güçlü dürtüler, istekler ve heveslerin engellenmesi ciddi duygusal bozukluklara neden olabilir (Crow & Crow, 1965). Ayrıca, eğer çocuk ergenliğe çözülmemiş duygusal problemlerle girerse, onu kabul edecek, yön verecek ve kontrol sistemi kırılma noktasına geldiğinde ona kontrol sağlayacak bir ailenin ihtiyacını duyar (Adams, 1976).

Huzurlu ve heyecanlar bakımından dengeli bir aileden gelen ergenler, biyolojik ve psikolojik ihtiyaçlardan doğan duygularını rahat bir şekilde karşılayıp çevreye uyum sağlayabilirler (Yavuz, 1974).

Ergen çocukluk döneminde kabul görürse, kendini ergenlik döneminde güvende hisseder ve yaşamı boyunca karşılaştığı güçlükleri daha kolay karşılayabilir (Öner, 1983). Güvensizlik duygusu ve çevrenin onayını kazanma isteği ergenin başarısızlıklarını ve motivasyonlarını incelemesine neden olur. Böylece ergen kendi yetersizliğinin farkına varır ve kendi içine çekilir. Bu gibi etkenler, ergenin duygusal dünyasında, bazen üzgün, bazen neşeli olması gibi dengesizliklere neden olur (Yavuzer, 1987).

***Ergenin sosyal çevre içinde en çok karşılaştığı problemler şunlardır :*** Herhangi bir toplulukta bulunma, topluluk önünde konuşma, yalnız kalma, karşı cinsten olanlarla karşılaşma, alay edilme, umursanmama, sevilme, azarlanma, toplum ve arkadaş çevresinin onayını alma, yanlış anlaşılma, yeni insanlarla tanışma, toplulukta nasıl davranacağını bilememe vb. (Yavuzer, 1987).

Çocuğun ilk sosyal deneyimleri edindiği yer olan ailenin çocuğa yönelttiği davranış ve takınılan tavırlar ilk yaşantıların örülmesinde, sosyal gelişimin farklı şekiller almasında büyük önem taşır. Evlerinde yakın bir ilgiyle, demokrasinin birleştğini gören çocuklar, etkin, özgür ve arkadaşlarıyla ilişkilerinde, hoşgörü sahibi, aktif ve etkili olurlar. Buna rağmen, daha sert bir denetim altında tutulan ya da eğitim yöntemler değişken olan ailelerde büyüyen çocuklar ise, karşı çıkma, saldırganlık gibi yollarla kendilerini kabul ettirmeye çalışırlar (Yavuzer, 1987). Noshpitz'e göre, anne – baba ihmalinin, çocuğun duygusal hayatına etkisi, ergenlikte problem davranışlarına neden olmakta, bunun sonucu oluşan kendisini kimsenin önemsemediği düşüncesi, asosyal davranışlara yol açmaktadır (Şemin, 1971).

Ergenlik dönemi, bireyin kişiliğini bulma dönemi olduğu için, ergen, haklarını, diğer yetişkinler ve arkadaş gruplarıyla olan ilişkilerinin getirdiği sorumlulukları belirlemeye çalışırken az veya çok sürtüşmeler olabilir (Crow & Crow, 1965).

Bu noktada, ergenin ben merkezliliğinin sosyal yaşantısına etkisinden bahsedilebilir. Elkind (1987)' e göre, ilk ergenliğin en önemli ödevi, zihinsel açıdan soyut düşüncenin kazanılmasıdır. Formal işlemler düşüncesi, ergenin yalnız kendi düşüncesini değil, diğer insanların düşüncelerini de kavramlaştırmasını sağlar. Başkalarının düşüncelerini kavramlaştırabilirken, başkalarının düşüncelerinin yöneldiği nesneler ile kendi yöneldiği nesneleri birbirinden ayıramaz. Ergen, fizyolojik değişmeye bağlı olarak kendine yönelik olduğu için, kendi zihin faaliyetleri ile, başkalarının ne düşündüğünü ayıramamaktadır. Diğer insanların da, kendi gibi, ergenin davranış ve görüntüsü ile meşgul olduklarını düşünmektedir. Bu düşünme şekli; ergenlik çağıının ben merkezliliğini oluşturur. Bu durumun sonuçlarından biri, gerçek ve olası sosyal durumlarda başkalarının ergene nasıl davrandığıdır. Ergenin beklentisi, başkalarının kendisini kendi gördüğü gibi hayranlık veya eleştiri ile algılayacakları yönündedir. Yani hayali bir seyirci oluşturarak tepki verir. Çünkü kendisinin ilgi merkezi olduğuna inanmakta ve gerçekte olmayan bir ilgiye göre davranmaktadır. Örneğin, özel yaşam ve gizlilik istekleri, sürekli olarak başkalarının eleştirisel gözlemleri altında olduğunu hissetmesine tepki olarak yorumlanabilir.

Bu tür ben-merkezlilik, ergenin beklediği tepkiler ile gerçekte aldığı tepkiler arasındaki çelişki ve olumlu deneyimler sonucu ortadan kalkar.

Ergenin yetişkin toplumuna girme, o toplumda yer edinme çabası sırasında çeşitli zorluklarla karşılaşmaktadır. Bu zorluklar modern toplumlarda gençlerin karşı karşıya kaldıkları kendi cinsiyet rolünü benimseme, bir mesleğe sahip olma, bağımsız olarak hareket edebilme gibi önemli sorunlardan doğmaktadır (Mussen, 1974). Ergenin, yetişkin dünyasına girerken yüklendiği sorumluluklardan korkması, erişkinlikte beklenen davranış ve görevlerle ilgili rol çatışması da söz konusu olabilir. Bunun nedeni, ergenin yetişkinliğe hazır olmaması, ailenin çocuğun büyümesinden korkmaları veya erişkinliğe geçmesini istememelerinden kaynaklanabilir (Ataç, 1991). Halbuki, ergenin çocukluktan çıkarak, anne-babasından bağımsız bir yaşam sürdürecektir hale gelmesi gerekir. Bu durumda, ailenin çocuk üzerindeki kontrolünü yavaş yavaş azaltarak, ergenin kendi kendini idare edebilecek bir hale gelmesine yardımcı olması şarttır (Şemin, 1984).

Sonuç olarak, ruhsal durumu iyi olan bir ocuk, bir sosyal çevreye girer - komşular, ev, akran grubu ve geniş anlamı ile toplum - ve bu sosyal çevredekiler onu bir birey olarak kabul ederek, temel ihtiyaçlarını karşılayıp, potansiyellerini geliştirme şansı sağlar (Mussen, 1974).

**Ergenlik ağında Arkadaşlık :** Bireyin en büyük bilişsel, duygusal gelişme gösterdiği ve her şeyi eleştirip, soruşturup kendine özgü yeni bir dünya kurmaya çalıştığı ergenlik çağında, gencin dayanabileceği en önemli güven kaynağını arkadaşlık oluşturur (Cüceloğlu, 1994). Bu yaşlarda aynı cinsten arkadaşlarla (kızlar kızlarla, erkekler erkeklerle) ilişkilerde daha yakın olunur. Aynı yaş ve cinsiyetten olan kişiler pek çok ortak değişim yaşadıkları için, bu eğilim ortaya çıkmaktadır. Kızlar az sayıda ama kendilerine yakın olan arkadaşlık arayışına girerler ve her şeyi aynı arkadaşlarla yapmaktan çok keyif alırlar. Erkekler ise daha fazla sayıda arkadaşa sahiptir ve arkadaşlıkları etkinlik kazanmaya yöneliktir. Yani farklı etkinlikler için farklı arkadaşları olabilir, top oynamak, ders çalışmak için farklı arkadaşları tercih edebilirler (MEB, 2000).

Sosyal ilişkilerini olumlu bir biçimde geliştiren ergen için karşıt cinsle arkadaşlık kurma önemli bir sorun olmaktan çıkmaktadır (Koptagel, 1984). Çocukluk dönemindeki kızların kızlarla erkeklerin erkeklerle oynaması, birbirleriyle alay etme, kmseme, erkek çocukların kız çocuklara vurup kaçmaları, kızdırmaları, çantalarını düşürmeleri vb. görülmektedir. On iki yaşından sonra kızlarla erkekler arasındaki bu karşıtlık kaybolmaya başlar. Erken gelişen kızlarda erkeklere karşı yakınlaşma, onların ilgisini çekme, beğenisini kazanma eğilimi ortaya çıkar. Bunu yaşadıkları toplumun özelliğine göre ya uzaktan ya da daha yakından ilişkiye girerek yaparlar. Ergen erkekler ise 14 yaşından başlayarak kızlara açıkça ilgi duyduklarını belli ederler (Yörükoğlu, 1966).

Her konuda dengesizlik içinde olan ve denge oluşturmaya çalışan ocuk, arkadaşlık konusunda dengesizlik içinde değildir. Bu yaşlarda yaşıtlarının ocuk üzerindeki etkisi, çoğu kez ailenin etkisi kadardır, hatta bazı ülkelerde ondan da büyüktür (Cüceloğlu, 1994).



Ergenlik dönemine kadar alıcı durumunda bulunan ve ailesiyle güven içinde yaşayan çocuk, gelişmenin doğal bir sonucu olarak bu dönemden itibaren ailesinden uzaklaşmaya, aile dışındaki çevre ve insanlara ilgi duymaya başlar. Bu ilgi özellikle arkadaş grubuna yönelik olup, arkadaş çevresiyle ilişkiler büyük önem kazanır. Ayrıca, ergenliğe kadar kendi cinsinden olan arkadaş gruplarına, karşıt cins arkadaş ilişkileri ile sağlanmaya başlar. Köknel (1981)' e göre ergen, arkadaşlarının kendisi hakkındaki değerlendirmelerini önemser ve kendini beğendirmek amacıyla tutum ve davranışlarını da değiştirebilir.

Arkadaşlarının ve akranlarının etkisi ergenlik döneminde daha da artar. Ergen akranlarının bulunduğu bir gruba girmek, o grup tarafından benimsenen saygın bir birey olmak ister. Ergenlik döneminde akran grubunun etkisi bireyin hayatında önemli rol oynamaktadır (Cole & Hall, 1970; akt. Kulaksızoğlu, 1985).

#### **2.1.4. Ergenlikte Diğer Problemler**

Ergen, kişiliğini ararken özdeşleşmek için çaba harcadığı anne-babasının etkisinden kurtulmaya çalışarak özdeşleşecek yeni modeller arar ve bulur. Anne-babasını eleştirmeye başlar. Çocuklukta anne - babasıyla yaptığı özdeşleşmenin derecesine ve onlardan edindiği davranış kalıplarına göre anne - babasının duygu, düşünce, tutum ve davranışlarına karşı çıkar. Diğer yandan anne - baba da ergeni bir yandan çocuk gibi değerlendirirken, diğer yandan yetişkin bir insan gibi görmek isterler (Köknel, 1981). Ayrıca, ergenin, bağımsızlığını kazanırken, aileden kopmadan onların direktif ve kontrolünden kurtulması gerekmektedir; gereken noktalarda aileye bağlı kalırken, diğer yandan, gelişmiş, bütünleşmiş ve bağımsız bir kişi olarak ortaya çıkma çabası göstermektedir. Bütün bunlar, ergen ve anne; babası arasında çatışmalara neden olmaktadır (Tan, 1974).

Ergenin duygusal tepkilerine etki eden, faktörler çeşitlidir, bunlar; sağlık durumu, zeka seviyesi, cinsiyeti, okul başarısının derecesi, anne ve babası ile olan



ilişkisinin kalitesi şeklinde sıralanabilir. Çocukluk döneminde kızgınlık, hiddet ve sevinç gibi duygusal durumlar genellikle açık bir davranış olarak ifade edilir, fakat ergenlikte bu tür duygular çocuklukta gibi açık bir şekilde ifade edilmezler, genç duygularını, çevresel şartlara ve sosyal şartlara bağlı olarak maskeleyebilir (Crow & Crow, 1956).

Diğer nokta ergen ve ailesi arasındaki diyalogun çocukluk yıllarında başlatılması konusudur. Çocuktuk yıllarında başlatılamayan diyalogun ergenlik döneminde başlatılmasının güç olduğu, ayrıca çocukluktan itibaren diyalogun kopuk olmasının ergenlik döneminde anne-babayla zıtlasma ve kutuplaşmaya neden olduğu belirtilmektedir (Yavuzer, 1991).

Tan (1974) tarafından yapılan bir araştırmaya göre kız ve erkek ergenlerin anne babalarıyla olan problem alanları; okul ve ders çalışma, arkadaş ilişkileri, kardeş ilişkileri, gezme ve izin, oyun ve boş zaman faaliyetleri ile giyim ve süslenmedir.

Ergenin gelecekle ilgili, özellikle edinmeyi düşündüğü meslek, bu mesleğin gerektirdiği özellikler kendi özellikleri ile ilgili problemler söz konusu olabilir. Jersild (1978), meslekle ilgili çatışmaların, ergenin geçmiş yaşantılarından itibaren devam eden çözülmemiş problemlerin etkisi altında kalarak, örneğin, anne-babadan şikayetçi olma veya onlara karşı cephe alma durumunda söz konusu olabileceğine işaret etmekte, bu tip çatışmaların sonunda da endişenin meydana geleceğini belirtmektedir. Kılıçcı (1980), meslek seçiminde, ergenin daha önceki yıllardaki okul başarısının önemli bir etken olduğunu; bunun üzerindeki başarıya gerek gösteren bir mesleği seçmedeki ısrarın, ergenin ya yeteneklerini henüz tanıyamamış ya da gerçek benliğini kabullenememiş olması anlamına geldiğini ileri sürülmektedir.

Ergenin okul başarısı da kendisi için problem olmaktadır. Çocuk öğrenme ve başarıma isteğini aile ortamında edinir. Anne-babayla özdeşim yaparak, onları kendine örnek olarak seçmesi ve anne-babadan gördüğü sevgi ve ilgi sonucunda öğrenme istek ve çabası oluşur (Yörükoğlu, 1986).

Okul başarısızlığının aileden kaynaklanan nedenleri arasında; anne ve babanın çocukları yetenekleri üzerinde zorlamaları, ergeni küçük düşürmek, ceza vermek, başarısızlığını yüzüne vurmak, aleyhinde kıyaslama yapmak sayılabilir (Büyükkaragöz, 1990).

Ankay (1990), çocuğun ailesi tarafından reddedilmesinin dikkatini belli bir konu üzerinde toplayamamasına; aşın koruyuculuk gösterilmesinin deneme - yanılma yoluyla öğrenme biçiminin gerçekleşmesini engellemesine; kapasitesi üzerinde zorlamanın güvensizliğe neden olarak, okul başarısını engellediğini, ayrıca tutarsız davranışların da okulda başarısızlığa neden olduğunu belirtmektedir. Ayrıca, zeka, ailedeki çocuk sayısı, biyolojik nedenler, sağlık sorunları, psikopatolojik durumlar, sosyo - ekonomik ve sosyo - kültürel nedenler de okul başarısızlığında rol oynar.

Okul hayatı ve derslerin dışında kalan boş zamanların değerlendirilmesi önemli bir sorundur. Boş zaman faaliyetlerinin nitelik yönünden tayininde, ergenin içinde bulunduğu toplumun sosyal, kültürel ve ekonomik yapısı rol oynar (Varış, 1968).

Tezcan (1982)'a göre boş zamanın değerli olarak kullanılması ailede başlar. Aile, boş zamanları değerlendirme etkinliklerini sistematik değil, rastlantısal ve dağınık olarak öğretmeye çalışır. Ülkemizde, çocuğun hangi etkinliği seçeceği, genellikle aileyi oluşturan kişilerin ortak isteklerine bağlı olmakla birlikte, kısmen de anne veya babanın yetkili olarak karışması biçiminde oluşmaktadır. Köknel (1981) 'e göre boş zamanları değerlendirilmesi, ergenin kişiliğinin güvenli, dengeli, gerçekçi gelişmesinde rol oynar.

Ahlaki hüküm alanında kapsamlı ve sistemli araştırma yapan Piaget, zihinsel ve duygusal süreçlerin paralel gelişim gösterdiklerini, ahlâki yargının da doğal zihinsel gelişimle olan ilişkisini araştırmıştır (Çileli, 1987). Daha sonraki çalışmalarda Kohlberg, ahlâki gelişimi üç evreye ayırarak incelemiştir. Bu gelişimin ilk evresi olan ve okul öncesi çağa denk gelen evrede, çocuk kendi için iyi olan her şeyi iyi, kötü olan her şeyi de kötü olarak algılar. Somut düşünce yeteneğinin kazanılmasıyla, çocukta iyi - kötü, doğru - yanlış kavramları ödül veya ceza getirmesi durumuna göre benimsenir. Somut düşüncenin egemen olduğu ilkökul yıllarında ise doğru ve yanlış karşılıklı

çıkara göre değerlendirir. Ergenlik çağıyla birlikte mantıklı ve soyut düşüncenin başlamasıyla, yapılan kabahat bireyin niyetine göre değerlendirilir. Bir davranışın doğru ve iyi olarak değerlendirilmesi, başkalarınca onaylanan davranış olmasına bağlıdır. Yanlış davranmaktan, ceza korkusuyla değil, kendisi doğru ve uygun bulmadığı için kaçınır. Bu dönemde anne-babanın onayladığı davranışların her zaman doğru olmadığını sezer, tutarsız davranışlarını daha iyi ayırt ederek eleştirir ve kendine özgü bir ahlâk anlayışı, değerler sistemi yaratmaya çalışır (Yörükoğlu, 1990). Toplumda ulaşılmaya çalışılan değerlerin yani erdemlerin kazanılması ergenin kişilik gelişimiyle yakından ilgilidir. İlkokul döneminde oluşmaya başlayan üst benlik - diğer adıyla, vicdan anne - babanın örnek davranışlarıyla gelişir (Yavuzer, 1991). Aile içinde reddedilmeye maruz kalan, sert, keyfi veya sürekli olmayan disiplin alan çocuk çok güçlü bir üst benlik geliştirir (Mussen, 1974). Bu çocuklar sürekli yanlış yapma korkusu içinde ve suçu kendinde arama eğilimindedirler. Eleştiri ve ceza korkusuyla devamlı kendilerini denetlerler. Üstbenlik gelişiminin anne-baba davranışları ile değil de Tanrı korkusuyla ve dinsel baskılarla sağlanması da üst benliğin katı olmasına, aynı zamanda gerçekçi olmamasına neden olur. Ergen kendi geliştirdiği sorumluluk duygusuyla değil, kendi dışındaki güçlerin korkusuyla davranır. Esnek, gerçekçi ve hoşgörülü olamaz (Yavuzer, 1987).

Bedensel, cinsel, duygusal, sosyal anlamda hızlı bir gelişmenin olduğu ve yetişkinliğe hazırlık anlamı taşıyan ergenlik döneminde karşılaşılan bütün bu problemlerin sebepleri şu şekilde özetlenebilir.

Köknel (1981)'e göre, gelişmekte olan çocukta ruhsal problemler ve uyumsuzluk, çocuğun kendi bedensel ve ruhsal yapısından, anne-babanın çocuğa gösterdikleri tutum ve davranıştan, ev yaşantısındaki ilişkilerden, çevre ve çocuğu etkileyen önemli olaylardan kaynaklanabilmektedir. Genellikle, ergenin kendi bedensel ve ruhsal yapısından gelen yatkınlıklar, dış etkenlerle birlikte, kalıcı ruhsal problemlere ve uyumsuzluklara yol açar. Bu nedenle anne-babanın çocuğa gösterdikleri tutum önemlidir.

Gökçe (1984) ise, ergenlik problemlerinin kaynağını, ergenliğin biyolojik bir

kavram olması nedeniyle, toplumsal yapının özellikleri çerçevesinde ve gelişmekte olan ülkemizin ekonomik ve siyasal sisteminden kaynaklanan problemler olarak göstermektedir.

Problem davranışların birden bire ortaya çıkmadığını, uzun ya da kısa bir zaman süreci içerisinde, belirli bir birikim sonucu meydana geldiğini belirten Eripek (1982) problem davranışların nedenlerini açıklamaya çalışan kurumları, psikodinamik ve sosyal öğrenme kuramı olmak üzere iki ana grupta toplamaktadır.

Psikodinamik kuram, kaynağını Freud'un önderliğini yaptığı psikoanalistik kuramdan almaktadır. Freud, insanın ruhsal yapısını alt benlik (id), benlik (ego) ve üst benlik (süperego) olmak üzere üç ana bölümde incelemiştir. Alt benlik, davranışın hemen doyum arayan, haz prensibinin olduğu bölümdür. Benlik, davranışın bekleyen, beklelebilen, gerçeği ve aklı temsil eden yönüdür. Alt benliğin isteklerine karşı koymaya çabalayan üst benlik ise, çevrenin yasaklarını, kurallarını içeren yanıdır (Ekşi, 1990) .

Benliğin, id ya da üst benlikten gelen istek ve itici güçleri denetim altına alamaması sonucu meydana gelen dengesizlikler, kişide kaygı duygularına neden olur. Kaygı duygularının gerçekçi yaklaşımlarla yenilememesi sonucu, kişi gerçekçi olmayan savunma mekanizmalarına başvurur. Ancak savunma mekanizmaları yoluyla da kaygı duygularını yenmede başarısız olunursa, kişiliğin uyumlu gelişimini tamamlaması güçleşir ve buna paralel olarak davranış bozuklukları ortaya çıkar. Özetle, bu kuram, çocuklardaki problem davranışları, erken yaşlarda çevreyle özellikle anneyle ilişkilerdeki başarısızlıklara eşlik eden iç çatışmalarla açıklamaktadır (Eripek, 1982).

Yine, Eripek (1982) 'e göre sosyal öğrenme kuramı, çocuklardaki problem davranışları objektif olarak gözlenebilen çevre koşullarına bağlamaktadır. Çevresel koşullar, öğrenmeye dayalı olarak değerlendirilir. Pekleştirme yoluyla öğrenmede uygun davranış, yani istendik davranış, maddî ya da psikolojik olarak ödüllendirilir; uygun olmayan, istenmedik davranış ise yine maddî veya psikolojik olarak cezalandırılır. Kısaca, sosyal öğrenme kuramı, çocuklardaki problem davranışlardan, onlara sağlıklı ve

uygun davranışları öğrenme olanağını vermeyen çevreyi sorumlu tutmaktadır.

Kişinin ergenliği başarılı ve mutlu olarak geçirmesi, geniş ölçüde bu devre için hazırlığına, yani çocukluk devresinde gelişim ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlıdır. Geçiş ve değişmeye sağlıklı uyum göstermesi önemlidir. Bu değişim ve geçişe çocukluk çağında anne ve baba yardım eder. Ergen, bu döneme çocukluktan itibaren hazırlanmışsa, bu dönemin gelişim ihtiyaçlarını da daha kolay karşılar (Yücedağ, 1994).

## 2.2. Ana Baba Tutumu

### 2.2.1. Tanım ve Kuramların Bakışları

Ergenlikte meydana gelen davranış problemleri, ergenlik dönemi gelişimsel özelliklerinden kaynaklanabildiği gibi ana baba tutumu, iletişim, öğretmen tutumu, amaç belirleme, mesleki karar verme... gibi sebeplerden de kaynaklanabilir. Bu sebeple de bu bölümde ana baba tutumundan ve bunun ergenler üzerindeki etkisinden bahsedilecektir.

Çocuk, geleceğini belirleyen ilk ve en önemli etkileri anne ve babasından almaktadır. Çocuğun gelişiminde doğumundan sonraki ilk yılların, özellikle ilk beş yılın daha sonraki gelişim için ne kadar önemli olduğu bu asrın başlarında anlaşılmıştır (Kulaksızoğlu, 1985).

Aile, çocuğun girdiği ilk toplumsal çevredir ve çocuğun benlik saygısına etkisi açısından önem taşımaktadır (Öztürk, 1990). Ailenin en önemli işlevlerinden birisi çocukların bakımının ve eğitimlerinin sağlanmasıdır. Ailenin çocuğun ruhsal ve bedensel açıdan olumlu gelişmeler sağlayan temel bir kurum olduğuna bir çok yazar tarafından işaret edilmiştir (Koptagel, 1981; Yavuzer, 1981; Yörükoğlu, 1983). Ailenin yapısının ve çocuğa karşı tutumlarının, çocuğun kişilik gelişimi üzerinde oldukça büyük bir rol oynadığı değişik kuramlar tarafından bilinen bir konudur (Öztürk, 1990).

Çocuk gelişimi kuramlarının çoğu, kişilik ve psikopatolojinin gelişimine katkıda bulunan önemli bir faktör olarak ebeveyn ile çocuk arasındaki etkileşimi vurgular. Kuramlar bu ilişkinin öneminin vurgulanması konusunda değil, kritik olarak kabul ettikleri ilişkinin yönleri ve süreçleri konusunda değişiklik gösterirler. Davranış kuramı, çocuktaki normal veya sapkın davranışları şekillendiren modeller olarak ve pekiştirme kaynakları olarak ebeveynler üzerinde odaklanmıştır (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Maslow, hayatın ilk yıllarında çevrenin özellikle ana babanın göstereceği sevgi ve şefkatin çocuğun ileride kişilik gelişimi üzerinde olumlu etkileri olacağını ileri sürer. Ona göre, çocuğun saygı görme ve sevilme gereksinimi, temel fizyolojik gereksinimleri kadar önemlidir. Bu gereksinimlere dikkat edilmeli ve yeterince karşılamaya çalışılmalıdır. Ana babaların yapması gereken, çocuğa seçme olanağı vermek ve ihtiyaçlarını çekinmeden söyleyebileceği rahat, kabul edici bir atmosfer yaratmaktır (Öztürk, 1990).

Adler, çevrenin birey üzerindeki etkilerini tartışırken, özellikle aile üzerinde durmuştur. O'na Freud gibi yaşamın ilk beş yılının ve bu süredeki aile ilişkilerinin kişilik özelliklerinin belirlenmesinde büyük önem taşıdığına inanmıştır. Özellikle ebeveynin ve de annenin tutumlarına ve kardeşler arasındaki ilişkilerin niteliğine önem vermiştir. Ebeveyn çocuk ilişkisinde Adler, özellikle şımartılmış çocuk ve sevilmeyen çocuk kavramları üzerinde durmuştur. Adler'e göre çocuğun yürekli ve topluma yönelik bir insan olarak yetişmesi ve hayatını yapıcı çalışmalar üzerine kurmayı öğrenebilmesi için, ana babanın çocuğa sevgi vermesi, girişim yeteneğini ve özgüvenini kazanabilmesi için onu desteklemesi gerekir (Gençtan, 1993).

Engellenmiş, sevgi ve kendine güven yokluğunun var olduğu bir çocukluk, en kötü sonuçları doğurur. Aşağılanmış ve engellenmiş bir çocuk, büyük bir olasılıkla nevrozlu yetişkin haline gelecektir. Uzun süre horlanan bir çocuk intikam ve üstünlük kurmak amacıyla ödünlemeye başvuracaktır fakat temelde mutsuzdur ve ödünleme aşağılık duygusunu hiçbir şekilde yok etmemiştir. Babanın ya da annenin aşırıya kaçan cezalandırma ve paylamaları çocuğun baskı altında tutulduğu duygusuna yol açar. Bu



duygu onu üzerindeki baskıdan kurtulma çabasında bulunmaya iter (Yanbastı, 1990).

Sağlıklı koşullarda ana baba, çocuğa sevgi verir, girişim yeteneğini ve kendine güvenin kazanabilmesi için, onu destekler. Böyle bir ana babanın sağladığı disiplin ve eğitimin etkileri olumludur. Çünkü çocuğun istemini etkilemez. Çocuğun aşırı davranışları anlayışla karşılanır ve yumuşak bir anlayışla düzeltilir. Böyle bir ortamda çocuk, yürekli ve topluma yönelik bir insan olarak yetişir, yaşamını yapıcı çalışmalar üzerinde kurmayı öğrenir (Gençtan, 1993).

Kendini gerçekleştirmeyi insanın tüm davranışlarının yöneldiği temel ihtiyaç olarak kabul eden Rogers, özellikle hayatın ilk yıllarında öğrenilen iki ihtiyacın üzerinde durur. Bunlar “ olumlu saygı ” ve “ benlik saygısı ” ihtiyaçlarıdır. Eğer çocuk olduğu gibi kabul edilir, ona değer verilmesi ve sevgi gösterilmesi için ona şart konmazsa, ihtiyaçları ve çevre beklentileri uyumlu bir birlik teşkil eder ve kendini gerçekleştirmesi için uygun ortam yaratılmış olur (Torucu, 1990).

Carl Rogers, benlik saygısının oluşmasında anne baba çocuk ilişkisinin üç önemli alanı üzerinde durmuştur. Bunlardan ilki, çocuğa gösterilen kabul, ilgi, şefkat ve sıcaklık: Çocuklarına yakınlık, şefkat ve sevgi gösteren annelerin çocuklarının benlik saygıları yüksektir. Annenin gösterdiği ilgi çocuk tarafından, onun öneminin bir işareti olarak yorumlanır ve kendilerini dikkat edilmeye değer bulurlar.

İkinci kritik alan; izin ve ceza : Benlik saygısının yüksek olduğu çocuklarda davranışı etkileyen en önemli unsurun “ ödül ” olduğu görülmüştür. Benlik saygısı düşük olan çocukların anneleri, çocuklarına karşı sert ve saygısızdır. Daha çok cezaya yer verirler ve daha çok zorlamaya yönelirler.

Üçüncü kritik alan ise; demokratiklikte farklılığın olması: Benlik saygısı yüksek olan çocukların velileri sebebi belli bir takım yoğun kurallar koyarlar ve uygulamada çocuğa hak tanırlar. Çocuğun görüşlerine değer verilir. Benlik saygısı düşük olanlarda ise, ana babalar koydukları kısıtlamaları uygularken çok otokrat, diktatör, dışlayıcı ve affetmeyen, tartışmayan bir tutum sergiler (Rogers, 1967;akt. Örgün, 2000).



Horney, yazılarında ebeveynleri tarafından büyütülen çocuğa muamele edilmiş şekillerine önem vermiştir. Horney'e göre sağlıklı kişilik gelişimi ve bozuk davranışlar aile içerisindeki aksaklıklar sonucu ortaya çıkar ve sosyo kültürel etmenlerde bu öğrenme sürecini olumlu ölçüde etkiler (Schultz, 1987; akt. Örgün, 2000).

Cole (1970)' e göre ergenin ev ortamının, ergenin duygu ve düşüncelerinin olgunlaşıp, kendi hayatını yönlendirebilecek düzeye ulaşmasına fırsat verecek bir ortam olmasının öneminin altını çizmektedir. Çocukluk çağında olgunluk çağına geçişte, sorumluluğunun bizzat kendisinin almasının gereğinden bahseden yazar, problemlerini çözmede ebeveynlerin ergenin önüne geçmeden, sadece yol göstermelerinin yeterli olduğunu belirtmektedir. Yazara göre, ergen için aile ortamı; kendine güveni yaşadığı ve uyumu tanıdığı bir yer olmalıdır. Eğer ortam bu perspektif için uygun değilse, ergen sosyal ve duygusal olarak ergenlikte kalır. İleride sağlıklı bir yetişkin formuna ulaşması zorlaşır (Karakuş, 2000).

### **2.2.2. Ana Babaların Çocuk Yetiştirme Tutumları**

Ana babaların tutumları, çocuğun kişiliğinin oluşumunda ve karakterinin formasyonunda büyük önem taşır. Ana baba çocuk üçgeni sevgi temeline dayanmalıdır. Özdeşim modeli olan ana baba, çocuğa nasıl bir davranış uygularsa, benzer davranışı onda göreceğini bilmelidir (Yavuzer, 1993).

Çocuk yetiştirme tutumu toplumdan topluma, kültürden kültüre farklılıklar gösterdiği gibi, o toplumdaki aileler arasında da farklılıklar gösterebilir. Bir toplumda her sosyo ekonomik grubun kendi kültürüne hayat felsefesine ve kendi değerler sistemine sahip olduğu, farklı sosyal sınıflardaki ebeveynin farklı çocuk yetiştirme tutumu, farklı ödül ve ceza anlayışı ile çocuklarını yetiştirdikleri söylenmektedir (Mussen, 1973; akt. Kulaksızoğlu, 1985).

Farklı yetiştirme tutumları nedeniyle, bireyde farklı kişilik yapılarının oluşması

doğaldır. Bu nedenle farklı aile tutumlarının çocuğun kişilik yapısının oluşmasındaki rolü çok büyüktür (Öztürk, 1990). Farklı anne baba tutumlarına bakacak olursak;

**1. Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum :** Aşırı himayeci bir tutumla yetiştirilen çocuklara, aile içinde devamlı korunmaya muhtaçlarmış gibi davranılır. Böyle bir ailede anne baba müdahalecidir. Kendi kararlarını vermesi için çocuğa yeterli zemin hazırlamaz. Çocuğun arzularına rağmen çocuk adına kararlar alınır ve anne babanın buna hakkı olduğu savunulur. Bu tür bir davranış içinde olan aileye göre anne ve baba, çocuğu için her türlü fedakarlığı yapmalıdır ve çocukta bunun için minnet duymalıdır. Böyle bir tutumla yetiştirilen çocukların yeterince girişimci olmadıkları; bağımsız davranmadıkları, ileri yaşlarda bile bir himaye edici aradıkları belirtilmektedir. Çok fazla kol kanat gerici bir tutum içinde yetişen çocukların yetişkinliğe geçişte güçlükleri olmaktadır. Kendisine yetişkin gibi davranılan ergenler daha çok yetişkin davranışları göstermektedirler. Üzerine fazla düşülen çocukların daha az aktif, sosyal ilişkilerde pasif ve kas becerilerinden yoksun olarak yetişmektedirler. Anne babanın aşırı koruyucu ve kollayıcı davranışlarının çocuklarda esnek düşüncenin gelişmesini engellediği araştırmalarla kanıtlanmıştır.

Aşırı himayeci ve müdahaleci ana babalar çocuklarını kendilerinin bir uzantısı gibi görmekte ve onlarla duygusal yoksunluklarını gidermek istemektedirler. Bu aileler çocuğun ana babaya bağımlı olmasını bir görev saymaktadırlar. Kız çocuklar anne babasının kontrolünde daha çok tutulmakta, bağımsız ve ayrı bir birey olma yolundaki çabaları ebeveyn tarafından daha çok engellenmektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

Bu tutum çocuğa gereğinden fazla kontrol ve özen gösterilmesi anlamına gelir. Bunun sonucunda çocuk ebeveyne aşırı bağımlı ve güvensiz, duygusal kırıklıkları olan bir kişiliğe bürünür. Bu durum çocuğun okul başarısını da olumsuz etkiler (Yavuzer,1998).

Aşırı koruyucu aileler, ana baba olarak bu rollerine engel olacağını düşündükleri başka bir alan ile ilgilenmezler. Ailede çok sıkı bir kontrol söz konusudur (Karakuş, 2000). Şehirde yaşamının sonucu, çalışan annelerin bulunduğu ailelerde kısmen de olsa

“ çocuk merkezli yetiştirme tutumu ” na rastlanmaktadır. Bu tutumu aşırı koruyucu tutumun bir uzantısı olarak da görmek mümkündür (Kulaksızoğlu, 1998).

Bu davranışlar çocuğu bencil bir kişiliğe taşır. Bu gevşek tutumun sonucunda çocuk sayısız haklar kazanır ve aileyi yönlendirmeye başlar. Aşırı hoşgörülü olan bu ortamda yetişen çocuklar her istedikleri yerine getirildiği için ailesine bağımlı, toplumsal kurallara uymakta zorluk çeken çocuklar olurlar (Yavuzer, 1998; Yörükoğlu, 1993; Alıcıgüzel, 1988).

Anne ve babanın aşırı koruyucu olduğu durumlarda gencin yetişkinliğe geçişinin zor olacağı belirtilmiştir. Kendisine yetişkin gibi davranılan ergenler daha çok yetişkin davranışları göstermektedirler (Blair, akt. Kulaksızoğlu, 1985). Üzerine fazla düşülen çocuklarında daha az aktif, sosyal ilişkilerde pasif ve kasla ilgili hünelerden yoksun olarak yetişeceklerine işaret edilmiştir (Hurlock, 1955; akt. Kulaksızoğlu, 1985). Başka bir araştırmada da anne ve babanın aşırı koruyucu ve kontrollü davranışlarının çocuklarda esnek düşüncenin gelişmesini engelleyeceği iddia edilmektedir (Busse ; akt. Kulaksızoğlu, 1985).

Bu çocuklar ;

- 🔔 Aşırı bağımlı insanlar olurlar,
- 🔔 Güvensiz olurlar,
- 🔔 Duygusal kırıklıkları olan kişiler olabilirler,
- 🔔 Evlendiğinde eşinden de aşırı koruyucu tutum bekleyebilirler,
- 🔔 Psikolojik ve sosyolojik açıdan gelişimini tamamlayamaz,
- 🔔 Yaşamı boyunca başarısız bir birey olabilir,
- 🔔 Aşırı sevgi gösterilmesiyle “doyumsuz” bir birey haline gelirler,
- 🔔 Anne ve babaya hükmederler ve çok az saygı gösterirler,
- 🔔 İsteklerinin buyruk olduğunu düşünürler,
- 🔔 Yetişkin olduklarında toplumun vermediği hakları kendilerine tanımaya kalkışır,
- 🔔 Okul kuralları karşısında hayal kırıklığına uğrarlar,

🔔 Okula kolay uyum sağlayamazlar.

**2. Baskıcı ve Otoriter Tutum :** Otoriter ana baba, sevgisini çocukta istenilen davranışların oluşması için bir pekiştireç olarak kullanır. Eğer çocuk ana babanın istediği şekilde davranırsa sevgilerini gösterirler. Kendilerini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak görürler ve mutlak çocuktan uyum beklerler. Herkesin boyun eğmesi itaatkar olması istenir. Çocuk kabul edilmekte ve onaylanmak ister. Aile ortamı çocuğa benliğini tanımlama olanağı vermiyorsa, o zaman ailenin istediği yönde bağımlı bir kişi olarak gelişir (Cüceloğlu, 1992).

Aşırı baskılı, otoriter tutum, çocuğun kendine olan güvenini ortadan kaldıran, onun kişiliğini hiçe sayan bir tutumdur. Bu tutumda, ana baba katı bir disiplin uygular. Çocuk her kurala uymak zorunda bırakılır. Anne ve babadan birisi yada her ikisinin baskısı altında olan çocuk, sessiz, uslu, nazik, dürüst ve dikkatli olmasına karşılık, küskün, silik, çekingen, başkalarının etkisinde kolay kalabilen, aşırı hassas bir yapıya sahip olabilir (Yavuzer, 1993).

Aşırı baskılı ve otoriter aile ortamında denetlenen çocuk hangi davranışın hangi tepkiyi alacağı hakkında bir fikre sahip değildir. Dolayısıyla çocuğun kaygılı bir belirsizlik içinde aşırı isyankar ya da aşırı boyun eğici olması mümkündür (Yavuzer, 1993).

Sıkı tutum da diyebileceğimiz bu tutum sahibi ebeveynler, çocuğu kendi tasarladıkları kalıba sokmaya çalışırlar. Eğitimde ceza ön plandadır ve suçla orantısızdır. Kimi zaman dayak, kimi zaman korkutma yada tembihler kullanılır. En doğal hakları bile onlara usluluğu karşılığı olarak sunulur (Yörükoğlu, 1993).

Suçlayan, cezalandıran ve sürekli karışan ana babaların çocuklarının, kolayca ağlayan çocuklar olduğu görülür. Baskı altında büyüyen çocuklarda, genellikle isyankar vaziyet alışlarla birlikte aşağılık duygusu gelişebilir. Böyle bir ortamda yetişen çocuk dıştan denetimli bir kişilik oluşturur. Çünkü içinden geldiği gibi davranmak yerine olması gerektiği gibi davranmak şeklinde koşullandırılır (Yavuzer, 1993).

Aşırı otoriter tavır içindeki ailelerde çocuğun benliğine ilişkin olumsuz yargıları, kendine güvensizliği, yapabileceği işlere “ ben yapamam ” düşüncesiyle girişmemesi, düşüncelerini diğer insanlara iletmede çekingen davranması gibi olumsuz davranış kalıpları görülmektedir (Aslan, 1992).

Bu tutum bazen çocuğun açıkça terk edilmesi, başka yere gönderilmesi, gereksiz cezalandırmalar ile bazen de; çocuktan kusursuz davranışlar bekleme, sürekli eleştirme, kıyaslama ile üstü kapalı sergilenebilir (Tuzcuoğlu, 1998).

Otoriter ebeveyn çocuğun davranışlarını değerlendirmeye, kontrol etmeye ve şekil vermeye teşebbüs eder, çocuğun tavırlarına standartlar koyar. Çocuğun anne ve babasına itaat etmesinin bir meziyet olduğunu düşünür. Çocuğu sözlü olarak cesaretlendirmez, annenin ve babanın sözlerinin doğru olarak kabul edilmesi gerektiğine inanır.

Çocuklara karşı otoriter tavırların etkisini inceleyen araştırmalar söz konusu tavırların katılık, hoşgörüsüzlük, sosyal etkileşimlerde yakınlık ve saldırganlık yarattığını bulmuştur (Kıray, 1976, Boveti, 1986, akt. Dardağan, 2000).

Bu tutumla yetişen çocuklar ;

- 🔔 Kendine güveni düşüktür,
- 🔔 Yaşama küskün olurlar,
- 🔔 Sosyal çevresinde siliik tipler olurlar,
- 🔔 Çekingen olurlar,
- 🔔 Başkalarının etkilerinde kolay kalabilirler,
- 🔔 Aşırı hassas olurlar,
- 🔔 Kaygılı olurlar,
- 🔔 Aşırı isyankar / aşırı boyun eğici olurlar,
- 🔔 Kolayca ağlarlar,
- 🔔 Aşağılık duygusu hakimdir,
- 🔔 Saldırgan olurlar,

- 🔔 Okul başarıları düşük olur,
- 🔔 Aşırı çekingen olabilirler,
- 🔔 Çalma, yalan söyleme, tik gibi uyum ve davranış bozuklukları görülmektedir.

**3. Tutarsız Ana Baba Tutumu :** Ana babanın tutumu aşırı hoşgörü ile sert cezalandırma arasında gidip gelmektedir. Evde disiplin yok değildir, ancak ne zaman nerede uygulanacağı belirsizdir. Çocuk hangi davranışın nerede, ne zaman nerede istenmediğini önceden kestiremez. Tutumunu ana babanın keyifli yada öfkeli oluşuna göre ayarlamaya çalışır. Tutarsızlık, tek tek annenin yada babanın bir gününün bir gününe uymaması biçiminde olabileceği gibi, anne ve babanın birbirine çok aykırı ceza ve eğitim anlayışlarının çatışmasından da doğabilir. Çocuk davranışını kime uydurabileceğini bilemez (Yörükoğlu, 1985).

Bu tutarsız ve belirsiz tutuma maruz kalan çocuk, doğru ve yanlış ayırt edemeyeceği için ahlaki gelişimi sarsılır, iç disiplin kuramaz. Vurucu, kırıcı saldırgan tutumlara eğilimli davranışlar gösterir (Tuzcuoğlu, 1998).

Bu çocuklar ;

- 🔔 İç çatışmalar yaşar,
- 🔔 Huzursuzluklar yaşar,
- 🔔 Dengesiz ve tutarsız kişilik yapısı gösterir.
- 🔔 Çocuk hangi davranışın nerede ve ne zaman yapılmayacağını kestiremez,
- 🔔 Neyin doğru neyin yanlış olduğunu kestiremez,
- 🔔 Çocuk yaptığı davranışın doğru olup olmamasından daha çok “Ne zaman yaparsam cezadan kurtulabilirim” düşüncesiyle ilgilenir,
- 🔔 Çocuk kendini kanıtlamak ve dikkat çekmek için sinirli, ürkek yumuşak huylu, ılımlı, söz dinleyen bir çocuk yada kavgacı, asabi, çabuk kırılıp öfkelenen, tepkisel bir kişilik yapısı geliştirir,

**4. Reddedici Ana Baba Tutumu :** Çocuğunu ihmal eder ve psikolojik

bakımdan da reddeder. Çocuğun ilgisi ve ihtiyaçlarından habersizdir. Her türlü ihtiyacıyla ilgilenmeyi reddeder. Varlığından rahatsız olduğu için, çocuğunu çevresinden mümkün olduğu kadar uzak tutmaya çalışır.

Çocuklarına karşı hoşgörüsüz ve cezalandırıcı şekilde davranırlar. Çocuklarına hiçbir kural koymazlar. Çocuk, açıkça ihmal ve reddedildiğini hisseder. Reddedici anne babaların çocukları, yetişkin rolü almada başarısızdırlar ve ergen olarak da toplumun standartlarını reddederler. Sosyal olarak içine kapanık ve kendine dönük olabilirler (Acar, 1998).

Ana babaları reddedici, ilgili olmayan ve anne/baba merkezli olan 13 ile 19 yaşları arasındaki çocuklar genç yaşta aşırı derecede sigara ve içki içmeye başlarlar, suç kayıtları vardır ve okula ilgi duymazlar. Ana babalık uygulamaları mutlak değildir ve şartlara bağlı olarak değişebilir.

Dolaylı etkiye tutarsız ana baba disiplini ve reddetme odaklı ana baba cezası aracılık etmektedir (Lempers, ClarkLempers & Simons, akt. Dardağan, 2000). Muhtemelen ciddi ekonomik sıkıntı zamanlarında, okul ve akran etkileri bu etkileri azaltabilir (Hersen, Eisler ve Milleri 1977, akt. Dardağan,2000).

Bir diğer sorun, ana babalık becerileri en feci şekilde yetersiz ve yetersizden açık bir suistimal ve ihmale giden ana babaların tipik olarak profesyonel yardım isteme ve ana babalık eğitimlerine katılma ihtimallerinin en düşük olmasıdır. Kendi yaşamlarındaki gerçek zorluklar, hem psikolojik hem de ekonomik, bu tip bir katılımı önleyebilir (Hersen, Eisler ve Milleri 1977, akt. Dardağan,2000).

Annenin veya anne yerini tutan kişinin çocuğa karşı yeteri kadar koruyucu – himaye edici olmadığı ve sevgi gösteremediği durumlarda çocuğun gelişiminin olumsuz etkilendiği görülmektedir. (Kulaksızoğlu, 1985).



Bu çocuklar ;

- 🔔 Öğretmenlerine, arkadaşlarına ve yakın çevresine zarar verebilir,
- 🔔 Saldırganca davranış meydana gelir.
- 🔔 Yardım duygusundan uzaktır,
- 🔔 Psikopat eğilimlidirler,
- 🔔 Sinirli, agresif bir yapıları vardır,
- 🔔 Duygusal kırgınlıklar yaşarlar,
- 🔔 Hayvanlara ve özellikle kendilerinden küçüklere karşı düşmanca davranırlar,
- 🔔 Şiddetli bir şok geçirebilir,
- 🔔 Psikolojik bozukluklara ve intihara yatkınlık vardır,
- 🔔 Anne babaya karşı uysal, erdemli davranırlar ancak içten içe düşmanlık beslerler,
- 🔔 Aslında korkaktır,
- 🔔 Hayal kırıklığına uğramıştır,
- 🔔 Hiçbir zaman kendisine ait bir güven duygusu geliştiremeyecektir

**5. Demokratik Ana Baba Tutumu :** Ailenin demokratik olması, çocuklarına karşı hoşgörü sahibi olmaları, onları desteklemeleri ve çocukların bazı kısıtlamalar dışında, arzularını diledikleri gibi gerçekleştirebilmelerine izin vermeleri anlamına gelir. Çocuk kabul edilmek ve onaylanmak ister. Eğer aile ortamı ona kendi benliğini tanımlama özgürlüğü veriyorsa, sağlıklı bir şekilde olgunlaşma yolunda gelişir. Ana babanın hoşgörüsünün normal bir düzeyde gerçekleşmesi, çocuğun kendine güvenen, yaratıcı, toplumsal bir birey olmasına yardım eder. Böyle bir tutumda kabul edilen ve edilmeyen davranışların sınırları bellidir. Bu sınırlar içerisinde çocuk özgürdür. Söz hakkı vardır. Duygu ve görüşlerine saygı duyulur. Sevgi ve tercih görür. Yetişkinler tarafından dinlenir. Böyle bir ortamda çocuk girişim yeteneğine sahip olur. Özgüven kazanır ve kendi kendine karar verip sorumluluk taşımasını öğrenir (Yavuzer, 1993).

Çocuklarına karşı demokratik tutuma sahip anne babaların, çocuklarının davranışlarını daha akıcı şekilde yönlendirdiği söylenebilir. Bu tutuma sahip anne

babalar, çocuklarını ayrı bir kişi olarak kabul edip onlara değer vermekte ve bağımsız bir kişilik geliştirmelerini teşvik etmektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

Demokratik bir ortamda çocuğun kişiliğine saygı gösterilir, bağımsız davranması için desteklenir. Ayrıca çocuk üzerinde açık ve sınırları belirgin olan bir denetim de vardır. Ana babalar bu tür sınırlamaların mantıklı nedenlerini açıkladıklarında çocuklarına karşı olan davranışları keyfe göre olmaktan çıkıp çocukları tarafından kabul edilebilir hale gelir (Oskay, 1986).

Ana baba çocuğunun kendine has, biricik ve tek olduğunu kabul eder, onun aile içerisinde özgür şekilde gelişmesine, yeteneklerine en üst düzeyde açığa çıkarmasına ve kendini gerçekleştirmesine izin verir bunun için yardımlarda bulunur. Çocuğun barınma, beslenme, korunma gibi temel ihtiyaçlarını karşılamının yanında ona sevgi gösterir. Bu sevgi karşılıksızdır. Çocuk böyle bir ailede ana babanın sevgi ve desteğinden yoksun kalmayacağını bilir. Sevgi bir yatırım aracı olarak kullanılmaz. Çocuğa aile içinde eşit haklar tanınmıştır. Demokratik tutum gösteren ana baba çocuklarına karşı daha arkadaşça yaklaşır. Böyle bir ailede çocuk daha küçük yaştan başlayarak sorumluluk almaya hazır hale getirilir, onlara bir iş başarmanın zevki tattırılır. Bedensel ceza uygulanmaz, bedeni ceza uygulamak yerine, istenilen davranışın kazandırılması için veya istenmeyen davranışın azaltılması veya söndürülmesi için kanıt göstererek inandırma, mahrum bırakma gibi disiplin yöntemleri uygulanır (Kulaksızoğlu, 1998).

Bu çocuklar ;

- 🔔 Kendine güvenen bireyler olurlar,
- 🔔 Yaratıcı olurlar,
- 🔔 Karşılıklı kabul söz konusu olduğundan çocukta iç disiplin gelişir,
- 🔔 Girişimci olur,
- 🔔 Sorumluluk sahibi olur,
- 🔔 Atılgan olurlar,
- 🔔 Fikirlerini rahatça savunabilirler,

- 🔔 Bağımsızlıklarına düşkün olurlar,
- 🔔 Kendine ve çevresine saygılı,
- 🔔 Sınırları bilen,
- 🔔 Aktif,
- 🔔 Kendi inandıklarını sonuna kadar savunabilen,
- 🔔 Fikirlerini korkusuzca söyleyebilir,
- 🔔 Dengeli,
- 🔔 Kurallara ve otoriteye körü körüne bağlı olmayan,
- 🔔 Hoşgörülü,
- 🔔 Açık fikirli,
- 🔔 Anlaşılır.

### 2.2.3. Ergenin Gelişen Benliği Üzerinde Ana Baba Tutumlarının Etkisi

Ailelerin sağlıklı tutumlarıyla yetişen çocuklarda bir takım problemler yaşanmaktadır. Ergenin davranışlarına rehberlik edecek değerleri kazanması ve sosyal yönden sorumluluklarını öğrenmesi konusunda yardıma ihtiyacı vardır, bu ihtiyacı karşılayan ve ergenin yaşamında etkili olan toplumsal kurum ailedir. Aile yuvasında gördüklerinin olgunlaşmakta olan ergenin kişilik yapısını biçimlendirmede çok büyük, çok derin etkisi vardır (Yavuzer, 1993).

Ergenlerin öz güvenli, uyumlu, yaratıcı ve disiplinli bireyler olmalarını sağlayan benlik kavramları geliştirebilmeleri için, büyüme yıllarında bu özellikleri içeren olanakların mümkün olduğunca çok yer alması gerekmektedir (Örgün, 2000).

Anne ve babayla kurulan güçlü bir ilişki, erken ergenlikten erken yetişkinliğe uzanan yıllar boyunca benlik saygısı için sağlam bir temel sağlar. Bu dönem, birçok bireyin yaşamında önemli değişimler yaşadıkları ve dolayısıyla istikrar, güven ve önem veren ilişkilerin desteğini içeren ilişkisel bir bağlama ihtiyaç duyulan bir zaman dilimidir. Böylesi bir bağlam sağlandığında, birey değişimin yarattığı stresle daha iyi

başa çıkabilir (Örgün, 2000).

Ebeveynler arasındaki ilişkiler çocuklarda çok sapkın davranışların gelişiminde önemli olmasına karşın, kritik bir faktör de ebeveynlerin çocukları ile olan etkileşimleridir. Ebeveyn davranış modelleri sık sık iki boyutu vurgulamıştır : kısıtlayıcılıktan müsamahakarlığa kadar uzanan kontrol boyutu ve sıcaklıktan düşmanlığa kadar uzanan duygusal boyut. Bunun yanı sıra, araştırmalar tutarlılığa karşı tutarsızlık ve psikolojik, sevgi odaklıya karşı güç kullanan, fiziksel disiplin şekilleri gibi çocuğu yönlendirmek için kullanılan spesifik disiplin tekniklerinin karakteristikleri üzerinde yoğunlaşmıştır. Bu boyutların bağımsız olmadıkları açıktır. Fiziksel cezanın az kullanılmasının ve yüksek ölçüde uslamlama yapmanın hem annelerdeki hem de babalardaki sıcaklık ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Fiziksel cezanın sık sık kullanılması da ebeveynlerin rapor ettiği şekilde düşmanca kısıtlayıcılık ve müsamahakarlık, düşmanlık ve reddetme, şiddetli fiziksel ceza gibi gücün kullanıldığı disiplin şekilleri, ve tutarsızlığın hepsinin çocuklardaki anti sosyal davranış ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Direkt davranışsal ölçümleri kullanan araştırmaların bulguları, normal ailelerde ebeveyn hakimiyeti modelleri açısından tamamen tutarlı değildir. Sapkın olmayan erkek ve kız çocuklara sahip nispeten çok sayıda ailede babaların ve annelerin, ortalama olarak, yaklaşık eşit bir şekilde dominant oldukları bulunmuştur (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Nevrozlu suçlu erkek çocukların ebeveynleri, diğer suçlu çocuk gruplarında olduğu gibi, çocuklarını reddederler, haklarında büyük ölçüde yoksun bırakırlar ve fiziksel ceza uygularlar ve çocuklarının ahlaki gelişimine ve günaha teşvik karşısında özdenetimlerine çok az güven duyarlar. Sosyal suçlu çocukların ebeveynlerinin müsamahakarlığının aksine, nevrozlu ve psikopat suçlu çocukların ebeveynleri erkek çocuklarının aktiviteleri üzerindeki sınırlamalar konusunda son derece kısıtlayıcı olma eğilimindedir. Nevrozlu ve psikopat suçlu çocukların ebeveynleri arasındaki belli bir fark saldırganlığa karşı tutumlarında yatar. Birincisi saldırganlık konusunda çok büyük bir kaygı gösterir; oysaki ikincisi çocuğun aile içinde kendine güvenmesine izin

vermemesine karşın evin dışında saldırganlığı aktif bir şekilde teşvik eder (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Duygusal bozukluğu olan veya sapkın davranış gösteren çocukların ebeveynleri, normal çocukların ebeveynlerinden daha çok eşlerinden memnun olmadıklarını ve çatışma içinde olduklarını rapor etmektedir. Ebeveynler arasındaki çatışmanın direkt davranışsal ölçümlerinin nevrozlu çocukların ebeveynlerinde normal çocukların ebeveynlerinden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Nevrozlu çocuğa sahip olan aileler daha az bilgi alışverişinde bulunmuş, karar vermeleri daha uzun sürmüş ve sürenin daha fazla bir bölümünü sessizlik içinde geçirmişlerdir (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Çekingen – nevrozlu çocukların ebeveynlerinin, sosyalleşmemiş saldırgan veya sosyalleşmiş suçlu çocukların ebeveynlerine göre çocuk yetiştirme uygulamalarında daha fazla “kısıtlama” gösterdikleri bulunmuştur. Aşağıdaki en az iki koşuldan biri karşılandığı takdirde kısıtlamanın var olduğu düşünülmüştür: (1) katı günlük program (2) aşırı disiplin (3) hükmetme ve aşırı eleştirme (4) ailede sıcaklığın olmaması (5) zorunlu tecrit veya (6) aşırı koruyuculuk (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Normal aileler, tüm diğer gruplardan anlamlı bir şekilde daha yüksek “kendiliğinden meydana gelen” (bir grup olarak bir araya gelmeden önce bağımsız olarak yapılan tercihler üzerinde anlaşma) oranlarına sahiptirler. Normal aileler daha fazla bilgi alışverişinde bulunurlar, karar vermeleri daha az zaman alır ve tüm diğer gruplardan orantılı olarak sessizlik içinde daha az zaman geçirmektedirler (Quay ve Werry, 1972; akt. Dardağan, 2000).

Sapkın davranış gösteren çocuğa sahip olan aileler problem çözme görevlerini daha az verimli bir şekilde yerine getirdikleri bildirilmektedir (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Bir yaşta belli davranış problemleri geliştiren çocuklar, daha sonraki bir yaşta başka problemler geliştirme eğilimindedir. Bundan başka, bir noktada pek çok farklı

problemi olan çocukların bu problemlerin niteliği değişmesine karşın muhtemelen daha sonra çok sayıda problemleri olacaktır bildirilmektedir (Quay ve Werry, 1972 akt. Dardağan, 2000).

Hakimiyet kurmaya çalışan ana babaların çocukları daha hassas, itaatli, nazik, daha iyi sosyalleşmiş ama daha fazla bağımlı olmuşlardır. Bell (1970), sert, cezalandırıcı ve talepte bulunan ana babaların kendi iç kontrollerini geliştirmelerine fırsat vermedikleri için ergende tepkiselliği teşvik ettiklerini iddia eder. Sıcak ve sevgi dolu ana babalar ergeni sosyal olmaya teşvik ederler (Bovetti, 1986 akt. Dardağan, 2000).

Anne babanın ve diğer yetişkinlerin çocuğa olan davranışlarının onun fiziksel görünüşü tarafından etkilenmektedir. Ufak tefek ve çelimsiz görünüşlü olan çocuklara, anne babaları çok hassas, fazla yetenekli görünmeyen şekilde davranmaktadır. Kuvvetli ve sağlam görünüşlü çocukların daha olgun olduğu düşünülür ve ona göre davranılır (Musen, 1973). Bunlar çocuğun kişiliğinin gelişimine etki yapmaktadır (Kulaksızoğlu, 1985).

Anne babanın çocuklarına karşı tavır alışı, çocuklar hakkında daha önce oluşturdukları imaja bağlı olarak da değişebilir. Çocuklarının kendi bekledikleri gibi olup olmaması, onlara karşı tavırlarının olumlu veya olumsuz olmalarına yol açar (Yavuzer, 1993).

Çocukların cinsiyetinden, sayısından ve özelliklerinden memnun olma ve annelik babalık görevlerini layıkı ile yaptığına inanma, ebeveynin çocuğa karşı olan tavırlarında olumlu değişiklikler yaratmaktadır (Yavuzer, 1993).

Anne ve babasının çocuğa karşı olan davranışları ve çocuğa verdikleri değer, çocuğun çevresini görüşünü ve algılayışını, diğer insanlardan olan beklentilerini ve onlarla olan ilişkilerini etkilemektedir. Bu konuda yapılan araştırmalarda; çocuğun sosyalleşmesinde anne babanın etkisi vurgulanmakta ve çocuğun anne ve babası tarafından kendisine yapılan sosyal muameleye göre dış çevreye davrandığına işaret



edilmektedir (Kulaksızoğlu, 1985).

Çocuğun anne ve babası ile olan ilişkilerindeki aksaklık ve yoksunlukların ve çocuğun karşılaştığı çeşitli çevresel uyaranların onda problem davranışlara neden olduğu konusunda kuramsal bir açıklama getirilmektedir. Buna göre çocuklarda problem davranışların ortaya çıkmasının nedenlerini iki farklı psikolojik görüş açısından ele almak mümkündür (Eripek, 1982).

Sosyal öğrenme ve model alma teorisine göre çocuk çevresindeki insan davranışlarını gözleyerek yeni tavırlar öğrenebilir. Buna göre taklit etme ve model alma da öğrenmeyi sağlayan önemli faaliyetlerdir. Çocuk örnek aldığı modelin yanlış ve problemli davranışlar göstermesi halinde, bunları taklit ederek problemli davranışları öğrenebilir. Bu konudaki çalışmalar çocukların özellikle saldırgan davranışları taklit ettiklerini göstermektedir (Bandura, 1969, akt. Kulaksızoğlu, 1985).

Ailenin sosyo ekonomik seviyesi yükseldikçe ergenin aileye duyduğu güven arttığı halde, alt sosyo ekonomik seviyesindeki ebeveyn, yanlış bir davranışta çocuğunu daha şiddetli cezalandırmakta ve nadiren çocuğunu methetmektedir (Hurlock, 1955; akt. Kulaksızoğlu, 1985).

Anne ve baba davranışları, çocuğun ve gencin bulunduğu toplulukta, toplumsal normlara uygun şekilde davranıp davranmamasını etkilemektedir (Rozen, 1967; akt. Kulaksızoğlu, 1985). Çocuk yetiştirme tutumlarının, çocukta sosyalleşmeyi etkilediği ve demokratik bir ortamda yetişen çocuğun daha sosyal olduğu bildirilmektedir. Demokratik tutumlu ailelerde yaşayan çocuklar, ebeveyn otoritesinden korkmamakta, onlar tarafından sevildiklerini hissetmekte ve fikirlerini serbestçe ifade etmektedirler (Hurlock, 1955; akt. Kulaksızoğlu, 1985).

Çocuğun kişiliğinin oluşumu, karakterinin biçimlenmesi ve benlik saygısının gelişimi, büyük ölçüde özdeşim modelleri olan anne babanın kişilik yapılarına ve çocuğa yaklaşımlarına bağlıdır. Kendine güveni olan anne ve baba bu özgüvenlerini çocuklarına da yansıtıp, güvenli olmalarını sağlarlar. Anne ve babanın davranışlarını



kendine model olarak alan çocuk, böylelikle istenen ve istenmeyen davranışları onlardan öğrenecek, kendini bu doğrultuda yönlendirecektir. Ancak çocuğun, anne ve babasının tavırlarını benimseyebilmesi için ana – baba – çocuk üçgeni arasında, sevgi, saygı ve güven olması gerekir. Anne ve babanın birbirlerine karşı olan ilişkilerinin sevgi ve saygı temeline dayanması, gerek çocuğun cinsiyetine özgü rolü benimsemesi, gerekse de özdeşleşmesi açısından büyük önem taşır (Yavuzer, 1993).

Huzursuz aile ortamı, bazı durumlarda dağılmış aile ortamı gibi çocuğu olumsuz bir şekilde etkiler ve çeşitli uyum ve davranış bozukluklarına sebep olur (Örgün, 2000).

Çocuklar esnek, hızlı gelişen ve değişebilen geniş uyum potansiyeli olan bir varlıktır. Onun sağlıklı gelişmesi yalnızca olumlu tutumlara bağlı değildir. Çocuk gelip geçici olumsuz tutumlarla da karşılaşır, bunlarla başetmeyi öğrenir kendisini sağlıklı denge içinde tutabilir. Ancak çocuktaki esneklik sınırsız değildir. Uyum yapılması güç olan süreklilik gösteren olumsuz aile tutumları sağlıklı ruhsal gelişimi engelleyebilir yada saptırabilir (Öztürk, 1997).

Öztürk (1997)'e göre olumsuz ev koşullarında büyümüş çocuklarda uyumsuz sayılabilecek bazı davranışlar görülebilir. Bunlar :

- Okula karşı duyulabilecek korkular, başarısızlık endişeleri, uyku ve dikkat toplamada bozukluklar, sinirlilik ve şüphecilik,
- Toplumsal kurallar aykırı (anti sosyal) davranışlar, yalan söyleme, suça yönelim şeklinde davranışlar olabileceği gibi,
- Aşırı hareketlilik, duygularda tutarsızlık, öğrenme güçlüğü, saldırganlık ve kolay ajite olma gibi olumsuz davranışlar da görülebilir (Alıcıgüzel, 1998, Polvan, 1986; akt. Karakuş, 2000).

Köknel (1985) olgunlaşmamış duygular, denetim altına alınamayan coşku, kaygı, gerçek dışı yaşantı özlemi gibi duygu ve tutumları sergileyen bağımlılık sahibi ergenlerden bahsederken, bu kişilik yapısındaki ergenin içinde büyüdüğü aile

ortamında, ilgi ve sevgiden yoksunluğun ve tutarsız disiplinin yaşanmış olabileceğine de dikkat çekmektedir.

### 2.3. İlgili Araştırmalar

Verkuyten (1995)'nin öz saygı, benlik algısının durağanlığı ve Hollanda'daki azınlık ve çoğunluk gençleri arasındaki ırksal kimliğin safhaları ile ilgili yapmış olduğu araştırma sonucunda Hollanda'daki 380 kendini tanıtmış çoğunluk ve 262 kendini tanımlamış azınlık ( Türk, Faslı, Surinamlı) genç arasında küresel öz saygı ve benlik algısı durağanlığında önemli bir fark bulunamamıştır. Azınlık gençliği kendi ırksal gruplarıyla daha güçlü bir tanıtmaya yaptılar ve çoğunluk karşıtlarına nazaran kendi gruplarını daha iyi değerlendirdiler.

Güven (1996)'nin yatılı ilköğretim bölge okulunda ve ailesi yanında kalan öğrencilerin benlik kavramı düzeyleri ile ilgili yapmış olduğu araştırma sonucunda Yatılı İlköğretim Bölge Okulu (YİBO)'nda ve ailesi yanında kalan öğrencilerin benlik kavramı düzeyleri incelenmiştir. Örneklem, 570 YİBO öğrencisi ve 568 ailesi yanında kalan öğrenciden oluşmuştur. Araştırmada, "Piers-Harris Çocuklar İçin Benlik Kavramı Ölçeği" ve "Öğrenci Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları, YİBO'da ve ailesi yanında kalan öğrencilerin benlik kavramı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermiştir. Cinsiyet, sınıf düzeyi, başarı düzeyi, ailenin gelir düzeyi, anne-baba tutumu ve arkadaş ilişkilerine göre öğrencilerin benlik kavramı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunurken, kardeş sayısı ve doğum sırasına göre fark bulunmamıştır. Diğer yandan, YİBO'daki kurallar ve düzenlemelerle ilgili olarak ele alınan bazı bağımsız değişkenlere göre YİBO öğrencilerinin benlik kavramı düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Gür (1996)'ün ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişki ile ilgili yapmış olduğu araştırmanın amacı, ergenler için özel olarak geliştirilmiş bir depresyon

ölçeği olan Reynolds Ergen Depresyon Ölçeği (REDÖ)'nin geçerlik ve güvenirliğinin sağlanması ve bu araçla bir ergen örnekleminde depresyon-benlik saygısı ilişkisinin yeniden incelenmesidir. Araştırmada 13-20 arasyndaki yaş grubunu temsil eden 351'i erkek, 365'i kız olmak üzere toplam 716 deneğe REDÖ, CBSÖ, ÇDÖ ve BDÖ uygulanmıştır. Analizler, REDÖ'nün Türk ergen örneklemleri için geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermiştir. Ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Ergenlerin depresyon puanları üzerinde yaş ve cinsiyet değişkenlerinin temel ve ortak etkisi; benlik saygısı üzerinde ise sadece yaş temel etkisi bulunmuştur. Anne eğitimi, sınıf düzeyi, kardeş sayısı ve anne mesleği ergenlerde depresyonun; anne eğitimi ve kardeş sayısı da ergenlerde benlik saygısının anlamlı yordayıcıları olarak belirmiştir.

Kobal-Palcic ve Musek (1998)'in Orta Avrupa ve Batı Avrupa genç gruplarının benlik algısı ve akademik başarısı ile ilgili yapmış olduğu araştırmada, akademik başarının, benlik algısının farklı unsurlarını etkilediği savını gözden geçirmiştir. Aynı zamanda, Slovak ve Fransız denekleri karşılaştırarak araştırılan, akademik başarı ve benlik algısı arasındaki ilişkiyi değiştirmede milliyetin olası etkisiydi. İki faktörün (akademik başarı X milliyet) bulguları, değişiklik analizleri ve ince farklar üzerine yapılan analizler, akademik başarı ile milliyete bağlı tarzda değişen benlik algısının farklı ipuçları arasındaki önemli karşılıklı ilişkileri gösterdi. Slovak denekler problem çözme ve yaratıcılık alanlarında Fransız denekleri geçerken, Fransız denekler benlik algısının bazı alanlarında (sözselsel, akademik, hemcinslerle ilişkiler, ebeveynlerle ilişkiler, din, tinsellik ve genel benlik algısı) Slovak denekleri geçti. İki milletin öz saygıları arasında önemli bir fark yoktu. Fransız denekler aynı zamanda genel akademik başarıda da Slovak öğrencileri geçti. Sonuçlar, okul sistemi ve kişilik yapısındaki ulusal değişikliklerin temelinde olduğu kadar benlik algısı ve akademik başarının oluşuna bağlı kuramsal beklentiler zemininde de yorumlandı. Çalışma, benlik algısı alanlarındaki ulusal farkların Fransız, İngiliz ve Slovakların kendi kendine ve başka stereo tipleriyle de ilgili olduğu sonucunu verdi.

Massey (1999)' in aile ilişkileri ve gencin benlik algısı ile ilgili yapmış olduğu araştırma sonucunda; annenin, babanın ve kardeşin gencin benlik algısıyla olan

ilişkilerinin niteliği ile ilgili olan bir önceki araştırma, benlik algısının çeşitli toplumsal ve zihinsel boyutlarını değil sadece toplumsal ve genel benlik algısını inceledi. Bu çalışma aile ilişkilerini ve onların benlik algısının çeşitli alanlarına olan bağlantılarını inceledi. Katılanlar 13 ve 18 yaşları arasında 77 gençti. Çoğunluk beyazdı (%85) ve orta sınıf ve üst sınıf arası geçmişe sahiptiler. Denekler, annelerini, babalarını ve kardeşlerini ve anne – baba sevgisini ve farklı deneyim kardeş envanterini göz önünde bulundurarak Piers-Harris Çocuklarının Benlik Algısı Derecesini, yani ilişkiler envanteri ağının toplumsal destek faktörünü, tamamladılar. Bu çalışmanın içerdikleri ilerdeki Piers-Harris nedenleriydi: genel benlik algısı, davranış, zihin ve okul durumu, fiziksel görünüş ve nitelikler, huzursuzluk, popülerlik ve mutluluk ve memnuniyet. Bulgular, sevgi konusunda anne-babada bir taraf tutma olmadığını düşünen gençler, onların tersi gençlerden daha yüksek genel, davranış, mutluluk ve memnuniyet benlik algılarına sahiptiler. Sevgi konusunda anne-babaya karşı bir taraf tutma olmadığını düşünen gençler, taraf tutma olduğunu düşünen gençlerden daha yüksek fiziksel görünüş ve nitelik ile popülerlik benlik algısına sahiptiler. Bayanlar erkeklerden daha yüksek davranış benlik algısı ve daha düşük huzursuzluk benlik algısına sahiptiler. Huzursuzluk benlik algısı nedenleri ne kadar yüksekse huzursuz davranışların sayısı o kadar düşüktür. İyi ebeveynsel toplumsal destek gören gençler, zayıf toplumsal destek gören gençlerden daha yüksek genel, fiziksel görünüş ve nitelik, huzursuzluk ve popülerlik benlik algılarına sahiptiler.

Burnett (1999)' ün öğretmenlerin övgülerinin öğrencilerin benlik saygısı (self-talk) ve benlik algılarına etkileri ile ilgili araştırma sonucunda öğretmenler ve öğrencilerin akademik benlik algıları (okuma, matematik ve öğrenme) tarafından yapılan olumlu ve olumsuz durumlar arasındaki benlik sözünün dolaylı etkisini inceledi. Katılımcılar orta sınıf bir Avustralya başkent ilköğretim okulunda 3-7 sınıfları arasında 269 öğrenciydi. Bir araştırma görevlisi şu belgeleri verdi: (1) önemli diğer durumlar envanteri (ebeveynler, öğretmenler, kardeşler ve yaşıtlar tarafından yapılan olumlu ve olumsuz durumların çocuklar tarafından algılanma sıklığını ölçen); (2) benlik sözü envanteri ( olumlu ve olumsuz benlik sözünü gözden geçiren); ve (3) benlik algısı ölçüsü (derecesi) (okuma ve matematik benlik algılarını gözden geçiren). Veri incelemesi, olumlu benlik sözünün öğretmenlerin övgülerinin görülen sıklığı ile

öğrencilerin okuma benlik algıları arasında aracılık yaptığını ortaya koydu. Ek olarak, olumsuz benlik sözü matematik benlik algısını bildirdi, fakat bu öğretmen durumlarıyla ilgili değildi. Öğretmenler tarafından yapılan olumlu durumlar, olumlu durumlardan olumlu benlik sözüne ve matematik ile öğrenme benlik algılarına giden doğrudan yollar ve olumsuz durumların hiçbir benlik sözü ve benlik algısı için önceden tahmin edilemez olduğu gerçeği tarafından belirtildiği gibi olumsuz durumlardan daha etkilidir.

Yeung ,McInerney ve Russel-Bowie (1999)' nin alan önemi ve içeriği: ön gençlikte alan benlik algısı ve genel öz saygısı arasındaki ilişki ile ilgili yapılan araştırmada alan öneminin alana özel (sözselsel beceri, dış görünüş, karşı cinsle ilişkiler ve dürüstlük gibi) ve genel benlik algısı arasındaki ilişkilerin arasında oynadığı rolü araştırdı. Hoge ve McCarthy (1984) ve Marsh (1986) tarafından yapılan önceki çalışmaların üzerinde durarak, şimdiki çalışma önceki araştırmaların eksikliklerini göstermek amacıyla planlandı. Çalışma önceki çalışmaların dört eksikliğini belirtti, yani örneklendirilen alanlar arasındaki çeşitlilik eksikliği, katılımcıların türdeşliği, alan öneminin temelden yanlış yönlendirilmesi ve önemi değerlendirmek için çok seçenekli dereceler yerine tek dereceli dereceler kullanılması. Önem ve benlik algısı hakkında 168 orta okul öğrencisine de uygulanan, benlik algısının bütün alanlarını bulan çalışma, genel öz saygıyla ilgiliydi ve bu önem genellikle benlik algısı ve genel öz saygının uygun taraflarıyla ilgiliydi. Bazı alanlardaki benlik algısı ve genel öz saygı alanının birey için ne kadar önemli olduğu ve ne kadar önemin değerlendirildiğine dayanır görüldü.

Yağcı (2000)' nın düşük benlik saygısı gösteren border zeka düzeyindeki cerebral palsy'li ergen ve erken erişkinlerle yapılan grupla psikolojik danışmanın benlik saygısı ve anksiyete düzeyine etkisi ile ilgili yapılan araştırma sonucunda düşük benlik saygısı gösteren border zeka düzeyindeki Cerebral Palsy'li ergen ve erken erişkinlerle yapılan grupla psikolojik danışmanın benlik saygısı ve anksiyete düzeyine etkisi incelenmiştir. Yapılan çalışmanın özellikle benlik saygında anlamlı bir farklılık yarattığı, anksiyete düzeyinde belirlenen farklılığın ise istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı söylenebilir.

Okman (1999)'nın ergenlik dönemindeki öfke ifade tarzlarının kendilik ifade tarzları bağlamında incelenmesi ile ilgili yapılan araştırma sonucunda, ergenlerin öfke ifade tarzlarının kendilik imgelerini algılamalarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Söz konusu farklılaşma araştırılırken, ergenlerin öfke ifade tarzlarının ve kendilik imgelerinin yaş,cinsiyete, okul türüne ve anne-babanın eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığını da ilişkisel olarak incelenmiştir.

Araştırmaya, bir anadolu lisesi ve bir resmi lisede okuyan toplam 428 ergen (15 ve 16 yaş grubu) katılmıştır. Veri toplama araçları olarak, Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği ve Offer Kendilik İmgesi Ölçeği kullanılmıştır. Veriler, t testi, tek yönlü varyans analizi (F testi) tekniği, Duncan testi ve Tukey Kramer testi kullanılarak incelenmiştir. Bu analizler sonucunda, olumlu kendilik imgesine sahip ergenlerde, öfke-içte, öfke-dışa ve sürekli öfke boyutlarında azalma, öfke-kontrol boyutunda ise artma olduğu bulunmuştur. 15 yaş grubu ergenlerinin sürekli öfkeye daha eğilimli oldukları, öfke-içte, öfke-dışa ve öfke-kontrol boyutlarının anadolu lisesi lehine farklılaşma gösterdiği saptanmıştır. Annenin eğitim durumunun ortaokul veya lise ve yüksekokul veya üniversite düzeyinde olmasının ergenin öfke-dışa boyutu üzerinde; babanın yüksekokul veya üniversite düzeyinde eğitimi olmasının ise, ergenin öfke-kontrol boyutu üzerinde etkili bir değişken olduğu bulunmuştur. Ayrıca, anne-babanın eğitim durumlarının yüksekokul veya üniversite ve ortaokul veya lise düzeyinde olmasının ve de okul türünün, ergenlerin olumlu kendilik imgesi geliştirmesinde destekleyici değişkenler oldukları saptanmıştır.

Şahin (2000)'nin okul başarısızlığı olan ilköğretim çağı çocukların kişisel düşünme modelleri ile bilişsel süreçleri arasındaki ilişki ile ilgili yapılan araştırma sonucunda, insanlar birbirlerinden farklı özelliklere sahip olarak dünyaya gelmektedir. Bu farklı özellikler bireysel farkları oluşturmaktadır. Bireysel farklar kavramı özellikle bireylerin ilgi alanlarında, öğrenme hızı ve öğrenme yöntemlerinde, yeni bir göreve başlama tarzlarında açık bir şekilde görülebilmektedir. Buradan hareketle diyebiliriz ki bireyler aynı şekilde düşünüp aynı şekilde öğrenmemektedirler.



Araştırmanın amacı okul başarısızlığı olan, 12-15 yaş grubundaki ilköğretim çağı çocuklarının kişisel düşünme modelleri ile bilişsel süreçleri arasındaki ilişkiyi saptamaktır.

Bu araştırma ilişkisel tarama modellerinden, korelasyon türü ilişki arama modelindedir. Araştırmanın evreni 1999-2000 öğretim yılında Sabri Artam Vakfı İlköğretim Okullarındaki 12-15 yaş grubu öğrencilerinden okullarının rehberlik servisinde akademik açıdan başarısız olarak kabul edilen öğrencilerdir. Örneklem grubunu 45'i başarılı 45'i başarısız toplam 90 öğrenci oluşturmuştur. Bu öğrencilere Wechsler Çocuklar İçin Zeka Ölçeği ve Kişisel Düşünme Modelleri Soru Listesi uygulanmıştır.

WISC-R test verileri sonucunda, başarılı ve başarısız olarak nitelenen öğrencilerin bilişsel süreçleri açısından bir farklılık olmadığı ancak kişisel düşünme modelleri açısından farklılaştıkları görülmüştür. Başarısız öğrencilerin öğrenmede kinestetik kanalı, başarılıların ise işitsel kanalı yoğunlukla kullandıkları görülmüştür. Bu durumda kişinin düşünme modeline uygun olmayan öğretim tekniklerinin öğrenme problemlerine yol açacağı bulunmuştur. Kinestetik, görsel ve işitsel kanalların kullanım sırası açısından iki grup arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Dardağan (2000)'nın ilköğretim dönemi çocukların sosyal ve akademik becerilerini geliştirmede yardımcı ebeveyn eğitim programlarının değerlendirilmesi ile ilgili yapılan bu çalışmada, grup halinde ilk öğretim düzeyindeki çocukların anne-baba-çocuk etkileşime yönelik olarak gerçekleştirilmiş olan sosyal ve akademik becerileri geliştirmeye yönelik eğitim çalışmasının etkileri incelenmiştir.

Araştırmanın çalışma evrenini Fenerbahçe Kolejinde eğitimini sürdüren ilkokul öğrencilerinin anne ve babalarından oluşmuştur. Araştırmanın örneklemini, Fenerbahçe Koleji ilkokul öğrencilerinin "aile içi ilişkileri ve akademik becerileri geliştirme programına" katılmaları gönüllük esasına göre 4 anne ve 4 babadan oluşmuştur.



Bu çalışmanın süresi haftada bir 1,5 saat olmak üzere toplam 6 hafta sürmüştür. Çalışmada tek grup ön test-son test modeli uygulanmıştır. Elde edilen veriler Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra Sayıları Testinden alınan sonuçlar verilmiştir.

Uygulamalar süresince yapılan gözlemlere dayanarak, istatistiksel olarak sonuca yansımada da, çalışma grubundaki anne ve babalardan alınan ifadeler, katıldıkları bu eğitim çalışmasının ilk seansından itibaren aile içi etkileşim yani anne-baba-çocuk arasındaki ilişkinin kalitesinin gözle görülür ölçüde değiştiği yönünde olmuştur. Eğitim süresince ailelerin birbirlerinden de çok şey öğrendikleri ayrıca problem olarak gördükleri bazı konuların esasen problem olmadığını veya başka ailelerinde benzer problemleri olduğunu görmeleri onları rahatlattıklarını belirtmişlerdir. Eğitim sırasında ailelerin farkındalıkları geliştikçe, bu gelişimi birbirlerine olan müdahaleler yolu ile de desteklendiği gözlenmiştir.

Araştırmada, toplam yedi alt boyut incelenmiştir. Bu alt boyutlar, ana başlıklar olarak, ebeveynin yaşam yoğunluğunu algılama, ebeveyn-çocuk paylaşımı ve, aile içi etkileşim, disiplin ve itaat tutumları, çocukların sosyal ve genel problem çözme becerileri, çocukların kendi başına derslerle baş edebilme becerileri, çocukların duygusal tepkileri ve özgüven düzeyleridir.

Eğitim çalışması öncesinde ve sonrasında uygulanan ön ve son test çalışması sonuçlarına göre ebeveyn yoğunluğu, ebeveynlerin katılımı ve olumlu geribildirim, aile içi etkileşim, disiplin ve itaat alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Diğer alt boyutlarda; çocukların sosyal ve genel problem çözme becerileri, çocukların kendi başına derslerle baş edebilme becerileri, çocukların duygusal tepkileri ve özgüven düzeyleridir, istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmıştır.

Giancola (2000), büyüme çağındaki gençlerde davranış problemler ile ilgili yapılan araştırma sonucunda Öğrencilerin yanlış davranışları ülke içinde ve bütün dünyada okulları etkileyen bir problemdir. Birçok bölge ve okul, öğrencilerdeki sorunlu davranışlara çare bulmak ve onları düzeltmek için programlar araştırmaktadır. Fakat

başarılı programlar geliştirmek için ilk olarak öğrencilerin yanlış davranışlarını neyin oluşturduğunu, ikinci olarak da neden öğrencilerin bu şekilde davrandığını anlamak önemlidir. Bu çalışmanın denekleri, 8. sınıf öğrencilerinin oluşturduğu ulusal bir örnek olan 1988 Ulusal Eğitim Uzun Süreli Çalışmasının katılımcılarından. Öğrenci davranışlarını açıklayan etkenler 3 zaman noktasında odaklanır- 1988,1990 ve 1992- öğrencilerin 8. sınıftan son okul yıllarına kadar inceler.

Bu çalışmanın sonuçları, sorunlu davranış teorisiyle (Jessor & Jessor, 1977) tutarlı, yanlış davranışları ve varolan zararlı etkenleri kapsayan genel bir yanlış davranış oluşumunun varlığını saptar. Bulunan sonuçlar aynı zamanda, disiplin problemlerinin etkilerinin karmaşık bir etkileşiminin sonucu olduğu ve bu sebeple bireysel olarak değil sistemin içinde tedavi edilmesi gerektiğini söyleyen biyolojik davranış teorisini de (ecological theory of behaviour) destekler.

Bilinen risklerin ilgili önemi ve büyüme çağındaki gençlerin yanlış davranışları üzerine yapılan incelemede, büyüme çağındaki bir gencin akranlarının etkisinin, diğer zamanlardan daha çok lise yıllarındaki öğrenci davranışlarında açıklayıcı olduğu bulundu. Okul arkadaşlarına uymak öğrencileri iyi şekilde davranmaya ittiği ve onlara uyusturucu ve alkole dayanmakta yardımcı olduğu görünüyordu. Diğer taraftan arkadaşlarının olumsuz etkisinin bir öğrencinin davranış problemleri riskini gözle görülür biçimde artırdığı görülmüyordu. Bu araştırmanın sonuçlarının okullara büyüme çağındaki gençlerde davranış problemleri için uygun programlar oluşturmakta yardımcı olarak kullanabilecekleri unutulmaktadır.

Bilgin (2000)' nin ergenlerde kaygı ile benlik arasındaki ilişki ile ilgili yaptığı bu çalışmada, farklı sosyo-ekonomik düzeyde yer alan 12, 13 ve 14 yaşındaki örgün eğitim kurumlarında okuyan ergenlerin kaygı düzeyi ve benlik saygısı düzeyi arasındaki ilişkinin yaşa, cinsiyete, anne-baba birlikte ya da ayrı oluşuna, anne ya da babanın kaybına, sosyo-ekonomik duruma göre farklılaşıp farklılaşmadığı ilişkisel olarak incelenmiştir.

Araştırmanın evreni 12-14 yaş arasında örgün eğitim kurumlarında karma

öğrenim gören ergenler oluşturmaktadır. Adı geçen evrenden sosyo-ekonomik düzey değişkeni temel alınarak, tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile üst sosyo-ekonomik düzeyi temsilen Acıbadem Özel Doğu İlköğretim Okulu, alt sosyo-ekonomik düzeyi temsilen Sarıgazi Hüseyin Tolgacan Sipahi İlköğretim Okulu seçilmiştir. Seçilen okulların 6. 7 ve 8. sınıftaki tüm öğrenciler araştırmanın örneklemini oluşturmuştur.

Araştırma örnekleme, 600'ü alt sosyo-ekonomik düzeyden, 831'i üst sosyo-ekonomik düzeyden olmak üzere toplam 1431 öğrenciden oluşmuştur. Örneklem grubunu oluşturan öğrencilere 2000-2001 eğitim-öğretim yılı Kasım ayı içinde kaygı düzeylerini ölçmek üzere Spielberger Durumluk/Süreksiz-Sürekli Kaygı Envanteri ve benlik saygılarını ölçmek üzere Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri uygulanmıştır.

Öğrencilerin sahip oldukları kimlik özellikleri açısından durumluk-sürekli kaygı ve benlik saygısının farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek üzere istatistiksel açıdan bağımsız (ilişkisiz) grup "t" testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve çift yönlü varyans analizi (MANOVA) teknikleri kullanılmıştır. Bir ve iki boyutlu varyans analizleri sonunda f değeri anlamlı çıktığında, ikili grupların farklılıklarının belirlenmesinde LSD testi yapılmıştır.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre ergenlerin benlik saygısı düzeyleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre ergenlerin durumluk kaygı düzeyleri erkek ergenler aleyhine farklılaşmaktadır. Ergenlerin yaşları yükseldikçe durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri düşmekte, babanın vefatı sürekli kaygıyı arttırmaktadır. Alt sosyo-ekonomik düzeydeki kız ve erkek ergenlerin sürekli kaygı düzeyleri değişmezken, üst sosyo-ekonomik düzeydeki kız ve erkek ergenlerin sürekli kaygı puanları kız ergenler aleyhine değişmektedir. Ergenlerin sosyo-ekonomik düzeyleri arttıkça durumluk kaygı düzeyleri düşmektedir. Ergenlerin sosyo-ekonomik düzeyleri arttıkça benlik saygısı düzeyleri de artmaktadır. Benlik saygısı düzeyi, üst sosyo-ekonomik düzeye sahip kız ve erkek ergenler arasında farklılaşmazken, alt sosyo-ekonomik düzeye sahip erkek ergenlerde kızlara oranla yüksek bulunmuştur.

Özkan (2001)' nın ergenlerin, aile içi psikolojik örüntülere göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi ile ilgili yaptığı araştırmanın amacı, lise öğrenimi görmekte olan ergenlerin, öfke düzey ve tarzlarının, algıladıkları aile içi psikolojik örüntüler bağlamında incelenmesidir. Bu ana amaç çerçevesinde, ergenlerin öfke düzey ve tarzlarının, yaş, cinsiyet, ana baba eğitim seviyesi ve doğum sırası ve tek çocuk olup olmaması değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da araştırılmıştır.

Çalışma, ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır. Araştırmanın örneklemini, İstanbul Kadıköy'de bulunan Şenesenevler ve Hayrullah Kefoğlu Liselerinde 2000-2001 Eğitim-Öğretim yılında öğrenim gören, 15, 16, 17 yaş grubundaki toplam 419 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan ergenlerin, aile içi psikolojik örüntülerini nasıl algıladıklarını ölçmek için "Aile Ortamı Ölçeği" ve öfke düzeylerini ve öfkelerini ifade davranış biçimlerini ölçmek için de "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği" uygulanmıştır. Bu iki ölçekten başka, katılımcıların, yaş, cinsiyet, anne-baba eğitimi, kardeş sayısı gibi değişkenleriyle ilgili bilgi almayı amaçlayan ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır.

İstatistiksel analizlerde iki grup arasındaki ortalama puan farklılıklarının analizi için "student-t" testi, ikiden fazla grubun ortalama farklılıkları için "tek yönlü varyans analizi", Gruplar arası farklılıkları saptamak için de "Scheffe testi" kullanılmıştır. "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz" ve "Aile Ortamı Ölçeği" puanlarının ilişkisi "Pearson Korelasyon Analizi" ve "Çok Değişkenli Stepwise Regresyon Analizleri" ile değerlendirilmiştir.

Verilerin istatistiksel analizi sonunda elde edilen bulguları şöyle özetleyebiliriz: "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği" puanlarının, "Aile Ortamı Ölçeği" ile ilişkisi incelendiğinde, "Aile Ortamı Ölçeği"nin, "birlik-beraberlik" boyutu ile, "öfke içe" ve "öfke dışa" boyutları arasında negatif ilişki, "öfke kontrol" boyutu ile ise pozitif ilişkinin varlığı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

"Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği"nin, "sürekli öfke" ve "öfke kontrol" alt ölçeklerinin "Aile Ortamı Ölçeği"nin "denetim" boyutuyla arasında pozitif zayıf ilişki elde edilmiştir. "Denetim" boyutunun "öfke içe" ve "öfke dışa" alt ölçekleriyle arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

"Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz" ve "Aile ortamı Ölçeği"nin ilişkisinin regresyon modeli olarak açıklanmasında, bağımlı değişken olarak "sürekli öfke" alındığında, bu değişkeni açıklayan modelin, "denetim" ve "birlik-beraberlik" bağımsız değişkenleri ile açıklandığı görülmüştür. "Birlik-beraberlik" boyutu bu modeli negatif olarak etkilemektedir.

Bağımlı değişken olarak, "öfke içe" alındığı zaman, bu değişkeni açıklayan modelin, "denetim" ve "birlik-beraberlik" bağımsız değişkenleri ile açıklandığı ve "birlik-beraberliğin" modeli negatif olarak etkilediği görülmektedir.

Bağımlı değişken olarak "öfke dışa" alındığı zaman bu değişkeni açıklayan modelin "birlik beraberlik" değişkeni ile açıklandığı ve bu değişkenin modeli negatif olarak etkilediği saptanmıştır.

Son olarak "öfke kontrol" boyutu, bağımlı değişken olarak alındığı zaman bu değişkeni açıklayan modelin, "birlik-beraberlik" değişkeni ile açıklandığı ve modeli pozitif olarak etkilediği görülmektedir.

Özetle, aile ortamında algılanan birlik-beraberlik duygusunun, ergenlerde sürekli öfke, içe ve dışa yönelen öfkeyi azaltıcı ve öfke kontrol davranışını da arttırıcı bir etkiye sahip olduğu sonucu çıkmıştır. Aile ortamında algılanan denetimin ise ergenlerin sürekli öfke düzeyini arttırdığı, öfkelerini içe yöneltme ve kontrol altında tutma davranışını da güçlendirdiği bulunmuştur.

Araştırmada, "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği" nin, "sürekli öfke", "öfke içe", "öfke dışa", öfke kontrol" alt ölçeklerinin ortalama değerleri incelendiğinde, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı (  $P > 0.05$  düzeyinde) bir farklılık elde edilmemiştir.

"Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği"nin 15, 16, 17 yaş gruplarına göre farklılıkları incelenmiş ve sadece "öfke dış" alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuştur. Farklılığın kaynağını bulmak için "Post-Hoc" (Scheffe testi) karşılaştırması yapılmış ve "Öfke Tarz Ölçeği"nin "öfke dışa" alt boyutunda, 15 ve 17 yaş grupları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir fark elde edilmiştir. Buna göre 15 ve 17 yaş grupları arasında, 0.05 düzeyinde, "öfke dışa" alt boyutunda 17 yaş grubunun lehine anlamlı bir fark vardır. Bunun anlamı, 17 yaş grubu ergenlerinin öfkelerini, 15 yaş grubu ergenlerine göre daha fazla dışa yönelttikleridir.

Anne ve babaların eğitim düzeyinin, ergenlerin sürekli öfke ve öfke ifade davranışlarını etkileyen bir değişken olup olmadığı araştırılmış ve anne ve babanın ilköğretim, ortaöğretim veya yükseköğretim görmüş olmasının ergenin öfke düzey ve davranışını etkileyen bir değişken olmadığı bulunmuştur.

Ergenlerin öfke düzey ve davranışının, doğum sırasına (ilk, ortanca veya son çocuk olmak) göre farklılık göstermediği bulunmuştur.

Araştırmada son olarak, ergenin ailede tek çocuk veya kardeş sahibi olması, öfke düzey ve davranışlarını etkileyen bir etmen olarak bulunmamıştır.

Aile Araştırma Vakfı (1996)'nın Türk ailesinde adölesanların sorunları ve bunlara ilişkin politikalar ile ilgili yapmış oldukları bu araştırma ülke çapında 26 ilde kentsel ve kırsal kesimden, ergen, öğretmen, işveren-ustabaşı ve ergenlerin anneleri ile görüşülmek suretiyle yapılmıştır.

Araştırmanın konusu, ergenlerin başlıca sorunlarının neler olduğunu, bu sorunların farklı kesimlerdeki ergenlerde ne yönde değiştiğini ve nasıl bir öncelik taşıdığını, hangi sorunların nasıl çözüldüğünü ve nasıl çözümlenmesinin beklendiğini, gerek ergenlerin kendileri, gerekse onların yakın çevrelerini oluşturan anneleri, öğretmenleri, işverenleri nezdinde tespit etmektir. Araştırmanın somut amacı, Türkiye'deki ergenlerin sorunlarının, beklentilerinin ve çözüm önerilerinin çok yönlü bir saptamasını yapmak ve elde edilen verilere dayanılarak, ergenlere yönelik gerçekçi ve



etkin bir politika ile hizmet modeli oluşturmaktır.

Türk toplumunun genç nüfuslu bir toplum olması; toplumların gelişme potansiyelinin en önemli unsurunu oluşturan genç nüfusun sağlıklı, üretken ve nitelikli olmasının gelecek açısından hayati önemi; gençlerin gelişmiş ülkelerdeki gençlerin yaşadıkları bunalımlara düşmesini engelleyici ve aile bütünlüğünün devam etmesini sağlayıcı önlemlerin alınabilmesinin önemi ve problem alanlarının doğru bir şekilde tespit edilmesiyle uygulanabilir çözüm yollarına ulaşılması bu araştırmanın gerekçeleri olarak ortaya konmuştur. Bu araştırma ile hem ergen gençliğin tümüne özgü, tümünün karşılaştığı sorunların neler olduğu ve bunların öncelik sıralaması ortaya çıkmış, hem de bu gençliğin farklılaşan kesimlerinin, farklılaşan sorunların ve bunların öncelik sıralamasının neler olduğu belirlenmiştir.

Araştırmanın önemli bulguları şunlardır : Ergenlere göre Türkiye'nin en önemli sorunları sırasıyla terör (%70), işsizlik (%52) ve ekonomik sorunlardır. Diğer sorunlar arasında politikacıların niteliksizliği (%16), eğitim yetersizliği / eğitime gerekli önemin verilmeyişi (%16), uyuşturucunun giderek yaygınlaşması (% 14)dir.

13-18 yaş grubundaki gençlerin karşılaştıkları en önemli sorunlar olarak sigara (%55), kötü arkadaşlar edinme (%27), işsizlik (%26), uyuşturucu (%24), alkol kullanımı (% 22), kendine güvensizlik (% 21), ailenin ilgisizliği (%13), okulda başarısız olma (%11), ailenin baskısı (%11), çevre baskısı (% 10), büyüklerin anlayışsızlığı (% 9), toplumun kız-erkek arkadaşlığına izin vermemesi (% 8.8), gençlere güvenilmemesi (%9), söz hakkı tanınmaması olarak sayılmıştır.

Ergenler dert ve sorunlarını en çok kız veya erkek arkadaşları ile paylaşmaktadır. Ergenlerin % 25'i sorunlarını en çok erkek arkadaşlarıyla % 23'ü kız arkadaşları ile paylaştığını belirtmiştir. Anneler ile paylaşma oranı % 23, babalar ile % 3, kız kardeşler ile % 10, erkek kardeşler ile % 3'tür. Hiç kimse ile paylaşmayanların oranı % 8'dir. Öğretmenlerle paylaştığını söyleyenlerin oranı % 0.4, rehber öğretmen / psikolojik danışmanlarla paylaşanların oranı ise %0 0.1'dir.



Ergenler annelerinin ve babalarının öncelikli olarak hoşgörölü / anlayışlı, sabırlı ve arkadaş gibi davranan bir kişi olmasını istemektedir. Yarıdan çoğu (% 55) annenin dışarıda çalışıyor olmasının gençlerin ergenlik döneminde daha çok sorunla karşılaşmalarına neden olduğunu düşünürken 26'sı bu inançta değildir. % 20' si ise bu konuda görüş bildirmemiştir.

Ergenler kendilerini en çok yenilikçi/ yenilikten yana olma (% 54.4), alın yazısına inanan bir kişi (%44), modern (% 36), idealist (% 35) sıfatları ile tanımlamışlardır. Hayatta en şok değer verdikleri şeyler aile (% 75), arkadaşlar (% 43), çalışma (%20), eğitim (%17), sevgi (% 15), dostluk (%13), aşk ve sevgililer (% 11) ile kendisi (% 10)' dir. Büyük bölümü kendi gelecekleri konusunda iyimserdir. Daha iyi olacağını söyleyenlerin oranı %36, biraz daha iyi olacağını söyleyenlerin oranı %31, farklı olmayacağını söyleyenlerin oranı % 8, daha kötü olacak diyenler %2'dir. Yine %2' si de gelecekteki hayatlarının bugünküne göre nasıl farklılaşacağı konusunda bir fikir sahibi değildir.

Ergenlerin okuma alışkanlıklarının oldukça düşük olduğu gözlenmektedir. Her fırsatta kitap okuduklarını belirtenler bütün ergenlerin sadece %17'sini oluştururken ergenlerin %29'u arada bir, %17' si de nadiren kitap okuduklarını söylemektedirler. Hiç kitap okumadıklarını ifade edenlerin oranı ise % 27 gibi oldukça önemli bir düzeydedir.

Eryüksel (1996)' in ana-baba ve ergen ilişkilerinin davranışsal aile sistemleri modeline göre değerlendirilmesi ile ilgili araştırmasında davranışsal-Aile Sistemleri modeline temellendirilmiş bir ölçek olan Ana-Baba ve Ergen İlişki Envanterinin (PARQ) çevirisi yapılmış, iç tutarlığı, faktör yapısı ve kriter geçerliğı incelenmiştir. Araştırmaya normal ve psikiyatrik örneklemelerden 12-18 yaşları arasında, orta sosyo-ekonomik düzeydeki ailelerden gelen 259 ergen, 254 anne ve 204 baba olmak üzere toplam 717 denek katılmıştır. PARQ alt ölçeklerine ait iç tutarlık katsayıları gerek ergenler gerek anne-babalar için çoğunlukla .70 ve üstünde çıkmıştır. Faktör analizi, PARQ'nın, modelde öngörüldüğü ve orijinalinde de ortaya çıktığı gibi, Açık Çatışma/Beceri Yetersizlikleri, Bilişler/İçselleştirilmiş İnançlar ve Aile Yapısı olmak üzere üç faktörden oluştuğunu göstermiştir. Normal ve psikiyatrik sorunu olan ergen ve

ailelerinin karşılaştırıldığı kriter geçerliği sonuçları ise, aileyi olumlu görme ve/veya gösterme eğiliminin özellikle ana-babalar için kontrol edilmesi gereken önemli bir değişken olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmadan elde edilen bulgular ayrıca PARQ'nın orjinal güvenirlik ve geçerlik çalışmasından elde edilen bulgularla karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Şahin ve Güvenç (1996)' in ergenlerde aile algısı ve benlik algısı ile ilgili olarak yapmış oldukları bu çalışmada ergenlerin aileye ve benliğe ilişkin algı boyutları, cinsiyet ve eğitim türüne göre karşılaştırılmıştır. Kök Aile ölçeği ile Benlik Algısı ölçeğinin kullanıldığı araştırmada; erkekler, kızlara kıyasla, ailede herkesin birbirini daha iyi anladığını, çatışmanın daha olumlu bir şekilde çözümlendiğini düşünmektedirler. Kızlar ise erkeklere kıyasla, aile üyelerinden birinin kaybına ilişkin üzüntünün daha rahat konuşulduğunu belirtmişlerdir. Eğitim türü açısından bakıldığında, dini eğitim görenlerin, laik eğitim görenlere kıyasla aileyi tüm boyutları açısından daha olumlu algıladıkları izlenmektedir. Öte yandan, duygusal genişlik - çeşitlilik alt boyutunda cinsiyet ile eğitim ortak etkisi gözlenmiştir. Benlik algısına ilişkin sonuçlara göre; erkeklerin fiziki görünüm, atletik yeterlilik, akademik yeterlilik, iş de yeterlilik ve bütünsel özdeğer boyutlarında kendilerini kızlara göre daha olumlu algıladıkları saptanmıştır. Eğitim türü açısından ise; dini eğitim görenlerin fiziki görünüm, sosyal kabul, akademik yeterlilik ve özdeğer algıları laik eğitim görenlere göre daha yüksek bulunmuştur. Benlik algısının sosyal kabul ve işte yeterlilik boyutlarında cinsiyet ve eğitim türü ortak etkisi gözlenmiştir.

Nevruz (1999)' un çocukların okul başarısında aile ve çevresel faktörlerin rolü. orta ikinci sınıf öğrencileri ile ilgili yapmış olduğu bu çalışmanın temel amacı , farklı sosyal-ekonomik yapıya sahip ailelerin çocuklarının okul başarıların da farklı olmadığını araştırmaktır.

Sosyo- ekonomik farklılığı olan ailelerin çocuklarının başarısızlık sorunlarının ve bu sorunların çözümünde okul yöneticilerine, aile ve topluma düşen görevlerin neler olduğunu çıkarmaktır.

Bu çalışmanın birinci bölümünde başarının tanımı, okul başarısı, okul başarısızlığı, başarı korkusu, şartları, amacı ve ölçülmesi ele alınmıştır. İkinci bölümde ise okul başarısını etkileyen faktörler ele alınmıştır. Aile ve çevresel faktörlerin etkisi ele alınarak incelenmiştir. Ferdi psikolojik faktörler ise okul başarısında önemli bir yer tutmaktadır. Ayrıca bu çalışma ile ilgili araştırma ve yayınlara da yer verilmiştir.

Üçüncü bölümde ise ortaokul ikinci sınıfa devam eden öğrenciler ile yapılan anket uygulaması ve değerlendirmesi yer almaktadır. Araştırma 1997-1998 öğretim yılı haziran ayı içerisinde Milli Eğitim Bakanlığı' na bağlı devlet ve özel okullar dahil edilmiştir. Anket İstanbul'un bazı semtlerinde 450 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. Anket sonuçlarından elde edilen bulgulara göre anne ve babanın eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencinin de başarı düzeyinin yükseldiği görülmüştür. Babaları daha kazançlı ve yüksek kariyerli mesleklere sahip olan çocuklar, daha az kazançlı ve eğitim düzeyi düşük mesleklere sahip olan babaların çocuklarına göre daha başarılı olduğu belirlenmiştir. Meskenin konumu gelir farklılıkları, öğrencinin aldığı harçlık miktarı, tatil turu ve okul türleri arasında anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir.

Karakuş Atay (1999)' ın üstün yetenekli olan ve olmayan ergenlerin algıladıkları anne baba tutumları ile uyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ile ilgili olarak yapmış olduğu bu araştırmanın amacı; üstün yetenekli olan ve olmayan ergenlerin, çocukluk dönemlerine ilişkin olarak algıladıkları anne-baba tutumları ile uyum düzeyleri arasında ki ilişkileri araştırmaktır.

Araştırmada, ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma grubu, 1999-2000 öğretim yılında Atatürk Fen Lisesi ikinci sınıflarında okuyan 113 üstün yetenekli ergen ile, genel bir lise olan Mehmet Beyazıt Lisesinde okuyan 96 ergenden oluşmaktadır.

Ergenlerin uyum düzeylerini belirlemek için "HKE", anne-babanın çocuk yetiştirme tutumlarını belirlemek için de "AAD" Envanteri" kullanılmıştır.

Üstün yetenekli ergenler ile üstün yetenekli olmayan ergenlerin uyum düzeyleri arasında bir farklılık olup olmadığı; Bağımsız Grup t Testi ile sınanmıştır. Aynı şekilde

iki grubun anne-babaları için algıladıkları çocuk yetiştirme tutumları arasında anlamlı bir fark olup, olmadığı da yine Bağımsız Grup t Testi ile sınanmıştır. Üstün yetenekli olan ve olmayan ergenlerin anne-baba tutumları ile, uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi sınamak için ise, "Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı" tekniğinden yararlanılmıştır.

İstatistik işlemler sonucunda; üstün yetenekli ergenlerin akranlarından daha uyumlu olduğu ve anne-babalarını tutarlı disiplin uygulayan, ilgili ve şefkatli, amaçlarına ulaşmada onları destekleyen ebeveynler olarak algıladıkları, üstün yetenekli olmayan ergenlerin ise, anne-babalarını; başarı için baskı uygulayan, ebeveynler olarak algıladıkları tespit edilmiştir.

Üstün yetenekli ergenlerin anneleri için; başarı için baskı, ayrıcalıklardan yoksun bırakma, ilgi - şefkat göstermeme davranışlarını algıladıklarında sosyal uyumları bozulurken, fiziki ve duygusal ceza ile koruyucu tutumları algılamalarında ise, bütün uyum boyutları bozulmaktadır.

Diğer yandan, amaçlara ulaşmada yardımcı olma davranışını anne için algılamadıklarında uyumları bozulmayan üstün yetenekli ergenin, aynı davranışı baba için algılamadığında uyumu bozulmaktadır.

Standartların belirsizliği yada disiplinin tutarsızlığı ise, üstün yetenekli ergenin uyum düzeyini etkilememiştir.

Özcan (2000)' nin felaketlerden etkilenen ergenlerin psikolojik sağaltımına ilişkin bir grup rehberlik programı ile ilgili olarak yapılan bu araştırmanın amacı, Doğal afetlerle karşılaşmış ergenlerin psikolojik sağaltımına ilişkin altı oturumluk bir grup rehberliği programını hazırlamaktır. Hazırlanan bu grup rehberlik programını 17 kişilik bir grup liseli ergene uygulamak ve bu programın ergenlerin, Post Travmatik Stres düzeyleri ile durumluk ve süreklilik kaygı düzeylerine olan etkisini araştırmaktır.

Araştırmada kullanılan araştırma modeli "Tek Grup Ön-test ve Son-test

Modeli"dir. Bu model, gelişi güzel seçilmiş bir tek gruba bağımsız değişken veya değişkenlerin uygulanması ve sonucun bağımlı değişken üzerinde ölçülmesi, ile oluşan tek gözlemlili modele denir.

Araştırmanın örneklemini, 17 Ağustos depremini İstanbul'da en fazla hisseden Avcılar ilçesinden random olarak seçilen 50. Yıl İnsa Lisesi dokuzuncu ve onuncu sınıf öğrencilerinden random olarak seçilen 17 öğrenciden oluşmuştur. Araştırmanın amaçları doğrultusunda verileri toplamak için : Bireyi Tanıma Çizelgesi, Post Travmatik Stres Bozukluğu Envanteri, Durumluk Kaygı Envanteri ve Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde, Deney grubundaki deneklerin stres ve kaygı düzeylerini belirlemek için Post Travmatik Stres Bozukluğu ölçeği, Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçekler yapılan deneysel işlemde önce ve sonra uygulanarak elde edilen verilere Deney grubun ön-test ve son-testleri arasında bir fark olup olmadığını bulmak için Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler İşaretlenmiş Sıra sayıları Testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucuna göre, Deprem yaşantısı geçirmiş gruba uygulanan post travmatik stres bozukluğu ölçeği, durumluk kaygı ölçeği ve sürekli kaygı ölçeğinin ön-test puanı ortalamaları ile son-test puanı ortalamaları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Karaca (2000)' nin duygusal istismara uğramış ergenlerin bazı kişilik özelliklerinin incelenmesi ile ilgili yapmış olduğu bu araştırmanın temel amacı; ergenlerin algıladıkları duygusal istismar ile bazı kişilik özellikleri (uyarlık, duyguları anlama, şefkat gösterme, kendini suçlama, ilgi görmeyi isteme, özerklik) arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Bunun için, ergenlerin algıladıkları duygusal istismar düzeyine ve kişilik özelliklerine bakılmıştır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırmanın verileri Kocaeli ilinin Gebze ilçesinde bulunan Gebze Anadolu Lisesi, Sarkuysan Lisesi, Ahmet Parmaksızoğlu Ticaret Lisesi'ne devam eden 126

ergenden elde edilmiştir.

Ergenlerin algıladıkları duygusal istismar düzeyini belirlemek için "Anne-Baba / Genç İlişkileri Envanteri (Perception of Psychological Maltreatment Inventory for Adolescents), kişilik özelliklerini belirlemek için "Edwards Kişisel Tercih Envanteri" (Edward's Personal Preference Schedule) kullanılmıştır.

Anne-Baba / Genç İlişkileri Envanteri puanları üç gruba bölünmüş ve üç farklı düzeyde algılanan duygusal istismar grupları oluşturulmuştur. Bu üç farklı düzeydeki algılanan duygusal istismar ile ergenlerin bazı kişilik özellikleri, yaş, kardeş sayısı, eğitim durumu, ailenin ekonomik düzeyi, bir boyutlu varyans analizi ile sınanmıştır. Cinsiyete göre, ergenlerin algıladıkları duygusal istismar puanları ortalamaları arasındaki farka t testi ile bakılmıştır.

Ayrıca, ergenlerin algıladıkları duygusal istismar puanları ile kendini suçlama alt testi puanları arasındaki ilişkiyi sınamak için ise Pearson Çarpım Momentler Korelasyonu tekniğinden yararlanılmıştır.

İstatistik işlemler sonucunda, ergenlerin anneden ve babadan algıladıkları duygusal istismar düzeyine göre, kendini suçlama puanları arasında; ayrıca annenin eğitim düzeyine göre ergenlerin anneden algıladıkları duygusal istismar puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Buna karşılık ergenlerin algıladıkları duygusal istismar ile,duyguları anlama, şefkat gösterme, ilgi görmeyi isteme ve özerklik puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı anlaşılmıştır. Ayrıca, yaş, cinsiyet, ekonomik durum, kardeş sayısı, babanın eğitim durumu gibi değişkenlerin ergenlerin anne ve babalarından algıladıkları duygusal istismar puanlarını etkilemediği bulunmuştur.

Pervin (2001)' nin ergenlik döneminde mesleki karar verme olgunluğunun incelenmesi ve "mesleki karar verme eğitimi programı"nın etkisinin araştırılması ile ilgili olarak yapmış olduğu bu araştırmanın ilk bölümünde, "ilişkisel tarama modeli"



kullanılarak ergenlerin mesleki olgunluk düzeyleri ile benlik kavramları, aile ortamını psiko-sosyal algılayışları, bazı akademik ve demografik değişkenler arasında ilişki olup olmadığı incelenmiş; ikinci bölümünde ise, “Solomon Dört-Grup Deneysel Modeli” uygulanarak “Mesleki Karar Verme Eğitim Programı”nın etkisi araştırılmıştır.

Araştırmanın tarama bölümünün örneklemini, İstanbul ili içinde öğretim yapan resmi ve özel liselerden rastgele çekilen, 20 resmi ve 10 özel olmak üzere toplam 30 lise ve bu liselerden “küme örnekleme” tekniği ile elde edilen 2576 lise 1., 2. ve 3. sınıf öğrencisinden, değerlendirmeye alınan 2434 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın deneme bölümünün örneklemini ise, çalışmanın birinci bölümünün örneklemini olan liselerden birinin tarama bölümüne katılmış ve katılmamış olan 2. sınıf gönüllü öğrencilerin içinden rastgele seçilen 10’ar kişilik 2 deney ve 10’ar kişilik 2 kontrol grubu öğrencisi oluşturmuştur.

Araştırmanın birinci bölümünün verilerini toplamak için “Mesleki Olgunluk Envanteri (Yeterlilik Testi, Kendini Tanıma Alt-testi)”, “Piers-Harris Öz-Kavram Ölçeği”, “Aile Ortamı Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” araçları kullanılmıştır. İkinci bölümünde ise, araştırmacı tarafından hazırlanmış olan “Mesleki Karar Verme Eğitim Programı” uygulanmıştır.

Elde edilen bulgular, tek-yönlü ve üç-yönlü varyans analizleri, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı istatistik tekniklerine göre analiz edilmiştir. Bulgulara göre, mesleki olgunluk ile öz-kavram verilerinin toplamı ve altı alt-boyutu arasında; mesleki olgunluk ile ailenin psiko-sosyal algılanışı verilerinin iki alt-boyutu arasında; mesleki olgunluk verileri ile örneklemin akademik başarısı, cinsiyeti, anne-baba eğitim düzeyi, kendi eğitim düzeyi (1., 2., 3. sınıf olması) ve lise türü (resmi ya da özel) arasında .01 ve .05 manidarlık düzeyinde anlamlı derecede ilişki bulunmuştur. Ancak, mesleki olgunluk düzeyi ile okullarda rehberlik servisinin olup olmaması arasında anlamlı derecede ilişki bulunamamıştır. Araştırmanın deneysel bölümünün analizine göre, “Mesleki Karar Verme Eğitim Programı”nın, deney grubunun mesleki olgunluk düzeyini yükselttiği ortaya çıkmıştır.



Cicchetti ve Toth (1999)' un çocuk ve gençlerde depresyonun gelişimi ile ilgili yapmış olduğu araştırmada gelişimsel psikopatoloji perspektifi depresyona dönüşen depresotipik organizasyonun engellenmesi ve depresyon ortaya çıktığında da tedavisi için önemli ipuçları sağlar. Depresyonlu ebeveynlerin çocuklarının ve depresyonlu çocuk ve gençlerin psikolojik ve biyolojik gelişimsel yapılarının organizasyonunu anlama, semptomların anlamını kavrama, farklı kişilerin farklı terapilerden nasıl faydalanacağını anlama açısından çok önemlidir.

Depresotipik organizasyon bebeklik döneminde başlayabileceği için, erken döneme yönelik önleme çalışmaları, gelişim basamaklarında ilerlemenin başarılı olması için önemli olacaktır. Aileye özgü pek çok faktörün depresyonun ortaya çıkmasındaki rolü bilinmektedir. Bu nedenle aile destek programları çocuğun daha yetkin olmasını sağlayarak depresyonun ortaya çıkmasını engelleyecek ve toplumsal oranlarda düşüş sağlanacaktır.

Depresyonlu ailelere sağlanacak önleyici destek programlarının uygulanabilmesi için, sosyal ve sağlık politikalarında değişiklikler yapılması gerekecektir. Depresotipik organizasyonun oluşmasında rol alan faktörlere yönelik önleme ve destek programları depresyonun ortaya çıkmasını engelleyebilmesi açısından önemlidir.

Erol (1999)'un İlköğretim öğrencilerinde bilimsel ve sosyal tutum (Adapazarı örneği) ile ilgili yapılan bu araştırmada, ilköğretim okulu II. Kademe öğrencileri bilimsel ve sosyal tutum geliştirme açısından değerlendirilmiştir. Öğrencilerin bilimsel ve sosyal tutum geliştirmelerini değerlendirirken öğrenci ve öğretmenlere iki ayrı anket uygulanmıştır. Öğrenci ve öğretmenlerin tutum geliştirmeye ilişkin farklı değerlendirmeleri incelenmiştir. Ayrıca kız ve erkek öğrenciler arasında tutum geliştirme farkı olup olmadığı araştırılmıştır.

Araştırma Sakarya İli'nde sosyo-ekonomik düzeyleri düşük, orta ve yüksek olmak üzere üç ilköğretim okulunda yapılmıştır. Bu okullardan son sınıflarda okuyan, tesadüfen seçilmiş 60 kız ve 60 erkek öğrenciye anket uygulanmıştır. Ayrıca bu okulda

görevli 30 öğretmenin öğrencilere ilişkin değerlendirmesi de bir anketle tespit edilmiştir.

Araştırmada bilgi toplama aracı olarak öğrenci ve öğretmenlere uygulanan içeriği aynı, fakat soruları farklı iki anket kullanılmıştır. Ankette sosyal ve bilimsel tutumlara ait 27 soru bulunmaktadır.

Araştırmanın amacı, ilköğretim okulu öğrencilerinin bilimsel ve sosyal tutumları ne ölçüde geliştirdiklerini, öğrenci ve öğretmen açısından tespit etmektir. Bu tespit sayesinde, bu tutumların geliştirilmesine yönelik yeni program geliştirme çalışmalarına gidilebilir; öğretim yöntem ve tekniklerinde değişiklikler yapılabilir ve öğretmenlerin rol ve tutumları değerlendirilebilir.

Araştırmanın bulgularına göre, öğrencilerin tutum gelişimi açısından kendi değerlendirmelerinde genel olarak orta ve yüksek düzeyler çıkmıştır. Öğretmenlerin değerlendirmelerinde öğrencilerin bilimsel ve sosyal tutumları genel olarak orta ve yetersiz düzeyde geliştirdikleri tespit edilmiştir. Öğrencilerin ve öğretmenlerin tutum gelişimi değerlendirmeleri genelde farklıdır. Kız ve erkek öğrencilerin tutum geliştirme düzeylerinde ise genelde anlamlı farklar yoktur.

Mungay (2002)'ın İstanbul ilinde 10 –13 yaşındaki çocuklarda gelişim ve bedensel kontrolün araştırılması ile ilgili çalışmamızda, 10-13 yaşları arasındaki çocukların bedensel koordinasyonunu ölçecek bir test araştırılmış ve Beden Koordinasyon Testi (KTK)'nin uygulanmasına karar verilmiştir.

Araştırmanın evreni İstanbul ilindeki ilkokullar ve **ilköğretim** okullarındaki öğrencilerdir. Norm çalışması kapsamında araştırmanın örneklemini 46 okuldaki, 10-13 yaşlarındaki 120 çocuk oluşturmuştur.

Beden Koordinasyon Testi'nin itemleriyle kavranıp anlaşılabilen "bedenine hakim olmak" motor davranışın temel boyutlarından biridir. Beden Koordinasyon Testi

ile günlük motor davranışlarda gözlenemeyen, bedene hakim olmadaki bozukluklar ortaya çıkarılabilir.

Kiphard and Schilling tarafından, 1970 yılında yayınlanan Ham-Marburg Bedeni Koordinasyon Testi daha sonraki yıllarda birçok kurumda denenmiştir. Daha sonra, hareketlerin sayısı ve testte kullanılacak materyal en aza indirilmiş, eğitim dokümanları üzerinde çalışılmış, test son biçimini almış ve KTK olarak adlandırılmıştır. Bu çalışmamızda kullanılan test, Kiphard ve Schilling tarafından geliştirilen "Körper Koordinations Test Für Kinder" yani KTK olarak adlandırdığımız Beden Koordinasyon Testidir. Uygulamada, testin ülkemizde geçerli ve güvenilir olup olmadığı araştırılmış ve İstanbul ili için norm çalışması yapılmıştır.

Sonuç olarak, KTK ölçeğinin yapı geçerliğini belirlemek için öncelikle faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin dört boyutu da koordinasyon faktörüyle yüksek ilişki (0.53-0.84) göstermektedir. Boy ile KTK1 & geriye doğru dengede kalma boyutu hariç tüm koordinasyon boyutları ve koordinasyon toplamı arasında ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Deneklerin boyları arttıkça koordinasyonları da artmaktadır. Ağırlık ile KTK2 & tek ayak atlama boyutu arasında ilişki vardır, diğer koordinasyon boyutlarının ağırlık ile ilişkisi yoktur. Yaş ile tüm koordinasyon boyutları ve koordinasyon toplamı arasında ilişki olduğu görülmektedir. Deneklerin yaşları arttıkça koordinasyonları da artmaktadır. KTK3& sağa sola sıçrama için koordinasyon performansı deneklerin yaşlarına ve cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır. KTK4& yanlara yer değiştirme için koordinasyon performansı deneklerin yaşlarına göre farklılaşmakta, cinsiyetlerine göre ise farklılık göstermemektedir.

Aydın (1991) araştırma bulgularında, aile yapısının ve aile içi ilişkilerin yada olumsuz yönde etkilediği, ayrıca babaları yüksek eğitim görmüş ergenlerin kendini kabul düzeylerinin anlamlı bir biçimde yüksek olduğunu saptamıştır.

Aile ortamı ile ilgili bir başka çalışmada Aydın ve Öztütüncü (2001) tarafından 16 -17 yaşlarında 311 öğrenci ile yapılmış ve ergenlerin olumsuz ve depresif ruh hallerinin aile ortamlarında algıladıkları birlik beraberlik ve denetim ile ilişkisi

arttırılmıştır. Araştırma bulguları aile içinde daha fazla birlik beraberlik algılayanların daha az olumsuz düşüncelere sahip olduklarını, düşük birlik beraberlik algılayanların ise olumsuz kişilik özelliklerine daha yatkın olduklarını saptamışlardır. Ailede algılanan kontrol ve denetim, Batı ailelerinde yapılmış benzer çalışmaların aksine, ergenin olumsuz düşünce ve yapısıyla bağlantılı bulunmamıştır. Bu durum araştırmacılar tarafından, Türk ailelerinde çocukların denetlenmesinin sevgi ve koruma işareti olarak görülmesine bağlanmıştır.



### III. YÖNTEM

Bu bölüm, sırasıyla Araştırma Modeli, Araştırma grubu, Araştırma Süreci, Veri Toplama Araçları, İstatistiksel Çözümler konularını içermektedir.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, gerçek deneme modeline göre düzenlenmiş “tek grup öntest sontest” gruplu bir çalışmadır. Tek grup öntest sontest modelinde random yansız örnekleme ile seçilen gruba bağımsız değişken hem deney öncesi (öntest), hem deney sonrası (sontest) ölçmeler yapılır. Modelin simgesel görünümü aşağıdaki gibidir;

G      R      O1      X      O2

Burada G : Grup, R : Grupların oluşturulmasındaki yansızlık, X Bağımsız değişken düzeyi ( Grupla Psikolojik Danışma uygulaması ) ve O : Ölçmedir ( Problem Tarama, Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği, Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği PARI ölçeklerinin uygulanması). Modelde  $O2 > O1$  olması halinde “X”den dolayı olduğu kabul edilir (Karasar, 1986).

#### 3.2. Öntest - Sontest Grubu

Bu araştırma, Ümraniye ilçesindeki Birlik İlköğretim Okulu yedinci sınıf öğrencileri üzerinde yapılmış bir çalışmadır.

Tüm yedinci sınıf öğrencilerine problem tarama envanteri uygulanmıştır. Problem tarama sonucunda yüksek puan alan öğrencilerle sınıflar düzeyinde genel bir toplantı yapılarak grupla psikolojik danışma çalışması yapılacağı duyurulmuştur. Gönüllü olarak katılmak isteyen öğrenciler isimlerini, sınıflarını ve katılmak istediklerini belirten başvuru formunu doldurduktan sonra öğrenciler arasında yansız olarak kura seçimi yapıldı ve grup 15 öğrenci olacak şekilde belirlendi. Öğrencilerin cinsiyetleri, yaşları, sınıf düzeyleri, öntest ve sontest Problem Tarama Envanter puanları, öntest ve sontest Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı ölçek puanları, öntest ve sontest Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI) puanları “Bulgular” kısmında verilmiştir.

Öntest – sontest grubunun sınıflar düzeyinde, sınıf ve yaş grupları aynı olduğundan ve gruplara yansız olarak atandıklarından dolayı değişkenlerin *fiziksel kontrolünün* sağlanmış olduğu kabul edilebilir (Karasar, 1986).

Değişkenlerin *istatistiksel kontrolü* ise; problem tarama envanteri, pierse harris çocuklarda öz-kavramı ölçeği ve ana baba tutum ölçeği (PARI) öntest – sontest puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı test edilerek sağlanmıştır (Karasar, 1986).

Problem tarama envanteri, pierse harris çocuklarda benlik kavramı ölçeği ve Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI) öntest – sontest puanları için yapılan fark testi sonuçları ve grupların varyansları için yapılan fark testi sonuçları “Bulgular” kısmında verilmiştir.

### 3.3. Araştırma Süreci

Bu araştırmaya 2001 yılının Ekim ayında başlanmıştır. Öncelikli amaç, grupla psikolojik danışmada “ özel amaçlı bir grup çalışması ” (Volkan-Acar, 1995) olarak uygulanacak olan programın geliştirilmesi olmuştur. Bu amaçla ön ergenlik dönemiyle ilgili literatür, bu dönem için hazırlanmış programlar ve uygulamalar incelenmeye başlanmıştır. Uygun programın hazırlanabilmesi ve öğrenci problemlerinin tespit



edilebilmesi için Problem Tarama Envanteri (Ortaokullar için) uygulanmıştır. Çıkan problem alanları dikkate alınarak grup oturumları planlanmış, uygulanacak testler araştırılmıştır.

Grup oturumları Aralık 2001 yılında başlayıp – Şubat 2002 yılında bitti. Grup oturumları her hafta Çarşamba günü 10:30 – 12:00 saatleri arasında yapıldı ve dokuz oturumla son buldu

Danışman, grup sürecinin her aşamasında tüm uygulamalara katılmış, kendini samimiyetle açma davranışını göstermiş ve yeri geldikçe duygu ve düşüncelerini paylaşmıştır. Grup oturumları sonunda her üyenin duygu paylaşımının sağlanması için “*bugün buradan ne aldım duygu paylaşımı yapılarak*” ayrılmaları sağlanmıştır.

Tek tek her oturumun amacı, her oturumda yapılan uygulamalar ve hedefleri ayrıntılı olarak Ekler kısmında verildiğinden burada sadece oturumların genel akışı üzerinde durulmuştur. Tek tek her üyenin ne konuştuğu ve psikolojik danışman tarafından ne tür tepkiler verildiği gibi büyük ayrıntıların verilmesi olanaksız olduğundan, aynı zamanda programın kendisi okuyucuya yeterli kaynak olacağından, buraya kadar uygulama süreci genel hatlarıyla anlatılmıştır.

Öntest uygulamaları Kasım 2001 yılında yapıldıktan sonra, öğrencilere grup çalışmaları sonrasında “Meslek Seçiminin Önemi ve liseler” ile ilgili seminer okulların toplantı salonlarında Mayıs 2002 yılında aileleriyle birlikte verilmiş, öğrenci bültenleri dağıtılmıştır. Mayıs ayı içerisinde “Ergenlik Dönemi ve Gelişim Özellikleri” konulu seminer kız ve erkek öğrenciler ayrı gruplar halinde alınarak verildi. Velilere Kasım 2001 yılında yapılan “Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI)” öntest sonuçları sonrasında Ocak 2002 yılında “Ana Baba Tutumu ve İletişim” konulu seminer okulların toplantı salonunda verilmiş, veli bülteni hazırlanarak dağıtılmıştır. Öğretmenler “Ergenle İletişim ve İletişim Engelleri” konulu seminer Aralık 2001 yılında verilmiştir. Öğrenci ve veliler Son test uygulamaları ise Haziran 2002 yılında yapılmıştır.

Uygulamaların bitiminden sonra istatistiksel analizler ve bulguların yorumu yapılmıştır. Daha sonra da tez çalışmasının bilgisayarda rapor haline getirilmesi süreci başlamıştır. Tezin rapor haline getirilmesinde Karasar'ın bu konudaki kaynak eserlerinden ve daha önce hazırlanmış tezlerin incelemelerinden yararlanmıştır.

### 3.4. Çalışma Evreni ve Çalışma Grubu

Bu çalışmanın evreni İstanbul İli Anadolu yakasında bulunan Ümraniye İlçesindeki İlköğretim Okuludur. Çalışma grubu ise Ümraniye İlçesinde bulunan Birlik İlköğretim Okulu 7. sınıf öğrencileri arasından random yansızlık yöntemiyle seçilen öğrenciler oluşturmaktadır.

### 3.5. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada bir program çerçevesinde uygulanan gruba psikolojik danışma çalışmasının etkililiğini istatistiksel olarak test etmek amacıyla üç ölçek kullanılmıştır. Bu ölçekler Problem Tarama Envanteri (Ortaokul Takımı), Pierse Harris Çocuklarda Benlik Kavramı Ölçeği ve Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI). Aşağıda her üç ölçeğin geliştirilmesi, güvenirlik ve geçerlilik çalışmaları verilmiştir.

#### 3.5.1. Problem Tarama Envanteri

Problem tarama envanteri, The Mooney Problem Check List'in 1940 ve 1950 baskılarından, 1952 tarihinde Hasan Tan tarafından Türkçeye adapte edilerek 52 kişi üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Listelere alınan cümleler, çeşitli okullarda bulunan 5000' in üzerinde öğrenciden “ en önemli üç problemlerini ” yazmaları istenerek toplanmış ve problemler tekrar derecelerine ve cinslerine göre gruplanarak listelere alınmıştır.

Amerika ve Türkiye'deki çeşitli uygulamalardan alınan sonuçlar bu listelerin uygulandıkları bireylerin problemlerini açıklamakta geçerliğe sahip olduğunu göstermiştir. Burada sözü edilen mantıki bir geçerliliktir. Listelerin geçerliliğine ilişkin bilgiler şu hipotezlere dayanmaktadır: Listede her madde işaretlenmiştir; çeşitli uygulamalarda işaret edilen problemlerin sayısı oldukça yüksektir; listenin uygulandığı bireyler, listeye karşı olumlu bir tavır göstermişlerdir; listeye alınan maddeler çeşitlidir ve geniş bir alanı kapsamaktadır; liste, yaş, cins, kültür grupları gibi çeşitli özelliklere göre değişebilecek problemleri yansıtabilecek duyarlıktadır; ABD ve Türkiye'de liste, eğitimi, araştırmacı ve okul danışmanları tarafından geniş kabul görmüş ve listeye çeşitli araştırmalar yapılmıştır. Ayrıca listenin sonuna eklenen "listede bulunmayan başka bir problemlerinin olup olmadığına" ilişkin soru da ölçeğin geçerliliğini sağlamaya yöneliktir.

Listeleri teşkil eden problem alanları; 5000 öğrenciden toplanan problemleri içine alabilmesi ve her kategoride aynı miktarda problem olmasına imkan vermesi; özetleme kolaylığı için asgari sayıda olması; okullardaki hizmetlerle ilgili faaliyetlerin yönüne ilişkin bilgi sağlaması ve sonucun kolaylıkla değerlendirilebilmesi için aynı cinsten problemler olmasına dikkat edilerek oluşturulmuştur.

Ayrıca problemlerin seçiminde şu ölçütler kullanılmıştır. Problemin öğrencinin diliyle ifade edilmesi; her maddenin mümkün olduğu kadar kısa olması; maddelerin anlamlarının açık olması; seçilecek maddenin mümkün olduğu kadar kısa olması; maddelerin anlamlarının açık olması; seçilecek maddenin öğrenciler tarafından sık sık ifade edilmesi; ciddilik bakımından basit problemlerden başlayıp, önemli problem haline gelmiş problemlerin seçilmesi; bazı hassas konularda öğrencilerin hem problemi işaretleyip, hem de asıl problemini gizleyebilecek derecede müphem olması; problemlerin, öğrencinin kendi görüşlerine göre problem olarak algılanan problemler olması.

ABD' de bu liste bir grup öğrenciye bir ile on hafta aralıkla verilmiş ve her bölümdeki problem sayısının aynı kaldığı görülmüştür. Liste, öğrencinin uygulama sırasındaki problemlerini açıklamasına ve belli bir zamandaki problemlerin kısa

zamanda halledilerek problem olmasından çıkmasına rağmen, bu şekilde tutarlı sonuçların çıkması, ölçeğin güvenilirliğine işaret etmektedir.

Tan (1974), “Ergenlerin Anne Babaları ile Olan En Önemli Problem Alanları ” isimli araştırmasında. Güngörmüş (1986), “Baba Yoksunluğunun Benlik Kavramına Etkisi ve Babasız Öğrencilerin Problemlerinin Hangi Alanlarda Yoğunlaştığının Saptanması” isimli yüksek lisans tezinde. Kulaksızoğlu (1985), “Ergen – Aile Çatışmaları ile Annenin Tutumları Arasındaki İlişki ve Ergenin Problemleri ” isimli doktora tezinde. Sarı (1991), “Psikolojik Danışma ve Rehberlik Öğrencilerinin Problem Alanları ve Depresyon Seviyelerinin İncelenmesi ” isimli yüksek lisans tezinde Problem Tarama Envanterini kullanmışlardır.

### 3.5.2. Pierse – Harris’in Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği

“Kendim Hakkımda Düşüncelerim” adı ile de anılan 80 maddelik Piers Harris’in Çocuklarda Öz-Kavram Ölçeği 9 ile 16 yaş gruplarındaki öğrenciler için 1964’de Pierse ve Harris tarafından Amerika Birleşik Devletlerinde geliştirilmiştir. Ölçek, öğrencilerin kendilerine yönelik düşünce, duygu ve tutumlarını değerlendirmeyi amaçlar. Bu ölçek çocuklarda öz-kavramı (ya da benlik anlayışı) nın gelişimini, boyutlarını, kişilik ve çevre öğeleriyle olan ilişkilerini, vb. araştırmada ve belirlemede kullanılır.

Ölçeği oluşturan 80 tanımlayıcı ifade vardır. Bunlara “evet” yada “hayır” şeklinde yanıt verilir. Yanıtlar bir anahtarla puanlanır. Buna göre elde edilen puanlar kuramsal olarak 0 ile 80 arasında değişir. Yüksek puan olumlu, düşük puan ise olumsuz öz-kavramının varlığına işaret eder.

Piers ve Harris’in İngilizce olarak geliştirdiği öz-kavramı ölçeği iki aşamada Türkçeleştirilmiştir (Çataklı,1985). İlkinde soru maddeleri Türkçe’ye çevrilmiş; sonra geri çeviri tekniğiyle bu maddeler tekrar İngilizce’ye dönüştürülerek özgün ifadeleriyle karşılaştırılmıştır. İki form arasında fark gösteren maddelerin Türkçesi tekrar gözden geçirilerek gereken düzeltmeler yapıldıktan sonra ikinci aşamada Türkçe ölçeğin dil

açısından geçerliği (eşdeğerliği) deneysel olarak sınanmıştır.

Türkçeleştirilmiş olan ölçeğin iç tutarlılığı (madde benzeşikliği ya da test homojenliği) ve puan değişmezliği sınanarak güvenirlik düzeyi incelenmiştir. Kuder Richardson 20 (Cronbach Alfa) katsayıları ile ölçeğin içtutarlılığı (homojenliği) sınanmıştır. Madde – Toplam Puan (nokta - çiftseri; point-biserial) korelasyon katsayıları, ölçek maddelerinin güvenirliği hakkında özgül (specific) bilgi veren değerlerdir. Bu katsayıların sağlıklı gösterge olarak kabul edilebilmesi için . 25'in altında düşmemesi ve anlamlı ( $p < 0.05$ ) olması beklenir.

Türkçe Öz-Kavramı Ölçeğinin geçerliliği geniş bir örneklem üzerinde sınanmıştır. Bu örnekler, yaşları 10 ile 19 arasında bulunan düşük, orta ve yüksek sosyo – ekonomik düzeylerdeki kız ve erkek öğrencilerin eşit oranlarda temsil edildiği toplam 1520 İstanbul’lu ilkokul, ortaokul ve lise gruplarından oluşmuştur. Uygulanan Öz – Kavramı Ölçeği, Sınav Kaygısı Envanteri ve Durumluluk – Sürekli Kaygı Envanteri puanları üzerinde çeşitli istatistiksel çözümlemeler yapılmıştır. Ayrıca bu geçerlilik sınamasında Öz – Kavramı Ölçeğinin kullanıldığı diğer araştırma (Albayrak – Kaymak, 1986; İlkaracan, 1988; Küçük, 1987) verilerinden de yararlanılmıştır.

Öz – Kavramı Ölçeği bireyin kendi kendini değerlendirmesini gerektiren 80 maddelik bir kağıt – kalem envanteridir. Bireylerin her bir soru maddesi için tek yanıt (“evet” veya “hayır” dan birini) işaretlemede dikkatli olmaları ayrıca hiçbir soruyu yanıtsız (boş) bırakmamalıdır.

Ölçek puanı, yanıt anahtarına uyan maddelerin sayısal toplamıdır. Ölçekte 80 madde olduğuna göre elde edilen öz kavramı ham puanı 0 ile 80 arasında değişir. Uygulamalar genelde, ham puanların 25 ile 75 arasında olduğunu göstermiştir.

Ölçek altı alt boyutta puanlanmakta ve değerlendirilmektedir. Alt boyutlar ve bu boyutlara denk gelen sorular aşağıdaki gibidir.

I. Alt boyut Mutluluk, Doyum : 7, 8, 35, 37, 38, 41, 48, 50, 53, 61, 72, 79, 80.

II. Alt boyut Kaygı : 2, 10, 11, 12, 17, 27, 29, 35, 45, 61, 66, 72, 77.

III. Alt boyut Popülarite, Sosyal Beğeni ya da Gözde Olma : 6, 13, 19, 26, 32, 44, 47, 49, 55, 67,70.

IV. Alt boyut Davranış ve Uyuma – Konformite : 15, 18, 21, 25, 30, 33, 34, 43, 54, 57, 62, 65, 66, 73, 75, 76.

V. Alt boyut Fiziksel Görünüm : 1, 16, 28, 39, 52, 53, 58, 60, 71, 80.

VI. Alt boyut Zihinsel ve Okul Durumu : 4, 14, 20, 23, 29, 40, 68 (Öner, 1984).

### 3.5.3. Aile Hayatı Ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği ( PARI )

Araştırmamızda inceleme konusu olan öğrencilerin annelerinin çocuk yetiştirme tutumlarını ölçmek için kullanılmış bir ölçektir. Schaefer ve Bell'in (1958) (Parental Attitude Research Instrument - PARI) orijinal adı ile geliştirdikleri ölçek, her biri 5'er maddelik 23 alt ölçekten oluşmuş tümü 115 maddelik bir araçtır. Güney LeCompte, Ayhan LeCompte ve Serap A. Özer tarafından 1978'de Türkçe'ye uyarlanmıştır. Uyarlama çalışmaları sırasında ölçek İngilizce'den Türkçe'ye çevrilmiş, maddelerin anlaşılabilirliği ve anlam kaybı olup olmadığının saptanması için tekrar İngilizce'ye çevrilmiştir. Maddelerin tekrar Türkçe'ye çevirisinde ölçekleri ifade sayısı 60'a indirilmiş, küçük bir deney grubuna uygulandıktan sonra anlaşılmayan ifadeler anlaşılabilir hale getirilmiştir.

Ön çalışmalar sırasında yapılan faktör analizi sonucu 60 ifadelik ölçekte dört aile hayatı ve çocuk yetiştirme tutumu ile kendi aralarında korelasyon gösteren bazı maddelerin oluşturduğu beşinci bir tutum ölçeği ortaya çıkmıştır. Her bir tutum ölçeğini ortaya çıkaran ifadeler ölçek içinde karışık olarak bulunmaktadır. İfadeler soru şeklinde olmayıp olumlu veya olumsuz cümlelerden oluşmuştur.

PARI' nin sonucunda ortaya çıkan Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçekleri şöyledir :

1. Boyut “ Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum ”: Bu boyutun annelerdeki



aşırı kontrol, müdahalecilik, çocuktan faal, çalışkan ve bağımlı olmasını isteme, annenin son derece fedakar olması ve çocuğun da bunu anlaması gerektiğine inanma gibi özellikleri kapsamaktadır. 16 item tarafından ölçülen bu boyutun itemleri şunlardır: 1, 3, 4, 7, 11, 12, 14, 26, 27, 28, 32, 34, 36, 46, 51, 57.

**2. Boyut “ Demokratik Davranma ve Eşitlik Tanıma Boyutu”:** Bu boyut, çocuğa eşit haklar tanımak, fikirlerini açıkça belirtmesini desteklemek, onunla arkadaşlık etmek ve birçok şeyi paylaşmak gibi konuları kapsamaktadır ve 9 itemden oluşur, bunlar 2, 13, 18, 22, 29, 37, 44, 45, 59 numaralı itemlerdir.

**3. Boyut “ Ev Kadınlığını Reddetme Boyutu ” :** Kadının kendi annesine ya da başkalarına bağımlılığını desteklemek, çocuklarla bir arada uzun süre kalmaktan hoşlanmamak, sinirlilik, yenidoğan bebeğin bakımından ürkmek gibi konuları kapsamaktadır. 13 item tarafından ölçülen bu özelliklerin item numaraları 6, 9, 16, 17, 21, 23, 31, 38, 41, 42, 49, 52, 55’dir.

**4. Boyut “ Karı Koca Geçimsizliğini Boyutu” :** Karı koca arasındaki geçimsizliğin çocuk yetiştirmedeki rolü; kocanın düşüncesizliği, anneye yardımcı olmayışı gibi konuları kapsayan boyut 8, 19, 33, 40, 48 ve 54 nolu 6 itemi içermektedir.

**5. Boyut “ Baskı ve Disiplin Boyutu ” :** Yukarıdaki 4 boyut ile belirgin bir korelasyon göstermeyen ve kendi aralarında korelasyon gösteren bazı itemler birleştirilerek bunlardan da bir puan elde edilmiştir. Olumsuz çocuk yetiştirme tutumuna işaret eden, saldırganlığı ve cinsel davranışı bastırma, sıkı disipline inanma, çocuğu zorlama ve anne babanın mutlak hakimiyetine inanma gibi konuları kapsayan boyut 16 itemden oluşur. İtem numaraları: 5, 10, 15, 20, 24, 25, 30, 35, 39, 43, 47, 50, 53, 56, 58, 60’dır.

Görüldüğü gibi beş farklı boyutu oluşturan itemler 60 itemlik ölçek içinde karışık olarak dağılmışlardır. Böylece, ölçeği değerlendirenlerin değişik boyutlar hakkında bir tahmin yapması imkansız olmaktadır.



Değerlendirmede her ifade için çok uygun buluyorum (4), oldukça uygun buluyorum (3), biraz uygun buluyorum (2), ve hiç uygun bulmuyorum (1) şeklindeki dört seçenekten birini seçmesi istenir. Her ifade için 1'den 4'e kadar değişen sayılardan (puanlardan) birini devre içine alarak cevabın belirtilmesi gerekir.

4 sayısını işaretleyen bir kimsenin aldığı puan (4), 1 sayısını işaretleyen bir kimsenin aldığı puan (1)'dir. Yalnız 2, 29 ve 44'üncü ifadelerin değerlendirilmesi tersine yapılır. Bu ifadelerden 4 sayısını işaretleyenlere (1) puan, 3 sayısını işaretleyenlere (2) puan, 2 sayısını işaretleyenlere (3) puan ve 1 sayısını işaretleyenlere (4) puan verilir.

Sonuçta PARI ölçeğinin değerlendirilmesinde; her denegın her boyut için aldığı puan toplanmış ve boyutlar farklı sayıda itemlerden oluştukları için, boyutlar arası karşılaştırma yapılmasına imkan sağlamak üzere, her boyutun aritmetik ortalaması alınmıştır. Böylece her denek için 5 ayrı boyutun aritmetik ortalamasını gösteren 5 farklı sayı elde edilmiştir (Kulaksızoğlu, 1985).

### 3.6. Veri Toplama İşlemleri

#### 3.6.1. Amaç

Bu programın amacı ön ergenlik dönemindeki gençlerin kendini gerçekleştirmelerini sağlamaya yönelik bir program vermek ve bu programın etkinliğini bir dizi grupta psikolojik danışma uygulaması, gruptaki öğrencilere, anne babalarına ve öğretmenlerine yönelik grup rehberliği çalışmalarını sınamaktadır. Bu program araştırma probleminde de sınırlandırıldığı üzere araştırma sonuçları uygulama yapılan grupta, uygulanan Problem Tarama, Piers Harris Çocuklarda Benlik Kavramı Ölçeği ve Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARI) ve istatistiksel yöntem olarak kullanılan ilişkili grup t testi, non parametrik wilcoxon işaret testi ile sınırlıdır. Bu çalışma, bir anlamda bir yöntem sınaması olmaktadır.

### 3.6.2. Kuramsal Temel

Bu program, özel amaçlı bir grupla psikolojik danışma çalışmasında kullanılmak üzere geliştirilmiştir. Araştırmacının (grup liderinin) amacı, 11 – 14 yaş arasındaki ergenlerin problem alanlarının iyileştirilmesi ve en aza indirgeyerek ortadan kaldırmaktır. İşte bu program, bu gelişmeyi sağlayacağı düşünülen uygulama ve egzersizlerle yapılandırılmıştır. “Atılganlık eğitimi ” programı gibi belli bir amaca dönük grupla psikolojik danışma çalışmasına zemin teşkil etmektedir (Volkan – Acar, 1995; Kuzgun, 1997).

Bu program, eklektik bir yaklaşımla oluşturulmuştur. Yalom (1992), tek bir kurama bağlı olarak grup çalışmasına girişmenin dezavantajlarından bahsetmektedir. Tek bir kurama bağlı kalmanın, uygulamanın zenginliğini kısıtlayacağı düşünülmüş ve benzer programlarda da (bkz. Pope & McHale, 1988; Bacanlı, 1996; Öztürk, 1996, Arıcak, 1995) eklektik bir yaklaşımın kullanılması, araştırmacıyı böyle bir yaklaşımın daha etkili olacağı sonucuna ulaştırmıştır.

Araştırmada kullanılan teknikler açısından baktığımızda, bu çalışmada üç tür yaklaşımdan söz edebiliriz.

1. Bu grup uygulaması bir yönüyle *danışan merkezlidir*. Çünkü gruptaki üyelerin koşulsuz kabulü, saygı ve empatik anlayışı söz konusudur.
2. Bir yönüyle güdümlü bir uygulama vardır. Çünkü grup sürecinde yapılacak uygulamaları belirleyen ve üyeleri yönlendiren grup lideri konumundaki danışmandır.
3. Yine bir yönüyle bilişsel davranışçı yaklaşım söz konusudur. Çünkü rasyonel tartışmaların yanı sıra rol oynama, imajinasyon, resim ve kolaj gibi tekniklerde kullanılmaktadır.

### 3.6.3. Üye Sayısı

Bu grup çalışması grup süreci sırasında ayrılabilir öğrencilerde düşünülerek grup sayısının 15 kişi olması düşünülmüştür.

### 3.6.4. Süre

Bu program toplam 9 oturumdan oluşmaktadır. Uygulama süresinin her oturum için 90 ile 120 dakika arasında olması planlanmıştır (Volkan – Acar, 1995).

### 3.6.5. Grubun Kuralları

Grup toplanmadan en az birkaç gün önce toplanıp, üyelerle bireysel ya da toplu olarak görüşülmesi; grubun amacı ve kuralları hakkında bilgi verilmesi ve bu koşullar altında üyelerin gruba kabul edilmesi gerekmektedir. Grubun kurallarını genel olarak şu şekilde sıralayabiliriz (Volkan – Acar, 1995; Arıca, 1999):

1. Gruba devam esastır. Ardarda iki oturum ya da farklı zamanlarda üç oturum gruba devam etmeyen öğrenci gruptan ayrılmış demektir.
2. Gruptaki uygulamalara katılmak şarttır.
3. Gruba katılan herkes birbirini koşulsuz kabul eder ve saygı gösterir.
4. Grupta güven esastır. Grupta konuşulan grupta kalır ve grup dışında grupta ilgili bir yaşantıyı ya da olayı paylaşamazlar.
5. Grupta şimdi ve burada ilkesi önemlidir. Bireyin geçmiş yaşantısı, duyguları ya da dışardaki yaşantılarından ziyade şu anda olan biten önemlidir.

### 3.6.6. Programda Kullanılan Teknikler

Önceden de ifade edildiği gibi farklı kuramlar açısından programda etkili olacağı düşünülen farklı teknikler kullanılmıştır.

1. **Bilgilendirme** : Programda belli bir dereceye kadar danışman tarafından çeşitli konularda bilgi verme söz konusu olmaktadır. Fakat bunun sınırlı olmasına özen gösterilmiştir. Çünkü bunun uzun süreli ve grup ahengini bozacak yoğunlukta olması grup yaşantısının giderek bir “ders” niteliğine bürünmesine yol açabilir (Güleç, 1993; Arıca, 1999). Bu nedenle daha çok uygulamalı ve paylaşıma dönük çalışmalar tercih edilmiştir (Kuzgun, 1997; Arıca, 1999).

2. **Grup tartışması** : Grup tartışması, bir öğrenme tekniği olarak gruptaki üyelerin, bir konuya ilişkin olarak bilgi ve yargı güçleriyle bilişsel düzeyde olduğu kadar ilgi, değer ve inançlarıyla duyuşsal düzeyde de katılımlarını içeren bir etkileşim yoludur (Bacanlı, 1996; Arıca, 1999).

3. **Zihinde Canlandırma** : Özellikle gevşeme egzersizlerinde ve belli amaca dönük oyunlarda kullanılan zihinde canlandırma (imajinasyon), bireylerin duygusal ve düşünsel farkındalık kazanmasında oldukça etkili olmaktadır (Arıca, 1999).

4. **Oyun Oynama** : Oyunlar, bireyin kendini tanımasına, duygusal ve düşünsel farkındalık kazanmasına yardımcı olan etkinliktir. Aynı zamanda bireyin çevresine daha iyi uyum sağlamasına, iyi ilişkiler geliştirmesine ve kişilik özellikleri ile mesleki özellikleri birleştirmesine de yardımcı olur (Bilen, 1993; Arıca, 1999).

5. **Rol Oynama** : Gerçek hayat problemlerine benzer ve eşdeğer durumları canlandırarak ve oynayarak kendi yaşantısında ve insan ilişkileri alanında beceri ve içgörü geliştirmeye yönelik bir tekniktir (Bacanlı, 1996; Altınay, 1998, Arıca, 1999).

6. **Ev Ödevleri** : Ev ödevleri, grup üyelerini sıklamamak için uygulamalı olmaktan ziyade sadece düşünmeye yönleltmek için verilmiştir. Ev ödevlerinin amacı

bireylerin bir sonraki oturuma kadar, sonraki oturumla ilgisi olan bir konu üzerinde düşünmelerini sağlamak, zihinlerini meşgul etmek, kısacası zihinsel bir hazır oluş sağlamaktır (Bacanlı, 1996; Arıca, 1999).

**7. Koro :** Bu teknik Yunan korosundan esinlenerek geliştirilmiştir. Koro çoğunluğun sesidir. Gerçekleri dile getirir, bu gerçekler bazen hoş gitmeseler de, görünmek istemeseler de ve başkalarının kırılmamaları adına içte saklansalar da vardır. Koro en az iki kişiden oluşur. Koronun sözleri bireyler tarafından verilir zaman zaman lider koroyu eşler ve bir şef olarak koroyu yönetir.

**8. Duyguların Resmi :** Bu çalışmada kullanılan resim tekniği daha çok renklerin öğrencilerin içinde var olan duyguları yansıtmaları ve diğer çalışmalar geçiş sağlaması açısından kullanılmıştır.

**9. Kolaj Çalışması :** Bu çalışma liderin verdiği yönerge doğrultusunda çeşitli magazin dergilerinden öğrencilerin kendi duygularını ifade eden resimlerin kesilerek yapıştırılması ve duyguları sözel olmayan yolla sergilemelerini sağlamaktır.

**10. Balık Kılıcı :** Araştırmacı tarafından ilk defa uygulanan bu teknik öğrencilere üzerinde balık kılıcı resmi verilen kağıtlara öğrencilerin sahip oldukları kişisel özelliklerini olumlu ve olumsuz özellik olarak yazmaları ve bunu görmelerini sağlayan bir tekniktir. Bir nevi somutlaştırma yapılmaktadır.

### 3.6.7. Grup Yaşantısının İyileştirici ve Geliştirici Etkileri

Grupla psikolojik danışmanın temel varsayımı, insanların kişiliklerinin ancak kişilerarası ilişkiler yoluyla gelişebileceği yolundaki tespittir (Güleç, 1993). Doğal olarak her insan bir toplumsallaşma sürecinden geçer. Grup yaşantısının sosyal mikrokozmos olma özelliği vardır. Grup bir ayna, yani sosyal hayatın bir yansıması gibidir (Volkan – Acar, 1995; Arıca, 1999). İşte grup yaşantısı bu toplumsallaşmanın

yeniden yaşandığı ve daha sağlıklı tutumların geliştirildiği bir ortam olmaktadır.

Bir gruba ait olup orada değeri olduğunu hissetmek pek çok insan için belirgin düzeltici ve iyileştirici bir etki yaşamak demektir. Pek çok insan için gruba dahil edilmek ve orada bir değerinin olduğunu hissetmek ve “ benlik değerini ” yükseltmek gerçekten de çok olumlu etkileri olan bir yaşantıdır.

İşte temel amacı 11 – 14 yaş arasındaki ergenlerin problem alanlarını tespit etmek ve bu problemleri en aza indirerek kaldırmayı hedefleyen bu program da, grup yaşantısının olumlu etkilerinden yararlanacağı düşünülmektedir.

### **3.6.8. Uygulamalar**

Uygulamalar kısmında problem tarama envanteri sonucunda oluşturulan grupla psikolojik danışma oturumları ile veli, öğretmen ve öğrenci seminerleri bulunmaktadır.

#### **3.6.8.1. Grup Oturumları**

### **I. OTURUM**

#### **TANIŞMA**

#### **OTURUMUN AMAÇLARI :**

- ✓ Grup üyelerinin birbirlerini tanımalarını sağlamak,
- ✓ Grup karşısında konuşma becerisini geliştirmek,
- ✓ Gruba ısınmalarını sağlamak,
- ✓ Kendini ifade edebilme yetisini sağlamak.

**HEDEF DAVRANIŞLAR :**

- ✓ Topluluk karşısında konuşabilme,
- ✓ Kendini ifade edebilme,
- ✓ Grup üyelerinin birbirlerinin özelliklerini ifade edebilme,
- ✓ Gruba ve grubun yaptığı etkinliklere katılabilmek,
- ✓ Grup kurallarına uyabilme.

**KULLANILAN YÖNTEM :**

Grup Oyunu, Grup Tartışması

**KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ – MATERYALLER :**

- ✓ Tenis topu
- ✓ Çeşitli materyal
- ✓ Grup kurallarının yazılı olduğu fotokopi (EK: 1)
- ✓ Yaka kartı

**KULLANILAN EĞİTİMSEL ETKİNLİKLER VE OYUNLAR:****OYUN 1: Kurallarımız****Amaç:**

- Öğrencilerin grup kurallarını eşlemeleri,
- Grup kurallarını yaşantılarına yerleştirmeleri.

**Süreç :**

➤ Grup kuralları öğrencilere dağıtılarak okunacak. Kuralların akılda kalmasını sağlamak amacıyla grup lideri kendi sandalyesini alarak sahnede bir yere koyacak. Sandalyenin arkasına geçerek grubun kurallarından birini söyleyerek eşleme yapacak,



- Grup üyelerinden de kendini hazır hisseden sandalyesini alıp sahnede istediği yere koyarak kurallardan birini söylemesi istenecek,
- Aynı grup kuralı söyleyen olursa var olan sandalyenin arkasına geçecek,
- Her grup üyesinin katılması gerekmektedir.

#### OYUN 2: Tanışma

##### Amaç:

- Grup üyelerinin birbirlerinin isimlerini öğrenmeleri.

##### Süreç:

- Grup daire şeklinde oturacak. Liderin sağ tarafından başlanarak grup üyesi ismini ve en sevdiği yemeği söyleyecek. Sonraki gelen grup üyesi kendisinden önce gelenlerin isimlerini ve en sevdiği yemeği söyledikten sonra kendi ismini ve sevdiği yemeği söyleyecek. Bu uygulama herkesin ismi ve sevdiği yemek söylenene kadar devam edecek.

#### OYUN 3: Tanışma

##### Amaç:

- Grup üyelerinin birbirlerinin isimlerini öğrenmeleri.

##### Süreç:

- Grup daire şeklinde oturacaklar. Grup lideri elindeki tenis topunu ismini söyleyerek gruptan bir üyeye atacak. Gruptaki her öğrenci ismini bu şekilde söyleyene kadar bu işlem devam edecek.
- İkinci aşama olarak elinde top olan öğrenci topu kime göndermek istiyorsa onun ismini söyleyerek atacak. Bu işlem grup üyeleri birbirlerinin isimlerini öğrenene kadar yapılacaktır.

#### OYUN 4: Tanışma

##### Amaç:

- Öğrencilerin birbirlerini tanımalarını sağlamak,
- Kendilerini ifade edebilmelerini sağlamak,

- Empati kurabilmelerini sağlamak,
- Anlatılanı dinleyebilme ve topluluk önünde bunu anlata bilme yeteneğini kazandırabilme.

#### Süreç :

- Öğrencilere daha önceden hazırlanmış her renkten iki tane olan yaka kartlarından seçmeleri istenecek.,
- Bu kartlara isimlerini, kendilerini tanıttıcı özelliklerini yazmaları istenir. Yazma işlemi bittikten sonra aynı renkteki kartonu seçenler arasında grup oluşacak.,
- Gruplar beşer dakika kartta yazılan ve yazamadıkları kendilerine ait bilinmesini istedikleri özellikleri anlatmaları istenecek.
- Anlatma işlemi bittikten sonra grup üyeleri yaka kartlarını değiştirecek ve yerini aldığı arkadaşının ağzından kendini diğer üyelere anlatacak.

#### **SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :**

Grubun ilk çalışması olması sebebiyle çalışmanın amacı, yapılacağı gün, saat ve yer konusunda öğrenciler bilgilendirildi. Grupla ilgili kurallar (EK: 1) öğrencilerle paylaşıldı ve kurallar üzerinde konuşuldu. Kuralların akılda kalmasını sağlama amacıyla kurallarımız oyunu (oyun 1) oynandı.

Uygulama nefes açma egzersiziyle devam etti. Bunun amacı öğrencilerin rahatlaması ve grup sürecine katılımlarını sağlamaktır. Nefes açma egzersizine şu yönergeyle başlandı : “ Şimdi nefes alıp verme egzersizi yapacağız. Bunun için önce gözlerinizi kapatıyorsunuz ve rahat bir şekilde oturuyorsunuz. Gözlerinizi kapatmakta zorlananlar varsa sabit bir noktaya bakabilirler. Sekize kadar yavaş yavaş nefes alıyorsunuz. Şimdi nefesinizi tutuyoruz. Dörde kadar sayarken bu sefer nefesinizi yavaş yavaş veriyorsunuz. Bu işlemi üç defa tekrar edeceğiz . . . Şimdi gözlerinizi yavaşça açabilirsiniz.” Öğrencilere kendilerini nasıl hissettikleri soruldu. Alınan cevaplar “ çok komik ”, “ gözlerimi kapayınca her yer karardı sanki ” , “ nefesimi hissettim ” .... verilen cevaplardan sonra öğrencilere “ farklı sınıflardan oluşturulmuş bir grupsunuz. Birbirinizi tanıyanlar olabileceği gibi tanımayanlarda vardır. Şimdi sizlerde tanışma

oyunu oynayacağız ” denilerek tanışma oyunları oynandı.

Grup daire şekline geldikten sonra oyunu (oyun : 2) anlattım ve uygulamaya başladık. “Ben Yakup en sevdiğim yemek makarna; Yakup makarna, ben Tuğçe karnıyarık; Yakup makarna, Tuğçe karnıyarık, ben Emrah kuru fasulye; Yakup makarna, Tuğçe karnıyarık, Emrah kuru fasulye, ben Büşra mantı ....” grup üyeleri isimleri ve sevdikleri yemekleri söyledikten sonra bende isimleri yemekleri ve kendi sevdiğim yemeği söyleyerek oyunu bitirdik. Öğrencilere birbirinizin ismini hatırlıyor musunuz diye sorduğumda Serkan “ isimleri pek değil ama yemekleri hatırlıyorum ” dedi ve hepimiz ona hak verdik.

İsimleri daha iyi öğrenmelerini sağlamak amacıyla oyun: 3’ü öğrencilere anlattım. Bu çalışma için sarı, mavi ve kırmızı renkli küçük toplardan almıştım. Önce sarı topla başlattım oyunu. “ Ben Emel deyip karşımda duran Şahin’ e topu attım. Grupta herkesin ismi söylenene kadar bu çalışmayı yaptıktan sonra topu kime atmak istiyorsak onun ismini söyleyerek topu ona attık. Sarı top Ulaş’ ın elindeydi ve Eren’ e attı. Eren topu Zerrin’ e atarken ben elimdeki mavi topu Gülsüm’ e attım. Böylece iki top vardı ve zorlaşmıştı. Top eline gelen hemen elinden topu çıkarmak için birbirine heyecanla atmaya başladılar. Arada toplar yere düşüyordu tek topla oyuna başlıyorduk. Üç topla oynamayı denemek istediklerinden topları düşürmemek ve isimleri hatırlamak için büyük çaba sarf ediyorlardı. Kırmızı topuda Duygu’ ya attım ve oyunda üç top oldu. Toplar yere düşene kadar bu uygulama devam etti. Bu oyunu çok sevdiklerini ve devam etmek istediklerini söylediler. Şimdi başka bir oyun oynayacağımızı zamanımız kalırsa oynayabileceğimizi söyleyerek diğer oyuna geçtik.

Öğrencilere daha önceden hazırlanmış her renkten iki tane olan yaka kartlarından seçmeleri istendi. Bu kartlara isimlerini, kendilerini tanıttıcı özelliklerini yazmaları istendi. Yazma işlemi bittikten sonra aynı renkteki yaka kartını seçen öğrencilerin odanın istedikleri bölümüne gitmeleri ve beşer dakika kartta yazılan ve yazamadıkları kendilerine ait bilinmesini istedikleri özellikleri anlatmaları istendi. Anlatma işlemi bittikten sonra grup üyeleri yaka kartlarını değiştirerek yerini aldığı arkadaşının ağzından kendini diğer üyelere anlattı. Uygulama bittiğinde neler

hissettiklerini sordum. Murat “ Tuğçe ile eş oldum. Ben Tuğçe demek çok zor geldi. Ben erkeğim çünkü ”. Eren “ bende öyle hissettim ”. Zerrin “ ben de Serkan oldum. Aynı sınıftayız biz. Ben onu daha iyi tanıdığımı düşünüyorum ”. Tuğba “ ben de Gülsüm oldum. Farklı sınıflardayız o da benim gibi çok sessizmiş. Arkadaşı yokmuş. Teneffüste oynamaya karar verdik ”....

Bu uygulamadan sonra gruptan daire olması istenildi. Her öğrencinin dairenin içine girip bu çalışmaya katılmasından dolayı neler hissettiğini bir cümle ile söylemesi istenildi. Verilen cevaplar ortaktı : zamanın nasıl geçtiğini anlamadım, keşke derslerde böyle olsa, çok eğlenceli, bol bol oyun var ve bununla ilgili konuşabiliyoruz .... Bende daire içine girip “ sizlerle birlikte olmak çok keyifliydi ” dedim ve bu oturumu bitirdik.

## II. OTURUM

### KENDİNİ TANIMA

#### OTURUMUN AMAÇLARI :

- ✓ Bireyin benlik imajı hakkında içgörü kazanma,
- ✓ Bireyin kendini kabul etmesinde farkındalığını sağlamak,
- ✓ İlgi, yetenek ve değerlerinin farkına varmasını sağlamak.

#### HEDEF DAVRANIŞLAR :

- ✓ Kendini ifade edebilme,
- ✓ Kendini kabul edebilme,
- ✓ Kendine vermiş olduğu değerleri fark edebilme,
- ✓ İlgilerinin, yeteneklerini ve değer yargılarını fark edebilme,
- ✓ Kendisiyle benzer / farklı bireylerinde olabileceğini göre bilme.

## KULLANILAN YÖNTEM :

Grup Oyunu, Grup Tartışması

## KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :

- ✓ Yüzük, saat, kolye, anahtar ve top
- ✓ Her öğrenci için birer adet dosya kağıdı,
- ✓ Kalem,
- ✓ Sandalye

## KULLANILAN EĞİTİMSEL ETKİNLİKLER VE OYUNLAR:

### OYUN 1:

#### Amaç:

- Grubun ısınmasını sağlama,
- Sözel olmayan iletişimi kullanabilme
- Grup üyelerinin birbirlerinin isimlerini hatırlayabilme,
- Grup birlikteliğini sağlama.

#### Süreç :

- Öğrencilerden 5 dakika sahnede dolaşmaları istenecek,
- Dolaşırken birbirleriyle göz teması kurmaları istenecek,
- 5 dakika daha sahnede dolaşılacak ve bu sefer göz teması kurdukları arkadaşlarının önce isimlerini söyleyecekler sonra da onunla ilgili olumlu bir şey söyleyecekler.
- Öğrencilerden yaptıkları çalışma ile ilgili paylaşımları alınacak.

### OYUN 2: Ortak Beğeniler

#### Amaç:

- Aynı beğeniye sahip olan öğrencilerin birbirlerini fark etmelerini sağlamak,

- Aynı beğeniye sahip olanların oluşturduğu yeni grubun birbirlerini tanımasını sağlamak,
- Aynı beğeniye sahip olanların oluşturduğu yeni grubun üyeleri arkadaşlarını diğer grup / gruplara anlatabilmesi.

#### **Süreç :**

- Önceden hazırlanmış çeşitli materyaller öğrencilerin seçmesi için yere dizilecek. Öğrencilerden bu materyallerden en çok beğendiklerini almaları istenecek.
- Öğrenciler almış oldukları materyallere göre gruplara ayrılacaklar. Bu materyalleri alma sebeplerini birbirlerine anlatacaklar.
- Bu materyalleri kullanarak kendilerine ait bir çalışma yapmaları istenecek ve çalışmalarına bir isim bulmaları istenecek.
- Küçük gruptakiler çalışmalarını büyük gruba sergileyecekler. Büyük gruptakiler, küçük grubun çalışmalarına vermiş oldukları ismi bulmaya çalışacaklar.

### **OYUN 3:**

#### **Amaç:**

- Öğrencilerin kendi özelliklerinin farkına varmalarını sağlamak,
- Özelliklerini grup üyeleriyle paylaşa bilme,

#### **Süreç :**

- Öğrencilerden 10 dakika da kendisine ait özellikleri anlatan sözcükleri yazmaları istenecek,
- Kendisi hakkında en çok özelliği kimin yazdığı tespit edilecek,
- Öğrencilerden kendisine ait özellikleri paylaşmak isteyenlere söz hakkı verilecek,
- Uygulama sonrası neler hissettikleri hakkında paylaşımda bulunulacak.

### **SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :**

Grup üyelerine “ buraya gelirken kendinizi nasıl hissettiniz ? ” denilerek gruba gelme süreçleriyle ilgili görüşleri alındı. Alınan cevaplar daha çok iki görüş üzerinde

toplanıyordu. Bunlar ; “ bana çok uzun geldi ” ve “ burada olmak çok eğlenceli ”.

Bu oturumun amaçlarından bahsedilerek bu haftaki grup çalışmasına bahsedildi. İlk grup oyunu olan ısınma oyunu oynandı. Öğrencilerden 5 dakika sahnede birbirleriyle göz teması kurarak konuşmadan dolaşmaları istendi. Daha sonra öğrencilere 5 dakika boyunca göz teması kurdukları arkadaşlarının önce isimlerini sonra da onunla ilgili olumlu bir şey söylemeleri istenildi. Öğrencilerden yaptıkları çalışma ile ilgili paylaşımları alındı. “ Konuşmadan dolaşmak çok zor ”, “ başkasının gözünün içine bakmaktan çok utandım ”, “ iltifat alınca kendimi mutlu hissettim ”, “ben iltifat ederken zorlandım ”.

Öğrencilere birbirinizi daha iyi tanımak ister misiniz ? Birbirinizi tanıma ile ilgili bir oyun oynayalım mı? sorusu yöneltildi ve aynı beğeniye sahip olan öğrencilerin birbirlerini fark etmelerini sağlamak amacıyla oyun 2 oynandı. Önceden hazırlanmış çeşitli materyaller öğrencilerin seçmesi için yere dizildi. Bu materyaller “ saat, kolye, yüzük, anahtar ve top ”. Öğrencilerden bu materyallerden en çok beğendiklerini kağıtlara yazmaları istenildi. Aynı materyalleri alan öğrencilerden alt gruplar oluştu. Öğrenciler almış oldukları bu materyalleri alma sebeplerini birbirlerine anlatmaları istenildi. Küçük grupta anlatılanlardan yola çıkarak seçtikleri materyali diğer gruptaki öğrencilere sessiz sinema oyunu ile anlattılar. Saati seçen grup zamanın önemli olduğunu düşündükleri için zamanı konu aldılar. Yüzüğü seçen grup gösterişli ve parlak olduğunu düşündükleri için değerli bir taşı anlattılar. Kolyeyi seçen grup takmaktan hoşlandıkları için birbirlerine kolye takarak anlattılar. Anahtar seçen grup kapalı kapıları açmak için seçtikleri için elinde anahtarı olan ve her kapıyı açan hırsızı canlandırdılar. Topu seçen grup oynamayı sevdikleri için futbol oynayarak anlattılar.

Ortak beğenilerini fark eden öğrencilere kendi kişisel özelliklerinizi biliyor musunuz ? denildi. Öğrenciler kendilerinden emin bir şekilde bildiklerini söylediler. Bunun üzerine öğrencilere kağıt kalem dağıtıldı ve 10 dakika da kendinize ait özellikleri anlatan sözcükleri yazmaları istendi. Kişisel özelliklerini yazmakta oldukça zorlanan öğrencilere örnek verildi. 10 dakika sonunda kendisi hakkın en çok özellik bulan tespit edildi. İsteyen öğrencilerin kişisel özellikleri dinlenildi. Öğrencilerden gelen bazı



cevaplar şöyle : “sinirliyim, kavgacıyım, çok konuşurum, yardım severim, çok neşeliyim, güzelim, kiskancım ... ”.

Grup üyelerinden daire haline gelmeleri istendi. Öğrencilere tek tek dairenin içine gelmelerini ve sahip oldukları kişisel özelliklerinden hangisini duymak istiyorlarsa onu önce kendisinin yüksek sesle söylemesi ve ardından grubun o öğrencinin ismini söyleyip sahip olduğun ..... özelliğın ile sen bizim için önemlisin denilerek grup çalışması sonlandırıldı.

### **III. OTURUM**

#### **KENDİNE DEĞER VERME**

##### **OTURUMUN AMAÇLARI :**

- ✓ Öğrencilerin benlik saygılarını artırma,
- ✓ Öğrencilerin benlik algılarını genişletmelerine yardımcı olmak,
- ✓ Öğrencilerin, insanların birer birey olarak “eşsiz” olduklarının farkına varmalarına yardımcı olmak,
- ✓ Birey olarak kendilerinin sevgiye layık olduklarının farkına varmalarını sağlamak.

##### **HEDEF DAVRANIŞLAR :**

- ✓ Kendini kabul edebilme,
- ✓ Kendine vermiş olduğu değerleri fark edebilme,
- ✓ Biricik olduğunu ve sevgiye layık olduğunun farkına varma.

##### **KULLANILAN YÖNTEM :**

Grup Oyunu, Grup Tartışması

## KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :

- ✓ El aynası,
- ✓ Boy aynası,
- ✓ Aynada kendimi seyreliyorum yönergesi
- ✓ Kaset çalar ve kaset,
- ✓ Balık kılçığı çizili kağıt (EK: 2).

## KULLANILAN EĞİTİMSEL ETKİNLİKLER VE OYUNLAR:

### OYUN 1:

#### Amaç:

- Öğrencilerin birey olarak biricik olduklarını anlamalarını sağlamak,
- Kendilerini sahip oldukları ile sevmek,
- Kendine değer vermek.

#### Süreç:

- Öğrencilere daha önceden yanlarında ayna getirmeleri istenecek,
- El aynaları ile kendilerine bakarken yönerge verilecek,
- Öğrencilerden el aynasına baktıktan sonra sırayla boy aynasına bakmaları istenecek müzik eşliğinde,
- Her iki aynada kendilerini seyrederken neler hissettikleri hakkında paylaşımda bulunulacak.

### OYUN 2:

#### Amaç:

- Öğrencilerin kendilerini grubun biricik üyeleri olarak görmelerine yardımcı olmak,
- Benlik saygılarını geliştirmek,
- Ekip çalışmasını gerçekleştirmek.

**Süreç :**

- Öğrencilerden arkadaşlarıyla paylaşabilecekleri ilgileri ve yetenekleri üzerinde düşünmeleri istenecek,
- Balık kılçığı resmi çizili olan kağıtlar öğrencilere dağıtılacak,
- Üst taraftaki kılçıklara sahip oldukları beğendikleri kişisel özelliklerini yazmaları istenecek,
- Alt taraftaki kılçıklara da sahip oldukları beğenmedikleri kişisel özellikleri yazmaları istenecek,
- Öğrenciler küçük gruplara ayrılarak kendi balık kılçıklarını sırayla paylaşacaklar,
- Küçük gruptaki üyeler paylaşımı biten öğrenciye “**sahip olduğun tüm bu özelliklerinle sen değerlisin**” diyecekler,
- Büyük gruba geri dönecek ve kendi balık kılçığını paylaşmak isteyenler dinlenilecek,
- Grup daire şeklinde ayağa kalkacak kendini hazır hisseden grup üyesi balık kılçığını gösterecek,
- Grup üyeleri hep birlikte grup üyesinin ismini söyleyerek sahip olduğun bütün özelliklerinle sen değerli bir insansın diyecekler.

**SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :**

Bir önceki oturumla ilgili paylaşımda bulunmak isteyen olup olmadığı sorularak gruba başlandı. Öğrencilerden cevap gelmeyince bir süre sessizliğimizi dinledik. Sessizlikten sıkılanlar konuşmaya ve gülmeye başladılar. Yaşadıkları bir haftayı paylaştılar. Bende kendi bir haftamın nasıl geçtiğini anlattıktan sonra bugünkü oturumun amaçlarından bahsettim. Öğrencilere daha önceden yanlarında ayna getirmelerini istemiştim. Müzik eşliğinde el aynaları ile kendilerine bakarken bende yönerge vermeye başladım.

Öğrencilerden el aynasına baktıktan sonra müzik eşliğinde sırayla boy aynasına bakmaları istenildi. Her öğrenci boy aynasında kendisine baktıktan sonra neler

hissettikleri hakkında paylaşımda bulunuldu. Paylaşımlar sırasında kendini beğenmeme, kendilerinde kusur bulma dikkat çekiciydi.

Bunun üzerine öğrencilerden arkadaşlarıyla paylaşabilecekleri ilgileri ve yetenekleri üzerinde düşünmeleri istenildi. Öğrencilere “ Balık kılçığı ” resmi çizili olan kağıtlar (EK: 2) öğrencilere dağıtıldı. Üst taraftaki kılçıklara sahip oldukları beğendikleri kişisel özelliklerini yazmaları istenildi. Alt taraftaki kılçıklara da sahip oldukları beğenmedikleri kişisel özellikleri yazmaları istenildi.

Öğrenciler üçerli küçük gruplara ayrılarak kendi balık kılçıklarını sırayla paylaşmaları istendi. Küçük gruptaki üyeler paylaşımı biten öğrenciye “**sahip olduğun tüm bu özelliklerinle sen değerlisin**” demeleri için öğrencilere yönerge verildi. Grup daire şeklinde ayağa kalkarak kendini hazır hisseden grup üyesi balık kılçığını göstererek olumlu ve olumsuz özelliklerini büyük grupla paylaştı. Öğrenciler hep birlikte grup üyesinin ismini söyleyerek sahip olduğun bütün özelliklerinle sen değerli bir insansın diyerek alkışladılar. Öğrenciler “ **Biz sahip olduğumuz özelliklerimizle değerli insanlarız** ” diyerek kendilerini alkışladılar ve grup çalışması sonlandırıldı.

## IV. OTURUM

### KENDİNE DEĞER VERME

#### OTURUMUN AMAÇLARI :

- ✓ Öğrencilerin benlik saygılarını artırma,
- ✓ Öğrencilerin benlik algılarını genişletmelerine yardımcı olmak,
- ✓ Öğrencilerin, insanların birer birey olarak “eşsiz” olduklarının farkına varmalarına yardımcı olmak,
- ✓ Birey olarak kendilerinin sevgiye kayık olduklarının farkına varmalarını sağlamak.

**HEDEF DAVRANIŞLAR :**

- ✓ Kendini kabul edebilme,
- ✓ Kendine vermiş olduğu değerleri fark edebilme,
- ✓ Biricik olduğunu ve sevgiye layık olduğunun farkına varma.

**KULLANILAN YÖNTEM :**

Grup Oyunu, Grup Tartışması

**KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :**

- ✓ Her öğrenci için resim kağıdı,
- ✓ Her öğrenci için boya kalemleri.

**OYUN 1:****Amaç:**

- Zayıflıklarının üstesinden gelmeye teşvik etmek,
- Benlik saygısını artırmak,

**Süreç :**

- Öğrencilere resim kağıtları ve boya kalemleri dağıtılacak,
- Öğrencilerden günlük hayatta çok iyi yaptıkları şeyleri düşünmeleri istenecek,
- Bu işlerden birini seçmeleri ve bu işle ilgili olarak aşağıdaki özellikleri düşünmeleri istenecek :
  - Bu işi hangi zaman dilimlerinde yapıyorum,
  - Bu işi yaparken zorluklarla karşılaşılıyor muyum?
  - Bu işi yapmaktan mutlu muyum?
  - Bu işi yapmam çevremde kimleri sevindirir?
- Boya kalemlerini kullanarak yaptığınız iş sonrasında hissettiğini duyguları istediğiniz bir resmi yaparak anlatınız,

➤ “Yapmış olduğunuz resmin sanatsal bir özelliği olması gerekmiyor, önemli olan sizin duygularınızı en iyi şekilde yansıtır olması” denilerek öğrencilerin rahatlamaları sağlanacak,

➤ Kendini hazır hisseden ve resmini grupta paylaşmak isteyen öğrenciler dinlenilecek.

### SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :

Bir haftalarının nasıl geçtiği sorularak grup ısıdırıldı. Bu haftaki grup çalışmasının amaçlarından bahsedildi. Öğrencilere resim kağıtları ve boya kalemleri dağıtıldı. Öğrencilere rahat bir pozisyonda oturmaları ve günlük hayatta çok iyi yaptıkları şeyleri düşünmeleri istendi. Bu işlerden birini seçmeleri ve bu işle ilgili olarak aşağıdaki özellikleri düşünmeleri istenildi :

- Bu işi hangi zaman dilimlerinde yapıyorum,
- Bu işi yaparken zorluklarla karşılaşmıyor muyum?
- Bu işi yapmaktan mutlu muyum?
- Bu işi yapmam çevremde kimleri sevindirir?

Boya kalemlerini kullanarak yaptığınız iş sonrasında hissettiğiniz duyguları istediğiniz bir resmi yaparak anlatınız. “Yapmış olduğunuz resmin sanatsal bir özelliği olması gerekmiyor, önemli olan sizin duygularınızı en iyi şekilde yansıtır olması” denilerek öğrencilerin rahatlamaları sağlandı.

Resimler yapıldıktan sonra kendini hazır hisseden ve resmini grupta paylaşmak isteyen öğrencilerin duygu ve düşünceleri dinlenildi. Gruptan daire şeklinde ayakta durmaları ve resimlerini yere bırakmaları istenildi. El ele tutuşarak daire saat yönünde dönerek birbirlerinin resimlerine bakmaları istenildi. Resimlere bakarken bir başka insanın hayatının içine girildiğinden onun resmine dikkatlice bakmaları ve kendi resimleriyle benzerlik yada zıtlık bulmaları istenildi.

Herkes kendi resminin başına tekrar geldikten sonra benzer duyguları yaşayanların resimleri farklı olsa da duygulardan kaynaklanan renklerin ve temaların aynı olduğu görüldü.

## **V. OTURUM**

### **DUYGULARI TANIMA**

#### **OTURUMUN AMAÇLARI :**

- ✓ Duyguları tanıma,
- ✓ Kendi duygularını ifade etmek,
- ✓ Başkalarının duygularını fark etmek ve bunu ifade etmek,

#### **HEDEF DAVRANIŞLAR :**

- ✓ Kendi duygularının farkına varma,
- ✓ Olumlu duyguları ifade edebilme,
- ✓ Başkalarının duygularını isimlendirebilme.

#### **KULLANILAN YÖNTEM :**

Grup Oyunu, Grup Tartışması

#### **KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :**

- ✓ Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? resmi (EK: 3),
- ✓ Duyguları ifade eden hayvan resimleri (EK: 4)



**OYUN 1 :****Amaç :**

- Öğrencilerin içinde bulundukları duygu durumlarını anlayabilme,
- Duygularını dile getirebilme

**Süreç :**

- Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? resmi öğrencilere gösterilecek,
- Tablo grup üyelerine gösterilecek. Kendilerini anlatan duyguyu seçmeleri, sebebini düşünmeleri istenecek.
- İkinci aşama olarak ise başka bir duygu seçip bunu taklit ederek anlatmaya çalışmaları istenecek.

**OYUN 2 : Duyguları ifade etmeleri****Amaç :**

- Duyguları tanıma ve anlamlandırma,
- Yaşanılan olaylar karşısında hangi duyguları yaşadıklarının farkına varma,
- Duygu vücudunun hangi bölgesinde hissettiğini anlamlandırabilme,

**Süreç :**

- İnsan ve hayvan resimlerinden hazırlanan afişler öğrencilere gösterilecek,
- Öğrencilerden bu afişlerden birini seçmeleri istenecek ve böylece küçük grup oluşmuş olacak,
- Grup üyeleri seçtikleri afişle ilgili senaryo oluşturacak ve bu senaryoda yer alacak,
- Büyük grupta senaryolar canlandırılacak
- Yaşanılan olaylar karşısında hissedilen duygular büyük grup tarafından bilinmeye çalışılacak,

**SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME**

Gruba nasıl geldikleri sorularak oturuma başlandı. Bir hafta boyunca gerek okulda gerekse evde yaşadıklarından bahsettiler. Zekiye bu hafta yaşadıklarından sonra

duygularımın resmini yaptım ve hangi arkadaşımın resmi bu hafta benimle aynı oldu diye merak ediyorum dedi. Bende bu hafta duygularımızı yakından tanıyacağız diyerek oturumun amaçlarından bahsettim. Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? resmi öğrencilere gösterilerek kendilerini anlatan duyguyu seçmeleri, sebebini düşünmeleri istenildi. İkinci aşama olarak ise başka bir duygu seçip bunu taklit ederek anlatmaya çalışmaları istenildi. Seçilen duygular yaşantıların taklit edilmesiyle tahmin edildi. Bilen grup üyesi kendi duygusunu canlandırdı.

Grup üyelerinin duyguları tanımaları ve yaşanan olaylar karşısında hangi duyguları yaşadıklarının farkına varmalarını sağlamak amacıyla oyun 2 oynandı. Bunun için hayvan resimlerinden hazırlanan afişler öğrencilere gösterildi. Öğrencilerden bu afişlerden birini seçmeleri istenildi. Kendilerine dağıtılan kağıtları seçtikleri hayvanın adını ve seçme nedenlerini yazmaları istenildi. Öğrenciler seçtikleri hayvanlarda hangi duyguyu düşünerek seçtilerse bunu büyük gruba canlandırdılar. Büyük grupta anlatılan duyguyu bulan kendi duygusunu canlandırdı.

Öğrencilerin seçtikleri hayvanlar ve seçilme nedenlerinden bazıları şöyle :

**Şenay** “ Köpek seçmemin nedeni üzgün bir halinin olması. Çünkü bütün arkadaşlarım beni yalnız bıraktı. Bir kişi hariç ”.

**Kadriye** “ Fog balığını seçmemin nedeni üzgün ve mutsuz olması bende öyleyim”.

**Samet** “ Aslan seçmemin nedeni mutsuz olması ”.

**Fatma** “Ayıyı seçmemin nedeni kendimi çok mutsuz ve yalnız hissediyorum”.

**Cihan** “ Yunus balığını seçmemin nedeni sevinç ve mutluluk. Burada olduğum için çok mutluyum ”.

Seçilen hayvanlar farklı olsa da öğrencilerin yaşadığı duyguların aynı olduğu görülmektedir.

Gruba kendinizi bugün nasıl hissediyorsunuz tablosu gösterildi. Bitirirken kendilerini nasıl hissettiklerini seçmeleri istenecek. Bu duyguyu vücutlarında en yoğun nerede hissettikleri soruldu. Bitirirken taşıdıkları duygularla bir heykel oluşturmaları

istenildi. Meydana getirilen heykel ağlayan ve gülen insandı.

### **EV ÖDEVİ :**

➤ Anne ve babanıza olumlu bir söz söyleyiniz. Bu söz onların bir davranışına veya fiziksel görünüşüne ilişkin olabilir. Olumlu sözünüzü ve anne veya babanızın ne söylediğini yada ne yaptığını yazınız?

A. Siz ne dediniz?

B. Anneniz ya da babanız ne dedi ve ne yaptı?

➤ Bir sonraki oturuma gelene kadar arkadaşlarınıza olumlu duygularınızı söyleyin. Arkadaşınızın adını, sınıfını, ne söylediğinizi, onun size verdiği tepkinin ne olduğunu ve sizin ne hissettiğinizi not edin.

## **VI. OTURUM**

### **DUYGULARI TANIMA**

#### **OTURUMUN AMAÇLARI :**

- ✓ Duyguları tanıma,
- ✓ Kendi duygularını ifade etmek,
- ✓ Başkalarının duygularını fark etmek ve bunu ifade etmek,

#### **HEDEF DAVRANIŞLAR :**

- ✓ Kendi duygularının farkına varma,
- ✓ Olumlu duyguları ifade edebilme,
- ✓ Başkalarının duygularını isimlendirebilme.

## KULLANILAN YÖNTEM :

Grup Oyunu, Grup Tartışması

## KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :

- ✓ Kendinizi bugün nasıl hissediyorsunuz resmi,
- ✓ Resim kağıdı,
- ✓ Boya kalemleri
- ✓ Magazin dergileri

### OYUN 1 :

#### Amaç :

- Öğrencilerin içinde bulundukları duygu durumlarını anlayabilme,
- Duygularını renklerle ve resimle anlatabilme,
- Duygu yoğunluğunu yaşayabilme

#### Süreç :

➤ Öğrencilere “ Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? ” tablosu gösterilecek. Buradan bir duyguyu seçmeleri istenecek. Seçtikleri duyguyla ilgili bir olay hatırlamaları istenecek,

- Olayı yaşamaları için 5 dakika zaman verilecek,
- Olay karşısında hissettikleri duygunun rengini, şeklini ve büyüklüğünü seçmeleri istenecek,
- Aynı uygulama tüm duyguların resmi yapılarına kadar devam edecek,
- Resimlerle ilgili paylaşımlar alınacak.

### OYUN 2 :

#### Amaç :

- Öğrencilerin içinde bulundukları duygu durumlarını anlayabilme,
- Duygularını ifade edebilme.

### **Süreç :**

- Öğrencilere resim kağıdı ve yapıştırıcılar dağıtılacak. Bir hafta boyunca içinde bulundukları duygularını ifade eden resimleri magazin dergilerinden bulup kesmeleri istenecek.
- Kesilen bu duygu durumunu anlatan resimler resim kağıtlarına yapıştırılacak.
- Yapılan kolaj çalışması asılarak grup tarafından yaşanan duygular bulunmaya çalışılacak.

### **SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME**

Bir önceki çalışmada verilen ödevlerle ilgili paylaşımlarda bulunmak isteyen olup olmadığı sorularak başlandı gruba. Kısa süren bir sessizlikten sonra Duygu annesine iltifat ettiğinden ve onun çok mutlu olduğundan bahsetti. Cüneyt, “sınıfımdaki bir kız arkadaşına iltifat ettim o da beni öğretmene şikayet etti ” dedi ve tüm grup üyeleri gülmeye başladı. Tamer “ Cüneyt’e katılıyorum ben de erkek arkadaşına sen aslında çok zekisin dedim o da bana dalga geçiyorum diye kızdı. Sınıfın en tembel çocuğu ama mutlu olsun diye söylemişim ”dedi. Paylaşımlar dinlenildikten sonra bugünkü grup çalışmasının amaçlarından bahsedildi.

Öğrencilere “ Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? ” tablosu gösterilerek buradan bir duyguyu seçmeleri istenildi. Seçtikleri duyguyla ilgili bir olay hatırlamaları istenildi ve olayı yaşamaları için 5 dakika zaman verildi. Olay karşısında hissettikleri duygunun rengini, şeklini ve büyüklüğünü seçmeleri istenildi. Daha sonra öğrencilere resim kağıdı ve boya kalemleri dağıtıldı. Öğrenciler resimlerini bitirdikten sonra resimlerle ilgili paylaşımlar alınarak yapılan resimler alkışlandı.

Öğrencilerin içinde bulundukları duyguları daha iyi tanımaları için kolaj çalışması yapıldı. Bunun için öğrencilere resim kağıdı ve yapıştırıcılar dağıtıldı. Bir hafta boyunca içinde bulundukları duygularını ifade eden resimleri magazin dergilerinden bulup kesmeleri istenildi. Kesilen bu duygu durumunu anlatan resimler

resim kağıtlarına yapıştırıldı. Gönüllü öğrencilerden başlanarak kolaj çalışması asıldı ve bir hafta boyunca yaşadığı duygular bilinmeye çalışıldı. Tüm grup üyelerinin kolaj çalışmasındaki duyguları tahmin edilerek grup sonlandırıldı.

## **VII. OTURUM**

### **ÖFKE**

#### **OTURUMUN AMAÇLARI :**

- ✓ Öfke ile ilgili olarak farkındalık kazandırmak.
- ✓ “Öfke” nin zaman zaman herkes tarafından yaşanan normal bir duygu olduğunu vurgulamak.
- ✓ Öfke duygusunu ifade edebilme,
- ✓ Kontrol etmenin zarar verebileceği durumlarda durdurmanın elimizde olduğunu vurgulamak.

#### **HEDEF DAVRANIŞLAR :**

- ✓ Öfke duygusunun farkına varma,
- ✓ Öfke duygusuyla başedebilme.

#### **KULLANILAN YÖNTEM :**

Grup Oyunu, Grup Tartışması

#### **KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :**

- ✓ Kendinizi nasıl hissediyorsunuz? resmi ,
- ✓ Çeşitli duyguları gösteren insan resimleri,
- ✓ “ Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği ” (EK: 5),

✓ Öfkemizi tanıyalım çalışması (EK : 6).

### SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :

**Bugün kendinizi nasıl hissediyorsunuz? Kendinize bakmak ister misiniz?** sorusu sorularak öğrencilerin duygu durumlarını öğrenmek için “ **Duygu ifadeleri tablosu** ” gösterildi. Öğrencilerin cevapları arasında öfkeli, kızgın olan yoktu bunun üzerine “ **evet bu duygulara bizler sahibiz ve zaman zaman bu duyguları yaşıyoruz. Yine sahip olduğumuz ve zaman zaman yaşadığımız başka bir duygumuz daha var. Bu duygumuzun adı: ÖFKE** ” denilerek çalışmaya geçildi.

Bugün sizlerle öfke duygumuz hakkında çalışacağız. Sevinç, korku, mutluluk, yalnızlık, .... bu duygularımız gibi ÖFKE duygumuzda zaman zaman herkes tarafından yaşanan normal bir duygudur.

Şimdi sizlerle “ **öfkeli yüzleri bulma** ” oyununu oynayacağız. **Bunun için dağıtacağım çeşitli resimler arasından öfkeli yüzleri bulup ayırmanız ve kendiniz için almanız gerekiyor.** Resimler alındıktan sonra grup halka haline gelerek 1 ile 5 arasında her öğrenci saymaya başlayacak. Aynı rakamları söyleyen öğrenciler bir araya gelerek küçük grup oluşturacaklar. Küçük gruplarda aşağıdaki çalışmalar yapılacak : Kendisini hazır hisseden öğrenci almış olduğu resmi tercih etme sebebini gruba anlatacak,

“ Sizce neden öfkelenmiş olabilir? ” ,

“ Sizce öfkelerini nasıl gösterecekler ”,

Sizde bu konuya öfkelenir misiniz? Öfkelendiğinizde siz neler yaparsınız? Sorularını öğrenciler küçük grupta paylaşacaklar.

Küçük gruptakiler resimlerini bir araya getirerek ortak bir senaryo hazırlayıp herkes kendi resminin öfke davranışını büyük gruba sergilediler.



Şimdi hep birlikte bu duyguyu kendi içimizde nasıl yaşadığımıza bakalım. Grup halka haline gelerek bir gönüllü öğrenci alındı. Sandalyesi kaldırıldı ve grup daire şeklinde otururken gönüllü dairenin merkezinde ayakta durarak kendisini öfkeliendiren bir olay, söz yada davranış söyledi. Grup üyelerinden bu olay, söz yada davranışa öfkelenenler kendi yerlerinden kalkıp ayağa kalkan başka bir grup üyesinin yerine oturmaya çalıştı. Gönüllü grup üyesi de kendisine boş bir sandalye kapmaya çalıştı. Ayakta kalan grup üyesi de kendisini öfkeliendiren bir olay, söz yada davranış söyleyerek oyun devam etti. Bu sandalye kapmaca oyunundan oldukça zevk alan öğrenciler benzer olay, söz yada davranışa öfke duyan başkalarının da olduğunu görmekten mutlu olduklarını belirttiler.

Öğrencilere “Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği” (EK: 5) uygulandı.

#### **EV ÖDEVİ :**

Öğrencilere “ Öfkemizi Tanıyalım ” (EK: 6) ev ödevi olarak verilecek. Bir sonraki gruba gelirken yanlarında getirmeleri istendi.

Grubun daire şeklini alması ve sırayla her kesin ortaya girip bugünkü yaşadıklarıyla, öğrendikleriyle ilgili bir düşüncesini grupta paylaşması istendi. Ortaya girip düşüncesini paylaşan grup üyesi alkışlanarak yerine geçerken gruptan bir arkadaşını seçti ve çalışma bütün grup üyeleri ortaya girene kadar devam etti .

## **VIII. OTURUM**

### **ÖFKE**

#### **OTURUMUN AMAÇLARI :**

- ✓ Öfke ile ilgili olarak farkındalık kazandırmak.
- ✓ “Öfke” nin zaman zaman herkes tarafından yaşanan normal bir duygu

olduğunu vurgulamak.

- ✓ Öfke duygusunu ifade edebilme,
- ✓ Kontrol etmenin zarar verebileceği durumlarda durdurmanın elimizde olduğunu vurgulamak.

#### HEDEF DAVRANIŞLAR :

- ✓ Öfke duygusunun farkına varma,
- ✓ Öfke duygusuyla başedebilme.

#### KULLANILAN YÖNTEM :

Grup Oyunu, Grup Tartışması

#### KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :

- ✓ Öfke kuralları yazılı bir afiş (EK: 7),
- ✓ Kendine ve eşyalara zarar vermeme önerileri (EK: 8),
- ✓ Resim kağıdı ve boya kalemli.

#### SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :

Öğrencilere bugünkü oturuma nasıl geldikleri soruldu. Ev ödevleri hakkında konuşularak grupla paylaşmak isteyenler dinlenildi. Öğrencilere ev ödevleri tekrar verilmek üzere alınarak değerlendirileceği söylenerek bugünkü çalışmanın amaçları hakkında bilgi verildi. Öğrencilere resim kağıtları ve boya kalemli verilerak aşağıdaki yönerge verildi:

*Şimdi sizlerle öfke ile ilgili resim yapacağız. Resim kağıdınızı istediğiniz gibi kullanabilir, istediğiniz renk yada renklerdeki boya kalemli kullanabilirsiniz. Sanatsal değeri olan bir resim olması gerekmiyor çalışmamızın. Yapabildiğiniz kadar*

*olması size özgü olması önemli. Yapacağımız resmin konusu “ÇOK ÖFKELİ”, “ÖFKELİ ” ve “ AZ ÖFKELİ” yüzler. Öğrencilere bunun için 10 – 15 dk süre verildikten sonra. Şimdi resminize bakın ve bu yüzlerin sizin hayatınızda kimler olduğunu düşünün ve yüzün üstüne o kişinin adını ve sizinle yakınlığının ne olduğunu yazın* denildi.

Şimdi herkes sağındaki arkadaşıyla ikili grup olacak. Sırayla yapılan resim gösterilerek resimlerdeki kişi yada kişiler hakkında bilgi verilecek. Bunun için her öğrenci için 5 dakika verildi.

Büyük grupta yapılan resimlerle ilgili konuşulacak. Ben .....’im. .... olayı oldu ve öfkelen dim. Şu an vücudumda ..... oluyor. .... tepkisi veriyorum. Karşımdaki de ..... davranışında bulundu. Bu olayın sonucunda kendimi ..... hissediyorum. Şeklinde empati kurarak öğrencilerden birbirlerinin resmini anlatmaları istenildi.

Öğrencilerin verdikleri cevaplar alındıktan sonra öfke karşısında verilen tepkiler yazıldı. Bu tepkilerin guruplandırılması istenildi. Bunlar; “ umursamamak, başkalarına, kendine ve eşyalara zarar vermek” gibi. Guruplandırdıktan sonra “başkalarına, kendine ve eşyalara zarar verme” konusunda öğrencilerle tartışıldı.

“Öfke Kuralları Afişi” (EK: 7) asılıp bu kuralların yapılabilir olup olmadığı tartışıldı. Öğrencilere öfkelendiğinizde bu kurallara uymayı ister misiniz? Sorusu soruldu ve uyarılarsa sonucunda neler olabileceği üzerine tartışıldı.

Başkalarına, kendine ve eşyalara zarar vermemek için izlenebilecek üç adım (EK: 8) öğrencilerle tartışıldı.

Öğrencilere ev ödevi verildi. Bir sonraki oturuma gelene kadar öfkelendiğiniz olayları, öfkelendiğiniz kişi yada kişileri size yakınlık derecelerini not ediniz. Buraya gelene kadar öfkelendiğiniz durumlarda kendinizi ne kadar kontrol edebildiniz? Kurallara uymada zorluk yaşadınız mı? Yaşadıysanız

sebeplerini de yazınız.

Grup ödevden sonra sonlandırıldı.

## IX. OTURUM

### ÖFKE

#### OTURUMUN AMAÇLARI :

- ✓ Öfke ile ilgili olarak farkındalık kazandırmak.
- ✓ “Öfke” nin zaman zaman herkes tarafından yaşanan normal bir duygu olduğunu vurgulamak.
- ✓ Öfke duygusunu ifade edebilme,
- ✓ Kontrol etmenin zarar verebileceği durumlarda durdurmanın elimizde olduğunu vurgulamak,
- ✓ Öfkenin uygun şekilde ifade edilmesini desteklemek,
- ✓ Kas gevşetme yöntemlerini kullanarak öfke durumunda gevşemeyi öğrenmek.

#### HEDEF DAVRANIŞLAR :

- ✓ Öfke duygusunun farkına varma,
- ✓ Öfke duygusuyla baş edebilme.

#### KULLANILAN YÖNTEM :

Grup Oyunu, Grup Tartışması

## KULLANILAN EĞİTİMSEL ARAÇ - MATERYALLER :

- ✓ Kaset çalar
- ✓ Gevşeme egzersiz kaseti,
- ✓ Davranış kontratı (EK : 9).

## SÜREÇ VE DEĞERLENDİRME :

Bugünkü oturuma nasıl geldikleri öğrenildi. Ev ödevi hakkında konuşuldu. Gönüllü öğrencilerin paylaşımları alındı. Öfkesini kontrol eden grup üyeleri alkışlanarak tebrik edildi. Öfkelerini kontrol etmeye devam ettikleri sürece toplum tarafından ödüllendirileceklerini söyleyerek motive ettim.

Öğrencilere “ İYİ ÖFKE ” ile “ KÖTÜ ÖFKE ” nin ne olduğu hakkında bilgi verildi. Öğrencilerden kendi iyi ve kötü örnekleri verilmeleri istenerek konu somut hale getirildi.

Daha sonra Müzikle birlikte gevşeme egzersizi verildi. Egzersiz bittiğinde öğrencilerden onları çok öfkeliendiren bir şeyi hatırlamaları istendi. Bu uygulama bedenlerindeki gerginleşmeyi fark etmeleri ve yeniden gevşemeleri için yapıldı.

Öfkeyle baş edebilmekte zorlananlar için öfkenin olumsuz etkilerinden korunabilmek için “ Davranış Kontratı ” (EK: 9) yapıldı.

Grup çalışmasının son oturumu olması sebebiyle birbirimize hediye vermek ister misiniz ? diye sordum. Bunun için hazırlıklı olmadıklarını daha önce söylemem gerektiğini söyleyerek üzülüler. Bu hediyenin maddi değerinin olmayacağını hatta görünmeyeceğini ama hissedileceğini söyledim. Grubun içinde gezmelerini ve hediye vermeyi istediğiniz bir arkadaşınızı seçin ve onun bu grup çalışmasında neye ihtiyacı olduğunu hissettiyseniz ona hediye olarak verin dedim. Çalışma bu şekilde sonlandırıldı.

### 3.6.8.2. Anne Baba ve Öğretmen Semineri

#### 3.6.8.2.1. 11 - 13 YAŞ ARASI ERGENLERİN GELİŞİM ÖZELLİKLERİ

##### FİZİKSEL GELİŞİM

- ✓ Erkeklerin ergenlik gelişimi hızla başlar.
- ✓ Kızların ergenlik gelişimi en üst düzeydedir. Vücudunda değişiklikler oluşur.
- ✓ Hızla değişen vücuduna uyum sağlayamaya bilir.
- ✓ 11 yaşında kızların için buluş dönemi başlar. Cinsel özellikler gelişmeye devam eder. Göğüsler gelişir ve mensirasyon başlar.
- ✓ Hem erkeklerde hem de kızlarda erken fiziksel gelişme kendilerine olan güvenlerini fazlalaştırır.
- ✓ Erkeklerin motor gelişim ve koordinasyonu gelişir. Fiziksel açıdan üstün olur.

##### SOSYAL GELİŞİM

###### Aile

- ✓ İyi kararlar verebilmek için deneyime ihtiyacı vardır.
- ✓ Anne babanın çocuğun davranışı üzerindeki etkisi ev dışında gittikçe azalır.
- ✓ Çocuğun olumsuz ve kavgacı tavrı, ailesine verdiği önemi azaltmaz.

###### Arkadaşlık

- ✓ Yaşlılar, çocuğun davranış standartları ve model kaynaklarıdır.

- ✓ Grup tarafından verilen rollere uyarlar.
- ✓ Erkeklerin ve kızların ilgileri daha değişik ve çeşitlidir.
- ✓ Genelde gürültülü ve neşelidirler.
- ✓ Grup oyunları popülerdir.
- ✓ Aynı cinsten ve karşı cinsten olan kişilere yönelik kaba davranışlarda bulunmaya başlarlar. Kahraman olmak isterler.
- ✓ Kızlar, sosyal etkinliklerde erkeklere nazaran daha faaldirler.
- ✓ Karşı cinse ilgi artmıştır. Genelde kızların erkeklere ilgisi, erkeklerin kızlara olan ilgisinden daha fazladır.
- ✓ Kendi davranışlarının farkında olma, onda kaygı ve endişe yaratır.
- ✓ Alkol, sigara ve ilaç kullanımı gibi olumsuz alışkanlıklarla karşı karşıya gelebilirler.
- ✓ Yaşıtlardan oluşan grubun, çocuğun davranışları üzerindeki etkisi artar.
- ✓ Cinsellik olgusu gelişir. Arkadaşlar arasında bilgi alışverişi başlar.

### **Okul**

- ✓ Yeni okul ortamında çekingenlik yaşayabilir. Ortaokul ilkokuldan daha karışık görülebilir.
- ✓ Okuldaki otorite ve disiplin sorgulanmaya başlar ve genellikle karşı çıkılır.
- ✓ Okul birçok sosyal deneyim için önemli bir ortamdır.

## **KİŞİLİK GELİŞİMİ**

### **Heyecanlar (Duygular)**

- ✓ Kendine güvenmeme eğilimi vardır; kendini inceler; içe dönük ve utangaç olabilir.
- ✓ Diğer insanların özellikle yaşıtlarının kendisi hakkındaki düşüncelerinden endişelenirler.
- ✓ Duyguları sık sık değişir ve tahmin edilemez. Duygularını nadiren dışa



döker.

- ✓ Uyumluluğa önem vermesi, diğerlerinin belirgin olarak görülen farklılıklarını tolere edememesine sebep olur.
- ✓ Tepki şekli, reddetme veya iki taraflı davranma şeklinde olsa da yetişkinin duygusal ilgisinin devam etmesi gerekir.
- ✓ Fiziksel değişiklikler duygusal açıdan büyük bir stres oluşturur.

### Değerler

- ✓ Yaşıtların etkisi önemli olmasına rağmen, kendi değer yargılarını geliştirirler ve gösterirler.
- ✓ Dürüstlük, yargılama gibi etik kavramları algırlar.
- ✓ Sosyal içerikli konuların farkına varmaya ve bu konuları tartışmaya başlar.

### Kişilik

- ✓ Sosyal rollerini benimsemeye başlar.
- ✓ Karşı cinsle ilişkilerde kendi rollerinin nasıl olması gerektiğini öğrenirler.
- ✓ Benliklerinin oluşması sürecinde zaman zaman duygusal çatışmalar yaşarlar.

## **DÜŞÜNCE VE DİL GELİŞİMİ**

### Düşünce

- ✓ Somut düşünceden soyut düşünceye geçerler. Ayırt edici ve seçici soyut kelimeler kullanırlar.
- ✓ Eleştirel yönde düşünmeye başlar. Bağımsızlığına düşkündür.
- ✓ Problem çözerken mantıksal yollar kullanır, parçadan tüme varış yöntemi en çok kullanılan yöntemdir.
- ✓ Problem çözerken alternatifleri de göz önünde bulundururlar.

**Dil**

- ✓ Etkin bir şekilde yazma konuşma yeteneğine sahiptir.
- ✓ Dil yeteneği fazla gelişmemişse, akademik başarısı ve kişiler arası iletişimi gelişmeyebilir.
- ✓ Gurup içerisinde duyguların tartışılması, kendini daha iyi anlamasına yardımcı olur.

**14 YAŞ ERGENLERİN GELİŞİM ÖZELLİKLERİ****FİZİKSEL GELİŞİM**

- ✓ Ergenlik gelişimi erkekler için zirve noktasındadır. Vücudu hızla değişir ve bu hızlı değişime uyum sağlamakta zorlanır.
- ✓ Erkekler için ergenlik dönemi ikincil cinsel özellikler gelişmeye devam eder.
- ✓ Erken veya geç gelişimin kızların üzerindeki etkisi, erkeklerin üzerindeki etkisine göre daha azdır.

**SOSYAL GELİŞİM****Aile**

- ✓ Aileden gelen kabul ve destek, çocuğun bağımsızlığını ifade etmesine yardım eder.
- ✓ Erkek çocuklar, araba kullanmaya heveslenirler. Araba kullanmayla ilgili engellemeler sorun yaratabilir, sınırlamalara tepki gösterirler.

**Arkadaşlık**

- ✓ Bir sosyal grup tarafından kabul edilerek bütün grubun dikkatini çekmek isterler.

- ✓ Erkeklerin ve kızların her iki cinsten de birkaç tane yakın arkadaşları vardır. Arkadaşlıklar uzun sürelidir.
- ✓ Yaşıt ve yetişkin rolleri arasında çatışma artar.
- ✓ Uyumlu olmaya çaba göstermelerine rağmen, bağımsızca olayları değerlendirmeye de önem verirler. Kızlar, erkeklere göre sosyal ortamlara daha kolay uyum sağlarlar.
- ✓ Asıl gruplar aynı cinsten kişilerden oluşur. Fakat diğer cinsle iletişim de artmaya devam eder. Yaşıt grubunun etkisi gittikçe artar.

### **Okul**

- ✓ Hangi mesleği seçeceği hakkında planlar ve araştırmalar yapar.
- ✓ Okul personelinin fikir ve inançlarına ters olabilecek düşüncelerini yoğun bir şekilde ifade eder.

## **KİŞİLİK GELİŞİMİ**

### **Heyecanlar (Duygular)**

- ✓ Yarışa dayalı arkadaşlık ilişkileri güvensizlik yaratır.
- ✓ Okulda yada evde sık sık hayal kurar. Ailesinden çok arkadaşlarına güvenir.
- ✓ Ailesinden çok arkadaşlarına güvenir.
- ✓ Ailesi tarafından kabul ve saygı görmesi, ona güvenildiğinin gösterilmesi genç için çok önemlidir.
- ✓ Fiziksel değişimlerin etkisiyle, duygusal enerji genişlemeye devam eder ve karşı cinsle olan ilişkiler gelişir.
- ✓ Fiziksel görünümü, cazibesi ve fiziksel gelişimi hakkında endişeler yaşar.

### **Değerler**

- ✓ Felsefi, ahlaki ve dini değerlere ilgi duyar.
- ✓ Ahlaki normlardan haberdardır ve karşıt düşünceleri dile getirir.

- ✓ İçinde bulunduğu grubun inançları, sosyal değerlerini etkiler.

### **Kişilik**

- ✓ Aileye bağımlılığı azalmaya başlar. Sorumluluk bilinci gelişmeye başlar.
- ✓ Yaşlılarıyla ve karşı cinsle yeni ve daha olgun ilişkiler kurmaya başlar.

## **DÜŞÜNCE VE DİL GELİŞİMİ**

### **Düşünce**

- ✓ Farklı olguların ayrımını doğru bir şekilde yapar.
- ✓ Gelecek ve daha sonrası ile ilgilidir. Uzun dönemli amaçlar belirler ve planlar yapar.
- ✓ Bir problemin çözülebilmesi için faydalanabilecek bütün yollarla ilgili hipotezler geliştirir ve test eder. Mantıklı ve hayal ürünü çözümlerle uğraşır.
- ✓ İstekleri çoğu zaman yapabileceklerinin üstündedir.
- ✓ Problemleri çözmek için soyut kurallar kullanır.

### **Dil**

- ✓ Karmaşık fikirleri belirleyebilir ve ifade edebilir.

## **3.6.8.2.2. İLETİŞİM VE İLETİŞİM ENGELLERİ ANNE BABA SEMİNERİ**

Sevgili anne babalar;

Bugünkü seminerimize hoş geldiniz. Seminerimize başlamadan önce sizlere bir şiir okumak istiyorum.

## SÖYLEDİKLERİMİ İŞİTİN LÜTFEN

Bana aldanmayın!  
Yüzüm bir maskedir,  
sizi aldatmasın.  
Binlerce maskem var,  
çıkartmaya korktuğum  
ve  
Hiçbiri ben değilim...  
olmadığımı göstermek  
doğam oldu.

“KENDİNDEN EMİN BİRİ” dersiniz,  
sanki güllük gülistanlık  
Benim için her şey...  
Adım güven belirtir,  
ve  
oyunumun adı “ağırbaşlılık” tır.

İçimde ve dışımda denizler sakın,  
her şeyin kumandanı ben...  
Kimseye gereksinme duymayan ben...  
Fakat, inanmayın bana,  
LÜTFEN...

Her şey dışta düzgün ve cilalı,  
hiç yıpranmayan, her zaman saklayan  
o maske!...  
Altta ne güven, ne de rahatlık ...  
altta,  
karışıklık, korku ve yalnızlık içinde bocalayan  
gerçek ben...

ama saklarım bu gerçeği savunuculukla...  
Kimsenin bilmesini istemem...  
Zayıf taraflarımı düşündükçe,  
titrer ve sararırım...  
Ya başkaları görürse iç dünyamı...  
Gerçek ben ve yalnızlığımı!  
İşte,  
maskemi onun için takarım.  
Onun için arkalarına saklanacak maskeler yaratırım...

Onlar,  
gösterişte kullanabileceğim,  
parlatılmış yüzlerim.  
Beni korur bakan gözlerden.  
Beni olduğum gibi kabul edecek,  
sevecek bakışlar bulamazsam,  
solacak, kuruyacak gerçek ben...  
ve  
ben bunu biliyorum.

Beni kendi maskelerimden kurtaracak,  
kurduğum hapishaneden kaçırarak,  
diktiğim engellerden aşırarak,  
beni seven,  
beni anlayan,  
bakışlar olacak.  
Bana;  
“SEN DEĞERLİSİN” diyecek  
“MASKESİZKEN DAHA BİR İNSANSIN ”  
“DAHA YAKIN, DAHA BİR DOSTSUN “  
diyecek bir bakışa  
beni gören bir bakışa

## MUHTACIM...

Benim yanıma sokulman kolay olmayacaktır!...

Uyarırım seni dost!...

Uzun yıllar kendini yetersiz hissetmiş ben,  
sana kendini kolay açamayacaktır...

Bütün gücümle tutunacağım maskelerime,  
ne kadar sokulursan yakınım,  
o denli şiddetli geri iteceğim seni...

Kim olduğumu merak ediyor musun?

Hiç merak etme...

Ben çevrendeki

Her erkek ve kadını...

Maske takan her insanı...

Charles C. Finn (Çev. Doğan CÜCELOĞLU)

Sevgili anne babalar;

Günlük yaşamınızda kurduğunuz ilişkiler sosyal yüzlerin mi, yoksa sizin iç dünyanızın mı? Bunu ancak siz kendi iç dünyanızda özünüzde; mahremiyetinizde bilebilirsiniz. Evinize, ailenize yalnız sosyal yüzünüzü mü götürüyorsunuz, yoksa kendi iç dünyanızı mı? Bu sorunun yanıtını da özünüzdeki mahrem dünyanızda siz bilebilirsiniz. Bugün burada iletişim ve iletişim engelleri konulu seminer çalışması için bir araya geldik. Sizlerden istediğim sosyal yüzünüzü var olan maskelerinizi çıkarmanız ve kendi iç dünyanızla burada kalarak paylaşımlara katılmanızdır.

“ Aynı dili konuşanlar değil,

Aynı duyguları paylaşanlar anlaşabilir ” demiş Mevlana. Bugün burada sizlerle aynı duyguları paylaşmak için toplanmış bulunuyoruz.

İletişim kelimesini çok sık duymuşsunuzdur. İletişimsizliklerden bahseder



dururuz. Ebeveyn çocuk arasında, öğretmen öğrenci arasında, hükümet partileri ile koalisyon partileri arasında, antronör sporcu arasında ... bu örnekleri çoğaltmak mümkündür iletişimsizliği anlatmak için.

Şimdi sizlerden biraz gerilere oğlunuzun yada kızınızın yürümeye başladığı dönemlere geri dönmenizi istiyorum. Uğraşa debelene birkaç dakika bir gayret sonucu, yerden 15 – 20 cm yukarıya çıktığı zamanı hatırlayın. Basamağı çıkar çıkmaz şöyle bir dikelip, muzaffer bir komutan edasıyla etrafına bakarlar. Büyük bir iş başarmışlardır çünkü. Şimdi size sormak istiyorum 14 aylık çocuğunuzun kan ter içinde bir merdiveni tırmanmaya çalıştığını görseniz ne yaparsınız? Büyük bir ihtimalle, çocuğu sevgiyle kaldırıp merdivenin son basamağına koyarsınız ben de öyle yaptım. Az sayıda vatandaşımız ve birçok batılı aile ise bir yerlere tırmanmaya çalışan çocuklarına karışmadıkları ve karışılmasından hoşlanmadıklarını görürüz.

“ Çocuk dediğin düşe kalka büyür ” sözü uyarınca bazılarımız, merdivene tırmanan çocuklara aldırıyor olabiliriz. Çocuklarının merdiven çıkmalarına bilinçli olarak karışmayanlar, muhtemelen “ çocuğun egosu güçlensin, kendine güveni artsın ” diye, seyirci kalmayı tercih ediyorlar. Yardım eden bizler ise, kendimizi sorumlu hissediyoruz. Kafalarımızdaki “ ana baba ” tanımı çocuklara kol kanat germemiz gerektiğini söylüyor. Bugün tek başına beceremez diye basamağı tırmanmasına yardım ediyoruz; yarın okul ödevlerine yardım ediyoruz; pek çok şeyi kendi başına yapabileceği yaşa geldiği halde yemek yemesine, tuvalet temizliğine yardım ediyoruz; üniversite tercihlerine yardım ediyoruz; okul bitiyor iş bulmasına yardım ediyoruz; evlenmesine yardım ediyoruz; çocuğunun bakımına yardım ediyoruz ....

Çocuğun merdiven çıkmasına “ kendine olan güveni artsın ” diye seyirci kalanlar, çocuklarını güçlendirmeye çalışıyorlar. Çocuğa yardım eden bizler ise, çocuğumuzu güçlendirmekten ziyade çocuğumuzla aramızdaki bağı güçlendiriyoruz.

Sergilenen her iki tutumda da doğru yada yanlış yok. Çünkü her iki tutumda insan ilişkilerinde sahip olduğumuz üslubu sergiliyoruz. Koruyucu anne baba olarak bizler hayat boyu birilerinin desteğine ihtiyaç duyacak bir insan yetiştiriyor olabiliriz.

Diğer taraftan çocuğuna sürekli bir yetişkiye davranıyormuş gibi davrandığımızda da kendine güvenen ve bireyselleşmiş fakat yaşamı boyunca anne baba çocuk ilişkisindeki sıcaklığı arayan aşırı bireyselleşmeden dolayı toplumda yalnızlık çeken birey yetiştiriyor olabiliriz.

O halde her iki tutumu yer ve zamana dikkat ederek uyguladığımız da hem kendine güvenen hem de anne baba sevgisi almış çocuklar yetiştirebiliriz. Örneğin, çocuğumuz hayatında ilk defa bir basamağa çıkmaya mı çalışıyor; düşecek gibi olursa tutabileceğimiz bir mesafeden izleyelim (koruyucu anne baba olmuş oluruz). Fakat çıkmasına karışmayalım (çocuğumuzu yetişkin yerine koymuş oluruz). Basamağı çıkıp da sevinince onun bu sevincine çocuksu bir sevinç katalım ve “ aferim sana ” diyelim, öpelim onu (çocuğa gerekli olan ana baba sıcaklığını vermiş oluruz).

Kucağıımıza alarak merdiven çıkmasına izin vermediğimiz oğlumuz yada kızımız 14 yaşına geldi ve liselere giriş sınavına giriyor. Sınav zamanı anne babalarda çocukları kadar belki daha da fazla heyecanlıdır. Sınav günü sabah erkenden kalkılır halalar, teyzeler, dayılar, amcalar, dedeler, büyükanneler çocuğun sınava gireceği okula gelirler. Bu gence “ biz senin arkadayız ” mesajını verir. Sınav bitimine kadar yağmur sıcak demeden gencin çıkmasını beklerler. Şüphesiz bu güzel bir şeydir. Ancak kapıda bekleyen gurup şu mesajı da vermektedir. “ Bu sınavı kazanmam ailemiz için hayati önem taşıyor; eğer kazanamazsam cümleten mahvoluruz ”. Bu tür bir mesaj gencin omuzlarına ağır bir yük yükler onu sınav kaygısına körükler. Bu sebeple desteğin dozunu kaçırmamak, etkileşimi kıvamında tutmak gerekir. Sosyal çevrenin desteği gereklidir ve yararlıdır. Fakat bu destek bir baskı unsuru, bir kaygı kaynağı olmaya başlayınca artık yarardan söz edilemez. Toplum içinde yaşayan her bireyin bir bireysel sınırı bulunmalıdır. Bu sınır ne aşırı kalın olmalıdır, ne de aşırı geçirgen. Söz konusu sınır eğer aşırı katı olursa, birey toplum içinde yalnız kalabilir. Bireysel sınırı aşırı geçirgen olan birey ise, özerk olma şansını yitirebilir ve sosyal çevrenin baskısını fazlaca hissedebilir.

Aslında koruyucu anne babalık görevimizi sadece çocuklarımıza yapmayız. Düşünün eve gelen misafirlerimize de koruyucu anne babalık yaparız. Onların oturduğu

yeri rahat bulmayız kendi beğendiğimiz yere oturtur arkasına da minderleri sıralarız. Bu yeni yerinde rahat olduğunu biliriz. İkramlar kısmında ise misafirimizin fazla fazla yemesini ister yemediği zaman da ant veririz. Böylece iyi bir ev sahibi olduğumuzu biliriz. Bu durum misafirlerimiz için iki mesaj veriyor. Birincisi; beni seviyorlar ve değer veriyorlar. İkincisi bana güvenmiyorlar çocuk yerine koyuyorlar. Böyle davranan ev sahibinin misafirine verdiği mesaj “sen nerede oturacağını, ne kadar yemen gerekeceğini bilemezsin. Utanırsın, çekinirsin. Az yersin izin ver de seni rahat ettireyim doyurayım”.

Koruyucu ev sahipliğimizi çocuklarımıza da yapmaktayız. Çocuklarımızı severiz. Onları hem içimizden hem de açıkça göstererek, öperek, oynayarak sarılarak severiz. Çocuklarımızı sevmesine severiz de dizimizin dibinde sevmeyi tercih ederiz. Bağrımıza basıp ellerinden tutup, koruyarak ve kontrol ederek severiz. Sevmek iyi bir şeydir, fakat korumanın ve kontrol etmenin dozunu kaçırırsak hiç istemeden onların gelişmelerini engellemiş oluruz.

Çocuğumuz yürümeye başladığında kendisini daha özgür hissettiğini görürüz. İsteddiği yere gidebilmek ona mutluluk verir. Doğası gereği içinde yaşadığı dünyayı merak eder ve ellemeye dokunmaya başlar. Keşfetmeyi bildiği anlamlandırmayı bildiği tek şey dokunmak ellemektir çünkü. Bu durum anne babayı rahatsız eder ve ellenmemesi gereken şeyler listesi oluşturulur. Çocuk artık iğneyi, makası, bibloyu albümü, hamuru, mumluğu, kedileri, bebekleri, radyoyu, televizyonu, burnunu, çamurları .... ellemez. Bu durum ilk bakışta iyi gibi gözükabilir. Ancak çocuk okula başladığında kitapları ellemez, kütüphanede araştırma yapmaz, laboratuarda deney yapmamaya başlar ve bu durum anne babayı rahatsız eder. Unutulmamalıdır ki; çevrelerini merak etmemeyi, kurcalamamayı, sormamayı öğrenen çocuklardan kütüphanede araştırma yapmaları beklenemez.

Yine anne baba olarak çocuklarımızın bizlere yalan söylemesini istemeyiz. Ama onların iyiliği için bizler küçük yalanlar söyleyebiliriz. Bu durum çocuğumuz tarafından öğrenildiğinde çocuğumuzun yaşayacağı iki durum söz konusu olacaktır. Birincisi kendisine yalan söylemeniz insanlara kuşkuyla bakmasına neden olacaktır. En yakını

olan sizler onun iyiliği için yalan söylüyorsanız iyi olduğunu söyleyen doktora, musluk suyunu içebilirsiniz diyen yetkiliye kuşkuyla bakacaktır. İkincisi ise sevdiklerini üzmemek için masum yalanlar söylenebilir mesajını alan çocuğunuz sizi üzmemek için kütüphane de olacağını söyleyip erkek arkadaşıyla partiye gidebilir.

Söylediğimiz yalanlar çocuğumuza “sen anlayamayacak kadar küçüksün aklın ermez bunlara ” mesajını verir. Gerçeği söylediğimizde “ adam ” yerine “ yetişkin yerine ” koyduğumuzdan onun insanlara güvenen ve ebeveyn olarak bizlere güvenen ve bizimle kendini paylaşan bireyler olarak yetiştirmiş oluruz.

Buraya kadar ebeveynle çocuk arasında yaşanan iletişim örneklerini paylaştık sizlerle. Peki ama iletişim nedir? İletişim; bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma süreci olarak tanımlanabilir. Bu durumda iki insanın karşılıklı konuşması, arıların bal bulunan yeri birbirlerine bildirmesi de iletişim olarak kabul edilebilir. Genel olarak iletişimin gerçekleşmesi için iki sistem gereklidir. Bu sistemler; iki insan, iki hayvan, iki makine yada bir insan bir hayvan; bir insan bir makine (örneğin bilgisayar) olabilir.

Ancak anne babalar çocuklarına sadece birtakım emirler verip onların bu emirler karşısındaki tepkileriyle ilgilenmezlerse bu tavırları iletişim değil enformasyon yani tek yönlü bilgi iletimi olarak kabul edilir.

Unutulmamalıdır ki iletişim;

% 83 Görme

% 11 İşitme

% 3,5 Koklama

% 1,5 Dokunma

% 1 Tatma duyuları ile elde edilir.

Dolayısıyla çocuğumuzla iletişim kurarken aynı göz seviyesinde olabilmek, göz temasını çok iyi kurmak anlayabileceği ve duyabileceği tonda dokunarak konuşmak çok önemlidir.

Bugün sizlerle paylaşacağımız bir diğer konu ise “ İletişim Engelleri ”. Tüm yaşantımızda ve çocuğumuzla kurduğumuz iletişim engellerini 12 grupta toplayabiliriz. İletişim engellerini örneklerle açıklayacak olursak;

**1. Emir Vermek, Yönlendirmek :** “ Başka ana babaların ne yaptığı umurumda değil, bahçeyle sen uğraşacaksın ”, “ Benimle bu ses tonuyla konuşma ”, “ Şimdi odana gidip derslerine çalışıyorsun ”.

**2. Uyararak, Gözdağı Vermek :** “ Onu yaparsan pişman olursun ”, “ Bir kelime daha söylersen, dışarı atarım ”, “ Kendi iyiliğini düşünüyorsan onu yapmazsın ”.

**3. Ahlak Dersi Vermek :** “ Öyle davranmamalısın ”, “ Büyüklerine karşı her zaman saygılı olmalısın ”.

**4. Öğüt Vermek, Çözüm ve Öneri Getirmek :** “ Ayşe ile Can’a seninle oynamaları için buraya gelmelerini neden söylemiyorsun? ”, “ Lise tercihlerin konusunda karar vermeden önce iyice düşün ”, “ Bu konuda öğretmenle konuşmanı öneririm ”, “ Git, başka çocuklarla arkadaşlık et ”.

**5. Öğretmek , Nutuk Çekmek, Mantıklı Düşünceler Önermek :** “ Fen lisesini kazanman senin için çok yararlı olabilir ”, “ Çocuklar birbirleriyle nasıl geçineceklerini öğrenmeli ”, “ Çocuklar küçükken sorumluluk almayı öğrenirlerse, büyüyünce de sorumlu yetişkinler olurlar ”, “ Buna şu açıdan bak : Benim evde senin yardımına gereksinmem var ”, “ Ben senin yaşındayken iki mislini yapardım ”.

**6. Yargılamak, Eleştirmek, Suçlamak, Aynı Düşüncede Olmak :** “ Doğru düşünmüyorsun ”, “ Bu deneyimsiz birinin görüşü ”, “ Bu konuda çok yanılıyorsun ”.

**7. Övmek, Aynı Düşüncede Olmak :** “ Çok güzelsin ”, “ İyi şeyler yapacak yeteneğin var ”, “ Haklı olduğunu düşünüyorum ”, “ Sana katılıyorum ”.

**8. Ad Takmak, Alay Etmek :** “ Sen şımarık bir veletsin ”, “ Hey, buraya bak sivri zekalı ”, “ Tamam bebecik ”, “ Sulu göz ”.

**9. Yorumlamak, Analiz Etmek, Tanı Koymak :** “ Sen Zeynep ’ i kıskanıyorsun ”, “ Sen bunu beni kızdırmak için söylüyorsun ”, “ Okulda durumun iyi olmadığı için böyle düşünüyorsun ”.

**10. Güven Vermek, Desteklemek, Avutmak, Duygularını Paylaşmak :** “ Yarın kendini daha iyi hissedeceksin ”, “ Tüm çocuklar arada bir böyle olur ”, “ Üzülme, her şey düzelir ”, “ Yeteneklisin, başarılı bir öğrenci olabilirsin ”, “ Bende



senin gibi düşünürdüm ", " Sen arkadaşlarınla hep iyi geçinirsin ".

**11. Soru Sormak, Sınamak, Çapraz Sorgulamak :** " Ne zaman böyle hissetmeye başladın ", " Neden okuldan nefret ediyorsun ", " Arkadaşların seninle oynamak istemediklerini söylediler mi? ", " Kaç arkadaşınla işleri hakkında konuştun?", " Bu fikri senin aklına kim soktu? ", " Üniversiteye gitmezsen ne yaparsın? ".

**12. Sözünden Dönmek, Oyalamak, Şakacı Davranmak, Konuyu Saptırmak:** " Unut gitsin ", " Bu konuyu yemekte konuşmayalım ", " Haydi gel, daha güzel şeylerden konuşalım ", " Basketbol nasıl gidiyor ", " Okulu dinamitlemeye ne dersin? ", " Bütün bunları bizde yaşadık ".

Görüldüğü gibi gerek çocuğunuzla gerekse tüm ilişkilerinizde iletişim kurarken yukarıdaki 12 maddeye dikkat etmek gerekiyor. Eğer karşınızdakiyle iletişiminizi bozmak ve anlaşılmak istemiyorsanız yukarıdaki örneklerdeki gibi davranın ama iyi bir iletişim için asla kullanmayın.

Bir sonraki seminerde tekrar birlikte olmak dileğiyle.

### **3.6.8.2.3. ERGENİ ANLAMAK VE İLETİŞİM ANNE BABA SEMİNERİ**

Ergenlik; kızlar için 11-21 yaş, erkekler için 13-21 yaş arasını kapsayan döneme denilmektedir (Kulaksızoğlu, 1998). Bu dönemi ergenlik kulübü olarak düşünürsek her birimiz bir zamanlar bu kulübün doğal üyesiydik. Belki bizim zamanımızda kulübün özellikleri ve şartları farklıydı ama bizlerde o dönemde kendi anne babalarımızdan ya da öğretmenlerimizden farklı şartlarda yaşadık bu kulüpte. Şimdi öğrencilerimiz, belki de bir kısmımızın çocukları bu kulübün doğal üyesidirler. Ancak bizlerden, bizlerin anne babalarından ve öğretmenlerinden farklı kuralları ve kültürü olan bir kulübe sahipler. Ergenleri yaşadıkları bu dönemde yeteri kadar anlayabiliyor muyum? diye zaman zaman kendinize sorduğunuz oluyorsa şu an da doğru seminerdesiniz.

Ergeni anlamak için önce yaşadığı dönemi ve çağı çok iyi irdelemek gerekmektedir. Bu dönemde hormonal değişiklik yaşayan ergenler; fiziksel, duygusal ve

bilişsel düzeyde değişim yaşamakta ve bu değişime ayak uydurmaya çalışmaktadır. Örneğin kol ve bacakların aniden büyümesi, bu dönemdeki sakarlıkların en büyük sebeplerini oluşturmaktadır. Yine bu dönemde, arkadaşlık ilişkilerinin ön planda olması sürekli arkadaşlarıyla olmak istemesi bu döneme has özelliklerdendir. Kızların erkeklere, erkeklerinde kızlara kendilerini beğendirmeye çalıştıkları, flört ilişkilerinin yaşanmaya başlandığı bir dönemdir.

Ergenler bu dönemde özgür olmak istemektedirler. Ancak bu özgürlük ilk yetişkinlik çağındaki gibi evden ayrılma şeklinde değil arkadaşlarıyla daha sık birlikte olmak, eve biraz daha geç gelmek, odasında yalnız kalmak .... gibi. Gerek aile gerekse okuldan özgürlüğünün kısıtlanmaya çalışıldığını hisseden ergen asileşmekte ve büyükleriyle inatlaşmaktadır.

Yine bu dönemde ergen kimliğini bulmak için çeşitli yollar dener. O, anne babasından farklı kendine has bir birey olmak ister. Bu dönemde taklit ettiği özdeşim kurduğu bireyler vardır ve fiziki görünüm olarak, davranış olarak, giyim tarzı vb. konularda onu taklit eder. 2002 yaz aylarında Türk milli takımının elde ettiği başarılarla birlikte popülerliği daha da artan futbolcularımız bir çok çocuk ve ergen tarafından model alınmıştı. Bir çok çocuk ve ergenin saçları Ümit Davala ya da İlhan Mansız gibi kestirilmeye başlanmıştı. Bir dönem Deliyürek fırtınası estiğinde bazı çocuklar ve ergenler Yusuf Miroğlu gibi oturmaya, konuşmaya yada hayat felsefesine sahip olmaya başladılar. Şimdilerde Eminem ergenler tarafından model olarak alınmakta ve isyan eder tavırlar sergilemektedirler.

Ergenler kimlik gelişimleri sırasında model olarak aldıkları bireyleri taklit ederken büyükler tarafından ters tepkiyle karşılandıklarında yaptıklarına inatla devam etmektedirler. Bu dönemde anne babaların ve öğretmenlerin ergenlerle inatlaşmadan konuşarak, ikna ederek, nedenler açıklanarak inandırma yoluna gitmeleri onlarda değişim yaratacaktır.

Yine bu dönemde kızlarda kadınsı özellikler, erkeklerde de erkeksi tavırlar ön plana çıkmakta zaman zamanda abarttıkları görülmektedir. Kız çocuklarımıza



baktığımızda makyaj yapmak, etek boylarını kısaltmak, saçlarıyla uğraşmak, takı takmak ... gibi birçok özelliklerinin olduğunu görmekteyiz. Erkek çocuklarımız da saçlara jöle sürülmesi, sigara kullanımı, kavga yada güç gösterisi .... gibi birçok özellikler görülmektedir. Bu duruma zaman zaman kızmakta ya da “ **bizim zamanımızda ....** ” diye başlayan cümleler kurulmaktadır ancak dönemsel özellikler din, dil, ırk ve cinsiyet gözetmeksizin farklı kültürlerde de aynı olduğu unutulmamalıdır. Bazı ergenler bu dönemi daha az sorunla atlatır bazıları daha yoğun yaşayarak daha problemlili atlatır. Ama unutulmamalı ki “**ERGEN BU PROBLEMLERİ MUTLAKA ATLATIR**”.

Ergenin dönemsel özelliklerine bakarken her ergenin içinde yaşadığı dönemsel özellikleri de çok iyi bilmek gerekmektedir. Eskiden sobalı evlerde otururduk bütün aile fertleri sobanın etrafında olurdu ve birbirimizle iyi ya da kötü iletişimde bulunur birlikte zaman geçirirdik. Şimdilerde ergenler kaloriferli evlerde farklı odalarda oturup kendileriyle ve ruhsal dünyalarıyla daha çok aileleriyle daha az birlikte olmakta.

Eskiden tek bir radyo vardı ve aile fertleri onun etrafında toplanır haberleri, arkası yarınlari dinlerlerdi. Belki tek bir kanal vardı ve dünyadan habersiz yaşanırdı teknoloji bu kadar gelişmiş değildi ama tüm aile ortak bir paylaşımda bulunurdu. Şimdiler de her eve ikinci bir televizyon olmazsa olmaz oldu. Aile fertleri farklı kanalları seyretmekte ve farklı dünyaları yaşamaktalar aynı evde.

Walkmanler çıktı müzik dinleme keyfide bireyselleşti. Ders çalışırken, yürürken, yatağa uzanıp hayallere dalarken, otobüste ... toplumdan ve çevreden kopulmasına etken olan bir başka teknolojik alet daha çıktı.

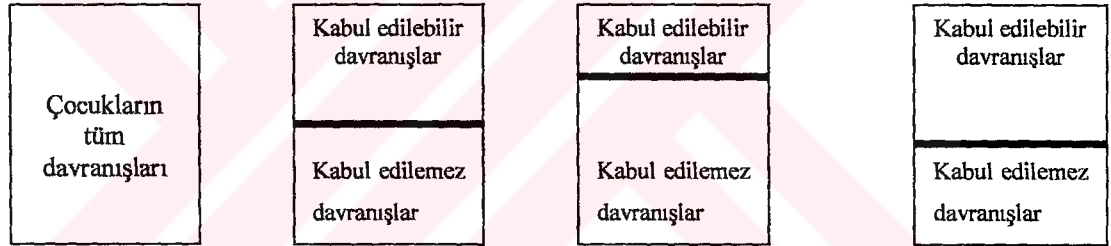
Eskiden arkadaş toplantıları olur bir araya gelinirdi. Sadece sözcükler değil duygularda paylaşıldı. Bu arkadaşlarımızın, gözüne baktığımızda ya da elini tuttuğumuzda onun duygularını anlardık. Onları ancak bir gün sonra görebilirdik ve ayrılmak zor gelirdi. Şimdi ergenlerin bazılarında cep telefonu artık tüm evlerde telefon var ve arkadaşlarını aradıkları anda karşılarında ve arkadaşlık ilişkilerinde de problem yaşanmasının en büyük etkeni duyguyu paylaşmadan sözcükleri paylaşmalarından

kaynaklanmaktadır.

Şimdi ergenler internet dünyasında sörf yapıp sadece kendi ülkelerinde ki yaşlılarıyla değil tüm dünyayla iletişim halindeler. Her geçen gün biraz daha bizden uzaklaşıp biraz daha bireyselleşmekte. Odalarına kapanmakta saatlerce bilgisayar başında chat ya da sörf yapmaktalar.

Böyle bir dönemin ergenlerinin bu kadar bireysel ve bu kadar ben merkezci olması, sorumluluk sahibi olamamaları, duygudan yoksun yaşamaları, gerçek sevgiyi, paylaşmayı ve yardımsever olmayı bilmemeleri sadece onların suçu olmasa gerek. Bizlerin, teknolojik gelişmeleri bireyselleştirenlerin hiç suçu yok mu?

Peki bu dönemde ergenlerle nasıl konuşulmalı nasıl iletişime geçilmeli? Öncelikle kendimizi çok iyi tanımamız ve sınırlarımızı çok iyi bilmemiz gerekiyor.



Şekil 1’de çocukların yapmış oldukları tüm davranışlar yer almaktadır.

Şekil 2’de yapılan bu davranışların sınırını çizmemizi sağlayan görünmez bir “**KABUL ÇİZGİSİNİN**” olduğunu farz edelim. Bu çizgi dikdörtgenin tam orta noktasında olup çocuklar tarafından yapılan tüm davranışlar %50 kabul %50 kabul etmeme olarak kabul edilmektedir. Alınan kararlarda çocuk ve ebeveyn olarak kendi duygu ve tutumlarımızı gözden geçirerek demokratik davranışta bulunmamızı göstermektedir. Bu dikdörtgende çocuk ve ebeveyn arasında sorun yoktur.

Şekil 3’te ise çocukların yaptığı davranışlar daha yüksek bir kabulle karşılanırken yapılan davranışların kabul edilmemesi daha düşüktür. %75 kabul

edilebilir olan bir davranış %25 kabul edilemez durumdadır. Bu durumda çocuk tarafından yapılan davranışlar hep olumlu karşılanmaktadır.

Şekil 4'te ise kabul edilebilir davranışların sınırı daha dar, kabul edilemez davranışların sınırı daha geniştir. % 75 kabul edilemez davranış % 25 kabul edilebilir davranış olarak düşünebiliriz. Bu durumda çocukların her yaptığı kabul edilmemekte ve problem olarak görülmektedir. Bu çocuk ebeveyn çatışmasına sebep olmaktadır.

Kabul çizgisinin yeri bizim çocuklara karşı davranışlarımızı daha iyi algılamamızı sağlaması açısından önemlidir. Kabul çizgisini etkileyen faktörlere baktığımızda; **BİZ:** İçinde bulunduğumuz durum, yaşadığımız duygular, **KARŞI TARAF :** Yaşı, cinsiyeti, bize olan benzerliği, yakınlığı ve **ÇEVRE** bulunmaktadır.

Karşılıklı kabulün yaşandığı ilişkilerde; **açıklık, önemsenmek, birbirine gereksinim duymak, birbirinden farklı davranmak, gereksinimleri karşılıklı olarak giderebilmek** vardır.

Çocuklarımızın yapmış oldukları davranışları ne kadar kabul edebiliyoruz? Kabul çizgimiz zamana, yere ve çocuğumuza göre değişip değişmediğini düşündükten sonra **sorunun kimde** olduğunu tespit etmeliyiz.

Anne baba çocuk ilişkisinde üç durum söz konusudur:

1. Çocuğun herhangi bir gereksinimi engellenmişse sorunu var demektir. Çocuğun o anki davranışı anne / babanın gereksinimini karşılamasına somut bir biçimde engel yaratmadığı için sorun ana babanın değil sorun **ÇOCUĞUNDUR**.
2. Çocuğun gereksinimleri engellenmeyip karşılanmakta ve davranışı anne / babasının gereksinimini karşılamada somut bir engel de yaratmamaktadır. Bu nedenle **İLİŞKİDE SORUN YOKTUR**.
3. Çocuğun gereksinimleri karşılanmakta ama davranışı anne / babasının gereksiniminin karşılanmasını somut bir biçimde engellemektedir. Şimdi sorun **ANNE BABADADIR**.

Şimdi bir örnekle sorunun kimde olduğu ve yapılan iletişim engellerine bakalım:

**Can :** Ali bugün benimle oynamıyor. Benim istediklerimi yapmıyor.

**Anne :** Öyleyse sen neden onun yapmak istediklerini sormuyorsun ? Senden küçüklerle geçinmeyi öğrenmek zorundasın ( **ÖNERMEK, AHLAK DERSİ VERMEK** )

**Can :** Onun yapmak istediklerini yapmaktan hoşlanmıyorum. Hem o aptalla geçinmek istemiyorum.

**Anne :** Oyun bozanlık yapacaksan o zaman git, oynayacak başka birini bul. ( **ÇÖZÜM ÖNERMEK, AD TAKMAK** ).

**Can :** Oyun bozan o, ben değilim. Oynayacak başka biri de yok.

**Anne :** Yorulduğun için huysuzluk yapıyorsun. Yarın daha farklı düşünürsün ( **Yorumlamak, Güven vermek** ).

**Can :** Yorgun değilim. Yarın da farklı düşünmeyeceğim. O küçük sersemden ne kadar nefret ettiğimi anlamıyorsun.

**Anne :** Ne biçim konuşuyorsun? Bir daha arkadaşın hakkında bu şekilde konuştuğunu duyarsam seni .... ( **EMİR VE GÖZDAĞI VERMEK** )

**Can :** (Annesinin yanından ayrılırken asık yüzle ayrılırken) Komşulardan nefret ediyorum. Keşke başka yere taşınsak.

Şimdi de annenin aynı olayda “ Etkin Dinleme ” yaparak çocuğa nasıl yardımcı olduğunu görelim:

**Can :** Ali bugün benimle oynamıyor. Benim istediklerimi yapmıyor.

**Anne :** Ali’ ye kızgınsın ( **Etkin Dinleme** )

**Can :** Evet. Bir daha onunla oynamayacağım. Arkadaşım olmasını istemiyorum.

**Anne :** Ona öyle kızgınsın ki onu bir daha görmek bile istemiyorsun ( **Etkin Dinleme** )

**Can :** Doğru. Ama o arkadaşım olmazsa oynayacak başka kimse kalmaz.

**Anne :** Arkadaşsız kalmak hoşuna gitmiyor ( **Etkin Dinleme** )

**Can :** Evet. Galiba onunla iyi geçinmeliyim. Ama ona kızmamak zor olacak.

**Anne :** Ali ile daha iyi geçinmek istiyorsun ama ona kızmamak sana zor gelecek.

**Can :** Eskiden ona kızmazdım, çünkü ne istersem onu yapardı. Artık onu yönetmeme izin vermiyor.

**Anne :** Ali 'yi etkilemek artık kolay değil (**Etkin Dinleme** ).

**Can :** Öyle. Artık büyüdü. Ama şimdi daha çok eğleniyoruz.

**Anne :** Onu bu haliyle daha çok beğeniyorsun (**Etkin Dinleme**).

**Can :** Evet. Ama onu yönetmekten vazgeçmek bana zor geliyor. Öyle alışmıştım ki. Arada bir onun istediğini yaparsak belki daha az dövüşürüz. İşe yarar mı dersin?

**Anne :** Ara sıra boyun eğersen ilişkinize yardımı olabileceğini düşünüyorsunuz (**Etkin Dinleme**).

**Can :** Evet, deneyeceğim.

Yukarıdaki örneklerden birincisinde anne on iki iletişim engellerinden sekizini kullandı. İkincisinde ise sürekli etkin dinledi. Birincisinde anne “ sorunu yüklendi ”. İkincisinde Etkin Dinlemeyle “ Sorunu Can’ a ” bıraktı. Birincisinde Can annesinin önerilerine karşı çıktı, kızgınlığı ve engellenmişliği azalmadı, sorun çözülmeden kaldı, sonuçta Can’ da hiçbir gelişme olmadı. İkincisinde kızgınlığı gitti, sorun çözme başlattı, kendine daha derinden baktı, kendi çözümünü buldu, sonuçta sorumlu ve kendini yöneten bir sorun çözücü olma yolunda gelişti.

Varsayalım ki çocuğunuz

- Değerli bir porselen vazonzun yanında top oynuyor,
- Yeni aldığınız sandalyenin üzerine ayaklarını koyuyor,
- Arkadaşınızla sohbetinizin arasına giriyor,
- Bahçede komşunuzla konuşurken eve gitmek için sizi çekiştiriyor,
- Oyuncaklarını oturma odasında bırakıyor,
- Bardağındaki sütünü neredeyse halıya dökmek üzere,
- Durmadan masal okumanızı istiyor,
- Evde kendisine düşen işleri yapmıyor,
- Sizin araç gereçlerinizi kullanıyor ve ortada bırakıyor,

Tüm bu davranışlar anne babaların gereksinimlerini somut olarak yada doğrudan doğruya etkiler. Bu tür davranışlarla yüz yüze gelen anne baba çocuğuna değil, kendine yardım etmenin yollarını bilmek ister. Bu durumda sorun anne babanıdır. Bu durumda yapılması gereken bunu kabul edip çocuklarımızla iletişim kurarken etkin dinleme yaparak ben diliyle duygularımızı ifade ederek ve sen diliyle iletişim kurmamak doğru olacaktır.

Çocuklarımızla yaşanan problemlerde onların duyguları ve düşüncelerini anladığımızı belirtmeliyiz. Bunun için çocuğumuzla kurduğumuz iletişim tekniği çok önemlidir. Konuşmalarımızda “ **SEN DİLİ** ” ni kullanıyorsak;

1. Çocuğumuzu suçlama, değerlendirme ve eleştirme vardır,
2. Suçlanan çocuk haksızda olsa savunmaya geçer,
3. Sağlıklı iletişim kurulamayacağından problem çözülemez,
4. Duygularımızı anlatmaz ve davranış değişikliği meydana gelmez.

Eğer çocuklarımızla kurduğumuz ilişkilerde “ **BEN DİLİ** ”ni kullanırsak;

1. Çocuğumuzun kendine odaklaşmasını sağlar,
2. Davranış değil sonuçların öne çıkmasını sağlar,
3. Olumsuz bir değerlendirme içermez,
4. İletişimi zedelemes,
5. Davranış değiştirme olasılığı yüksektir,
6. Duygular paylaşılacağı için duyulma olasılığı fazladır,
7. Bencil olmamayı öğretir.

Ben dili kullanılırken; **sorun yaratan davranışın tanımlanması (MÜZİĞİN SESİNİ BU KADAR AÇTIĞINDA), davranışın bizim üzerimizdeki somut etkisi (OKUDUĞUMU ANLAYAMIYORUM), davranışın bizde oluşturduğu duygu (SİNİRLENİYORUM).**

**Sorun yaratan davranışın tanımlanması (EV İŞLERİNDE YARDIM ETMEDİĞİNDE), davranışın bizim üzerimizdeki somut etkisi (TEK BAŞIMA HER**

İŞE YETİŞMEKTEN YORULUYOR), davranışın bizde oluşturduğu duygu (MUTSUZ OLUYORUM).

#### 3.6.8.2.4. ANNE BABA TUTUMU VE İLETİŞİM ANNE BABA SEMİNERİ

Sevgili anne babalar;

Çocuk, geleceğini belirleyen ilk ve en önemli etkileri anne ve babasından almaktadır. çocuğun gelişiminde doğumundan sonraki ilk yılların, özellikle ilk beş yılın daha sonraki gelişim için ne kadar önemli olduğu bu asrın başlarında anlaşılmıştır (Kulaksızoğlu, 1985). Aile, çocuğun girdiği ilk toplumsal çevredir ve çocuğun benlik saygısına etkisi açısından önem taşımaktadır (Öztürk, 1990). Ailenin en önemli işlevlerinden birisi çocukların bakımının ve eğitimlerinin sağlanmasıdır. Aile, çocuğun ruhsal ve bedensel açıdan olumlu gelişmeler sağladığı temel bir kurumdur (Yavuzer, 1981). Bu sebeple de bu seminerimizde çocuk yetiştirme tutumları ve bunun çocuklar üzerindeki etkilerini paylaşacağız.

Engellenmiş, sevgi ve kendine güven yokluğunun var olduğu bir çocukluk, en kötü sonuçları doğurur. Aşağılanmış ve engellenmiş bir çocuk, büyük bir olasılıkla nevrozlu yetişkin haline gelecektir. Uzun süre horlanan bir çocuk intikam ve üstünlük kurmak amacıyla ödünlmeye başvuracaktır fakat temelde mutsuzdur ve ödünleme aşağılık duygusunu hiçbir şekilde yok etmemiştir. Babanın yada annenin aşırıya kaçan cezalandırma ve paylamaları çocuğun baskı altında tutulduğu duygusuna yol açar. Bu duygu onu üzerindeki baskıdan kurtulma çabasında bulunmaya iter (Yanbastı, 1990).

Sağlıklı koşullarda ana baba, çocuğa sevgi verir, girişim yeteneğini ve kendine güvenin kazanabilmesi için, onu destekler. Böyle bir ana babanın sağladığı disiplin ve eğitimin etkileri olumludur. Çünkü çocuğun istemini etkilemez. Çocuğun aşırı davranışları anlayışla karşılanır ve yumuşak bir anlayışla düzeltilir. Böyle bir ortamda çocuk, yürekli ve topluma yönelik bir insan olarak yetişir, yaşamını yapıcı çalışmalar



üzerinde kurmayı öğrenir (Gençtan, 1993).

Çocuğun hayatının ilk yıllarında iki ihtiyaç çok önemlidir. Bunlar “ olumlu saygı ” ve “ benlik saygısı ” ihtiyaçlarıdır. Eğer çocuk olduğu gibi kabul edilir, ona değer verilmesi ve sevgi göstermesi için ona şart konmazsa, ihtiyaçları ve çevre beklentileri uyumlu bir birlik teşkil eder ve kendini gerçekleştirmesi için ona şart koymazsa, ihtiyaçları ve çevre beklentileri uyumlu bir birlik teşkil eder ve kendini gerçekleştirmesi için uygun ortam yaratılmış olur (Torucu, 1990). Buna da olumlu saygı denir

Benlik saygısının oluşmasında anne baba çocuk ilişkisinin üç önemli alanı üzerinde durmuştur. Bunlardan ilki, **çocuğa gösterilen kabul, ilgi, şefkat ve sıcaklıktır** : Çocuklarına yakınlık, şefkat ve sevgi gösteren annelerin çocuklarının benlik saygıları yüksektir. Annenin gösterdiği ilgi çocuk tarafından, onun öneminin bir işareti olarak yorumlanır ve kendilerini dikkat edilmeye değer bulurlar. İkincisi; **izin ve ceza** : Benlik saygısının yüksek olduğu çocuklarda davranışı etkileyen en önemli unsurun “ ödül ” olduğu görülmüştür. Benlik saygısı düşük olan çocukların anneleri, çocuklarına karşı sert ve saygısızdır. Daha çok cezaya yer verirler ve daha çok zorlamaya yönelirler. Üçüncüsü ise; **demokratiklikte farklılığın olması**: Benlik saygısı yüksek olan çocukların velileri sebebi belli bir takım yoğun kurallar koyarlar ve uygulamada çocuğa hak tanırlar. Çocuğun görüşlerine değer verilir. Benlik saygısı düşük olanlarda ise, ana babalar koydukları kısıtlamaları uygularken çok otokratik, diktatör, dışlayıcı ve affetmeyen, tartışmayan bir tutum sergiler (Örgün, 2000).

Ergen için aile ortamı; kendine güveni yaşadığı ve uyumu tanıdığı bir yer olmalıdır. Eğer ortam bu perspektif için uygun değilse, ergen sosyal ve duygusal olarak ergenlikte kalır. İleride sağlıklı bir yetişkin formuna ulaşması zorlaşır.

### **Ana Babaların Çocuk Yetiştirme Tutumları**

Ana babaların tutumları, çocuğun kişiliğinin oluşumunda ve karakterinin oluşumunda büyük önem taşır. Ana baba çocuk üçgeni sevgi temeline dayanmalıdır. Özdeşim modeli olan ana baba, çocuğa nasıl bir davranış uygularsa, benzer davranışı

onda göreceğini bilmelidir (Yavuzer, 1993).

Çocuk yetiştirme tutumu toplumdan topluma, kültürden kültüre farklılıklar gösterdiği gibi o toplumdaki aileler arasında da farklılıklar gösterebilir. Bir toplumda her sosyo ekonomik grubun kendi kültürüne hayat felsefesine ve kendi değerler sistemine sahip olduğu, farklı sosyal sınıflardaki ebeveynin farklı çocuk yetiştirme tutumu, farklı ödül ve ceza anlayışı ile çocuklarını yetiştirdikleri söylenmektedir (Kulaksızoğlu, 1985).

Farklı yetiştirme tutumları nedeniyle, bireyde farklı kişilik yapılarının oluşması doğaldır. Bu nedenle farklı aile tutumlarının çocuğun kişilik yapısının oluşmasındaki rolü çok büyüktür (Öztürk, 1990). Farklı anne baba tutumlarına bakacak olursak;

**1. Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum :** Aşırı himayeci bir tutumla yetiştirilen çocuklara, aile içinde devamlı korunmaya muhtaçlarmış gibi davranılmaktadır. Böyle bir ailede anne baba müdahalecidir. Kendi kararlarını vermesi için çocuğa yeterli zemin hazırlamaz. Çocuğun arzularına rağmen çocuk adına kararlar alınır ve anne babanın buna hakkı olduğu savunulur. Bu tür bir davranış içinde olan aileye göre anne ve baba, çocuğu için her türlü fedakarlığı yapmalıdır ve çocukta bunun için minnet duymalıdır. Böyle bir tutumla büyüyen çocuklar daha az aktif, sosyal ilişkilerde pasif ve kas becerilerinden yoksun olarak yetişmektedirler. Annenin babanın aşırı koruyucu ve kollayıcı davranışlarının çocuklarda esnek düşüncenin gelişmesini engellediği araştırmalarla kanıtlanmıştır.

Aşırı himayeci ve müdahaleci ana babalar çocuklarını kendilerinin bir uzantısı gibi görmekte ve onlarla duygusal yoksunluklarını gidermek istemektedirler. Bu aileler çocuğun ana babaya bağımlı olmasını bir görev saymaktadırlar. Kız çocuklar anne babasının kontrolünde daha çok tutulmakta, bağımsız ve ayrı bir birey olma yolundaki çabaları ebeveyn tarafından daha çok engellenmektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

Bu tutum çocuğa gereğinden fazla kontrol ve özen gösterilmesi anlamına gelir. Bunun sonucunda çocuk ebeveyne aşırı bağımlı ve güvensiz, duygusal kırıklıkları olan

bir kişiliğe bürünür. Bu durum çocuğun okul başarısını da olumsuz etkiler (Yavuzer, 1998).

Aşırı koruyucu aileler, ana baba olarak bu rollerine engel olacağını düşündükleri başka bir alan ile ilgilenmezler. Ailede çok sıkı bir kontrol söz konusudur. Şehirde yaşamının sonucu, çalışan annelerin bulunduğu ailelerde kısmen de olsa “ çocuk merkezli yetiştirme tutumu ” na rastlanmaktadır. Bu tutumu aşırı koruyucu tutumun bir uzantısı olarak da görmek mümkündür (Kulaksızoğlu, 1998).

Çocuk merkezli tutumun sonucunda çocuk sayısız haklar kazanır ve aileyi yönlendirmeye başlar. Aşırı hoşgörülü olan bu ortamda yetişen çocuklar her istedikleri yerine getirildiği için ailesine bağımlı, toplumsal kurallara uymakta zorluk çeken çocuklar olurlar (Yavuzer, 1998, Yörükoğlu, 1993, Alıcıgüzel, 1988). Psikolojik ve sosyolojik açıdan gelişimini tamamlayamaz, yaşamı boyunca başarısız bir birey olabilir, aşırı sevgi gösterilmesiyle isteklerinin buyruk olduğunu düşünürler, yetişkin olduklarında toplumun vermediği hakları kendilerine tanımaya kalkışırlar, okul kuralları

bir kişiliğe bürünür. Bu durum çocuğun okul başarısını da olumsuz etkiler (Yavuzer, 1998).

Aşırı koruyucu aileler, ana baba olarak bu rollerine engel olacağını düşündükleri başka bir alan ile ilgilenmezler. Ailede çok sıkı bir kontrol söz konusudur. Şehirde yaşamının sonucu, çalışan annelerin bulunduğu ailelerde kısmen de olsa “ çocuk merkezli yetiştirme tutumu ” na rastlanmaktadır. Bu tutumu aşırı koruyucu tutumun bir uzantısı olarak da görmek mümkündür (Kulaksızoğlu, 1998).

Çocuk merkezli tutumun sonucunda çocuk sayısız haklar kazanır ve aileyi yönlendirmeye başlar. Aşırı hoşgörülü olan bu ortamda yetişen çocuklar her istedikleri yerine getirildiği için ailesine bağımlı, toplumsal kurallara uymakta zorluk çeken çocuklar olurlar (Yavuzer, 1998, Yörükoğlu, 1993, Alıcıgüzel, 1988). Psikolojik ve sosyolojik açıdan gelişimini tamamlayamaz, yaşamı boyunca başarısız bir birey olabilir, aşırı sevgi gösterilmesiyle isteklerinin buyruk olduğunu düşünürler, yetişkin olduklarında toplumun vermediği hakları kendilerine tanımaya kalkışırlar, okul kuralları

tepkiyi alacağı hakkında bir fikre sahip değildir. Dolayısıyla çocuğun kaygılı bir belirsizlik içinde aşırı isyankar ya da aşırı boyun eğici olması mümkündür (Yavuzer, 1993).

Sıkı tutum da diyebileceğimiz bu tutum sahibi ebeveynler, çocuğu kendi tasarladıkları kalıba sokmaya çalışırlar. Eğitimde ceza ön plandadır ve suçla orantısızdır. Kimi zaman dayak, kimi zaman korkutma ya da tembihler kullanılır. En doğal hakları bile onlara usluluğu karşılığı olarak sunulur (Yörükoğlu, 1993). Suçlayan, cezalandıran ve sürekli karışan ana babaların çocuklarının, kolayca ağlayan çocuklar olduğu görülür. Baskı altında büyüyen çocuklarda, genellikle isyankar vaziyet alışlarla birlikte aşağılık duygusu gelişebilir. Böyle bir ortamda yetişen çocuk dıştan denetimli bir kişilik oluşturulur. Çünkü içinden geldiği gibi davranmak yerine olması gerektiği gibi davranmak şeklinde koşullandırılır (Yavuzer, 1993).

Aşırı otoriter tavır içindeki ailelerde çocuğun benliğine ilişkin olumsuz yargıları, kendine güvensizliği, yapabileceği işlere “ ben yapamam ” düşüncesiyle girişmemesi, düşüncelerini diğer insanlara iletmede çekingen davranması gibi olumsuz davranış kalıpları görülmektedir (Aslan, 1992). Bu tutum bazen çocuğun açıkça terk edilmesi, başka yere gönderilmesi, gereksiz cezalandırmalar ile bazen de; çocuktan kusursuz davranışlar bekleme, sürekli eleştirme, kıyaslama ile üstü kapalı sergilenebilir (Tuzcuoğlu, 1998).

Otoriter ebeveyn çocuğun davranışlarını değerlendirmeye, kontrol etmeye ve şekil vermeye teşebbüs eder, çocuğun tavırlarına standartlar koyar. Çocuğun anne ve babasına itaat etmesinin bir meziyet olduğunu düşünür. Çocuğu sözlü olarak cesaretlendirmez, annenin ve babanın sözlerinin doğru olarak kabul edilmesi gerektiğine inanır.

Bu tutumla yetişen çocuklar; kendine güveni düşüktür, yaşama küskün olurlar, sosyal çevresinde silik tipler olurlar, aşırı isyankar / aşırı boyun eğici olurlar, kolayca ağlarlar, aşağılık duygusu hakimdir, saldırgan olurlar, okul başarıları düşük olur, aşırı çekingen olabilirler, çalma, yalan söyleme, tik gibi uyum ve davranış bozuklukları

görülmektedir.

**3. Tutarsız Ana Baba Tutumu :** Ana Babanın tutumu aşırı hoşgörölü ile sert cezalandırma arasında gidip gelmektedir. Evde disiplin yok değildir, ancak ne zaman nerede uygulanacağı belirsizdir. Çocuk hangi davranışın nerede, ne zaman istenmediğini önceden kestiremez. Tutumunu ana babanın keyifli ya da öfkeli oluşuna göre ayarlamaya çalışır. Tutarsızlık, tek tek annenin ya da babanın bir gününün bir gününe uymaması biçiminde olabileceği gibi anne ve babanın birbirine çok aykırı ceza ve eğitim anlayışlarının çatışmasından da doğabilir. Çocuk davranışını kime uydurabileceğini bilemez (Yörüköğlü, 1985).

Bu tutarsız ve belirsiz tutuma maruz kalan çocuk, doğru ve yanlış ayırt edemeyeceği için ahlaki gelişimi sarsılır, iç disiplin kuramaz. Vurucu, kırıcı, saldırgan tutumlara eğilimli davranışlar gösterir. Bu çocuklar; iç çatışmalar ve huzursuzluklar yaşarlar, dengesiz ve tutarsız kişilik yapısı gösterir (Tuzcuoğlu, 1998).

**4. Reddedici Ana Baba Tutumu :** Çocuğunu ihmal eder ve psikolojik bakımından da reddeder. Çocuğun ilgisi ve ihtiyaçlarından habersizdir. Her türlü ihtiyacıyla ilgilenmeyi reddeder. Varlığından rahatsız olduğu için, çocuğunu çevresinden mümkün olduğu kadar uzak tutmaya çalışır.

Çocuklarına karşı hoşgörölüsüz ve cezalandırıcı şekilde davranırlar. Çocuklarına hiçbir kural koymazlar. Çocuk, açıkça ihmal ve reddedildiğini hisseder. Reddedici anne babaların çocukları, yetişkin rolü almada başarısızdırlar ve ergen olarak da toplumun standartlarını reddederler. Sosyal olarak içine kapanık ve kendine dönük olabilirler (Acar, 1998).

Ana babaları reddedici, ilgili olmayan ve anne baba merkezli olan 13 ile 19 yaşları arasındaki çocuklar genç yaşta aşırı derecede sigara ve içki içmeye başlarlar, suç kayıtları vardır ve okula ilgi duymazlar. Ana babalık uygulamaları mutlak değildir ve şartlara bağılı olarak değişebilir.

Annenin veya anne yerini tutan kişinin çocuğa karşı yeteri kadar koruyucu himaye edici olmadığı ve sevgi gösteremediği durumlarda çocuğun gelişiminin olumsuz etkilendiği görülmektedir (Kulaksızoğlu, 1985).

Bu çocuklar; öğretmenlerine, arkadaşlarına ve yakın çevresine zarar verebilir, saldırganca davranış meydana gelir.

**5. Demokratik Ana Baba Tutumu :** Ailenin demokratik olması, çocuklarına karşı hoşgörü sahibi olmaları, onları desteklemeleri ve çocukların bazı kısıtlamalar dışında, arzularını diledikleri gibi gerçekleştirebilmelerine izin vermeleri anlamına gelir. Çocuk kabul edilmek ve onaylanmak ister. Eğer aile ortamı ona kendi benliğini tanımlama özgürlüğü veriyorsa, sağlıklı bir şekilde olgunlaşma yolunda gelişir. Ana babanın hoşgörüsünün normal bir düzeyde gerçekleşmesi, çocuğun kendine güvenen, yaratıcı, toplumsal bir birey olmasına yardım eder. Böyle bir tutumda kabul edilen ve edilmeyen davranışların sınırları bellidir. Bu sınırlar içerisinde çocuk özgürdür. Söz hakkı vardır. Duygu ve görüşlerine saygı duyulur. Sevgi ve tercih görür. Yetişkinler tarafından dinlenir. Böyle bir ortamda çocuk girişim yeteneğine sahip olur. Özgüven kazanır ve kendi kendine karar verip sorumluluk taşımasını öğrenir (Yavuzer, 1993).

Çocuklarına karşı demokratik tutuma sahip anne babaların, çocuklarının davranışlarını daha akıcı şekilde yönlendirdiği söylenebilir. Bu tutuma sahip anne babalar, çocuklarını ayrı bir kişi olarak kabul edip onlara değer vermekte ve bağımsız bir kişilik geliştirmelerini teşvik etmektedir (Kulaksızoğlu, 1998).

Demokratik bir ortamda çocuğun kişiliğine saygı gösterilir, bağımsız davranması için desteklenir. Ayrıca çocuk üzerinde açık ve sınırları belirgin olan bir denetim de vardır. Ana babalar bu tür sınırlamaların mantıklı nedenlerini açıkladıklarında çocuklarına karşı olan davranışları keyfe göre olmaktan çıkıp çocukları tarafından kabul edilebilir hale gelir (Oskay, 1986). Ana baba çocuğunun kendine has, biricik ve tek olduğunu kabul eder, onun aile içerisinde özgür şekilde gelişmesine, yeteneklerine en üst düzeyde açığa çıkarmasına ve kendini gerçekleştirmesine izin verir bunun için yardımlarda bulunur. Çocuğun barınma, beslenme, korunma gibi temel



ihtiyaçlarını karşılayanın yanında ona sevgi gösterir. Bu sevgi karşılıksızdır. ocuk böyle bir ailede ana babanın sevgi ve desteğinden yoksun kalamayacağını bilir. Sevgi bir yatırım aracı olarak kullanılmaz. Çocuğa aile içinde eşit haklar tanınmıştır. Demokratik tutum gösteren ana baba çocuklarına karşı daha arkadaşça yaklaşır. Böyle bir ailede ocuk daha küçük yaştan başlayarak sorumluluk almaya hazır hale getirilir, onlara bir iş başarmanın zevki tattırılır. Bedensel ceza uygulanmaz, bedeni ceza uygulamak yerine, istenilen davranışın kazandırılması için veya istenmeyen davranışın azaltılması veya söndürülmesi için kanıt göstererek inandırma, mahrum bırakma gibi disiplin yöntemleri uygulanır (Kulaksızoğlu, 1998).

Bu ocuklar; kendine güvenen bireyler olurlar, yaratıcı olurlar, karşılıklı kabul söz konusu olduğundan çocukta iç disiplin gelişir, girişimci olur, sorumluluk sahibi olur, atılgan olurlar, fikirlerini rahatça savunabilirler, bağımsızlıklarına düşkün olurlar.

Sevgili anne babalar;

Eğitim ailede başlar. Her aile çocuğunu en iyi şekilde yetiştirmek için çaba sarf eder. Siz yukarıdaki tutumlardan hangisini ya da hangilerini benimsiyorsunuz ? Sizin ocuklarınız hangi tutuma sahip olan anne babaların çocukları gibi davranıyor ? “ ocuklar donmamış beton gibidir. zerine ne düşerse iz bırakır ”. Bıraktığımız izlerle çocuklarımızın yarınlarını olumlu etkilemek kurulacak doğru iletişimle mümkün olacaktır. Dahance ki seminerlerimizde “ İletişim ve İletişim Engelleri, Ergeni Anlamak ve İletişim ” konularını ele almış ve çocuklarımızla iletişim kurarken nelere dikkat etmemiz gerektiğini nasıl davranmamız gerektiğinirneklele açıklamıştım. Bugün ebeveynle ocuk arasında yaşanan çatışmalarda neler yapabiliriz buna bakacağız.

atışmalarımızda “ kaybeden yok ” yöntemini kullanacağız. Bu yöntemde, hiç kimse kaybetmeden her iki tarafın da kazanacağı biimdeozlr. zm iki taraf için de kabul edilebilir olmalıdır. Anne / baba ve çocuğun gereksinimlerinin çatıştığı bir durumla karşılaştıklarını varsayalım. Anne / baba her ikisince kabul edilebilecek bir çözümü birlikte aramaları için çocuktan katılım ister. Biri ya da ikisi de zmlernerebilir. zmleri değerlendirir ve sonunda ikisine de uygun gelen birinde anlaşırlar.



Hiçbiri çözüme karşı gelmeyeceği için güç kullanarak birbirlerine boyun eğmeye çalışmazlar. Kaybeden yok yöntemi, güç kullanmayı gerektirmez.

**Serap :** Hoşça kal baba. Ben okula gidiyorum.

**Baba :** Tatlım yağmur yağıyor. Yağmurluğunu giymemişsin.

**Serap :** Gerek yok.

**Baba :** Galiba çok yağıyor. Elbiselerin ıslanıp üşüteceksin diye endişeleniyorum. Çünkü ucu hepimize dokunacak.

**Serap :** Ama yine de yağmurluğumu giymek istemiyorum.

**Baba :** Yağmurluğu giymemekte kararlısın.

**Serap :** Evet, öyle. Ondan hoşlanmıyorum.

**Baba :** Yağmurluğunu sevmiyorsun.

**Serap :** Evet, çünkü ekoseli.

**Baba :** Ekoseli yağmurluktan hoşlanmıyorsun, öyle mi?

**Serap :** Okulda kimse ekoseli yağmurluk giymiyor.

**Baba :** Farklı bir şey giyen tek kişi olmak istemiyorum.

**Serap :** İstemiyorum. Herkes tek renkli yağmurluk giyiyor. Beyaz, mavi, yeşil ..

**Baba :** Anlıyorum. Burada bir çatışmamız var. Sen ekoseli olduğu için yağmurluğunu giymek istemiyorsun. Ama ben de üşütüp hastalanacaksın diye endişeleniyorum ve perişan olacak elbiselerin için temizlik parası vermek istemiyorum. İkimizin de kabul edebileceği bir çözüm düşünebilir misin? Bu sorunu ikimizi de mutlu edecek bir şekilde nasıl çözebiliriz?

**Serap :** (Duraklar) Annemin pardösüsünü ödünç alabilir miyim?

**Baba :** O nasıl?

**Serap :** Beyaz.

**Baba :** Annen onu giymene izin verir mi acaba?

**Serap :** Sorarım. ( Birkaç dakika sonra pardösüyü giymiş olarak döner. Kolları çok uzundur, kıvrır). Annem olur dedi.

**Baba :** Beğendin mi?

**Serap :** Evet, güzel.

**Baba :** Bu senin ıslanmanı önler. Bu çözümden memnunsun, ben de memnunum.

**Serap :** Peki, hoşça kal.

**Baba :** Güle güle tatlım, iyi dersler.

Burada ne oldu? Serap ve babası her ikisini de mutlu edecek biçimde ( hem de oldukça çabuk ) çatışmalarını çözdüler.

Bir başka örnekte;

On üç yaşındaki oğlumuzu bisiklet almıştık. Alp bisikletiyle gezmeye başlayınca sorunlar da birlikte geldi. Bir komşu kurallara aykırı biçimde cadde de gezdiğini söyledi. Bir diğeri çimlerinin üzerinde gezdiğinden yakındı. Zaten annesinin çiçeklerini de yerle bir etmişti. Bu sorunu kaybeden yok yöntemi ile çözmek için çeşitli çözümler ürettik:

1. Yalnızca kamptayken bisiklet binilecek
2. Kendi bahçemizin dışında ve bisiklet alanlarının dışında binilmeyecek
3. Bisikletle çim ve çiçeklerin üzerinden geçilmeyecek
4. Her hafta annesi Alp'i bisikletine rahatça bineceği parka götürecekti
5. Bisiklete binmeden götürürse boş alanlarda bisikletini kullanabilirler
6. Bisiklet satılacak

Anneyle Alp arasında bu maddeler tek tek değerlendirildikten sonra 1, 4 ve 6. maddeleri attı. Aradan iki hafta geçti her şey yolunda. Kaybeden yok yöntemi, her biricik ana baba ile biricik çocuklarının biricik çatışmalarını iki tarafın da kabul edebileceği biricik çözümler bularak çözebildikleri tek yöntemdir.

Kaybeden yok yöntemini uygulamak için altı basamağı çok iyi bilmek gereklidir.

1. **Basamak Sorunu Tanımlama :** Ana babalar çocuğun dikkatini çekmek ve sorun çözmeye başlamak için istekli olmasını sağlamak zorundadır. Bunun için çocuğun meşgul olmadığı bir zamanda; açık ve kısa bir biçimde çözülmesi gereken bir

problemleri olduğunu söylemek; duygularınızı ben dili ile iletme; çocuğu suçlamamak ve çocuğun çözüm bulmada bize yardım etmesini açık bir şekilde istemeliyiz.

**2. Basamak Çözümler Üretmek :** Anne babalar çocuklarıyla çeşitli çözüm önerileri bulmalıdır. Bunun için anne baba neler yapabiliriz? Haydi çözümler üretelim, bu sorunu çözebileceğimiz çeşitli yollar olmalı .... gibi önerilerde bulunarak çocuğumuzu soruna çözüm bulmaya davet etmiş oluruz.

**3. Basamak Çözümleri Değerlendirme :** Artık çözümleri değerlendirebilirsiniz. Bu çözümlerden hangisi iyi? Şimdi bakalım hepimize uygun çözümü bunların içinden bulabilecek miyiz? Bulduğumuz bu çözümler konusunda ne düşünüyorsunuz? .... gibi önerilerle bulduğumuz çözüm önerilerini değerlendirmiş oluruz.

**4. Basamak En İyi Çözüme Karar Verme :** Önceki basamaklar doğru uygulanınca, tepkiler, görüş alışverişleri açık ve dürüst olunca bu tartışmadan çok iyi bir çözümün çıkması doğaldır. Bazen çocuk, bazen de anne baba herkesin kabul edebileceği güzel bir çözüm önerir.

**5. Basamak Kararın Nasıl Uygulanacağını Belirleme :** Bir karara vardıktan sonra bunun nasıl uygulanacağını ayrıntılı olarak anlatmak gerekir. Büyükler ve çocuklar birbirlerine “ Kim neyi ne zaman yapacak ? ”, “ Şimdi ne yapmamız gerekiyor ? ”, “ Ne zaman başlıyoruz ? ” gibi soruları sorma gereğini duyabilirler. Örneğin, ev işleri ve görevlerle ilgili çatışmalarda şu sorular tartışılmalıdır: “ Hangi günler ? ”, “ Ne sıklıkla ? ”, “ İşin nasıl ve ne kadar yapılması isteniyor ? ”.

**6. Basamak Değerlendirme İçin Çözümün Uygulanışını İzleme :** Kaybeden yok yöntemiyle alınan kararların hepsi iyi olmayabilir. Ana babaların alınan kararın uygulanmasından çocuğun memnun olup olmadığını denetlemeleri gerekebilir. Çocuklar, bazen uygulamasının zorluğu daha sonra ortaya çıkan bir karara kendilerini bağlı hissederler. Ya da anne baba çeşitli nedenlerle bu anlaşmanın yerine getirilmesinin zorluğunu görebilir. Böyle durumlarda ana babalar bir süre sonra “ kararımız nasıl gidiyor ? ”, “ kararımızdan hala memnun musunuz ? ” gibi sorularla kararın doğruluğunu test etmeleri iyi olur.

Ana babaların bu yeni yöntemi kullanırken yaptıkları yanlışlar, özellikle yıllarca bir tarafın kazandığı diğer tarafın kaybettiği yönteme alışmış gençlerin bu yöntemi

**TC YÜKSEKÖĞRETİM KURULU  
DOKÜMANİTASYON BİREK**

öğrenmelerini geciktirir. Ana babalar ve çocukların eski davranışlarını bırakıp yenilerini öğrenmeleri gerekir. Bu da kusursuz olmaz.

Ve son söz olarak ilişkilerimiz için;

*Seninle değer verdiğim ve sürmesini istediğim bir ilişkimiz var. Yine de her birimiz kendine özgü gereksinimleri bulunan ve bunları karşılamaya hakkı olan ayrı bireyleriz. Gereksinimlerini karşılamaya hakkı olan ayrı bireyleriz. Gereksinimlerini karşılamaya çalışırken sorunların olunca, davranışlarını içtenlikle kabul etmeye çalışacağım.*

*Sorunlarını benimle paylaşırsan, kendi çözümlerimi sana sunma yerine, kendi çözümlerini bulmanı kolaylaştırmak için seni anlayışla dinleyeceğim. Ben gereksinimlerimi karşılarken sana sorun yaratırsam, duygularını bana açık ve dürüstçe söyleyebilmen için seni yüreklendireceğim. Seni dinleyeceğim ve yapabilirsem davranışımı değiştirmeye çalışacağım.*

*Buna karşın, senin davranışın benim gereksinimimi karşılamamı engelliyor ve bu yüzden seni kabul edemiyorsam, bu sorunumu seninle paylaşarak sana karşı dürüst ve açık olacağım. Çünkü senin de benim gereksinimlerime saygı duyup beni dinleyeceğine ve yapabilirsen davranışlarını değiştirmeye çalışacağına güveniyorum.*

*İkimiz de birbirimizin gereksinimlerini karşılamak için davranışlarımızı değiştiremezsek ilişkimizde gereksinim çatışması çıkabilir. Böyle durumlarda çözüm için ikimizden birinin “ ben haklıyım ” düşüncesiyle güç kullanmasına izin vermeyelim. Senin gereksinimlerine saygı duyuyorum ama kendiminkilere de... Çatışmamıza ikimizin de kabul edebileceği bir çözüm bulmaya çabalayalım. Böylece senin gereksinimlerin de karşılanacak, benimkiler de; ikimiz de kaybetmeyip kazanacağız.*

*Sonuç olarak gereksinimlerini karşılarken kişiliğini geliştirebileceksin, ben de öyle ... İkimiz de mutlu olduğumuz için ilişkimiz hep sağlıklı olacak. İlişkimizi karşılıklı saygı dostluk ve huzur içinde sürdüreceğiz .... (Gordon, 2001)*

### 3.6.8.2.5. İLETİŞİM VE İLETİŞİM ENGELLERİ

#### ÖĞRETMEN SEMİNERİ

İletişim; iletiyi gönderen ve alan arasında oluşturulan bir alış veriş ilişkisi içinde paylaşılan, ortaklaşa yararlanım ile oluşan bir süreçtir (Kuzgun, 1999). Bu durumda iki insanın karşılıklı konuşması, arıların bal bulunan yeri birbirlerine bildirmesi de iletişim olarak kabul edilebilir. Genel olarak iletişimin gerçekleşmesi için iki sistem gereklidir. Bu sistemler; iki insan, iki hayvan, iki makine yada bir insan bir hayvan; bir insan bir makine (örneğin bilgisayar) olabilir.

İletişim sürecinde bir sözcüğün anlaşılabilmesi için

- A. Algılanması,
- B. İletiyi gönderen ile alanın bu sözcüğe aynı anlamı vermesi,
- C. İletinin ortak yaşantı alanına girmesi gerekmektedir (Can, 1997).

Çocuklar ve ergenler iletilerinin çoğunu bireysel olarak kodladıkları için onları anlamak zordur. Öğretmenlerin yalnızca öğrenciden gelen kodlara cevap vermesi öğrencilerde anlaşılmadıkları iletilerini verir, bu da öğretmen öğrenci ilişkisini kötüye götürür.

#### KODLU İLETİ

#### ÖĞRENCİNİN DUYUMSADIKLARI

Bugün beden eğitimi dersine girmeye zorunlu muyum?

Basketbol takımına seçilememe korkusu

Bu şey çok zor, anlayamıyorum.

Ev ödevlerinin çokluğundan bunalma.

Burak kendini beğenmişin kibirlinin teki.

Reddedilme ya da sevilme.

Boğazım ağrıyor ben okumasam öğretmenim. Alay edilme korkusu (Gordon, 1993).

Öğretmenlerin öğrencilerin iletilerini doğru bir şekilde anlamaları ve onlara yardım edebilmeleri için **etkin dinleme** yöntemini kullanmaları gerekmektedir. Etkin dinlemenin amacı, çocuğa derin anlayış ve kabul duygusunu iletmeektir. Etkin dinleme, dünyaya çocuğun gözleriyle bakmayı ve onun anlaşıldığını iletmeyi gerektirir. Bir başka deyişle, etkin dinlemenin temelinde “empati” yatar, çünkü, empati, diğerinin duygularını, duygularının yoğunluğunu anlama ve algılama ve bunu iletme yeteneğidir (Kuzgun, 1999). Kızılderililerin ayakkabısı bilindiği üzerine makosenlerdir. Makosenler deri tabakalarının bireyin ayağına geçirilip suda bekletilerek alınan şekil doğrultusunda bireye özel yapılır. Her birimizin ayaklarının bir diğerinden farklı olduğunu düşünürsek; empati, diğerinin makosenlerini giyebilmektir.

Şimdi bir anaokulu öğretmenin sorunu olan bir öğrencisine vermiş olduğu tepkilere bakacak olursak;

**Ayşe (ağlayarak) :** “Ahmet bütün oyuncakları aldı, bana bir şey vermiyor”.

**I. Tepki :** Sende başka bir şey ile oyna. (Kapalı tepki. Öğüt veriyor ve çocuğun hislerini reddediyor).

**II. Tepki :** Bu Ahmet’te çok bencil, ona paylaşmasını söyleyeyim. (Kapalı tepki. Ayşe’yi duymuyor ve Ahmet’e yöneliyor).

**III. Tepki :** Canın sıkılıyor ama sıkılmasın. Dün de sen ona aynı şeyi yapmıştın. (Kapalı tepki. Ayşe’ nin hislerini yargılıyor ve onu suçluyor).

**IV. Tepki :** Çok üzgün ve kırgınsın. Çünkü Ahmet oyuncakları seninle paylaşmıyor. (Açık Tepki. Hisleri ve durumu tam ve doğru yansıtıyor).

Etkin dinleme için;

- Öğretmen, öğrencinin kendi sorunlarını çözebileceğine içten inanmalı,
- Öğretmen, öğrencinin duygu ve düşüncelerine saygı gösterip kabul etmeli,

- Öğretmen, duyguların genelde geçici ve anlık olduğunu bilmeli,
- Öğretmen, öğrenciye sorunlarında yardımcı olmayı istemeli ve bunun için zaman ayırmalı,
- Öğretmen, sorunu olan her öğrenci ile birlikte olmalı ama kendi kimliğini korumalı,
- Öğretmenler, öğrencilerin sorunlarını paylaşmak ve konuşmaya başlamak için zorlanabileceklerini bilmelidir,
- Öğretmenler, öğrencilerin sorunlarının gizliliğine saygı duymalıdır (Gordon, 1993).

Etkin dinlemeye örnek verecek olursak;

**Çocuk :** Okuldan nefret ediyorum. Keşke okula gitmek zorunda olmasaydım.

**Öğretmen :** İşlerin yolunda gitmediği görülüyor. Başka şeyler yapmak istiyorsun. (Etkin dinleme, Empati).

**Çocuk :** Evet. Yapmamız gereken tüm ödevlerden nefret ediyorum.

**Öğretmen :** Çok ödevin var ve bu seni yıldııyor. (Etkin dinleme, Empati).

\* \* \*

**Çocuk :** Bunları niye yapmak zorunda olduğumuzu anlamıyorum.

**Öğretmen :** Bu ödevi sevmiyorsun.

**Çocuk :** Sözlülerden hoşlanmıyorum, nasıl oluyor da yazılı yapmıyorlar?

**Öğretmen :** Grup önünde konuşmaktansa yazmayı tercih ediyorsun.

**Çocuk :** Ben ... ben, sınıf önünde konuşamıyorum.

**Öğretmen :** Kendini rahat hissetmediğin birşeyi yapmaktansa, yazmayı tercih ediyorsun.

**Çocuk :** Evet, çünkü grup önünde ne zaman konuşsam rezil oluyorum.

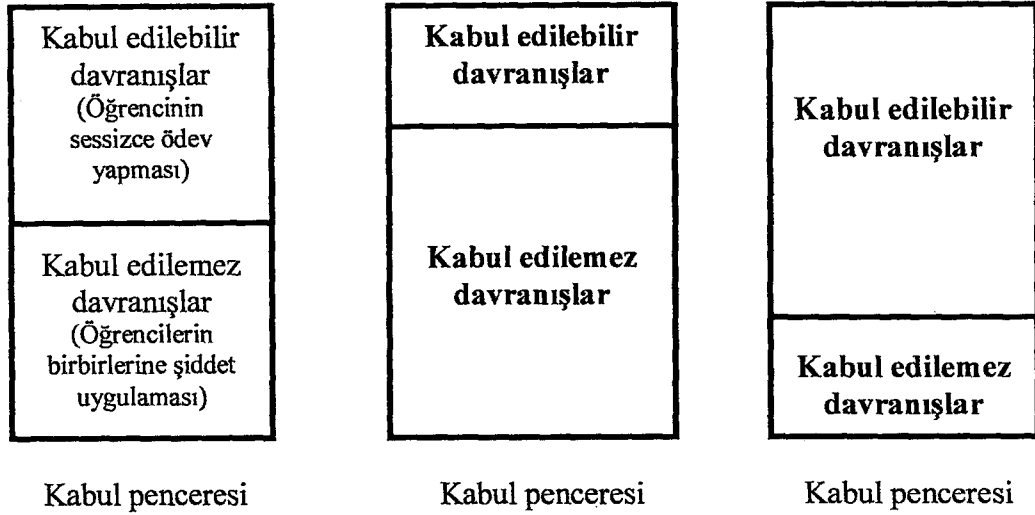
**Öğretmen :** Sana yardım etmek için ne yapabilirim?

**Çocuk :** Belki ödevimi dinleyebilirsin (Kuzgun, 1999).

Çocukla iletişimde önemli olan bir diğer faktörde “Sorunun Kimde olduğudur”. Öğrencilerin yapmış oldukları davranışların bizim için ne kadar sorun teşkil ettiği



yapılan davranışı kabul derecemize bağlı olarak değişmektedir.



Kabul çizgisini etkileyen faktörlere baktığımızda; **BİZ:** İçinde bulunduğumuz durum, yaşadığımız duygular, **KARŞI TARAFAF :** Yaşı, cinsiyeti, bize olan benzerliği, yakınlığı ve **ÇEVRE** bulunmaktadır.

Karşılıklı kabulün yaşandığı ilişkilerde; **açıklık, önemsenmek, birbirine gereksinim duymak, birbirinden farklı davranmak, gereksinimleri karşılıklı olarak giderebilmek vardır.**

Öğrencilerin yapmış oldukları davranışları ne kadar kabul edebiliyoruz? Kabul çizgimiz zamana, yere ve öğrenciye göre değişip değişmediğini düşündükten sonra **sorunun kimde olduğunu tespit etmeliyiz.** Kabul penceresinde dikdörtgenin alt bölgesindeki kabul edilemez alanı öğretmenin ihtiyaçlarına yanıt vermeyen davranışları içeren bölgedir. Bu davranışlar öğretmende sorun oluşturur (Gordon, 1993).

Aşağıdaki alıştırmalara bakacak olursak:

Öğrencinin oynayacak arkadaşı olmadığı için ağlaması. **Sorun ÖĞRENCİNİN**  
 Öğrencinin ders esnasında kalkıp sınıfta dolaşması. **Sorun ÖĞRETMENİN**  
 Öğrencinin fazla şişman olduğu için ağlaması . **Sorun ÖĞRENCİNİN**

Öğrencinin ders çalışmaması **Sorun ÖĞRETMENİN**

Öğrencinin arkadaşı tarafından reddedilmesi **Sorun ÖĞRENCİNİN**

Öğretmen ders anlatırken bir öğrencinin sürekli öğretmenin sözünü kesmesi

**Sorun ÖĞRETMENİN**

Öğrencilerle yaşanan problemlerde onların duyguları ve düşüncelerini anladığımızı belirtmeliyiz. Bunun için öğrenciyle kurduğumuz iletişim tekniği çok önemlidir. Konuşmalarımızda “SEN DİLİ” ni kullanıyorsak;

1. Öğrenciyi suçlama, değerlendirme ve eleştirme vardır,
2. Suçlanan öğrenci haksızda olsa savunmaya geçer,
3. Sağlıklı iletişim kurulamayacağından problem çözülemez,
4. Duygularımızı anlatmaz ve davranış değişikliği meydana gelmez.

Eğer öğrencilerle kurduğumuz ilişkilerde “BEN DİLİ”ni kullanırsak;

1. Öğrencinin kendine odaklaşmasını sağlar,
2. Davranış değil sonuçların öne çıkmasını sağlar,
3. Olumsuz bir değerlendirme içermez,
4. İletişimi zedelemes,
5. Davranış değiştirme olasılığı yüksektir,
6. Duygular paylaşılacağı için duyulma olasılığı fazladır,
7. Bencil olmamayı öğretir.

Ben dili kullanılırken; **sorun yaratan davranışın tanımlanması** (BEN DERS ANLATIRKEN BENİMLE BİRLİKTE KONUŞTUĞUNDA), **davranışın bizim üzerimizdeki somut etkisi** (DİKKATİM DAĞILIYOR ARKADAŞLARININ DA DERS DİNLEMESİNİ ENGELLENİYORSUN), **davranışın bizde oluşturduğu duygu** (SİNİRLENİYORUM).

Öğrencilerle doğru iletişim kurmak için yapmamız gereken on iki iletişim engelinden söz edebiliriz. Bunlar;

1. **Emir Vermek, Yönlendirmek :** “ Senin susamış olman beni ilgilendirmez, yerine otur ve cezan bitinceye kadar bekle ”. “ Sızlanmayı kes, bebek değilsin ”. “ Bu akşam bir çalışma çizelgesi yap, yarın bana göster ”.

2. **Uyarmak, Göz Dağı Vermek :** “ Ağlamayı kes, yoksa seni gerçekten ağlatacak bir şey yaparım ”. “ Yazını zamanında bitirmezsen bitirene kadar burada kalırsın ”. “ Kendine çeki düzen vermezsen velini çağıracağım ”.

3. **Ahlak Dersi Vermek :** “ Doğru olanı yapmalı, müdüre ne biliyorsan anlatmalısın ”. “ Arkadaşlarının eşyalarını izinsiz almamalısın ”, “ Söz almadan konuşmamalısın ”.

4. **Öğüt Vermek Çözüm ve Öneri Getirmek :** “ Daha planlı çalışarak zayıflarını kurtara bilirsın ”. “ Yaptığın suçtan dolayı özür dilersen seni affedebilir ”.

5. **Öğretmek, Nutuk Çekmek, Mantıklı Düşünceler Önermek :** “ Durumuna bir bakalım ödevini tamamlamak için yalnızca 34 günün kaldığını hatırlarsan iyi olur ”.

6. **Yargılamak, Eleştirmek, Suçlamak :** “ Sen tembelsin ya da işi ağırdan alıyorsun ”.

7. **Ad Takmak, Alay Etmek :** “ İlkokul öğrencisi gibi davranıyorsun, lise öğrencisi gibi değilsin ”.

8. **Yorumlamak, Analiz Etmek, Tanı Koymak :** “ Sen açıkça bu ödevi yapmaktan kaçınıyorsun ”.

9. **Övmek, Aynı Düşüncede Olmak, Olumlu Değerlendirme Yapmak :** “ Sen gerçekten çok yetenekli bir gençsin, eminim bunu yapmanın bir yolunu bulursun ”.

10. **Güven Vermek, Desteklemek, Avutmak, Duygularını Paylaşmak :** “ Böyle hisseden tek kişi sen değilsin. Zor görevlerde ben de aynı şeyi hissederdim, ama işin içine girince o kadar da zor olmadığını göreceksin ”.

11. **Soru Sormak, Sınamak, Sorguya Çekmek, Çapraz Sorgulamak :** “ Ödevin çok mu zor? Bu ödevi ne kadar zamanda yaptın? ”.

12. **Sözünden Dönmek, Oyalamak, Alay Etmek, Şakacı Davranmak, Konuyu Saptırmak :** “ Boş ver, daha zevkli şeylerden konuşalım ”. “ Şimdi zamanı değil ”. “ Dersimize dönelim ”.

Görüldüğü gibi gerek öğrencilerimizle gerekse tüm ilişkilerinizde iletişim

kurarken yukarıdaki 12 maddeye dikkat etmek gerekiyor. Eğer karşınızdakiyle iletişiminizi bozmak ve anlaşılmak istemiyorsanız yukarıdaki örneklerdeki gibi davranın ama iyi bir iletişim için asla kullanmayın.

Bir sonraki seminerde tekrar birlikte olmak dileğiyle.

### **3.6.8.2.6. ERGENİ ANLAMAK VE İLETİŞİM ÖĞRETMEN SEMİNERİ**

Ergenlik; kızlar için 11-18 yaş, erkekler için 13-18 yaş arasını kapsayan döneme denilmektedir. Bu dönemi ergenlik kulübü olarak düşünürsek her birimiz bir zamanlar bu kulübün doğal üyesiydik. Belki bizim zamanımızda kulübün özellikleri ve şartları farklıydı ama bizlerde o dönemde kendi anne babalarımızdan ya da öğretmenlerimizden farklı şartlarda yaşadık bu kulüpte. Şimdi öğrencilerimiz, belki de bir kısmımızın çocukları bu kulübün doğal üyesiler. Ancak bizlerden, bizlerin anne babalarından ve öğretmenlerinden farklı kuralları ve kültürü olan bir kulübe sahipler. Ergenleri yaşadıkları bu dönemde yeteri kadar anlayabiliyor muyum? diye zaman zaman kendinize sorduğunuz oluyorsa bu yazıyı mutlaka okuyunuz.

Ergeni anlamak için önce yaşadığı dönemi ve çağı çok iyi irdelemek gerekmektedir. Bu dönemde hormonal değişiklik yaşayan ergenler; fiziksel, duygusal ve bilişsel düzeyde değişim yaşamakta ve bu değişime ayak uydurmaya çalışmaktadır. Örneğin kol ve bacakların aniden büyümesi, bu dönemdeki sakarlıkların en büyük sebeplerini oluşturmaktadır. Yine bu dönemde, arkadaşlık ilişkilerinin ön planda olması sürekli arkadaşlarıyla olmak istemesi bu döneme has özelliklerdendir. Kızların erkeklere, erkeklerinde kızlara kendilerini beğendirmeye çalıştıkları, flört ilişkilerinin yaşanmaya başlandığı bir dönemdir.

Ergenler bu dönemde özgür olmak istemektedirler. Ancak bu özgürlük ilk yetişkinlik çağındaki gibi evden ayrılma şeklinde değil arkadaşlarıyla daha sık birlikte olmak, eve biraz daha geç gelmek, odasında yalnız kalmak .... gibi. Gerek aile gerekse

okuldan özgürlüğünün kısıtlanmaya çalışıldığını hisseden ergen asileşmekte ve büyükleriyle inatlaşmaktadır.

Yine bu dönemde ergen kimliğini bulmak için çeşitli yollar dener. O, anne babasından farklı kendine has bir birey olmak ister. Bu dönemde taklit ettiği özdeşim kurduğu bireyler vardır ve fiziki görünüm olarak, davranış olarak, giyim tarzı vb. konularda onu taklit eder. 2002 yaz aylarında Türk milli takımının elde ettiği başarılarla birlikte popülerliği daha da artan futbolcularımız bir çok çocuğun ve ergen tarafından model alınmıştı. Bir çok çocuğun ve ergenin saçları Ümit Davala ya da İlhan Mansız gibi kestirilmeye başlanmıştı. Bir dönem Deliyürek fırtınası estiğinde bazı çocuklar ve ergenler Yusuf Miroğlu gibi oturmaya, konuşmaya yada hayat felsefesine sahip olmaya başladılar. Şimdilerde Eminem ergenler tarafından model olarak alınmakta ve isyan eder tavırlar sergilemektedirler.

Ergenler kimlik gelişimleri sırasında model olarak aldıkları bireyleri taklit ederken büyükler tarafından ters tepkiyle karşılandıklarında yaptıklarına inatla devam etmektedirler. Bu dönemde anne babaların ve öğretmenlerin ergenlerle inatlaşmadan konuşarak, ikna ederek, nedenler açıklanarak inandırma yoluna gitmeleri onlarda değişim yaratacaktır.

Yine bu dönemde kızlarda kadınsı özellikler, erkeklerde de erkeksi tavırlar ön plana çıkmakta zaman zamanda abarttıkları görülmektedir. Kız öğrencilerimize baktığımızda makyaj yapmak, etek boylarını kısaltmak, saçlarıyla uğraşmak, takı takmak ... gibi birçok özelliklerinin olduğunu görmekteyiz. Erkek öğrencilerimizde de saçlara jöle sürülmesi, sigara kullanımı, kavga yada güç gösterisi .... gibi birçok özellikler görülmektedir. Bu duruma zaman zaman kızmakta ya da “ **bizim zamanımızda ....** ” diye başlayan cümleler kurulmaktadır ancak dönemsel özellikler din, dil, ırk ve cinsiyet gözetmeksizin farklı kültürlerde de aynıdır. Bazı ergenler bu dönemi daha az sorunla atlatır bazıları daha yoğun yaşayarak daha problemlili atlatır. Ama unutulmamalı ki “**ERGEN BU PROBLEMLERİ MUTLAKA ATLATIR**”.

Ergenin dönemsel özelliklerine bakarken her ergenin içinde yaşadığı dönemsel

özellikleri de çok iyi bilmek gerekmektedir. Eskiden sobalı evlerde otururduk bütün aile fertleri sobanın etrafında olurdu ve birbirimizle iyi ya da kötü iletişimde bulunur birlikte zaman geçirirdik. Şimdilerde ergenler kaloriferli evlerde farklı odalarda oturup kendileriyle ve ruhsal dünyalarıyla daha çok aileleriyle daha az birlikte olmakta.

Eskiden tek bir radyo vardı ve aile fertleri onun etrafında toplanır haberleri, arkası yarınları dinlerlerdi. Belki tek bir kanal vardı ve dünyadan habersiz yaşıyorlardı teknoloji bu kadar gelişmiş değildi ama tüm aile ortak bir paylaşımda bulunurdu. Şimdiler de her eve ikinci bir televizyon olmazsa olmaz oldu. Aile fertleri farklı kanalları seyretmekte ve farklı dünyaları yaşamaktalar aynı evde.

Walkmanler çıktı müzik dinleme keyfide bireyselleşti. Ders çalışırken, yürürken, yatağa uzanıp hayallere dalarken, otobüste ... toplumdan ve çevreden kopulmasına etken olan bir başka teknolojik alet daha çıktı.

Eskiden arkadaş toplantıları olur bir araya gelinirdi. Sadece sözcükler değil duygularda paylaşıldı. Bu arkadaşlarımızın gözüne baktığımızda ya da elini tuttuğumuzda anlardık. Onları ancak bir gün sonra görebilirdik ve ayrılmak zor gelirdi. Şimdi ergenlerin bazılarında cep telefonu artık tüm evlerde telefon var ve arkadaşlarını aradıkları anda karşılarında ve arkadaşlık ilişkilerinde de problem yaşanmasının en büyük etkeni duyguyu paylaşmadan sözcükleri paylaşmalarından kaynaklanmaktadır.

Şimdi ergenler internet dünyasında sörf yapıp sadece kendi ülkelerinde ki yaşlılarıyla değil tüm dünyayla iletişim halindeler. Her geçen gün biraz daha bizden uzaklaşıp biraz daha bireyselleşmekte. Odalarına kapanmakta saatlerce bilgisayar başında chat ya da sörf yapmaktalar.

Böyle bir dönemin ergenlerinin bu kadar bireysel ve bu kadar ben merkezci olması, sorumluluk sahibi olamamaları, duygudan yoksun yaşamaları, gerçek sevgiyi, paylaşmayı ve yardımsever olmayı bilmemeleri sadece onların suçu olmasa gerek. Bizlerin, teknolojik gelişmeleri bireyselleştirenlerin hiç suçu yok mu?



Peki bu dönemde ergenlerle nasıl konuşulmalı nasıl iletişime geçilmeli? Öncelikle kendimizi çok iyi tanımamız ve sınırlarımızı çok iyi bilmemiz gerekiyor. Unutulmamalıdır ki; “ Çocuklar donmamış beton gibidir. Üzerine ne düşerse iz bırakır”. Bıraktığımız izlerle öğrencilerimizin yarınlarını olumlu etkilemek kurulacak doğru iletişimle mümkün olacaktır.

Öğretmen öğrenci arasında yaşanan çatışmaları çözerken, hiç kimsenin bir diğeriyle baş etmek zorunda kalmayacağı yeni yollara gereksinim vardır. Sınıf içi sorunları çözerken, belirtilerini iyileştirmek yerine, sorunun özünü araştırmaya ve onu iyileştirmeye yönelik kaybeden yok yöntemini kullanmalıyız. Peki “ kaybeden yok ” yöntemi nedir? Kaybeden yok yöntemi, çıkarlar çatıştığında, her iki taraf için kabul edilebilecek ve hiç birinin kaybetmeden kazanacağı bir çözüm üretme yöntemidir. Bu yöntem bir süreçtir. Taraflar olumlu sonuca ulaşana kadar pek çok etkileşim içine girerler. Öğretmen – öğrenci çatışmasında her iki taraf soruna çözüm getirebilmek için başbaşa vererek çeşitli çözümler üretir ve içlerinden her iki tarafın gereksinimlerine yanıt verecek birisi seçilir.

**Öğretmen :** Kaan, sen ve grup arkadaşların çok yüksek sesle tartıştığınız için ben işimi yapamıyorum. Çalıştığım grupla işimi bugün bitirmek zorundayım.

**Kaan :** İyi ama gelecek haftaki geziyi planlamamızı siz istediniz. Konuşmadan nasıl planlayabiliriz ?

**Öğretmen :** Evet anlıyorum. Plan da konuşmadan yapılamaz.

**Kaan :** Onun için konuşuyoruz. Gezi ile ilgili araştırma sorularını bugün hazırlayıp bastıramazsak geziye yetişmez.

**Öğretmen :** Soru listenizi bugün yetiştirmek zorunda olduğunuzu anlıyorum ama benim de diğer konuya geçmeden bu grubun çalışmalarını denetlemem gerekiyor. Ama konuşmalarınız benim dikkatimi dağıtıyor. Hem sizi, hem beni rahatlatacak bir çözüm bulabilir miyiz?

**Kaan :** Eğer sizin için sakıncası yoksa kütüphane bu saatte boş oluyor. Orada çalışabiliriz.

**Öğretmen :** Benim için uygun ama öncelikle orada çalışmak için kütüphane sorumlusundan izin alın.



**Kaan :** Biz teneffüste sormuştuk eğer sınıfta çalışamazsak burada çalışabilir miyiz diye. Öğretmeniniz izin verirse çalışabilirsiniz demişti.

**Öğretmen :** Tamam sorunumuz çözüldü.

Sorun çözmeye, anlaşmazlığı anlaşılmaya adım adım götüren bir yöntem ister. Kaybeden yok yönteminde sorun çözümünde kullanmak için aşağıdaki altı basamağı çok iyi bilmek gerekmektedir.

**1. Basamak Sorunu Tanımlama :** Bilge biri “ Sorunu doğru ve açık olarak tanımlamışsan, onu yarı yarıya çözmüşsün demektir ” demiş. Öğretmenler, öğrencileriyle bir problemleri olduğunda açık ve kısa bir biçimde çözülmesi gereken bir problemleri olduğunu söylemeli; duygularını ben dili ile iletmeli; çocuğu suçlamamalı ve çocuğun çözüm bulmada bizlere yardım etmesini açık bir şekilde istemelidir.

**2. Basamak Çözümler Üretmek :** Öğretmenler öğrencileriyle çeşitli çözüm önerileri bulmalıdır. Bunun için öğretmen neler yapabiliriz? Haydi çözümler üretelim, bu sorunu çözebileceğimiz çeşitli yollar olmalı .... gibi önerilerde bulunarak öğrencilerini soruna çözüm bulmaya davet etmiş olur.

**3. Basamak Çözümleri Değerlendirme :** Artık çözümleri değerlendirebilirsiniz. Bu çözümlerden hangisi iyi? Şimdi bakalım hepimize uygun çözümü bunların içinden bulabilecek miyiz? Bulduğumuz bu çözümler konusunda ne düşünüyorsunuz? .... gibi önerilerle bulduğumuz çözüm önerilerini değerlendirmiş oluruz.

**4. Basamak En İyi Çözüme Karar Verme :** Önceki basamaklar doğru uygulanınca, tepkiler, görüş alışverişleri açık ve dürüst olunca bu tartışmadan çok iyi bir çözümün çıkması doğaldır. Bazen öğrenci, bazen de öğretmen herkesin kabul edebileceği güzel bir çözüm önerir.

**5. Basamak Kararın Nasıl Uygulanacağını Belirleme :** Bir karara vardıktan sonra bunun nasıl uygulanacağını ayrıntılı olarak anlatmak gerekir. Büyükler ve çocuklar birbirlerine “ Kim neyi ne zaman yapacak ? ”, “ Şimdi ne yapmamız gerekiyor ? ”, “ Ne zaman başlıyoruz ? ” gibi soruları sorma gereğini duyabilirler. Örneğin, “Başlangıç için neye gereksinimimiz var? ”, “ Kim neden ve ne zaman sorumlu olacak.”

**6. Basamak Değerlendirme İçin Çözümün Uygulanışını İzleme :** Kaybeden

yok yöntemiyle alınan kararların hepsi iyi olmayabilir. Öğretmenlerin alınan kararın uygulanmasından öğrencinin memnun olup olmadığını denetlemeleri gerekebilir. Çocuklar, bazen uygulamasının zorluğu daha sonra ortaya çıkan bir karara kendilerini bağlı hissederek. Ya da öğretmen olarak bizler çeşitli nedenlerle bu anlaşmanın yerine getirilmesinin zorluğunu görebiliriz. Böyle durumlarda öğretmenlerin bir süre sonra “ kararımız nasıl gidiyor ? ”, “ kararımızdan hala memnun musunuz ? ” gibi sorularla kararın doğruluğunu test etmeleri iyi olur.

Şimdi kaybeden yok yönteminin sınıf ortamında uygulanmış ve sonucunda ortaya çıkanlara bakalım.

**Öğretmen :** Yardım edebileceğiniz bir sorunum var. Çok konuşuyorsunuz ve ben size hep susmanızı söylemek gereğini duyuyorum. Bu da hiç hoşuma gitmiyor. Siz sessiz olmalısınız ki ben de dersimi verebileyim. Ama siz konuştuğunuz için anlattıklarımı yinlemek zorunda kalıyorum. Konuşmak gereksiniminde olduğunuzu kabul ediyorum. Sizin ve benim gereksinimlerimizi karşılamaya yardım edebilecek şeyleri bir düşünelim. Ben kendi önerilerimi söyleyeceğim, siz de düşünebildiğiniz tüm önerileri söyleyin. Bunları tahtaya bir liste halinde yazalım. Her öneri hiçbir yorum yapılmadan yazılacak. Daha sonra bunları tartışıp sizin ve benim beğenmediklerimizi çıkaracağız. Aşağıdaki çözümler önerildi ve tahtaya yazıldı.

1. Oturma düzeninin yenilenmesi,
2. Konuşana ceza verilmesi,
3. Canı isteyen konuşabilmesi,
4. Her gün belirli bir konuşma zamanının ayrılması,
5. Başkalarının konuşmadığı zaman konuşulması,
6. Hiç konuşulmaması,
7. Sınıfın yarısı ile ders yapılması, diğer yarısının konuşabilmesi,
8. Fısıltı ile konuşulması,
9. Sadece sözlü çalışma yapılması,

**Öğretmen :** Şimdi beğenmediğimiz önerileri listeden çıkaralım. Ben iki, üç ve

dokuzu çiziyorum. Çünkü onları beğenmedim. Çeşitli öğrenciler iki, altı ve yedinci önerilerin çıkarılmasını istediler.

**Öğretmen :** Şimdi geriye kalan önerilere bakalım. Birinci için ne düşünüyorsunuz?

**Betül :** Onu daha önce denediniz ve işe yaramadı.

**Öğretmen :** Dördüncü ye ne diyorsunuz? (Bu öneriye hiç kimse karşı koymadı)

**Öğretmen :** Beşinci ye ne diyorsunuz? (Bu öneriye hiç kimse karşı koymadı)

**Öğretmen :** Fısıldamak. Bu konuda ne diyorsunuz? (Bu öneriye de hiç kimse karşı koymadı)

**Öğretmen :** Böylece dört, beş ve sekizinci öneriler kalıyor. Bir şey eklemek isteyen var mı? Hayır mı? Peki öyleyse. Bu önerileri bir kağıda yazıyorum. Sonra hepimiz altını imzalayacağız. Buna sözleşme diyoruz. Uymaya ve onu bozmamaya çalışacağız.

Bu kısa sorun çözme oturumunda öğretmen bazı şeyleri oldukça iyi uygulanmasına karşın, bazılarında başarılı olamadı.

1. Sorunu kendi gereksinimi açısından ortaya koydu ve duygularını anlatmak için ben iletilerini kullandı. Ancak ben iletileri, öğrencilerin konuşmasının kendi üzerindeki somut etkisini belirtmede biraz zayıf kaldı.

2. Öğrencilerin neden konuşmak gereksiniminde olduklarının ayırdına varmaları için şöyle bir soru sorarak onları yüreklendirebilirdi : “ Neden bu denli konuşmak gereksinimi duyduğunuzu anlamak istiyorum. Böyle zamanlarda aklınızdan neler geçiyor ? ”

3. Beğenmediği önerileri listeden çıkarırken nedenlerini açıklayabilirdi.

4. Sorun çözümü dördüncü basamaktan ileri gidemedi. Öğretmen peki şimdi bu çözümleri nasıl işlerlik kazandırabileceğiz ? türünden sorularla öğrencileri beşinci basamakta oyalayabilirdi.

5. Kararımızın iyi uygulanıp uygulanmadığını tartışmak için bir daha ne zaman konuşacağız. Sorusu ile altıncı basamağa geçebilirdi.

Bir başka örnekte; bir öğretmenin otuz öğrencisiyle yaptığı toplantının kaydını

görelim. Sınıf, beş aydan beri düzenli olarak programlanmış sorun çözme toplantıları yapmaktadır. Son toplantı öğretmenin çok sayıda etkin dinleme kullanarak öğrenciler arasındaki etkileşimi nasıl uyardığının kusursuz bir örneğini veriyor.

**Öğretmen :** Bugünkü toplantımız da neyi konuşalım?

**Bülent :** Geçen gün okuma grubumuzdaki erkek arkadaşlarımızla ilgili o şeyi konuşabileceğimizi söylemiştiniz, anımsıyor musunuz?

**Öğretmen :** A evet, ama tam değil. Biraz anımsatabilir misin?

**Bülent :** Hani bizim okuma saatimizde bizi rahatsız ediyorlardı ya ...

**Öğretmen :** Tamam, bizim grubumuzda olmayanlar bizi birkaç kez rahatsız etmişlerdi.

**Sinan :** Evet toplantılarımızı kesmişlerdi.

**Öğretmen :** Bu haftaki toplantımız da birkaç kez kesileceğe benziyor. Böyle olunca rahatsız eden kişiyle özel görüşme yapmak bana zor geliyor ve içten içe kızıyorum.

**Jale :** Yani hepimizin değişik şeyler yaptığı serbest çalışma saatlerinde ve toplantı yaparken mi demek istiyorsunuz?

**Öğretmen :** Sabahları herkes bağımsız çalışırken sınıf içinden, öğleden sonra da okuma dersi için başka sınıfa giderken sınıf dışından rahatsız ediliyoruz.

**Diğerleri :** Evet.

**Öğretmen :** Bu haksızlık.

**Sinan :** Evet öyle

**Öğretmen :** Geçen hafta biriniz kapıya “ Girilmez ” diye bir tabela asmamızı önermişti.

**Nida :** O, bazen işe yarıyor. İnsanlar yine de içeri girip dersi bölüyor.

**Bülent :** Bazı öğrenciler eşyalarını unutup onları almak için geliyorlar.

**Sinan :** Niçin sınıftan çıkarken her şeylerini yanlarına almıyorlar?

**Öğretmen :** Sınıftan ilk çıkışlarında eşyalarını da almaları gerektiğini düşünüyorsunuz.

**Kenan :** Ne düşünüyorum biliyor musunuz, geri dönüp oyalanmak için bunu özellikle yapıyorlar

**Nida :** Evet, eşyalarının yanında başka bir şey de istiyorlar gibi ...

**Öğretmen :** İlgi istediklerini söylüyorum.

**Nida :** Tam olarak öyle demek istemiyorum ama, olabilir

**Jale :** Bir başka şey de şu: Bizim zamanımızı alıyorlar

**Bülent :** Kendi zamanlarını da harcıyorlar

**Sinan :** Derslerinden de geri kalıyorlar, sonra da öğretmenleri ile başları derde giriyor.

**Öğretmen :** Öyleyse yalnızca bizim derslerimizi bölmekle kalmıyor, kendilerine de zarar veriyorlar

**Sinan :** Tabii

**Öğretmen :** Sorumlu bir davranış gibi görünmüyor

**Bülent :** Doğru

**Jale :** Arkadaşlarıma çalışmaya giderken annem “ Her şeyini aldın mı? Gelirken hiçbir şeyini unutma ” diye beni hep uyarır.

**Öğretmen :** Eşyalarına göz kulak olman için başkalarının seni uyarmalarına alışmışsın.

**Nida :** Ama bu iyi değil, çünkü her zaman bize bunları hatırlatmak için yanımızda biri olmayabilir.

**Selda :** Evet

**Bülent :** Dersi bölenlerle ilgili çok kıyak bir düşüncem var. Düşünceni bizimle paylaşır mısın?

**Bülent :** Kapıyı kilitleyebiliriz.

**Pınar :** Kapıya birisi gelirse elimizle gitmesini işaret edebiliriz.

**Adem :** Kapıya öğretmen gelirse ne olacak, onlar yinede girerler.

**Öğretmen :** Büyüklerin kapıdaki uyarılara aldırmadan içeri girdiklerine tanık olmuşsunuz.

**Adem :** Evet. Onlar uyarıların kendilerini ilgilendirmediğini, kendilerinin özel olduklarını sanıyorlar.

**Öğretmen :** Yetişkinlerin uyarılara dikkat etmemeleri doğru değil.

**Adem :** Tabi ki doğru değil, uyarıyı okumaları gerekir.

**Sinan :** Kapıyı kilitlemenin iyi bir düşünce olduğunu sanmıyorum, çünkü kapıyı açmaya çalışacaklar, çıkardığı ses yine bizi rahatsız edecek.

**Pınar :** Ya sınıfta yangın çıkar da, sınıfı hemen boşaltmamız gerekirse?

**Jale :** Korkunç olur.

**Canan :** Şöyle bir uyarı koyabiliriz : “ Girmeyiniz. Size söylüyoruz ”.

**Diğerleri :** Hey, bu çok iyi.

**Öğretmen :** Kapıdaki uyarıya çok önem veriyorsunuz.

**Canan :** Gidip getireyim.

**Sinan :** Keçe uçlu kalem alayım da birkaç kelime daha ekleyelim.

**Jale :** “ Size ” kelimesinden sonra ünlem koymayı unutma.

**Diğerleri :** Aaa evet, anlamı güçlendirir.

(Birkaç öğrenci uyarının tekrar yazılıp asılması için birlikte çalışırlar)

**Öğretmen :** Başka önerileriniz var mı?

**Bülent :** Peki, sınıfın içinden dersi bölenler ne olacak?

**Jale :** Hep aynı kişiler

**Şule :** Onları toplantıya almayalım .

**Öğretmen :** Toplantılar sizin için çok önemli öyleyse

**Sinan :** Evet, öyle. Diğerleri konuşup toplantıyı bölerlerse, toplantıya katılmasınlar

**Jale :** Ben de öyle düşünüyorum.

**Canan :** Size katılmıyorum. Onları cezalandırmanın doğru olmadığını düşünüyorum. Belki de onların bu tür toplantılara bizden çok gereksinimleri var.

**Bülent :** Ben de Canan gibi düşünüyorum

**Serap :** Bence onların özgür çalışma saatleri kaldırılmalı.

**Sinan :** Bunu beğenmedim. Çünkü hepimizin özgür çalışma saatleri gereksinimiz var.

**Kenan :** Hepimiz içerdeyken toplantıları bölenler, sınıf kurallarına uymuyor, daha dikkatli olmak bize kalıyor.

**Canan :** Biz önceden bu sınıf kurallarını belirtmiştik. Kenan’a katılmıyorum. Daha sorumlu davranmalıyız.

**Öğretmen :** Gerçekten ilginç birkaç çözümü tartıştık. Belki benim de kurallara uymayanlarla konuşurken daha sorumlu olmam gerekiyor.

**Canan :** Evet, bu yardımcı olabilir.

**Kenan :** Kurallara uyulmasını sağlayabilirsiniz

**Öğretmen :** Acaba birisi bugün konuştuklarımızı özetleyebilir mi?

**Berk :** Ben yapayım. Sınıftan çıkanlar tüm eşyalarını yanlarına almaya özen gösterecekler. Kapıdaki uyarıyı dikkat çekici duruma getirdik. Çalışma saatlerinde kendimizi denetlemeye çabalayacağız, böylece toplantılarımızı yapabileceğiz. Bayan Ayşe de sınıf kurallarımıza uymayanlarla görüşecek ve onların kurallarımıza uymalarını sağlayacak.

**Öğretmen :** Teşekkür ederim, Berk.

Bu metin öğrencilerin kendilerini disipline etmek ve sorumluluğu almak yolunda ne kadar başarılı olduklarını gösteriyor. Düşündüklerini gösteriyor. Düşündüklerini söylüyorlar ama birbirlerini de dinliyorlar. Duygularını açıkça dile getirme de özgürler, hatta birbirlerini eleştiriyorlar. Yetişkinlerin bile çoğunlukla başaramayacağı nitelikte sorun çözme becerisi sergiliyorlar.

### **3.6.8.2.7. ERGENLİK DÖNEMİNDE BÜYÜME VE GELİŞME ÖĞRENCİ SEMİNERİ**

Sevgili öğrenciler;

Ergenlik dönemi, çocukluktan ergenliğe geçişin yaşandığı çok önemli bir çağdır. Başlangıç ve bitiş zamanları kesin sınırlarla belirli değildir. Genellikle 10 – 20 yaşları arasındaki evre, ergenlik dönemi olarak kabul edilir. Bu dönemin belirgin özelliği hızlı bir büyüme ve gelişme görülmesidir.

Büyüme; en genel tanımıyla, bedenin fiziksel olarak irileşmesidir. Ancak yalnızca büyüyor olsaydık iri, şişman bebekler olurduk. Bedenimiz büyür, aynı zamanda “ gelişme ” gösterir. Beyin ve sinir sistemimiz farklılaşır, beden yapımız değişir, yeni hormonal etkileşimler ortaya çıkar.

Yürüme, konuşma, kızlarda adet görme, erkeklerde gece boşalmaları gibi devrelere geçiş ise “ olgunlaşma ” sonucu olur. Olgunlaşma, kalıtsal olarak belirlenmiş hazır oluş zamanından önce ve sırası gelmeden ortaya çıkmaz. Örneğin iki aylık bir



bebek, ne yapılırsa yapılsın, yürümeye başlayamaz.

Ergenlik dönemindeki gençlerin gelişiminde bireysel farklılıklar görülebilir. Bedensel gelişimi, zihinsel ve ruhsal gelişiminden geride olan bir gencin aile içi ya da arkadaş çevresinde küçük çocuk gibi davranılmasına neden olabilir. Bedensel olarak yetişkin görünümünde olan gençlerden yaşlılarından daha fazla beklenti talep edilir. “Erken yada geç büyüme, az ya da çok gelişkin olma, gençleri iyi ya da kötü yapmaz; yalnızca farklı kılar. Bu farklılık da hem doğal hem güzeldir ”. Sevgili öğrenciler; gelişmeniz arkadaşlarınıza göre gecikmiş olabilir. Bu bir eksiklik değildir ve sizde güvensizliğe neden olmamalıdır.

Ergenlik döneminde, erkeklerde ve kızlarda çok önemli bedensel değişimler olur. Kızlar, ergenlik dönemine erkeklerden yaklaşık iki yıl daha erken girer. Boy ve kilo artışı da erkekler ve kızlar arasında farklılık gösterir. Bu dönemde kızlar yaşıtı erkeklerden daha gelişkin olur.

Ergenlik çağına giren kızların; boyları uzar, kiloları artar, memeleri belirginleşir, ağırlıklı olarak kasık bölgesinden, koltuk altı ve bacaklarda kıllanmalar olur. Kas ve daha çok yağ dokusu gelişimi ile, beden hatları yeni biçimini kazanır. Yağlanma ile birlikte saç ve derilerinde yağlanma yüzde sivilce ve siyah noktalar oluşabilir.

Ergenlik çağına giren erkeklerde; boy uzar, kilo artar, kas gücü gelişir. Ses önce çatallanır, sonra kalınlaşır, sakal ve bıyıklar çıkmaya başlar. Kasık, koltuk altı ve göğüs bölgelerinde yoğun şekilde kıllanma olur. Üreme organları gelişir, penis sertleşmesi ve sperm üretimi başlar. Erkeklerinde saç ve derilerinde yağlanma artabilir, sivilce ve siyah noktalar oluşabilir.

Sevgili öğrenciler;

Bu dönemde zihinsel düzeyinizde hızla gelişir. Bir konu hakkında düşünme, muhakeme yapma, kendinize özgü fikirler geliştirme, bazı fikirlere körü körüne bağlanma veya kuvvetle savunduğunuz görüşünüzden kısa sürede vazgeçme görülebilir.

Bu dönemde sizler acımasız birer eleştirmen olur, herkes ve her şey hakkında bazen peşin yargılara da varabilirsiniz. Kendinizi başkalarının yerine koyarak onun açısından duygu ve düşünceleri anlama ve paylaşmaya çalışırsanız empati yeteneğiniz gelişecek ve bu sizin bağınazlık ve tek yönlü düşünmeden uzaklaşmanızı sağlayacaktır.

Yine bu dönemde kendinizi tanıdığınız biçimi ile çevrenizdekilere kabul ettirme çabasına gireceksiniz; bağımsızlığınızı doyasıya yaşamak en büyük uğraşınız olacak. Bu nedenle zamanınızı daha çok ev dışında geçirmeye çalışacak ve nerede olduğunuzun sorulmasını kimliğinize yapılan bir saldırı gibi algılayabileceksiniz. Ancak unutulmamalıdır ki; nereye gittiğinizin ve ne zaman döneceğinizin konuşulması bir denetim değil, birlikte yaşayan insanların birbirlerine saygılarının gereğidir ve aile üyelerinin birbirlerini önemseyişinin bir göstergesidir.

Yine bu dönemde ne giyinmeniz gerektiği söylenmesinden de hiç hoşlanmazsınız. Havanın soğuk olduğunu bilen anne oğluna kazağını giy, üşüyeceksin dediğinde, genç genellikle tepki vermek ve söylenilenin aksine davranmak için üşümüyorum der. Bu durumda tepki vermek adına kendi istediğini de yapmamış oluyor. Unutulmamalıdır ki; tepkisel davranmaktan uzaklaşma büyümenin önemli bir göstergesidir. Bağımsız olmak, özgür olmak ve kendi kararlarınızı kendinizin vermesi eğitim ve deneyim birikimiyle kazanılır. Bu nedenle bu dönemde anne, babanıza kulak vermenizde yarar vardır.

Bu dönemde arkadaş ilişkileriniz yada bağlarınız daha da kuvvetlenmekte ve hayatınızda en önemli kişiler olmaktadır. Uzun sohbetlerin edildiği gizli konuşmaların olduğu her an birlikte olunmak istendiği ve asla ayrılamayacağınızı düşündüğünüz bir arkadaşlık söz konusu. Kızlar kendi aralarında erkeklerde kendi aralarında guruplaşmalar olur. bu dönemde kızlar erkeklere göre erken olgunlaştıkları için, erkeklere aşık olma hoşlanma ve çekinme görülürken erkekler daha çok oyun oynama, kızları kızdırma, vurup kaçma gibi çocuksu davranışlar sergilerler.

Sevgili öğrenciler;

Bu dönemde serbest zaman etkinlikleri (spor, sosyal ve kültürel etkinlikler,

müzik, tiyatro, halk oyunları ... ) bedeninizi tanıma ve işlevlerini geliştirme, kimliğinizin oluşmasına, kültür ve sanat ortamı içinde yer almanıza, evrensel kültürü tanımanıza, arkadaş edinmenize, sosyal çevre kazanmanıza, toplumun değerlerini, kendinizi ve başkalarını tanıma olanağı sunmada, toplumsal yaşamda rol ve sorumluluk almanızda yardımcı olur.

Yine bu dönemde bilinçli ve dengeli beslenme ileriki yıllardaki sağlığınız ve kilonuz için önemlidir. Yağlı yiyecekler; hamburger, cips gibi kalorisi yüksek vitamini düşük ürünler tüketmemeli; cola gibi asitli içecekler yerine ayran, meyve suyu, su tercih edilmelidir. Bu dönemde doğru beslenmeniz iki açıdan önemlidir. Birincisi dengesiz ve düzensiz beslenme ergenlik döneminde büyüme ve gelişmenizi engeller. Yaşlılarınızdan daha kısa daha çelimsiz görülmenize neden olur. İkinci yağlı ve yüksek kalorili yiyecekler tüketerek yağ bezelerinizin genişlemesine neden olacağınızdan kilo almanız kolaylaşacak ve ileriki yıllarda aldığınız kiloları vermekte zorluk çekeceksiniz. Okulda ve ayak üstü yemek yemek zorunda olduğunuzda peynirli, tavuklu, ton balıklı, yumurtalı ... sandviçler, meyve, yoğurt, çorba ... tercih etmelisiniz. Cola ve gazoz yerine süt, ayran, meyve suyu tercih edilmeli, tatlı ihtiyacınızı çikolatayla değil meyvelerle gidermelisiniz. Hızlı ve tam çiğnemediğiniz yutarak yerine ağır ağır sindirerek besinleri tüketmelisiniz. Günün en önemli öğünü olan sabah kahvaltısını atlamamalı mutlaka kahvaltı yapılarak okula gelmelisiniz.

## ÜREME SİSTEMLERİ

Sevgili öğrenciler;

Canlıları cansız varlıklardan ayıran özelliklerden biri üreme yeteneğidir. Bitkiler, hayvanlar ve insanlar soylarını devam ettirmek için üremek, çoğalmak zorundadır.

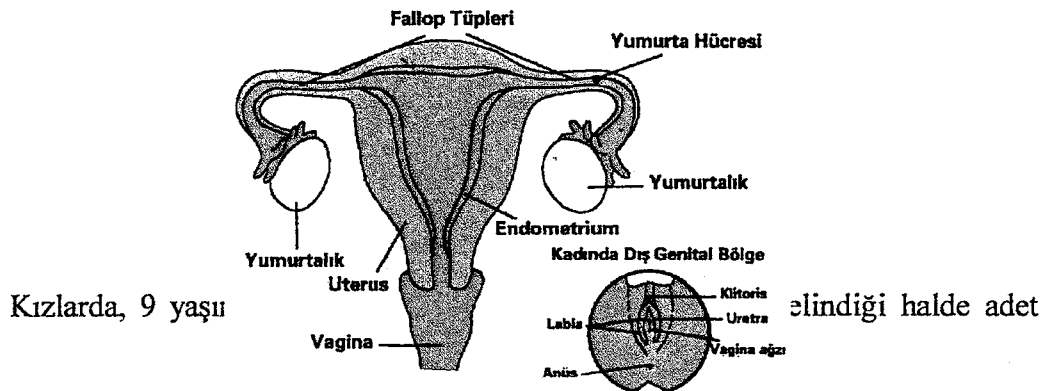
Kadın ve erkek üreme organları işlevsel olarak birbirlerini tamamlar niteliktedir. Kadın üreme organları daha çok bedenin içine, erkek üreme organları ise daha çok bedenin dışına doğru gelişmiştir. Hem erkek üreme organları hem de kadın üreme

organları dış organlar ve iç organlar olarak iki bölümde incelenir.

Ben sizlere bu organları ve işlevlerini tek tek anlatmayacağım. Ancak sorular kısmında aklınıza takılan bir şey olursa sorarsınız ve cevap veririm. Şimdi sizlere kızlarda adet dönemi deyince ne anlıyoruz buna bakalım.

Adet kanamasının ilk günü yeni bir adet döngüsünün başlangıcıdır. Bu aşamada beyin dokusunun derinlerinde yer alan hipotalamus adlı bölgeden bir hormon salgılanır, hipotalamusa yakın yerleşimli hipofiz adı verilen salgı bezinden folikül uyarıcı hormon salgısını başlatır. Bu hormonun etkisiyle yumurtalıklardan birinde yeni bir yumurta hücresi folikül adı verilen bir kesecik içinde olgunlaşmaya başlar. Bu olgunlaşma süreci tamamlandığında, olgun folikül içinde üretilen yüksek miktarlarda östrojen hormonu etkisiyle bir yandan rahim iç tabakası gelişmeye başlar, öte yandan hipofiz bezinden başka bir hormon salgılanır. Bu yeni hormon yumurta hücresini barındıran folikülü “ çatlatır ” ve yumurta hücresini serbest bırakır. Yumurta hücresinin serbest kalmasına yumurtlama adı verilir.

Bir başka deyişle, beynimizden bir hormon salgılanır ve bu hormonun etkisiyle sağ ve sol tarafımızda bulunan yumurtalıklarımızdan birinde yeni bir yumurta hücresi keseciklerimizden birinde olgunlaşmaya başlar. Bu süreci yağmur bulutlarıyla açıklarsak, yağmur bulutları olgunlaşma evresi içinde bir yandan yağmur biriktirirken bir yandan da havada nasıl bir sıkıntı ve gerginlik olursa vücudunuzda da bu süreçte bir yandan yumurtanın olgunlaşmasını sağlar bir yandan da vücudunuzda gerginlik kasılmalar meydana gelir ve olgunlaşma tamamlandığında yağmur bulutları nasıl yağmaya başlarsa sizinde yumurtanız yeteri olgunluğa erişirse kanamaya başlar.



görülmüyorsa doktora başvurulmalıdır. Adet döneminde gün sayısı kişiden kişiye değişebilir. Ancak üç ile yedi gün arasında olabilir ancak bir günden kısa yedi günden uzun sürerse doktora gidilmelidir. Kanama miktarı kişiye göre değişir. İlk bir iki yılda düzensiz adet kanamaları normaldir ama ilerleyen dönemlerde düzensizlik devam ederse doktora başvurulmalıdır. Adet kanamalarının 21 günden daha sık, 35 günden daha uzun aralıklarla olması durumunda doktora gidilmelidir.

Bazı kızlar, adet kanamaları sırasında rahatsızlık duyarlar. Buna, “ menstrual kramp adet sancısı ” denir. En yaygın olan şekli, karnın alt kısmındaki kramplardır. Ağrı bazen sürekli bir sancı bazen de bir ağırlık duygusu şeklinde olabilir. Adet döneminde, vücut kimyasal bir salgı salgılar ve kramplara neden olur. Ayrıca döl yatağının iç tabakasının adette dışarı atılmasını kolaylaştırır.

Bu dönemde bazı genç kızlar, adet görmeden birkaç gün öncesinde bel ağrısı, göğüs ağrısı, bağırsaklarında bozulmalar, memelerde sertleşme şişkinlik bazen ağrılar yaşamakta ve ruhsal açıdan da sinirli, gergin ve alingan olabilirler.

Yine bu dönemde hastalık olmayan normal akıntı vardır. Kokusuz, kirli beyaz bir akıntı korkutmamalıdır. Akıntı miktarı kişiye göre değişebilir. Ancak, akıntının sarı yeşil renkli ve kötü kokulu olması durumunda, süt keşiği gibi pütürlü olması durumunda, beraberinde kaşıntı ve yanma hissi olması durumunda doktora gidilmelidir.

Ergenlik çağını yaşayan gençlerin çoğu bu dönemde karmakarışık duygular içine düştüklerini, bir an mutluyken biraz sonra hüzünlendiklerini fark etmişlerdir. Bu durum, fiziksel değişimleri yapan hormonların aynı zamanda duygularınızı da etkilemesinden ileri gelir. Ruhsal durumunuzda bu tür değişimler olursa sakın kaygılanmayın. Belli bir süre sonra vücudunuz doğal olarak sakinleşir ve rahatlarsınız.

Bu dönemde vücut temizliği son derece önemlidir. Adet döneminizde hijyenik ped kullanılması, pedlerin 2 – 3 saati geçirmeden değiştirilmesi ve ılık suyla duş alınması kötü kokuların engellenmesini sağlayacaktır. Adet sancılarını geçirmek için mümkün olduğunca ilaç kullanılmaması kullanılmak zorunda olduğunda doktorunuzun

vereceği ilaçları tercih etmelisiniz. Kullandığınız ağrı kesicilerin parasemptomol içermemesi adet dönemini rahat atlamanızı sağlayacaktır. Bu dönemde adet ağrılarınız için papatya çayı içe bilir, ılık duş alabilirsiniz ve ayaklarınızı sıcak tutabilirsiniz.

Ergenlik döneminde erkeklerde, peniste serleşme ve boşalma görülmektedir. Penis içerisinde süngere benzer bir yapı vardır. Süngerin suyu çektiği gibi bu yapıda damarlardan kan çekerek şişer ve sertleşir. Erkeklerdeki penis sertleşmesi cinsel uyarılma sonucu ile olur. Ergenlik dönemine giren erkeklerde beklenmeyen yer ve durumlarda penis sertleşmesi yaşayabilirler.

Bu dönemde ergenliğe yeni giren erkeklerde zaman zaman uykuda gece boşalması olabilir. Gece ıslanması bu dönemde görülen doğal bir durumdur ve ergen bunu bilmiyorsa gece idrarını kaçırdığını sanabilir.

Aşağıdaki yakınmalar sizde olursa mutlaka bir doktora gidin;

- Tek yada her iki testiste (erbezleri) ani ya da giderek artan ağrı, sancı,
- Penisin altında bulunan torbaların (skrotum) içinde testislerden birinin sürekli yukarıda durması,
- Skrotumda şişkinlikler
- Skrotum içinde iki yerine tek testis bulunması
- Penis ucunda ağrılı şişme
- İdrar yaparken ağrı, zorluk, yanma ve eşlik eden ateş.

Sevgili öğrenciler;

Bu dönemde vücudunuzda yaşanan hormonal değişimle birlikte özbakım becerilerinize daha da önem vermeniz gerekmektedir. Gerek kızlardaki adet dönemi gerekse kıllanmalar gerekse ter bezlerinizin aşırı çalışması ve yağlanma sonucu vücudunuzun temizliğine önem vermenizi gerektirmektedir.

Bu dönemde yüzünüzde, omuz ve sırtlarınızda çıkan siyah nokta, akne ve sivilceler hormonal değişim ve vücudunuzdaki yağ sebebiyle oluşmaktadır. Bunları



sıkırmamalı uygun temizleme losyonları kullanmalı ve yağlı yiyeceklerden, çikolatadan, asitli içeceklerden, sigaradan vb uzak durmalısınız. Eğer rahatsız edici derecede çok ve her yerinize yayılmışsa mutlaka doktora gidin, kulaktan duyma reçeteler kullanmayınız.

Bu dönemde saç diplerinizde yağ salgılanmasının artması, koltuk altı ve kasıkların kılınması ve ter bezlerinin çalışması, üreme organlarının sağladığı kokuların çevreye yayılmasını engellemek amacıyla sık sık banyo yapmalısınız. Tüyleneceğiniz bölgelerinizi ağda, traş, tüy dökücü krem vb kullanarak temizlemeli bunları kullanırken dikkatli olmalı, kullanım kılavuzu mutlaka okunmalıdır.

Ağız ve diş sağlığını korumak için dişler düzenli olarak fırçalanmalı, uygun diş macunu ve diş fırçası kullanılmalıdır. Yılda iki kez sorun olmasa da diş doktoruna gidilmelidir.

Tırnakların haftada bir kez kesilmesi ve sık sık tırnak fırçası ile fırçalanarak yıkanması uygun olur. Ayaklarınızı sıkan, yüksek topuklu beden duruşunu engelleyen ayakkabıları tercih etmeyiniz. Bu tarz ayakkabılar büyüme ve gelişme çağında olan sizlerin yanlış beden duruşuna sahip olmanıza neden olur. Çoraplarınızın sentetik değil, yünlü ya da pamuklu olmasına özen gösterin.

Bir başka seminerde görüşmek üzere ...

### 3.6.8.2.8. MESLEK SEÇİMİ VE ÖNEMİ

Sevgili Öğrenciler;

İnsanın geleceğini şekillendiren en önemli kararlardan birinin meslek seçimi olduğu bugün herkes tarafından kabul edilmektedir. Birey, istediği yaşam yolunu seçerken seçmiş olduğu meslek veya iş ve bundan elde edeceği doyum önem kazanmaktadır. Meslek seçimi, bireyin sahip olması muhtemel meslekleri çeşitli yönler ile değerlendirip kendi ihtiyaçları açısından istenilir yönleri çok, istenmeyen yönleri az olan birine yönelmeye karar vermesidir. Bu karar, toplumsal ve bireysel etmenlerin



birbiriyle etkileşimine dayanan, karmaşık, kişiliğin gelişimi ile birlikte gelişen ve insanın yaşamını büyük ölçüde etkileyen bir karardır.

Meslek deyince ne anlıyorsunuz ? İş ve meslek eş anlamlı kelimeler midir ? Kariyer ne demektir? Öncelikle bu tanımlar üzerinde durarak aralarındaki farkı anlamada yarar vardır.

Çeşitli meslek tanımları yapılmıştır. Bunlara bakacak olursak;

Meslek ; sürekli olarak yapılan faaliyettir,

Meslek ; yapana maddi ve manevi doyum sağlar,

Meslek ; belli bir eğitimi ve tecrübeyi gerektirir,

Meslek ; belli bir dereceye kadar bilgi ve beceri ister,

Meslek ; bireyin yapmaktan haz duyduğu bir faaliyettir,

Genel bir tanım yapacak olursak; **meslek**, bir kimsenin hayatını kazanmak için yaptığı, kuralları toplum tarafından belirlenmiş ve belli bir eğitimle kazanılan bilgi ve becerilere dayalı faaliyetler bütünüdür.

**İş**, mesleki bilgi ve becerinin uygulanmasıdır. Bir kimsenin mesleği olabilir ama işi olmayabilir. Örneğin İşletme Fakültesini bitirip çalışamayan kişilerin mesleği vardır ancak işleri yoktur.

**Kariyer**, bir ömür boyu yaşanan olaylar dizisi, mesleklerin ve diğer yaşam rollerinin birbirini izlemesi sonucu oluşan genel örüntü ve gelişim çizgisinde, özellikle meslek rollerinde ilerleme, duraklama ve gerilemleri ifade eden bir kavramdır. Örneğin, Esra Üniversitenin Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümünden mezun olduktan sonra kendi alanında master yapmaya başladı. Master sonrası akademisyen olarak üniversiteye geçti ve doktora, yardımcı doçent ve .... eğitimiyle birlikte çalışma

hayatında bir ilerleme kaydeden Esra kendi alanında kariyer yapmış oldu. Sizlerinde tanıdığı ve kariyer yapan ünlüler mutlaka vardır. Aklınıza gelen mesleğinde kariyer yapmış ünlü kişileri söyler misiniz ?

Sevgili öğrenciler;

Bu yaşlarda ileride yapmayı düşündüğünüz meslekleri seçmek çok önemlidir. Meslek seçerken ilgi, yetenek, değer ve kişisel özelliklerinizi de göz önünde bulundurarak seçmeniz gerekmektedir. Sizlerin yaşındaki bir çok gencin düştüğü hatadan bahsetmek istiyorum. Televole ve benzeri programlardan etkilenen bir çok yaşıtlınız ya futbolcu ya manken ya şarkıcı (popcu) yada sinema sanatçısı olmak istiyor. Baş döndürücü, etkileyici ve renkli yaşantıları göz önüne getirilen bir çok ünlü topçu, popçu ve mankenlerimizin bu yaşantılarından dolayı bir meslek seçmek ileriki yaşantınızda sizleri mutsuz edebilir. Bu sebeple de meslek seçmek çok çok önemlidir.

Bir kimsenin seçtiği meslek onun;

- İşinde başarılı olup olamayacağını,
- İlerde iş bulup bulamayacağını,
- Nerede yaşadığını,
- Kiminle evleneceğini,
- Kimlerle iletişimde bulunacağını,
- Değer yargılarını,
- Dünya görüşünü,
- Günlük yaşam tarzını,
- Alışkanlıklarını belirler (Kuzgun, 2000).

Meslek seçimi, bir kimsenin kendisine açık olan meslekleri çeşitli yönleri ile değerlendirip, kendi ihtiyaçları ve beklentileri açısından istenilen yönleri çok istenilmeyen yönleri az olan birine yönelmeye karar vermesidir (Kuzgun, 2000).

Sevgili Öğrenciler;

Meslek seçmek hayat biçimini seçmek demektir ! Öyleyse; gerçekçi ve doğru seçim yapmak zorundasınız. Bir meslek dışarıdan çekici görünse bile yetenek ve becerilerinize uygun değilse sizin için iyi bir meslek değildir. Meslek seçimini tesadüflere bırakmayınız! Öncelikle,

- Benim ne gibi özelliklerim var?
- Ben ne yapabilirim ?
- Hayattan ne bekliyorum ? Sorularına cevap vermek gerekmektedir. Bu sorulara cevap verebilmek için kendinizi çok iyi tanımalısınız.

Sevgili Öğrenciler;

Kendinizi tanımak için;

- İlgilerinizi bilmelisiniz
- Değerlerinizi bilmelisiniz
- Beklentilerinizi bilmelisiniz
- Kişisel özelliklerinizi bilmelisiniz
- Fiziksel özelliklerinizi ve yeterliliklerinizi bilmelisiniz
- Yeteneklerinizi bilmelisiniz
- Sosyo ekonomik durumunuzu bilmelisiniz

Sevgili Öğrenciler;

Meslek seçimi konusunda bazı yanlış inançlar söz konusudur. Bunlar ;

☹ Herkese uygun tek bir meslek vardır,

☹ İnsan çalışırsa istediği mesleğe ulaşabilir,

☹ Meslek erken yaşta belirlenir,

☹ İyi meslek yüksek kazanç sağlayan meslektir

(Selçuk, 2001).

Sevgili Öğrenciler;

Bugün meslek seçiminin bir problem haline gelmesi sadece seçme özgürlüğünden değil aynı zamanda seçeneklerin çokluğundan da ileri gelmektedir. Her birey, kendi geleceğine ilişkin her türlü kararı verebilme hakkına sahiptir. Bireyin hem kendisini hem de içinde bulunduğu toplumu geliştirmesi istenen niteliğe bağlıdır. İnsanı istenilen nitelikte yetiştiren çeşitli düzeylerdeki eğitim kurumlarıdır. Meslek ve alan seçme sürecinin temelinde, bireyin kendini, meslekleri, alanları ve eğitim kurumlarını tanımalarının önemi büyüktür. Bireyin bu konulardaki farkındalığı onun doyum düzeyini de artıracaktır. Yetenekleri, ilgileri ve ihtiyaçları hakkında doğru ve gerçekçi değerlendirmeler yapabilme imkanlarından yoksun öğrenciler, mesleklerin gerektirdiği nitelikler ve sağladığı imkanlar hakkında da çoğu kez kulaktan dolma bilgilerle ya meslek liselerine ya da üniversite kapısına gelmektedir.

Sizlerin doğru bilgilerle, kendinizi keşfederek, doğru meslekleri seçebilmeniz ve doğru liselere girebilmeniz için hazırladığım seminerimiz bitmiştir. Bir başka seminerde görüşmek üzere ...

### 3.7. Verilerin Çözümlemesi

Verilerin toplanması işlemi bittikten sonra, envanterler puanlanmıştır. Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği ve Aile Hayatı ve Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği değerlendirme aracından elde edilen veriler bilgisayarda kodlanmış ve istatistiksel çözümlemeleri SPSS programında yapılmıştır.

Problem Tarama Envanteri, grupla psikolojik danışma oturumlarını planlama, öğretmen, öğrenci ve veli seminer konularını planlamak için kullanıldığından öğrencilerin yoğunlukla işaretledikleri problem alanlarının frekansları ve yüzdeleri hesaplanmıştır. Öntest sontest sonuçları frekans ve yüzdeleri karşılaştırılarak değerlendirilmiştir.

Piers Harris Çocuklarda Öz – Kavramı Ölçeği ve Aile Hayatı Tutum Tarz Ölçeği

(PARI) öntest sontest sonuçları “ Wilcoxon Eşleştirilmiş Çiftler Sıra Sayıları Testi ” ile yapılmıştır.



#### IV. BULGULAR

**Tablo 1:** Problem Tarama Envanter Sonuçları

| Problem Tarama Envanteri               | N   | f   | %    |
|----------------------------------------|-----|-----|------|
| Sağlıkla ilgili Problemler öntest      | 135 | 98  | 72,6 |
| Sağlıkla ilgili Problemler sontest     | 135 | 25  | 18,5 |
| Okul ile İlgili Problemler öntest      | 135 | 110 | 81,5 |
| Okul ile İlgili Problemler sontest     | 135 | 43  | 31,9 |
| Aile ile İlgili Problemler öntest      | 135 | 120 | 88,9 |
| Aile ile İlgili Problemler sontest     | 135 | 38  | 28,1 |
| Arkadaşlarla İlgili Problemler öntest  | 135 | 55  | 40,7 |
| Arkadaşlarla İlgili Problemler sontest | 135 | 10  | 7,41 |
| Karşı Cinsle İlgili Problemler öntest  | 135 | 79  | 58,5 |
| Karşı Cinsle İlgili Problemler sontest | 135 | 37  | 27,4 |
| Gelecekle İlgili Problemler öntest     | 135 | 125 | 92,6 |
| Gelecekle İlgili Problemler sontest    | 135 | 30  | 22,2 |
| Kişisel Problemler öntest              | 135 | 130 | 96,3 |
| Kişisel Problemler sontest             | 135 | 28  | 20,7 |

Problem Tarama Envanteri 7. sınıf öğrencilerinin problem alanlarını tespit etmek amacıyla uygulandı. Çıkan sonuçlar 7 alt grupta topladı ve bu alt gruplar doğrultusunda grup oturumları ve seminerler planlandı.

Bu tabloda Problem Tarama Envanteri sonucunda elde edilen bulguların gruplandırılmış öntest sontest sonuçları verilmiştir.

*Sağlıkla ilgili problemler* kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 98 ve yüzde puanı 72,6'dır. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 25 ve yüzde puanı 18,5'dir.

**Okul ile ilgili problemler** kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 110 ve yüzde puanı 81,5'dir. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 43 ve yüzde puanı 31,9'dur.

**Aile ile ilgili problemler** kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 120 ve yüzde puanı 88,9'dur. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 38 ve yüzde puanı 28,1'dir.

**Arkadaşlarla ilgili problemler** kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 55 ve yüzde puanı 40,7'dir. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 10 ve yüzde puanı 7,41'dir.

**Karşı Cinsle ilgili problemler** kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 79 ve yüzde puanı 58,5'dir. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 37 ve yüzde puanı 27,4'dür.

**Gelecekle ilgili problemler** kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 125 ve yüzde puanı 92,6'dır. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 30 ve yüzde puanı 22,2'dir.

**Kişisel Özellikler ile ilgili problemler** kısmında yapılan öntest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 130 ve yüzde puanı 96,3'dür. Sontest sonucunda 135 öğrencinin frekansı 28 ve yüzde puanı 20,7'dir.

**Tablo 2: Öntest – Sontest Piers Harris Çocuklarda Öz – Kavramı Puanlarının Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Sonucu**

| Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği                          | N  | A. O. | SS   |
|--------------------------------------------------------------------|----|-------|------|
| I. Alt Boyut : Mutluluk Doyum öntest                               | 15 | 7,47  | 4,45 |
| I. Alt Boyut : Mutluluk Doyum sontest                              | 15 | 10,27 | 2,60 |
| II. Alt Boyut : Kaygı öntest                                       | 15 | 8,60  | 4,94 |
| II. Alt Boyut : Kaygı sontest                                      | 15 | 2,93  | 1,71 |
| III. Alt Boyut : Popülarite, Sosyal Beğeni yada Gözde Olma öntest  | 15 | 6,07  | 4,82 |
| III. Alt Boyut : Popülarite, Sosyal Beğeni yada Gözde Olma sontest | 15 | 8,87  | 2,45 |
| IV. Alt Boyut : Davranış ve Uyuma - Konformite öntest              | 15 | 8,13  | 7,62 |



|                                                       |    |      |      |
|-------------------------------------------------------|----|------|------|
| IV. Alt Boyut : Davranış ve Uyma - Konformite sontest | 15 | 12   | 4,11 |
| V. Alt Boyut : Fiziksel Görünüm öntest                | 15 | 4,40 | 4    |
| V. Alt Boyut : Fiziksel Görünüm sontest               | 15 | 8,53 | 1,51 |
| VI. Alt Boyut : Zihinsel ve Okul Durumu öntest        | 15 | 2,93 | 2,58 |
| VI. Alt Boyut : Zihinsel ve Okul Durumu sontest       | 15 | 5,80 | 1,15 |

Bu tabloda Birlik İlköğretim Okulu 7. sınıf öğrencileri için yapılan Piers Harris'in Çocuklarda Öz-Kavramı ölçeği sonucunda elde edilen bulguların alt boyutlar düzeyinde ki öntest sontest sonuçları verilmiştir. **Birinci alt boyut** olan Mutluluk, Doyum alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 7,47 ve standart sapması 4,45'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 10,27 ve standart sapması 2,60'dır. **İkinci alt boyutu** olan Kaygı alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 8,60 ve standart sapması 4,94'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 2,93 ve standart sapması 1,71'dir. **Üçüncü alt boyutu** olan Popülerite, Sosyal Beğeni ya da Gözde olma alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 6,07 ve standart sapması 4,82'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 8,87 ve standart sapması 2,45'tir. **Dördüncü alt boyutu** olan Davranış ve Uyma-Konformite alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 8,13 ve standart sapması 7,62'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 12 ve standart sapması 4,11'dir. **Beşinci alt boyutu** olan Fiziksel Görünüm alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 4,40 ve standart sapması 4'dür. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 8,53 ve standart sapması 1,51'dir. **Altıncı alt boyutu** olan Zihinsel ve Okul Durumu alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 2,93 ve standart sapması 2,58'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 5,80 ve standart sapması 1,15'dir.

Birlik İlköğretim Okulu 7. sınıf öğrencileri için yapılan Piers Harris'in Çocuklarda Öz-Kavramı ölçeği sonucunda elde edilen puanlara baktığımızda ikinci alt boyut olan Kaygı alt boyutu hariç diğer boyutlarda tüm öğrencilerin sontest puanlarında bir artış olduğu gözlenmiştir. Kaygı alt boyutunda sontest puanlarında görülen azalmanın nedeninin yapılan grupla psikolojik danışmanın ve öğrencilere, öğrenci

velilerine ve öğretmenlere yapılan seminerlerin amaçlara hizmet etmekte ve öğrencilerde kaygı yaratan faktörlerin azaldığını göstermektedir.

**Tablo 3: Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği Mutluluk Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | -2,953* |
| Pozitif Değerler | 11 | 6                      | 66                  |         |
| Eşit             | 4  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .01$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrencilerinin Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği'nin mutluluk alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrencilerle yapılan “ grupla psikolojik danışma, ergenlik dönemi ve meslek seçiminin önemiyle ” ilgili seminer çalışmaları, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları ve öğretmenlere yönelik “ ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ” seminer etkinlikleri öğrencilerin mutluluk puanlarını yükseltici yönde etkide bulunmuştur.

**Tablo 4: Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği Kaygı Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 15 | 8                      | 120                 | -3,425* |
| Pozitif Değerler | 0  | 0                      | 0                   |         |
| Eşit             | 0  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\* p<.01

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrencilerinin Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği'nin Kaygı alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p<.01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrencilerle yapılan “ grupla psikolojik danışma, ergenlik dönemi ve meslek seçiminin önemiyle ” ilgili seminer çalışmaları, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları ve öğretmenlere yönelik “ ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ” seminer etkinlikleri öğrencilerin kaygı puanlarını düşürücü yönde etkide bulunmuştur.

**Tablo 5 : Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği Popülarite, Sosyal Beğeni yada Gözde Olma Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | N  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | -2,552* |
| Pozitif Değerler | 8  | 4,50                   | 36                  |         |
| Eşit             | 7  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .01$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrencilerinin Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği'nin Popülarite, Sosyal Beğeni yada Gözde Olma alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrencilerle yapılan “ grupla psikolojik danışma, ergenlik dönemi ve meslek seçiminin önemiyle ” ilgili seminer çalışmaları, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları ve öğretmenlere yönelik “ ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ” seminer etkinlikleri öğrencilerin popülarite, sosyal beğeni ya da gözde olma puanlarını yükseltici yönde etkide bulunmuştur.

**Tablo 6 : Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği Davranış ve Uyma – Konformite Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z      |
|------------------|----|------------------------|---------------------|--------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | -2,536 |
| Pozitif Değerler | 8  | 4,50                   | 36                  |        |
| Eşit             | 7  |                        |                     |        |
| Toplam           | 15 |                        |                     |        |

\*  $p < .01$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrencilerinin Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği'nin Popülarite, Davranış ve Uyma-Konformite alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrencilerle yapılan “ grupla psikolojik danışma, ergenlik dönemi ve meslek seçiminin önemiyle ” ilgili seminer çalışmaları, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları ve öğretmenlere yönelik “ ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ” seminer etkinlikleri öğrencilerin davranış ve uyma-konformite puanlarını yükseltici yönde etkide bulunmuştur.

**Tablo 7 : Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği Fiziksel Görünüm Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | -2,956* |
| Pozitif Değerler | 11 | 6                      | 66                  |         |
| Eşit             | 4  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .01$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrencilerinin Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrencilerle yapılan “ grupla psikolojik danışma, ergenlik dönemi ve meslek seçiminin önemiyle ” ilgili seminer çalışmaları, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları ve öğretmenlere yönelik “ ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ” seminer etkinlikleri öğrencilerin Fiziksel Görünüm puanlarını yükseltici yönde etkide bulunmuştur.

**Tablo 8 : Piers Harris Çocuklarda Öz-Kavramı Ölçeği Zihinsel ve Okul Durumu Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | -2,969* |
| Pozitif Değerler | 11 | 6                      | 66                  |         |
| Eşit             | 4  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .01$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrencilerinin Piers Harris Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği'nin Zihinsel ve Okul Durumu alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .01$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrencilerle yapılan “ grupla psikolojik danışma, ergenlik dönemi ve meslek seçiminin önemiyle ” ilgili seminer çalışmaları, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları ve öğretmenlere yönelik “ ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ” seminer etkinlikleri öğrencilerin Zihin ve okulu durumu puanlarını yükseltici yönde etkide bulunmuştur.

**Tablo 9 : Öntest – Sontest Anne Baba Tutum Ölçek (PARI) Puanlarının Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Sonucu**

| Anne Baba Tutum Ölçeği (PARI)                          | N  | A.O.  | SS    |
|--------------------------------------------------------|----|-------|-------|
| I. Alt Boyut : Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci T. öntest  | 15 | 44,33 | 10,05 |
| I. Alt Boyut : Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci T. sontest | 15 | 33,33 | 5,80  |
| II. Alt Boyut : Demokratik T. Öntest                   | 15 | 20,73 | 5,36  |
| II. Alt Boyut : Demokratik T. Sontest                  | 15 | 26,80 | 5,27  |



|                                                 |    |       |      |
|-------------------------------------------------|----|-------|------|
| III. Alt Boyut : Reddedici Anne Baba T. öntest  | 15 | 24,20 | 4,77 |
| III. Alt Boyut : Reddedici Anne Baba T. sontest | 15 | 24,20 | 4,77 |
| IV. Alt Boyut : Tutarsız Anne Baba T. öntest    | 15 | 9,60  | 3,50 |
| IV. Alt Boyut : Tutarsız Anne Baba T. sontest   | 15 | 9,60  | 3,50 |
| V. Alt Boyut : Baskıcı ve Disiplin T. Öntest    | 15 | 31,40 | 4,78 |
| V. Alt Boyut : Baskıcı ve Disiplin T. sontest   | 15 | 30,00 | 3,46 |

Bu tabloda Birlik İlköğretim Okulu 7. sınıf öğrencileri için yapılan Anne Baba Tutum ölçeği sonucunda elde edilen bulguların alt boyutlar düzeyinde ki öntest sontest sonuçları verilmiştir. **Birinci alt boyut** olan Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 44,33 ve standart sapması 10,05'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 33,33 ve standart sapması 5,80'dir. **İkinci alt boyutu** olan Demokratik Tutum alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 20,73 ve standart sapması 5,36'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 26,80 ve standart sapması 5,27'dir. **Üçüncü alt boyutu** olan Reddedici Anne Baba Tutumu alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 24,20 ve standart sapması 4,77'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 24,20 ve standart sapması 4,77'dir. **Dördüncü alt boyutu** olan Tutarsız Anne Baba Tutumu alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 9,60 ve standart sapması 3,50'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 9,60 ve standart sapması 3,50'dir. **Beşinci alt boyutu** olan Baskıcı ve Otoriter alt boyutunda yapılan öntest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 31,40 ve standart sapması 4,78'dir. Sontest sonucunda 15 öğrencinin aritmetik ortalaması 30 ve standart sapması 3,46'dir.

**Tablo 10 : Anne Baba Tutum Ölçeği Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 8  | 4,50                   | 36                  | -2,524* |
| Pozitif Değerler | 0  | 0                      | 0                   |         |
| Eşit             | 7  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .05$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrenci velilerinin Anne Baba Tutum Ölçeğinin Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları anne babaların öğrencilere davranışlarında olumlu değişiklik meydana getirdiğini göstermektedir.

**Tablo 11 : Anne Baba Tutum Ölçeği Demokratik Tutum Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 2  | 1,50                   | 3                   | -2,310* |
| Pozitif Değerler | 7  | 6                      | 42                  |         |
| Eşit             | 6  |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .05$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrenci velilerinin Anne Baba Tutum Ölçeğinin Demokratik Tutum alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu” seminer çalışmaları anne babaların öğrencilere davranışlarında olumlu değişiklik meydana getirdiğini göstermektedir.

**Tablo 12 : Anne Baba Tutum Ölçeği Tutarsız Anne Baba Tutum Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z     |
|------------------|----|------------------------|---------------------|-------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | 0,000 |
| Pozitif Değerler | 0  | 0                      | 0                   |       |
| Eşit             | 15 |                        |                     |       |
| Toplam           | 15 |                        |                     |       |

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrenci velilerinin Anne Baba Tutum Ölçeğinin Tutarsız Anne Baba Tutumu alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.

**Tablo 13 : Anne Baba Tutum Ölçeği Reddedici Anne Baba Tutum Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | n  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z     |
|------------------|----|------------------------|---------------------|-------|
| Negatif Değerler | 0  | 0                      | 0                   | 0,000 |
| Pozitif Değerler | 0  | 0                      | 0                   |       |
| Eşit             | 15 |                        |                     |       |
| Toplam           | 15 |                        |                     |       |

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrenci velilerinin Anne Baba Tutum Ölçeğinin Reddedici Anne Baba Tutumu alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.

**Tablo 14 : Anne Baba Tutum Ölçeği Baskıcı ve Otoriter Alt Boyutu Öntest-Sontest Puanları Arasındaki Farkın Anlamlılığını Test Etmek için Yapılan Non-Parametrik Wilcoxon İşaret Testi Sonuçları**

| Değerler         | N  | Sıralamalar Ortalaması | Sıralamalar Toplamı | Z       |
|------------------|----|------------------------|---------------------|---------|
| Negatif Değerler | 4  | 2,50                   | 10                  | -1,826* |
| Pozitif Değerler | 0  | 0                      | 0                   |         |
| Eşit             | 11 |                        |                     |         |
| Toplam           | 15 |                        |                     |         |

\*  $p < .05$

Tabloda da görüleceği üzere, Birlik İ.Ö.O. 7.sınıf öğrenci velilerinin Anne Baba Tutum Ölçeğinin Baskıcı ve Otoriter Tutumu alt boyutundan aldıkları öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan non

parametrik Wilcoxon İşaret Testi sonucunda gruplar arasında istatistiksel açıdan  $p < .05$  düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık son test lehinedir. Yani, öğrenci velileri ile yapılan “ergenlik dönemi özellikleri, ergeni anlamak ve iletişim ve anne baba tutumu ” seminer çalışmaları anne babaların öğrencilere davranışlarında olumlu değişiklik meydana getirdiğini göstermektedir.



## V. TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde “ Bulgular ” kısmında sunulan uygulamaya ilişkin bulguların yorumuna yer verilmiştir.

1. Uygulamanın yapıldığı Birlik İlköğretim Okulu 7. sınıf öğrencilerinin problem tarama envanter sonucunda elde edilen bulgulara baktığımızda “**Kişisel Problemler**” yoğun olarak işaretlendiği görülmektedir (% 96,3). Bu sebeple de grupta psikolojik danışma oturumlarında “ Kendini Tanıma, Kendine Değer Verme ve Duygularını Tanıma ” oturumlarına yer verilmiştir. Yapılan grup oturumları sonucunda öğrencilerin sontest “**Kişisel Problemler**” ile ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%20,7).

2. Öğrenciler tarafından ikinci yoğun işaretlenen problem alanında “ **Gelecekle İlgili Problemler** ” yer almaktadır (%92,6)’dır. Bu sebeple öğrencilere yönelik “Meslek Seçimi ve Önemi ” konulu seminer çalışması yapılmıştır. Yapılan seminer çalışmaları sonucunda öğrencilerin sontest “**Gelecekle İlgili Problemler**”le ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%22,2).

3. Üçüncü yoğun işaretlenen problem alanında “ **Aile İle İlgili Problemler** ”in yer aldığı görülmektedir (% 88,9). Bu sebeple de anne babalara yönelik “Ergenlik Dönemi, İletişim ve İletişim Engelleri, Anne Baba Tutumu ve İletişim, Ergeni Anlamak ve İletişim ”seminerleri yapılmıştır. Yapılan seminer çalışmaları sonucunda öğrencilerin sontest “**Aile İle İlgili Problemler**”le ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%28,1).

4. Bir diğer problem alanında “ **Okul İle İlgili Problemler** ”in yer aldığı görülmektedir (% 81,5). Bu sebeple de öğretmenlere yönelik “Ergenlik Dönemi,

İletişim ve İletişim Engelleri, Ergeni Anlamak ve İletişim ”seminerleri yapılmıştır. Yapılan seminer çalışmaları sonucunda öğrencilerin sontest “*Okul İle İlgili Problemler*”le ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%31,9).

5. Bir diğer problem alanında “ *Sağlıkla İlgili Problemler* ”in yer aldığı görülmektedir (% 72,6). Bu sebeple de öğrencilere “ Ergenlik Döneminde Büyüme ve Gelişme ” semineri yapılmıştır. Yapılan seminer çalışmaları sonucunda öğrencilerin sontest “*Sağlıkla İlgili Problemler*”le ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%18,5).

6. Bir diğer problem alanında “ *Karşı Cinsle İlgili Problemler* ”in yer aldığı görülmektedir (% 58,5). Bu sebeple de öğrencilere grupla psikolojik danışma oturumlarında “ Kendini Tanıma, Kendine Değer Verme ve Duygularını Tanıma ” grup oturumları yapılmıştır. Yapılan grupla psikolojik danışma çalışması sonucunda öğrencilerin sontest “*Karşı Cinsle İlgili Problemler*”le ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%20,4).

7. Son olarak “ *Arkadaşlarla ilgili problemler* ” in işaretlendiği görülmektedir (% 40,7). Bu sebeple de öğrencilere grupla psikolojik danışma oturumlarında “ Öfke, Duygularını Tanıma, Kendini Tanıma ve Kendine Değer Verme ” grup oturumları yapılmıştır. Yapılan grupla psikolojik danışma çalışması sonucunda öğrencilerin sontest “*Arkadaşlarla İlgili Problemler*”le ilgili olarak işaretledikleri problem alanlarının sontest lehine anlamlı olduğu bulunmuştur (%7,41).

Öğrencilere uygulanan Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Mutluluk* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmasının yani grup rehberliğinin öğrencilerin benlik saygılarını, benlik algılarını yükselttiğini göstermektedir.



Öğrencilere uygulanan Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Kaygı* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmasının yani grup rehberliğinin öğrencilerin benlik saygılarını, benlik algılarını yükselttiğini göstermektedir.

Ancak Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Kaygı* alt boyutunda diğer alt boyutlarda olduğu gibi son test lehine yükselme değil son test lehine kaygının azaldığı görülmektedir. Bu da öğrencilere uygulanan grup rehberliğinin ergenlerin kaygı seviyesini düşürdüğünü göstermesi açısından anlamlıdır.

Öğrencilere uygulanan Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Popülerite, Sosyal Beğeni yada Gözde Olma* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmasının yani grup rehberliğinin, öğrencilerin kendine değer verdiğini göstermesi açısından anlamlıdır.

Öğrencilere uygulanan Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Davranış ve Uyma - Konformite* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmasının yani grup rehberliğinin öğrencilerin toplum içinde olumlu davranışlarının yükselttiğini göstermesi açısından anlamlıdır.

Öğrencilere uygulanan Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Fiziksel Görünüm* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmasının yani grup rehberliğinin öğrencilerin benlik algılarını yükseltmesi, kendine değer vermesi açısından anlamlıdır.

Öğrencilere uygulanan Piers Harris Çocuklarda Öz Kavram Ölçeği *Zihinsel ve Okul Durumu* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .01$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan grupla psikolojik danışma ve seminer çalışmasının yani grup rehberliğinin öğrencilerin benlik algılarını yükseltmesi, kendine değer vermesi ve var olan yetileri daha performanslı şekilde kullanması açısından anlamlıdır.

Öğrencilere uygulanan Problem Tarama Envanteri sonucunda öğrenciler tarafından problem alanı olarak işaretlenen “ Aile ile İlgili Problemler ”den yola çıkılarak Anne Baba Tutum Ölçeği seminerler öncesinde ve sonrasında uygulandı.

Öğrencilere uygulanan Anne baba Tutum Ölçeği (PARI)’nin *Aşırı Koruyucu ve Müdahaleci Tutum* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .05$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan seminer çalışmalarının Anne Babaların öğrencilere olan davranışlarında olumlu değişiklik meydana getirdiğini göstermektedir.

Öğrencilere uygulanan Anne baba Tutum Ölçeği (PARI)’nin *Demokratik Tutum* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda sontest lehine  $p < .05$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan seminer çalışmalarının Anne Babaların öğrencilere olan davranışlarında olumlu değişiklik meydana getirdiğini göstermekte ve demokratik tutumu uygulamaya başladıklarını göstermesi açısından anlamlıdır.

Öğrencilere uygulanan Anne baba Tutum Ölçeği (PARI)’nin *Tutarsız Anne Baba Tutum* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonucun iki sebebi olabilir. Birincisi, yapılan seminer çalışmasının bu alt boyut için Anne Babaların davranışlarında olumlu

değişiklik meydana getiremediğini göstermektedir. İkincisi ise, anne babaların bu tutumlarından bilinçli ya da bilinçsiz olarak henüz ayrılmak istememesi olabilir.

Öğrencilere uygulanan Anne baba Tutum Ölçeği (PARI)'nin *Reddedici Anne Baba Tutum* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonucun iki sebebi olabilir. Birincisi, yapılan seminer çalışmasının bu alt boyut için Anne Babaların davranışlarında olumlu değişiklik meydana getiremediğini göstermektedir. İkincisi ise, anne babaların bu tutumlarından bilinçli ya da bilinçsiz olarak henüz ayrılmak istememesi olabilir.

Öğrencilere uygulanan Anne baba Tutum Ölçeği (PARI)'nin *Baskıcı ve Otoriter Tutum* alt boyutu sonuçlarına puanlar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için uygulanan non parametrik wilcoxon işaret testi ile baktığımızda son test lehine  $p < .05$  düzeyinde anlamlı olduğu bulunmuştur. Bu sonuç yapılan seminer çalışmalarının Anne Babaların öğrencilere olan davranışlarında olumlu değişiklik meydana getirdiğini göstermektedir.

Birlik ilköğretim okulunun bulunduğu çevre şartları ve sosyo ekonomik düzey ve diğer etkenler bu araştırmada kullanılmamıştır. Ancak bu sonuçlara bakıldığında anne babalara verilen seminerlerin istediği hedefe ulaştığını görmek mümkün.

Ulaşılabilen kaynaklardan gözlemlendiği kadarı ile bu uygulama, anne baba ve öğretmenlere yönelik çalışmaların birlikte yapıldığı ilk grup çalışması olmaktadır.

## VI. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde bu araştırma sonucunda varılan yargılar ve bunlara bağlı olarak öneriler sunulmuştur.

### Sonuçlar

1. Araştırmacının geliştirdiği “program”, bir grupla psikolojik danışma çalışması olarak uygulandığından gruptaki bireylerin özgüvenlerini geliştirmekte ve benlik saygılarını artırmaktadır.
2. Araştırmacının geliştirdiği “program”, meslek seçimi ve önemi seminer çalışması olarak uygulandığında ergenlerin amaçlarını belirlemesini sağladığını, gelecek kaygısını azaltıcı etkisinin olduğunu göstermektedir.
3. Araştırmacının geliştirdiği “program”, ergenlik dönemi özellikleri ve büyüme seminer çalışması olarak uygulandığında ergenlerin yaşadıkları gelişim özelliklerini ve problemlerini tanımlarını ve kendileriyle barışık olmalarını sağlamaktadır.
4. Araştırmacının geliştirdiği “program”, ergenlik dönemi ve özellikleri seminer çalışması olarak anne babalara uygulandığında bu döneme has özelliklerin her bireyde aynı sırayla yaşanmasa da yaşanabileceğini ve ergeni olduğu gibi kabullenmenin gerektiğini göstermektedir.
5. Araştırmacının geliştirdiği “program”, anne baba tutumu ve iletişim seminer çalışması olarak anne babalara uygulandığında ergenler aileleri tarafından demokratik tutumla yetiştirilecek ve olumlu iletişim kurulacak.

6. Araştırmacının geliştirdiği “program”, iletişim ve iletişim engelleri seminer çalışması olarak anne babalara ve öğretmenlere uygulandığında ergenlerle kurulacak doğru iletişim yollarını gösterecek ve çatışmaları aza indirgeyecektir. Ergenle kurulacak ilişkide karşılıklı kabulün gerçekleştiği ve sorumluluğun paylaşıldığı kaybeden yok yönteminin uygulanmasını sağlayacaktır.

7. Araştırmacının geliştirdiği “program”, ergeni anlamak ve iletişim seminer çalışması olarak anne babalara ve öğretmenlere uygulandığında ergenlik dönemindeki genci anlamayı kolaylaştırmayı sağlayacaktır. Ergeni daha iyi anlamaya başladığımızda yaptıkları davranışları daha önce farklı zaman ve şartlarda yaşadığımızı düşünmemizi ve o dönemdeki duygularımızı tekrardan yaşamamızı ve ergenle empati kurmamızı sağlayacaktır.

### Öneriler

1. Bilindiği gibi yapılan grupla psikolojik danışma çalışması belli bir program çerçevesinde uygulanmıştır. Doğal olarak bu bulgular, araştırmacı tarafından geliştirilen bu “ program ” öğrencilerin benlik saygısını geliştirme, anne babaların tutumlarını geliştirme ve öğrencilerin kendilerinden ailelerinden ve öğretmenlerinden kaynaklanan problemleri azaltıcı etkisinin olabileceği görüşünü destekler yöndedir. Fakat ilk defa uygulanan böyle bir programın başka gruplarda başka uzmanlarca denenmesi ve benzer sonuçların gözlenmesi programın güvenilirliğini artıracaktır.

2. Grup çalışmasına katılan, anlamlı bir gelişme gözlenen bireylerin takip çalışması yoluyla izlenmesi ve programın etki süresinin incelenmesi, kalıcılık düzeyi hakkında da fikir verecektir.

3. Kız ve erkeklerin buluş çağına girme yaşları göz önünde bulundurularak, İlköğretim okullarında 5. sınıf itibarıyla ergenlik dönemi ve özellikleri konusunda bilgilendirme çalışmaları yapılması öğrencilerin yaşadıkları değişimin normal olduğunu

anlamalarını sağlayacak ve böylece kaygılarını azaltması konusunda fayda sağlayacaktır.

4. Yine bu dönemdeki değişimle ilgili öğretmen ve ebeveynlerin bilgilendirilmesi ergenleri anlamalarını ve kabul etmelerini sağlayacağı için yaşanan gerginlikleri azalacaktır.

5. “ İletişim ve iletişim engelleri, anne baba tutumu ve ergeni anlamak ” konulu seminer çalışmaları ilköğretim okullarında rehber öğretmenler veya sınıf rehber öğretmenleri tarafından velilere ve öğretmenlere aktarıldığında çocuklarla olumlu ilişki kurmalarını sağlaması açısından önem taşımaktadır.

6. Öğrencilerin yoğun olarak yaşadıkları gelecek kaygısını azaltmak ve geleceğe daha olumlu bakmalarını sağlamak amacıyla “ meslek seçimi ve önemi ” ile ilgili seminer veya grup çalışmalarının öğrencilerinin kaygı seviyelerini azaltacağı için önem taşımaktadır.

7. Araştırmacı tarafından geliştirilen bu program, ilköğretim okullarında rehber öğretmenler tarafından bir plan dahilinde uygulandığında öğrencilerin davranışlarında olumlu yönde değişme meydana getirecektir.

## KAYNAKÇA

1. Aile Araştırma Vakfı : “ *Türk Ailesinde Adölesanların Sorunları Ve Bunlara İlişkin Politikalar* ” . Temel Araştırma. Aile Araştırma Vakfı Yayınları, 1996.
2. Alıcıgüzel, İ. : “ *Ana Baba Çocuk İlişkileri* ”. Yaşadıkça Eğitim Dergisi . İstanbul : 1988.
3. Altınay, D. : “ *Psikodramada Grup Psikoterapisi 300 Isınma Oyunu* ”. İstanbul : Sistem Yayıncılık, 1998.
4. Ankay, A. : “ *Başarısız Öğrencilerin Sorunları* ”. Çağdaş Eğitim Dergisi. Sayı: 158, 1990.
5. Arıcak, O. T. : “ *Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi* ” Yayınlamamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, 1995.
6. Aslan, E. : “ *Benlik Kavramı ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri* ”. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Dergisi, Sayı: 4, 1992.
7. Ataç, F. : “ *İnsan Yaşamında Psikolojik Gelişim* ”. İstanbul : Beta Basım Yayın Dağıtım A.Ş., 1991.
8. Aydın, B. : “ *Aile Yapısı ve Aile İçi İlişkilerin Liseli Ergenlerin Kendini Kabul Seviyelerine Etkisi* ”. İstanbul : Yayınlanmamış araştırma, 1991.
9. \_\_\_\_\_ : “ *Çocuk ve Ergenlik Psikolojisi* ”. İstanbul : Marmara Üniversitesi Vakfı Yayınları, No:1, 1997.



10. Aydın, B., F. Öztütüncü : “ *Examination Of Adolescents . Negative Thoughts, Depressive Mood, and Family Enviroment* ”. İstanbul: Adolescence, 2001.
11. Bal, P. N. : “ *Ergenlik Döneminde Mesleki Karar Verme Olgunluğunun İncelenmesi Ve “Mesleki Karar Verme Eğitimi Programı”Nın Etkisinin Araştırılması* ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 2001.
12. Bilgin, Ş. : “ *Ergenlerde Kaygı ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki* ”, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2001.
13. Burnett, P. C. : “ *Öğretmenlerin Övgülerinin Öğrencilerin Benlik Saygısı (Self-Talk) Ve Benlik Algılarına Etkileri (The Impact Of Teachers' Praise On Students' Self-Talk And Self-Concepts)* ”. Eric Dokuments, No: ED431768, 1999.
14. Büyükkaragöz, S. “ *Okula Uyumsuzlukta ve Başarısızlıkta Ailenin Rolü* ”. Eğitim ve Bilim. Sayı : 78, 1990.
15. Cüceloğlu, D. : “ *İnsan ve Davranışı* ”. İstanbul : Remzi Kitabevi, 1991.
16. \_\_\_\_\_ : “ *İçimizdeki Çocuk* ”. İstanbul : Remzi Kitabevi, 1994.
17. \_\_\_\_\_ : “ *İletişim Donanımları* ”. İstanbul : Remzi Kitabevi: 2002.
18. Çileli, M. : “ *Ergenlikte Ahlak Gelişimi* ”, Edi. : B. Onur Ergenlik Psikolojisi. Ankara : Hacettepe Taş Kitapçılık Ltd.

19. Dante, C. , Sheree L. T. ( Çev.Yard. Doç. Dr. Sibel Kazak Berument) : “ **Çocuk Ve Gençlerde Depresyonun Gelişimi** ”. Türk Psikoloji Bülteni 4(10) 105-112.
20. Dardağan, M. “ **İlköğretim Dönemi Çocuklarının Sosyal ve Akademik Becerilerini Geliştirmede Yardımcı Ebeveyn Eğitimi** ”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2000.
21. Dökmen, Ü. : “ **İletişim Çatışmaları ve Empati** ”. İstanbul : Sistem Yayıncılık, 2001.
22. Ekşi, A. : “ **Gençlerimiz ve Sorunları** ”. İstanbul : İstanbul Üniversitesi Yayınları, 1982.
23. \_\_\_\_\_ : “ **Gençlik Döneminde Uyum ve Davranış Sorunları** ”, Aile Yazıları. Der: B. Dikeçligil ve A. Çiğdem. Ankara : Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları, 1990.
24. Elkind, D. ( Çev. : M. Çileli). “ **Ergenlikte Ben Merkezilik** ” Ergenlik Psikolojisi ( Ed. B. Onur ). Ankara : Hacettepe Taş Kitapçılık, 1987.
25. Eripek, S. : “ **Kuramsal Açıdan Çocuklardaki Problem Davranışların Nedenleri ve Bir Sınıflandırma** ”. Ankara : Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 1982.
26. Eryüksel, N. G. : “ **Ana-Baba Ve Ergen İlişkilerinin Davranışsal Aile Sistemleri Modeline Göre Değerlendirilmesi** ” Türk Psikoloji Dergisi, sayı:38, 1996.
27. Gander, M.J ve Gardiner H.W.: “ **Çocuk ve Ergen Gelişimi** ” (Çev: B. Onur). Ankara: İmge Kitabevi, 1993.

28. Gençtan, E. : “ **Psikodinamik Psikiyatri ve Normal Dışı Davranışlar** ”. İstanbul : 1993.
29. Giancola, S.P. : “**Büyüme Çağındaki Gençlerde Davranış Problemleri (Adolescent Behavior Problems)** ”. Associate Director and Senior Associate for Evaluation, Delaware Education Research & Development Center, 2000.
30. Gordon, Thomas. “ **Etkili Öğretmenlik Eğitimi** ”. Çev. Emel Aksay, Birsen Öskan. İstanbul : Yapa Yayınları, 1993.
31. \_\_\_\_\_ : “ **Etkili Ana Baba Eğitimi** ”. Çev. Emel Aksay, Ed. : Birsen Öskan. İstanbul: Sistem Yayıncılık, 2001.
32. Gökçe, B. : “ **Ortaöğretim Gençliğinin Beklenti ve Sorunları** ”. Ankara : Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayınları, 1984.
33. Gülser, O. Ö: “ **Ergenlerin, Aile İçi Psikolojik Örüntülere Göre Sürekli Öfke Ve Öfke İfade Tarzlarının İncelenmesi** ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 2001.
34. Gür, A. : “ **Ergenlerde Depresyon Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki** ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara : Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 1996.
35. Güven, M. : “ **Yatılı İlköğretim Bölge Okulunda Ve Ailesi Yanında Kalan Öğrencilerin Benlik Kavramı Düzeyleri** ” Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara : Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 1996.

36. İçmeli, C. : “ **Gençlik Çağı Sorunları ve Hastalıkları** ”. Fırat Üniversitesi Dergisi, 1991.
37. İş ve İşçi Bulma Kurumu. Meslek Danışma Merkezi Yayınları. Ankara : 1999.
38. Karaca, N. : “ **Duygusal İstismara Uğramış Ergenlerin Bazı Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi** ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 2000.
39. Karakuş, N. : “ **Üstün Yetenekli Olan ve Olmayan Ergenlerin Algıladıkları Anne Baba Tutumları İle Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi** ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, 2000.
40. Karasar, N. : “ **Araştırmalarda Rapor Hazırlama** ”. Ankara : Nobel Yayın Dağıtım, 1998.
41. \_\_\_\_\_ : “ **Bilimsel Araştırma Yöntemi** ”. Ankara : Nobel Yayın Dağıtım, 1998.
42. Kılıçlı, Y. : “ **Ergenlikte Kişiliğin Gelişimi ve Uyumunu** ”. Ankara : Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Dergisi. Sayı: 3, 1980.
43. Kobal-Palcic, D., Musek, J. : “ **Orta Ve Batı Avrupa Genç Gruplarının Benlik Algısı Ve Akademik Başarısı** ”. Eric Dokuments, No: ED427841, 1998.
44. Koptagel, G.İ. : “ **Ruhsal Etkileşim Açısından Çocuk ve Aile** ”. Aile ve Çocuk, Sayı : 1, 1981.

45. \_\_\_\_\_ : “ **Çocukta Cinsel Gelişim ve Eğitim** ”, İstanbul : Aile ve Çocuk seminer konferansları, 1984.
46. Köknel, Ö. : “ **Gencin Toplumsallaşması** ”. İstanbul : Aile ve Çocuk Dergisi, Sayı : 1, 1981.
47. Kulaksızoğlu, A. : “ **Ergen Aile Çatışmaları ile Annenin Tutumları Arasındaki İlişki ve Ergenin Problemleri** ”, Basılmamış Doktora Tezi. İstanbul : İstanbul Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, 1985.
48. \_\_\_\_\_ : “ **Ergenlik Psikolojisi** ”. İstanbul : Remzi Kitabevi, 1998.
49. Kuzgun, Y. : “ **Meslek Danışmanlığı** ”. Ankara : Nobel Kitabevi, 2000.
50. Massey, C. J. : “ **Aile İlişkileri Ve Gencin Benlik Algısı (Family Relationships And Adolescent Self-Concept)** ”. Eric Dokuments, No: ED435434, 1999.
51. Milli Eğitim Bakanlığı. “ **Ergenlikte Gelişme ve Büyüme Projesi Öğrenci El Kitabı** ”. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, 2000. [www.erdep.com.tr](http://www.erdep.com.tr).
52. Motavallı Mukaddes, N. “ **Ergenlik Çağında Ruhsal Gelişim Özellikleri** ” . Edt. : Özgür Polvan. Ankara : Nobel Tıp Kitabevi, 2000.
53. Neyzi, O. ve Günöz, H. : “ **Büyüme ve Gelişme Bozuklukları** ”, Pediatri 1 (Ed. O. Neyzi, T. Ertuğrul ), İstanbul: Nobel Tıp Kitabevi, 1989.
54. Okman, C. S. : “ **Ergenlik Dönemindeki Öfke İfade Tarzlarının Kendilik İfade Tarzları Bağlamında İncelenmesi** ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü,

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı 1999.

55. Orvin, G. “ *Ergenlik Çağındaki Çocuğunuzu Anlama* ”. Çev. Ayşe Güran. Ankara : 1997.
56. Öner, N. ve Le Compte : “ *A. Süreksiz (Durumluk). Sürekli Kaygı Envanteri, El kitabı* ”. İstanbul : Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 1983.
57. Öner, N. : “ *Pierse Harris’ in Çocuklarda Öz Kavramı Ölçeği El Kitabı* ”. Ankara : Türk Psikologlar Derneği, 1996.
58. Örgün, S. : “ *Ana Baba Tutumları İle 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlık Arasındaki İlişki*”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, 2000.
59. Özcan, S. : “ *Felaketlerden Etkilenen Ergenlerin Psikolojik Sağaltımına İlişkin Bir Grup Rehberlik Programı* ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 2000.
60. Özdoğan, B. : “ *Orta Çocukluk ( 6 –12 yaşlar ) Döneminde Cinsel Gelişim* ”. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi.
61. Özer, A. K. : “ *Duygusal Gerilimle Başedebilme Ben Değeri Tiryakiliği*”. İstanbul : Varlık Yayınları, 1995.
62. \_\_\_\_\_ : “ *İletişimsizlik Becerileri* ”. İstanbul : Sistem Yayıncılık, 2000.
63. Öztürk, O. : “ *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları* ”. İstanbul : Evrim Yayınları, 1990.

64. Saka, N. : “ *Somatik Gelişme, Gelişim Nörolojisi* ” (Edt. S. Apak ).  
İstanbul : İstanbul Üniversitesi, Çocuk Sağlığı Enstitüsü, 1984.
65. Şahin, F. S. : “ *Okul Başarısızlığı Olan İlköğretim Çağı Çocukların Kişisel Düşünme Modelleri İle Bilişsel Süreçleri Arasındaki İlişki* ”.  
Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi,  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim  
Dalı, 2000.
66. Şahin, D.; Şahin, G. ; Berkem G. : “ *Ergenlerde Aile Algısı Ve Benlik Algısı* ” Türk Psikoloji Dergisi, sayı:38, 1996.
67. Şemin, R.: “ *Çocuk ve Gençlik Psikolojisi* ”. İstanbul : İstanbul  
Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1971.
68. \_\_\_\_\_ : “ *Gençlik Psikolojisi* ”. İstanbul : İstanbul Üniversitesi,  
Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1984.
69. Tan, H. : “ *Ergenlerin Anne Babaları İle Olan En Önemli Problem Alanları – I* ”, X. Milli Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel  
Çalışmaları, ayrı baskı. Ankara : Hacettepe Üniversitesi, 1974.
70. Torucu, B.K. : “ *13 – 14 Yaşlarındaki Gençlerin Sosyo Ekonomik Düzeyi ve Ana Baba Tutumlarındaki Farklılıkların Belirlenip Benlik Saygısına Etkisinin Araştırılması* ”. Çocuk ve Ergen Psikiyatri Günleri, İzmir : Saray  
Tıp Kitabevi, 1992.
71. Tuzcuoğlu, S. : “ *Anne Babaların Davranışları ve Çocukla Sağlıklı İletişim* ” Anne Baba ve Çocuk Rehberi. İstanbul : Beyaz Gemi yayınları,  
1998.
72. Varış, F. : “ *Ergenin Gelişimi* ”. İstanbul : Özgü Yayınevi, 1963.



73. \_\_\_\_\_ : “ *Ergenin Gelişiminde Etki Yapan Kültürel Faktörler* ”. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Yayınları, 1968.
74. \_\_\_\_\_ : “ *Gençlik Döneminin Psiko Sosyal Sorunları* ”. Düzenleyen : H. Günöz, R. Bundak. Okul Çocuğu ve Adolsean Döneminde Sağlık 7. Pediatri Günleri Raporları. İstanbul : İstanbul Üniversitesi, Çocuk Sağlığı Enstitüsü ve İstanbul Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, 1986.
75. Verkuyten, M. : “ *Öz Saygı, Benlik Algısının Durağanlığı Ve Hollanda'daki Azınlık Ve Çoğunluk Gençleri Arasındaki Irksal Kimliğin Safhaları (Self-Esteem, Self-Concept Stability, And Aspects Of Ethnic Identity Among Minority And Majority Youth In The Netherlands)* ”. Eric Dokuments, EJ509352, 1995
76. Yağcı, L. “ *Düşük Benlik Saygısı Gösteren Border Zeka Düzeyindeki Cerebral Palsy'li Ergen Ve Erken Erişkinlerle Yapılan Grupla Psikolojik Danışmanın Benlik Saygısı Ve Anksiyete Düzeyine Etkisi* ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı, 2000.
77. Yanbastı, G. : “ *Kişilik Kuramları* ”. İzmir: Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1990.
78. Yavuz, H. : “ *Ergenlik Çağında Gelişmeyi Etkileyen Güçler* ”. İstanbul : Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, 1986.
79. Yavuzer, H. : “ *6 – 12 Yaş Çocuklarının Psiko Sosyal Gelişmesi* ” İstanbul: Pedagoji Dergisi, sayı : 1, 1980.
80. \_\_\_\_\_ : “ *Psiko – Sosyal Açıdan Çocuk Suçluluğu* ”. İstanbul :

İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Yayınları, 1981.

81. \_\_\_\_\_ : “ *Çocuk Psikolojisi* ”. İstanbul : Remzi Kitabevi, 1993.
82. \_\_\_\_\_ : “ *Ana Baba ve Çocuk* ”. İstanbul : Remzi Kitabevi, 1991.
83. Yeşilyaprak, B. : “ *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri* ”. Ankara : Nobel Yayıncılık, 2000.
84. Yeung, A. S., McInerney, D. M., Russel-Bowie, D. : “ *Alan Önemi Ve İçeriği: Ön Gençlikte Alan Benlik Algısı Ve Genel Öz Saygısı Arasındaki İlişki (Domain Importance And Involvement: Relations Between Domain Self-Concepts And General Self-Esteem In Preadolescence)* ”. Eric Dokuments, ED429098 , 1999.
85. Yıldız, N. : “ *Çocukların Okul Başarısında Aile Ve Çevresel Faktörlerin Rolü. Orta İkinci Sınıf Öğrencileri İle İlgili Araştırma* ”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çalışma Ekonomisi Bilim Dalı, 1999.
86. Yörükoğlu, A. : “ *Eğitimde Başarı ve Ruh Sağlığı* ”, Aile Çocuk Konferansları ve Panelleri (Ed. H. Yavuzer). İstanbul : Ak Yayınları, 1986.
87. \_\_\_\_\_ : “ *Gençlik Çağı . Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar* ”. İstanbul : Özgür Yayın Dağıtım, 1990.
88. \_\_\_\_\_ : “ *Çocuk Ruh Sağlığı* ”. İstanbul : Özgür Yayın Dağıtım, 1996
89. Yücedağ, Ş. : “ *Ergenlik Dönemi Problemleri ile Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişki* ”, Basılmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul : Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, 1994.

## EKLER

### EK : 1

| GRUP KURALLARI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"><li>1. Gruba devam esastır.</li><li>2. Art arda iki oturum ya da farklı zamanlarda üç oturum gruba devam etmeyen öğrenci gruptan ayrılmış demektir.</li><li>3. Gruptaki uygulamalara katılmak şarttır.</li><li>4. Gruba katılan herkes birbirini koşulsuz kabul eder ve saygı gösterir.</li><li>5. Grupta güven esastır.</li><li>6. Grupta konuşulan grupta kalır ve grup dışında grupla ilgili bir yaşantıyı ya da olayı paylaşamazlar.</li><li>7. Grupta şimdi ve burada ilkesi önemlidir. Bireyin geçmiş yaşantısı, duyguları yada dışardaki yaşantılarından ziyade şu anda olan biten önemlidir.</li></ol> |

**EK : 5****SÜREKLİ ÖFKE - ÖFKE TARZ ÖLÇEĞİ****I BÖLÜM**

**YÖNERGE :** Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi, ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanına X işareti koyarak belirtin. doğru ya da yanlış cevap yoktur. herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman harcamaksızın genel olarak nasıl hissettiğiniz gösteren cevabı işaretleyin.

|                                                                     | Hemen<br>hiçbir<br>zaman | Bazen | Çok<br>zaman | Hemen<br>her<br>zaman |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------|--------------|-----------------------|
| 1. Çabuk parlarım :                                                 |                          |       |              |                       |
| 2. Kızgın mizaçlıyım :                                              |                          |       |              |                       |
| 3. Öfkesi burnunda bir insanım :                                    |                          |       |              |                       |
| 4. Başkalarının hataları yaptığım işi yavaşlatınca kızarım :        |                          |       |              |                       |
| 5. Yaptığım iyi birşeyden sonra, takdir edilmemek canımı sıkır :    |                          |       |              |                       |
| 6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim :                              |                          |       |              |                       |
| 7. Öfkelendiğimde, ağzıma geleni söylerim :                         |                          |       |              |                       |
| 8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir :       |                          |       |              |                       |
| 9. Engellendiğimde, içimden birilerine vurmak gelir :               |                          |       |              |                       |
| 10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim : |                          |       |              |                       |

## II. BÖLÜM

**YÖNERGE :** Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Ancak, kişilerin öfke duygularıyla ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin öfke veya kızgınlık tepkilerini tanımlamada kullandıkları ifadeler göreceksiniz. Herbir ifadeyi okuyun ve öfke veya kızgınlık duyduğunuzda genelde ne sıklıkla ifade de tanımlanan şekilde davrandığınızı veya tepki gösterdiğinizi parantezlerden uygun olanına X işareti koyarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman harcamayın.

| ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA                                   | Hemen<br>hiçbir<br>zaman | Bazen | Çok<br>zaman | Hemen<br>her<br>zaman |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------|--------------|-----------------------|
| 11. Öfkemi kontrol ederim :                                      |                          |       |              |                       |
| 12. Kızgınlığımı gösteririm :                                    |                          |       |              |                       |
| 13. Öfkemi içime atarım :                                        |                          |       |              |                       |
| 14. Başkalarına karşı sabırlıyım :                               |                          |       |              |                       |
| 15. Somurtur ya da surat asarım :                                |                          |       |              |                       |
| 16. İnsanlardan uzak dururum :                                   |                          |       |              |                       |
| 17. Başkalarına iğneli sözler söylerim :                         |                          |       |              |                       |
| 18. Soğukkanlılığımı korurum :                                   |                          |       |              |                       |
| 19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım :                       |                          |       |              |                       |
| 20. İçin için köpürürüm ama göstermem :                          |                          |       |              |                       |
| 21. Davranışlarımı kontrol ederim :                              |                          |       |              |                       |
| 22. Başkaları ile tartışırım :                                   |                          |       |              |                       |
| 23. İçimde kimseye söyleyemediğim kinler beslerim :              |                          |       |              |                       |
| 24. Beni çileden çıkaran herneyse saldırırım :                   |                          |       |              |                       |
| 25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim :           |                          |       |              |                       |
| 26. Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm :              |                          |       |              |                       |
| 27. Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir :                         |                          |       |              |                       |
| 28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim :               |                          |       |              |                       |
| 29. Kötü şeyler söylerim :                                       |                          |       |              |                       |
| 30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım :                    |                          |       |              |                       |
| 31. İçimden, insanların farkettiğinden daha fazla sinirlenirim : |                          |       |              |                       |
| 32. Sinirlerime hakim olamam :                                   |                          |       |              |                       |
| 33. Beni sinirlendirene, ne hissettiğimi söylerim :              |                          |       |              |                       |
| 34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim :                       |                          |       |              |                       |

## PROBLEM TARAMA ENVANTERİ

ADI SOYADI : ..... Sınıfı : ..... Uygulama Tarihi : .... / .... / .....

AÇIKLAMA: Sevgili öğrenciler, bu anketin amacı sizlerin problem alanlarını tespit ederek bu problemlerin iyileştirilerek sizlerin mutlu olmanızı sağlamaktır. Maddelerden sizin için uygun olanının yanına X işareti koymanız ve sizin için geçerli olmayan soruların yanına hiç bir şey yazmamanız gerekmektedir.

| SAĞLIK PROBLEMİ                                 | OKUL PROBLEMLERİ                                                           |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Gözlerimden rahatsızım.                         | Okulumuz temiz değil                                                       |
| Kulaklarımdan rahatsızım.                       | Okulumuz çok gürültülü.                                                    |
| Boğazım ağrıyor, bademciklerim var.             | Okulumuz iyi ısıtmıyor.                                                    |
| Sık sık grip ve nezle oluyorum.                 | Sınıfımız çok kalabalık, sıkışık oturuyoruz.                               |
| Sık sık başım ağrıyor.                          | Yeteri kadar ders aracımız yok.                                            |
| Göğsüm ağrıyor.                                 | Atölye, laboratuvar, spor salonu ve kitaplığımız yok.                      |
| Midem ağrıyor ve bulanıyor.                     | Okulda eşyalarımız çalınıyor.                                              |
| Karnım ağrıyor.                                 | Okulda disiplin zayıf.                                                     |
| Böbreklerim sancılanıyor ve belim ağrıyor.      | Okulda disiplin fazla.                                                     |
| Fıtık'ım var.                                   | Okulda giyimimize fazla karışırlar.                                        |
| Kalbim çarpıyor.                                | Saçlarımız kısa kestiriliyor.                                              |
| Başım dönüyor, baygınlık geçiriyorum, halsizim. | Okulda verilen cezalardan korkuyorum.                                      |
| Dişlerimden rahatsızım.                         | Türkçeyi başaramıyorum.                                                    |
| Romatizmam var.                                 | Matematığı başaramıyorum.                                                  |
| Çok terliyorum.                                 | Yabancı dili başaramıyorum.                                                |
| İştahsızım.                                     | Sosyal bilgileri başaramıyorum.                                            |
| Çok zayıfım.                                    | Fen bilgisini başaramıyorum.                                               |
| Çok şişmanım.                                   | Dersler ağır geliyor.                                                      |
| Saçlarım dökülüyor.                             | Birgünde birkaç sınava giriyoruz.                                          |
| Yüzümde sivilceler var.                         | Ders kitaplarını anlıyamıyorum.                                            |
| Yüzümde kıllar var.                             | Bazı dersleri sevmiyorum.                                                  |
| Boyum çok uzun.                                 | Bazı dersleri gereksiz buluyorum.                                          |
| Boyum çok kısa.                                 | Defter tutmayı ve ödev yapmayı sevmiyorum.                                 |
| Bacaklarım çarpık.                              | Bazı öğretmenler bizi anlayışla karşılamıyorlar.                           |
| Çok üşüyorum.                                   | Bazı öğretmenler haysiyet kırıcı davranıyorlar.                            |
| İyi beslenemiyorum.                             | Bazı öğretmenler fazla dayak atıyorlar.                                    |
| <b>AİLEVİ PROBLEMLER</b>                        | Öğrenciler arasında ayırım yapıyor.                                        |
| Annem beni sevmiyor.                            | Bazı öğretmenlerin dersle ilgisi olmayan konuşmalarını hoş karşılamıyorum. |
| Babam beni sevmiyor.                            | Bazı öğretmenler haksız not veriyor.                                       |
| Ailemin fazla baskısı beni sıkıyor.             | Bazı öğretmenler yazılıları okumadan not veriyorlar.                       |
| Annemle anlaşamıyorum.                          | Sözlüye kalkınca fazla heyecanlanıyorum.                                   |
| Babamla anlaşamıyorum.                          | Yazılılarda fazla heyecanlanıyorum.                                        |
| Ailemin bana güveni yok.                        | Okulda problemimizle fazla ilgilenilmiyor.                                 |
| Ailemi fazla anlayışsız buluyorum.              | İstediğim eğitsel kola giremiyorum.                                        |

|                                                                     |                                                              |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| Ailem hiçbir konuda fikrimi almıyor.                                | Okul idaresinin mektuplarımızı okumasını istemiyorum.        |
| Ailem davranış ve giyimime karışıyor.                               | Evimiz okula çok uzak.                                       |
| Ailem spor yapmama izin vermiyor.                                   | <b>ARKADAŞ İLİŞKİLERİ İLE İLGİLİ PROBLEMLER</b>              |
| Ailem roman okumama kızıyor.                                        | Herkesle rahat ilişki kuramıyorum.                           |
| Ailem bana harçlık vermiyor.                                        | Ailem başkalarıyla ilişki kurmama izin vermiyor.             |
| Ailem bana iş yaptırıyor.                                           | Okul arkadaşlarımla iyi geçinemiyorum.                       |
| Evde çok küçük olduğum için her işi bana yaptırıyorlar.             | Mahalle arkadaşlarımla iyi geçinemiyorum.                    |
| Evde istediğim huzuru bulamıyorum.                                  | Arkadaşım olmadığına üzülüyorum.                             |
| Ders çalışmama yardım eden yok.                                     | Bazı arkadaşlarımla benimle alay etmelerine üzülüyorum.      |
| Kardeşler arasında ayırım yapıyor.                                  | Bazı arkadaşlarımla kendilerini çok büyük görüyorlar.        |
| Kardeşlerimle geçinemiyorum.                                        | Bazı arkadaşlarımla kötü hareketlerine üzülüyorum.           |
| Kardeşlerim beni sevmiyor.                                          | Bazı arkadaşlarımla ahlakımızı bozuyor.                      |
| Kardeşlerim ders çalışmama engel oluyor.                            | İyi ahlaklı bir arkadaş bulamıyorum.                         |
| Tek çocuk olduğuma üzülüyorum.                                      | Kimseyle samimi olmak istemiyorum.                           |
| Annem beni dövüyor.                                                 | Öğretmenlerimle rahatça konuşamıyorum.                       |
| Babam beni dövüyor.                                                 | <b>KARŞI CİNS İLE İLGİLİ PROBLEMLER</b>                      |
| Annemle babam sık sık kavga ediyorlar.                              | Karşı cisten arkadaşım olmasını istiyorum.                   |
| Babamın içki içmesine üzülüyorum.                                   | Flört anlamında ilişki kurmak istiyorum.                     |
| Annemle babamın ayrı olmasına üzülüyorum.                           | Karşı cins arkadaşla sinemaya gitmeyi çok istiyorum.         |
| Ailemden uzakta olduğum için onları özleyorum.                      | Karşı cinsle çok ilgilendiğimden ders çalışamıyorum.         |
| Annem yok.                                                          | Karşı cinsle ilişki kimseye söyleyemem.                      |
| Babam yok.                                                          | Arkadaşımın karşı cinsle ilişki kurmalarını kıskanıyorum.    |
| Annem üvey.                                                         | Karşı cinsle konuşurken sıkılıyorum.                         |
| Babam üvey.                                                         | Kız-erkek arkadaşlığını çevremiz hoş karşılamıyor.           |
| Kardeşlerim üvey.                                                   | Kız-erkek arkadaşlığını öğretmenlerimiz hoş karşılamıyor.    |
| Akrabalarımın evinde kalıyorum, evdekilerle geçinemiyorum.          | Kız-erkek arkadaşlığını ailemiz hoş karşılamıyor.            |
| Babamın mesleğinden utanıyorum.                                     | Arkadaşlarımla karşı cinsle ilişki kurmalarını doğru bulmam. |
| Evimizin eşyaları iyi olmadığından arkadaşlarımı eve getiremiyorum. | Kız-erkek karışık (karma) okumak istiyorum.                  |
| Evimiz çok dar, ders çalışmak için ayrı odam yok.                   | Karşı cinsle güvensizlik duyuyorum.                          |
| Evimizin elektrikli ve suyu yok.                                    | <b>GELECEK İLE İLGİLİ PROBLEMLER</b>                         |
| Ailem fakir.                                                        | Ailem üst öğrenime devam etmemi istemiyor.                   |
| Maddi sıkıntı yüzünden dışarda çalışıyorum.                         | Ailem arzu ettiğim mesleğe girmemi istemiyor.                |



|                                                   |                                                                         |
|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Ailemiz çok kalabalık.                            | Ailem fakir olduğu için ancak parasız yatılı bir okulda okuyabileceğim. |
| <b>KİŞİSEL PROBLEMLER</b>                         | Ortaokulu bitirince çalışmak zorundayım.                                |
| Çok sinirliyim.                                   | Gelecek için henüz kararlı değilim.                                     |
| Evhamlı ve kaprisliyim.                           | Gelecekte seyahatler yapmak istiyorum.                                  |
| Kendimi yalnız hissediyorum.                      | Okulu bitirince ailem beni evlendirmek istiyor.                         |
| İçine kapanık bir insanım.                        | Memur olmak istiyorum.                                                  |
| Sıkılgan ve utangacıım.                           | Serbest meslek sahibi olmak istiyorum.                                  |
| Alınganım.                                        | Meşhur olmak istiyorum.                                                 |
| Çok çabuk tesir altında kalıyorum.                | Zengin olmak istiyorum.                                                 |
| Konusurken çok heyecanlanıyorum.                  | Siyasetle uğraşmak istiyorum.                                           |
| Konusurken yanlış bir şey söylemekten korkuyorum. | <b>KİŞİSEL PROBLEMLER</b>                                               |
| Sıkıntı ve bunalım içindeyim.                     | Ölümünden çok korkuyorum.                                               |
| Kimseye açılmak istemiyorum.                      | Kimsesiz kalmaktan korkuyorum.                                          |
| Çok hayal kuruyorum.                              | Kanser olmaktan korkuyorum.                                             |
| Yalnız kalmayı istiyorum.                         | Kötü bir insan olmaktan korkuyorum.                                     |
| İnsanları sevmiyorum.                             | Sınıfta kalmaktan korkuyorum.                                           |
| Nefret ettiğim birini öldürmek istiyorum.         | Çok sık giyinmek istiyorum.                                             |
| Uykuda geziyorum.                                 | Fakirlik beni üzüyor.                                                   |
| Uyuyamıyorum.                                     | Zengin arkadaşlar fakirleri küçümstüyor.                                |
| Kız olduğuma üzüldüyorum.                         | İçki içiyorum.                                                          |
| Erkek olduğuma üzüldüyorum.                       | Sigara içiyorum.                                                        |
| Çirkin oluşuma üzüldüyorum.                       | Kekeliyorum.                                                            |
| İftihara geçmediğime üzüldüyorum.                 | Tikim var.                                                              |
| Herkesin beni sevmesini istiyorum.                | Vücudumdaki bir organımın noksanlığından kompleks duyuyorum.            |
| Kimse beni sevmiyor, onun için ölmek istiyorum.   | Sakat oluşuma üzüldüyorum.                                              |
| Rüyalarımın korkuyorum.                           |                                                                         |

|    | ANNE BABA ÇOCUK YETİŞTİRME TUTUM ÖLÇEĞİ<br>(PARI)                                                                                            | Çok uygun<br>buluyorum | Oldukça uygun<br>buluyorum | Biraz uygun<br>buluyorum | Hiç uygun<br>bulmuyorum |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------|--------------------------|-------------------------|
| 1  | Çocuk yorucu ve zor işlerden korunmalıdır                                                                                                    |                        |                            |                          |                         |
| 2  | Anne ve babalar, çocuklarını dertlerini anlatmaya teşvik ederler. Fakat bazen çocukların dertlerinin iç açılmaması gerektiğini anlayamazlar. |                        |                            |                          |                         |
| 3  | Çocuk boşa geçen dakikaların bir daha hiç geri gelmeyeceğini ne kadar çabuk öğrenirse, kendisi o kadar iyi olur.                             |                        |                            |                          |                         |
| 4  | Bir anne çocuğunun düş kırıklığına uğramaması için elinden geleni yapmalıdır.                                                                |                        |                            |                          |                         |
| 5  | Çocuk ne kadar erken yürümeyi öğrenirse o kadar iyi terbiye edilebilir.                                                                      |                        |                            |                          |                         |
| 6  | Çocuk yetiştirmek sinir bozucu yıpratıcı bir iştir.                                                                                          |                        |                            |                          |                         |
| 7  | Çocuğun hayatta öğrenmesi gereken o kadar çok şey var ki zamanını boşa geçirmesi affedilemez.                                                |                        |                            |                          |                         |
| 8  | Babalar biraz daha şefkatli olsalar, anneler çocuklarını daha iyi yönetebilirler.                                                            |                        |                            |                          |                         |
| 9  | Çocuk yetiştirmenin kötü taraflarından biri de, anne ya da babanın istediğini yapabilmesi için yeter derecede özgür olmamasıdır.             |                        |                            |                          |                         |
| 10 | Sıkı kurallarla yetiştirilen çocuklardan en iyi yetişkinler çıkar.                                                                           |                        |                            |                          |                         |
| 11 | Bir anne çocuğunun mutluluğu için kendi mutluluğunu ifade etmesini bilmelidir.                                                               |                        |                            |                          |                         |
| 12 | Daima koşuşturan, harekeli bir çocuk büyük bir olasılıkla mutlu bir kişi olacaktır.                                                          |                        |                            |                          |                         |
| 13 | Büyük çocukların şakalarına güler, onlara eğlendirici öyküler anlatırsa, evdeki düzen daha düzgün daha akıcı olur.                           |                        |                            |                          |                         |
| 14 | Çocuğun en gizli düşüncelerini kesinlikle bilmek, bir annenin görevidir.                                                                     |                        |                            |                          |                         |
| 15 | Anneler babalar çocuklarına, sorgusuz sualsiz kendilerine sadık kalmalarını öğretmelidir.                                                    |                        |                            |                          |                         |
| 16 | Bütün genç anneler, bebek bakımında beceriksiz olacaklarından korkarlar.                                                                     |                        |                            |                          |                         |
| 17 | Eğer bütün gününü, çocuklarla geçirmek zorunda kalırsa hangi anne olursa olsun sonunda çocuklar sinirine dokunur.                            |                        |                            |                          |                         |
| 18 | Anne ve babalar her zaman çocuklarının kendilerine uymasını beklememeli, biraz da kendileri çocuklara uymalıdır.                             |                        |                            |                          |                         |

|    |                                                                                                                             |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 19 | Eğer anneler dileklerinin kabul edileceğini bilselerdi, babaların daha anlayışla olmamalarını dilerlerdi.                   |  |  |  |  |
| 20 | Bir çocuğa ne olursa olsun dövüşmekten kaçınması gerektiği öğretilmelidir.                                                  |  |  |  |  |
| 21 | Çocuklar bencil olduklarından hep bir şeyler istediklerinde annesinin tepesinin annesinin tepesinin atması çok normaldir.   |  |  |  |  |
| 22 | Eğer çocuklar ailedeki kuralları uygun bulmuyorlarsa, bunu anne babalarına söylemeleri hoş karşılanmalıdır.                 |  |  |  |  |
| 23 | Anneler çoğu zaman çocuklarına bir dakika daha dayanamayacakları duygusuna kapılırlar.                                      |  |  |  |  |
| 24 | Çocuğu sıkı terbiye ederseniz sonra size teşekkür eder.                                                                     |  |  |  |  |
| 25 | Küçük bir çocuk, cinsiyet konusundan sakınmalıdır.                                                                          |  |  |  |  |
| 26 | Bir annenin çocuğunun hayatı hakkında her şeyi bilmesi hakkıdır. Çünkü çocuğu onun bir parçasıdır.                          |  |  |  |  |
| 27 | Uyanık bir anne baba çocuğun tüm düşüncelerini öğrenmeye çalışmalıdır.                                                      |  |  |  |  |
| 28 | Çocuklar anne ve babalarının kendileri için neler feda ettiklerini düşünmelidirler.                                         |  |  |  |  |
| 29 | Eğer çocukların dertlerini söylemelerine izin verilirse büsbütün şikayetçi olurlar.                                         |  |  |  |  |
| 30 | Sert terbiye sağlam ve iyi karakter geliştirir.                                                                             |  |  |  |  |
| 31 | Genç bir kadın henüz gençken yapmak istediği pek çok şey olduğu için, anne olunca kendisini tutuklanmış duygusuna kaptırır. |  |  |  |  |
| 32 | Anneler çocukları için hemen hemen bütün eğlencelerini ifade ederler.                                                       |  |  |  |  |
| 33 | Babalar daha az bencil olsalar kendilerine düşen görevi yaparlar.                                                           |  |  |  |  |
| 34 | İyi bir anne çocuğunu ufak tefek güçlüklerden korunmalıdır.                                                                 |  |  |  |  |
| 35 | Bir çocuğa anne ve babasını herkesten üstün görmesi öğretilmelidir.                                                         |  |  |  |  |
| 36 | Çocuk hiçbir zaman ailesinden sır saklamamadır.                                                                             |  |  |  |  |
| 37 | Çocuklardan sık sık ödün vermelerini, anne babaya uymalarını istemek doğru değildir.                                        |  |  |  |  |
| 38 | Çoğu anneler bebeklerine bakarken onu inciteceklerinden korkarlar.                                                          |  |  |  |  |
| 39 | Bir çocuğun başı derde girdiğinde dövüşmek yerine büyüklere baş vurması öğretilmelidir.                                     |  |  |  |  |
| 40 | Anne baba arasındaki bazı konular hafif bir tartışma ile çözülemezler.                                                      |  |  |  |  |

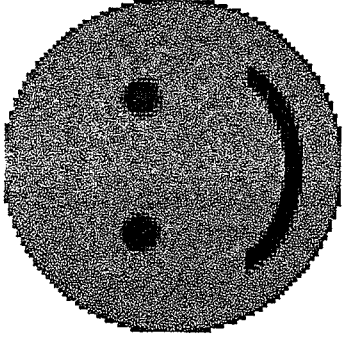
|    |                                                                                                                                          |  |  |  |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 41 | Ev bakımından ve idaresinde en kötü şeylerden biride, kişinin kendisini evinde tutuklanmış gibi hissetmesidir.                           |  |  |  |  |
| 42 | Hiçbir kadından yeni doğmuş bir bebeğe tek başına bakması beklenmemelidir.                                                               |  |  |  |  |
| 43 | Oğlan ve kız çocuklarının birbirini soyunurken görmemesi gerekir.                                                                        |  |  |  |  |
| 44 | Çocukların sorununa eğilirsenez sizi oyalamak için bir çok masal uydururlar.                                                             |  |  |  |  |
| 45 | Eğer anne babalar çocukları ile şakalaşıp beraber eğlenirse, çocuklar onların öğütlerini dinlemeye daha çok yönelirler.                  |  |  |  |  |
| 46 | Anneleri kendileri yüzünden zorluk çektiği için çocuklar, onlara karşı daha anlayışlı olmalıdırlar.                                      |  |  |  |  |
| 47 | Bir çocuk eninde sonunda anne babasınınkinden daha üstün bir akıla sahip olamayacağını öğrenir.                                          |  |  |  |  |
| 48 | Eğer bir anne çocuklarını iyi yetiştirmiyorsa belki de bu babanın evde kendine düşen görevi iyi yapmamasından ileri geliyordur.          |  |  |  |  |
| 49 | Genç bir anne için ilk bebeğin bakımı sırasında yalnız kalmaktan daha kötü bir şey olamaz.                                               |  |  |  |  |
| 50 | Bir çocuğun diğer bir çocuğa vurması; hiçbir şekilde hoşgörülle karışlanamaz.                                                            |  |  |  |  |
| 51 | Anne babalar çocuklarına hayatta ilerleyebilmeleri için hep bir şeyler yapmaları ve boşa zaman geçirmemeleri gerektiğini öğretmelidir.   |  |  |  |  |
| 52 | Akıllı bir kadın yeni bir bebeğin doğumundan önce ve sonra yalnız kalmamak için elinden geleni yapar.                                    |  |  |  |  |
| 53 | Evde olup bitenleri sadece anne bildiği için ev hayatını onun planlaması lazımdır.                                                       |  |  |  |  |
| 54 | Kendi haklarına sahip, olabilmesi için bazen bir kadının kocasını terslemesi gerekir.                                                    |  |  |  |  |
| 55 | Bütün zamanını çocukları ile geçirmek, bir kadına kanadı kopmuş kuş duygusunu verir.                                                     |  |  |  |  |
| 56 | Eğer anne kollarını sıvar, bütün yükü sırtına alırsa tüm aile rahat eder.                                                                |  |  |  |  |
| 57 | Anne babalar çocuklarını kendi kendilerine oluşturdukları güveni sarsabilecek bütün güç işlerden sakınmalıdır.                           |  |  |  |  |
| 58 | Çocuklardan aslında sıkı disiplin içinde mutlu olurlar.                                                                                  |  |  |  |  |
| 59 | Çocuklarının toplantılarıyla, kız erkek arkadaşlıklarıyla ve eğlenceleri ile ilgilenen anne babalar onların iyi yetişmelerini sağlarlar. |  |  |  |  |
| 60 | Anne ve babaya sadakat her şeyden önce gelir.                                                                                            |  |  |  |  |

Benay Dentürk  
1111

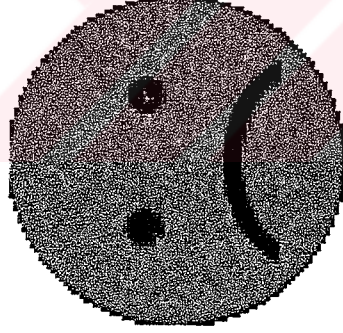




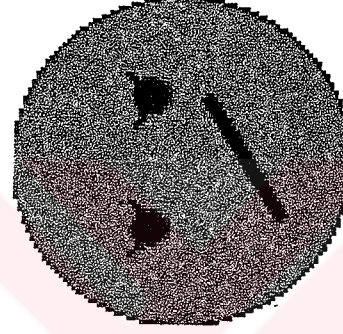
# KENDİNİZİ BUGÜN NASIL HİSSEDİYORSUNUZ?



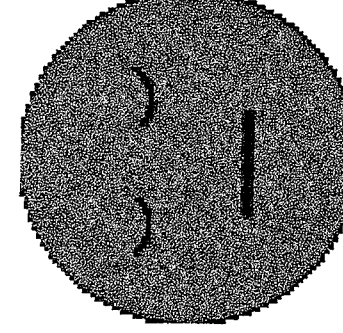
Mutlu



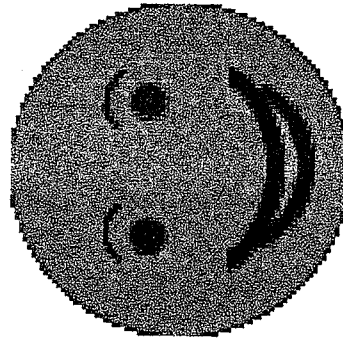
Üzgün



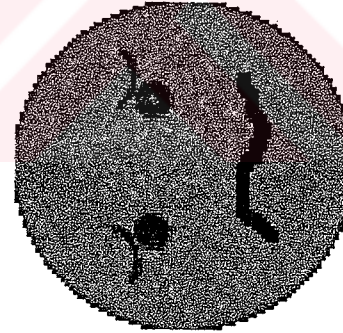
Kızgın



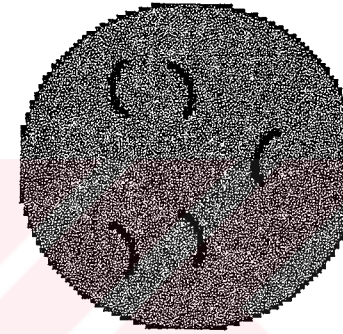
Yalnız



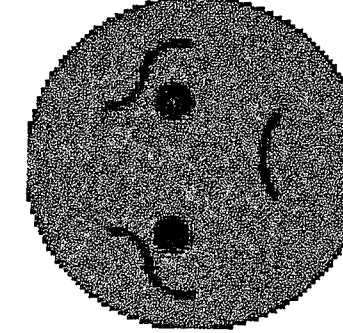
Memnun



Endişeli



Ümitsiz



Kararsız



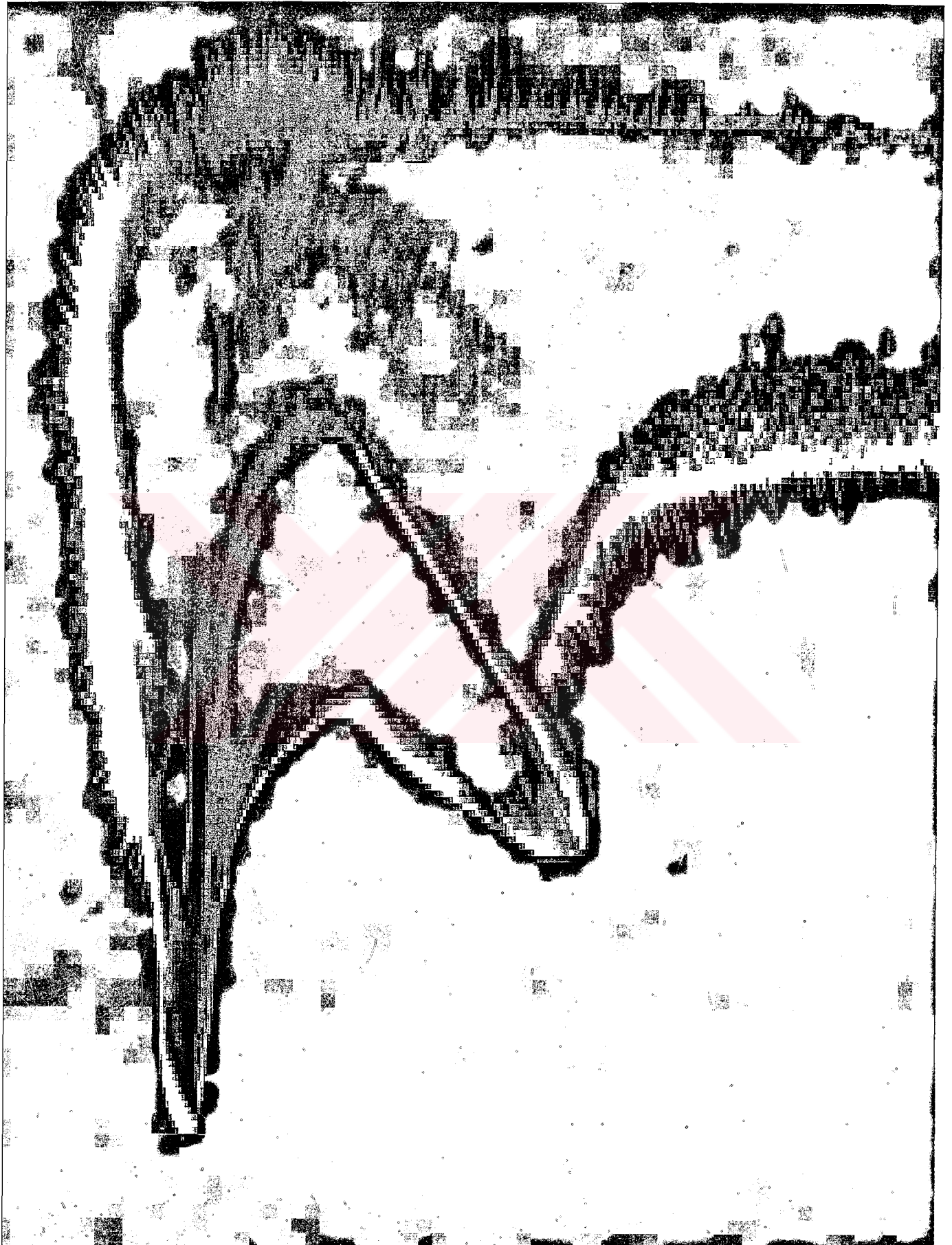
EK-4







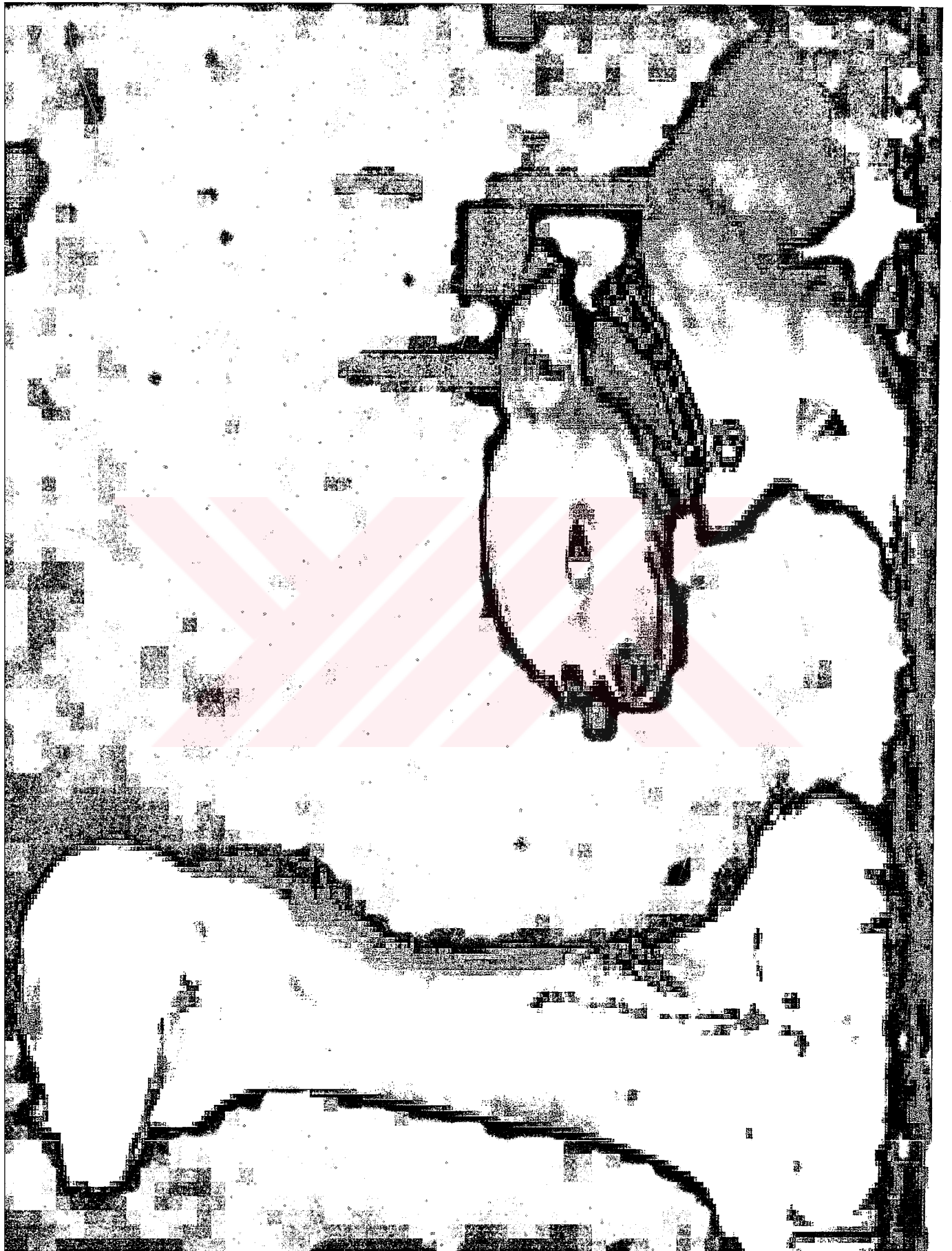










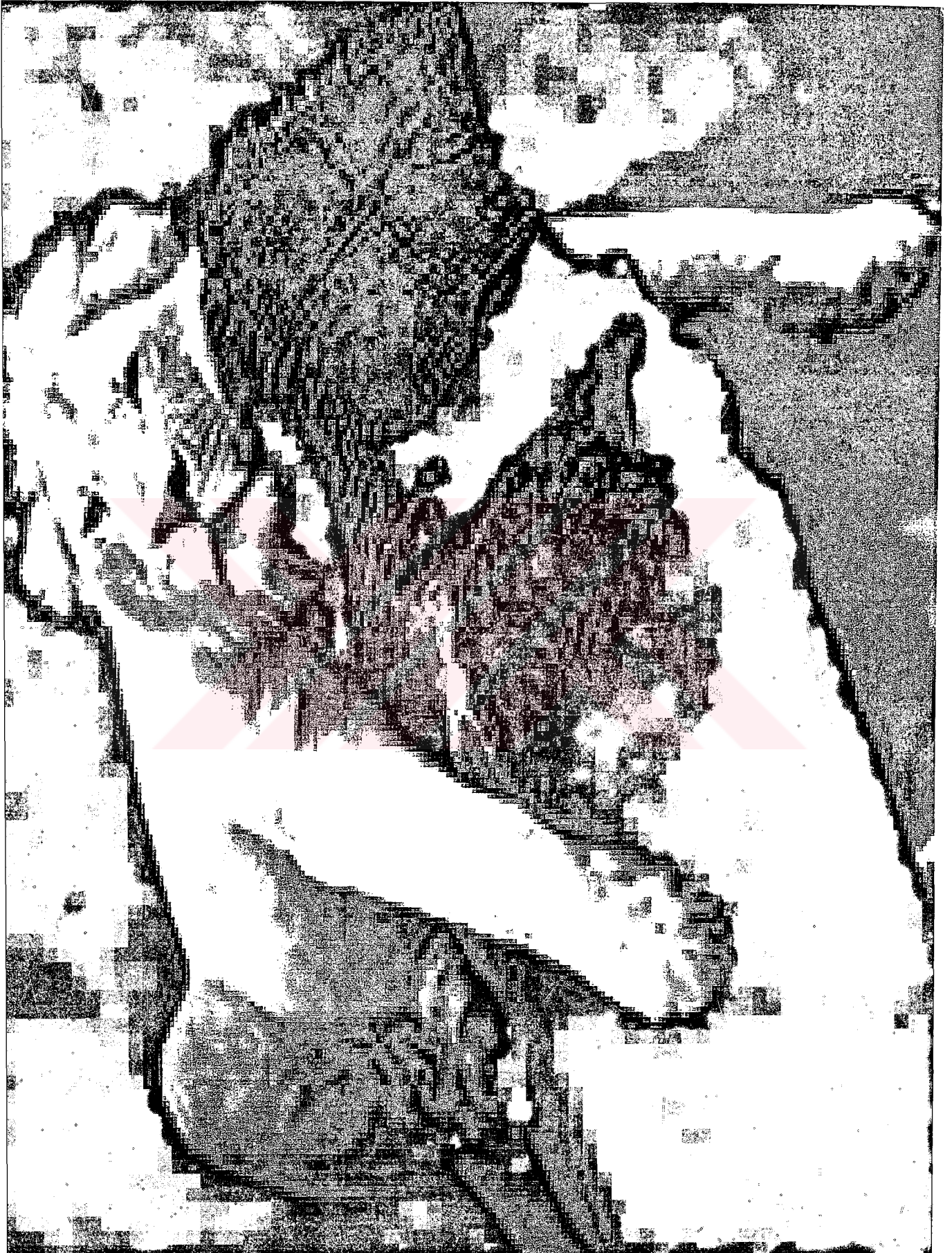














## ÖFKEMİZİ TANIYALIM

1. En çok kime yada kimlere öfkelenirim?

- \* En çok anormal insanlara.
- \* Kendini beğenmişlere.
- \* Alingenlere.
- \* Nazlı kızlara.

2. Hangi sözcükler benim kızmama sebep olur?

- \* Gili
- \* Aptal
- \* Kendini beğenmiş
- \* Sapık

3. Hangi davranışlar beni çileden çıkarır?

- \* Anormal davranışlar
- \* Tükürmek
- \* Sigara içenlerin yüzüne elini sürmesi v.b.

4. Öfkeli olduğumu, kızgın olduğumu nasıl anlarım?

- \* Hırak geçiririm.
- \* Sinirli konuşurum kendimi.
- \*

5. Öfkeli olduğum yada kızgın olduğumda şu tepkileri veririm

- \* Döverim
- \* Küfür ederim
- \* Öldürürüm.
- \*

6. Ne kadar sürede öfkelenirim? Öfkem ne kadar sürer?

- \* 1 saniyede 30 veya 40 saniye

# ÖFKE KURALLARI

Öfke normal bir duygudur

başkalarına zarar vermemek

keşfettiğimiz şeyleri

esyalara zarar vermemek

öfken hakkında KONTROL



## BAŞKALARINA, KENDİNE VE EŞYALARA ZARAR VERME

1. Olayın geçtiği mekanı sessizce terk et,
2. Derin bir nefes al ve yavaşça ver. 3 kez tekrarla,
3. Dur ve 10'a kadar say,
4. Neden kızgın olduğunı karşındakine duygularını ileterek söyle,
5. Karşındakinin duygularını anlayarak bir kez daha düşün,
6. Birlikte mutlu olduğunuz bir anınızı düşün,
7. Seni mutlu eden şeyleri düşün ve kendini ödüllendir.



## ÖFKE DAVRANIŞ KONTRATI

İSİM: .

KONTRAT TARİHİ :

ÜZERİNDE ÇALIŞACAĞIM ÖFKE DAVRANIŞLARIM :

- 1.
- 2.
- 3.

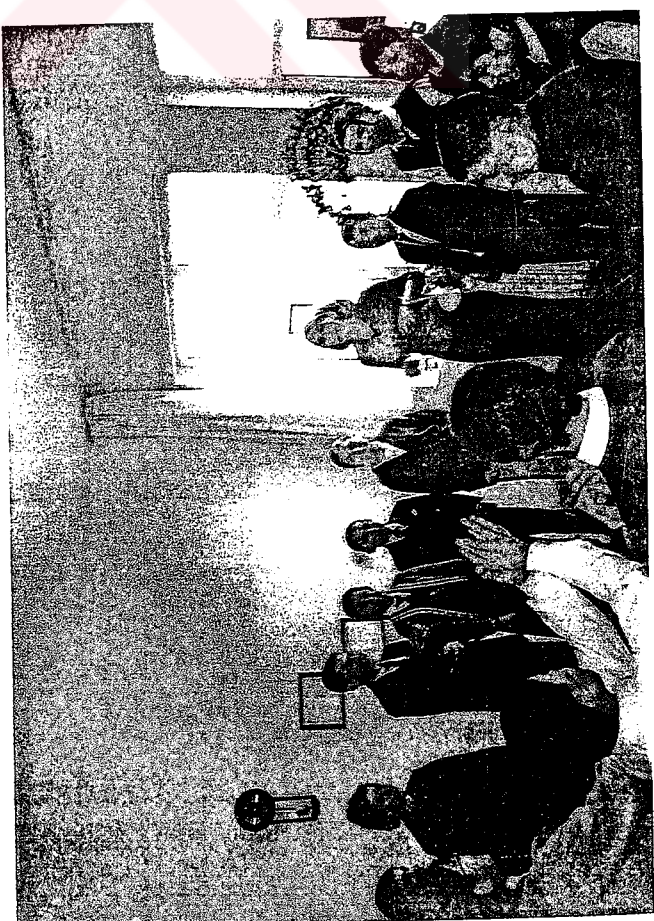
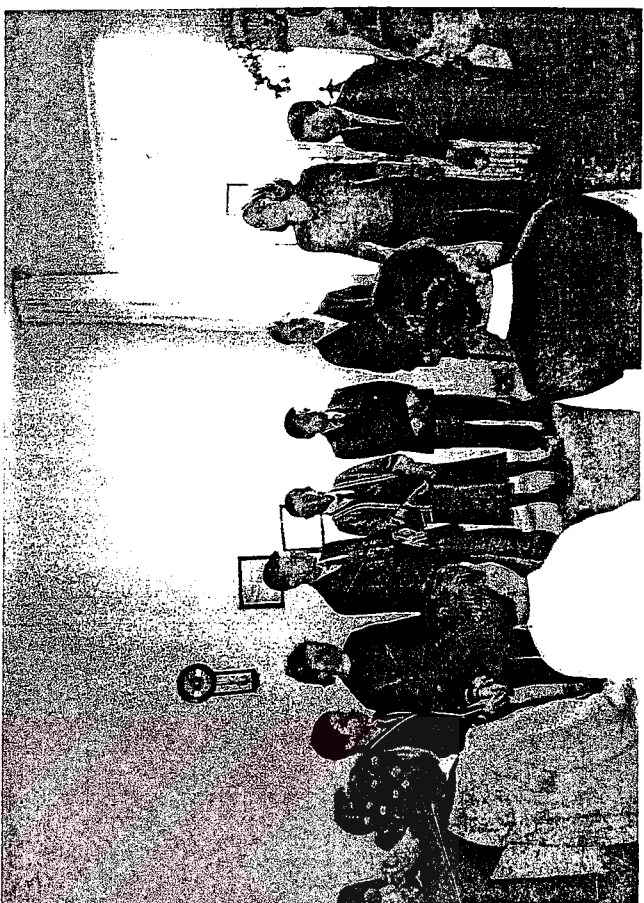
DAVRANIŞLARIMI ŞU ŞEKİLDE DEĞİŞTİRECEĞİM

- Bir şey söylemeden 10'a kadar sayacağım,
- Karşılaştığım olay hakkında ne kadar öfkeleneyeceğime karar vereceğim,
- Davranışlarımın sonucunu düşüneceğim,
- Ortamdan uzaklaşacağım,
- Karşımdaki kişiye öfkelendiğimi söyleyeceğim.

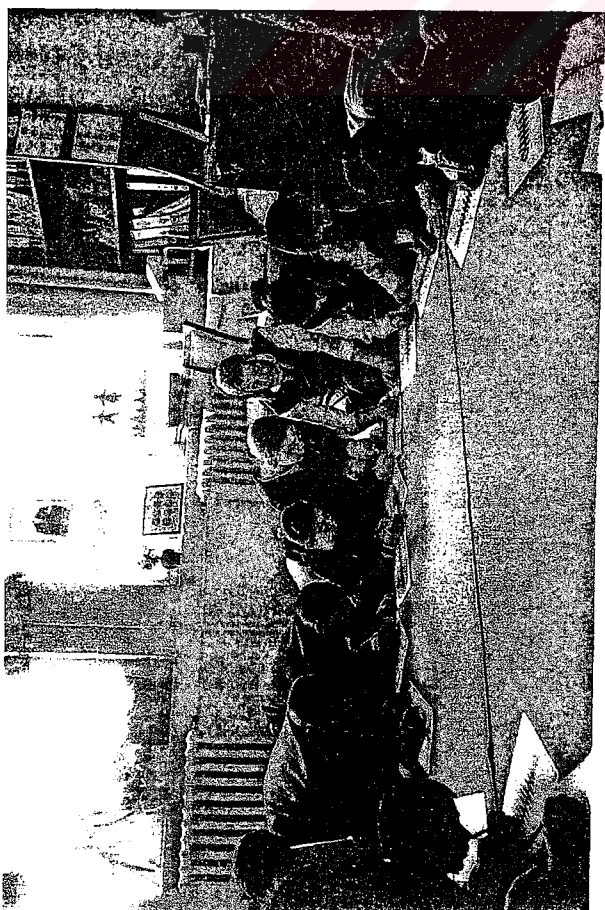
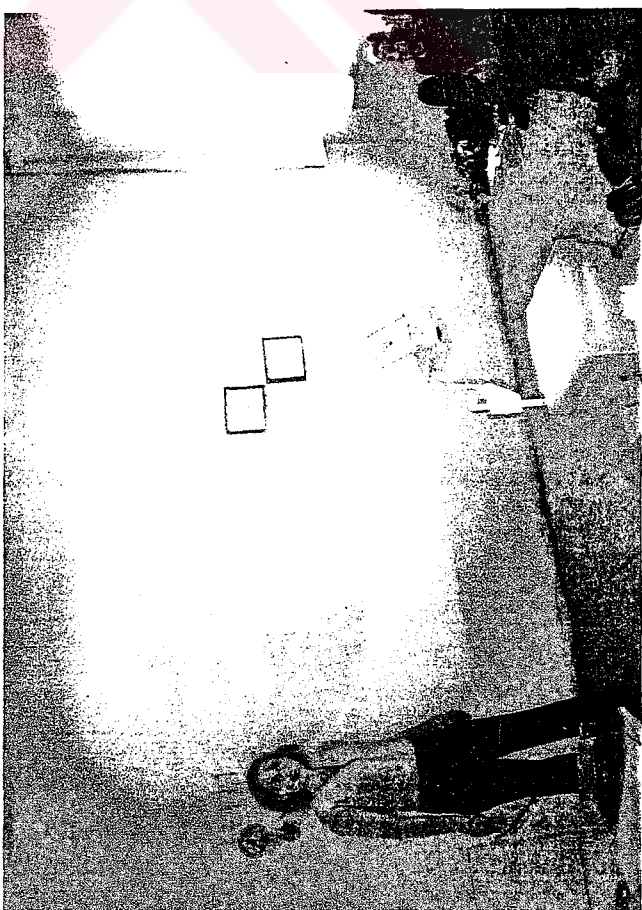
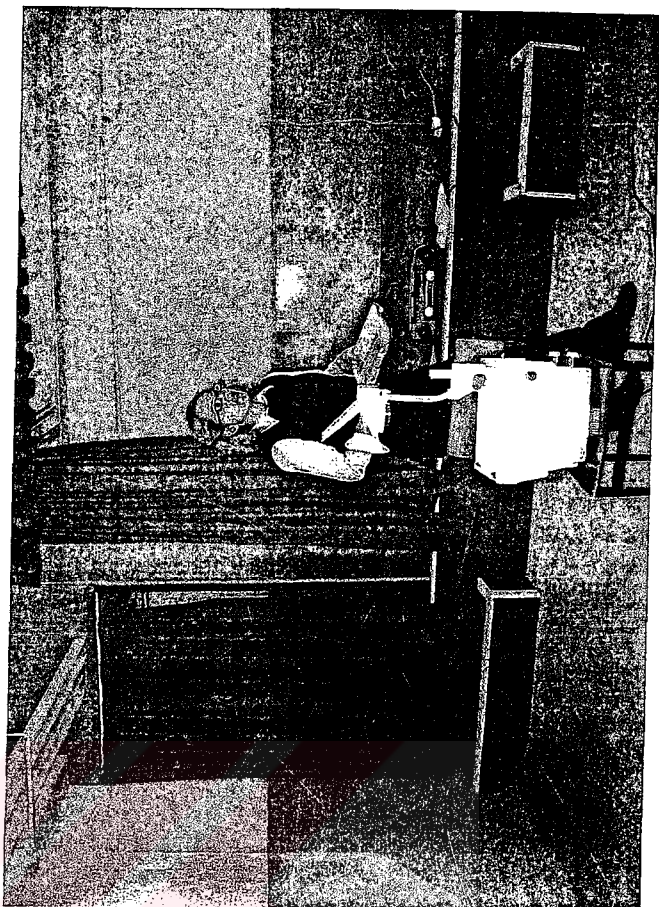
ÖFKEMİ KONTROL ETTİĞİM ZAMAN KENDİME  
ÖDÜL VERECEĞİM

İMZA

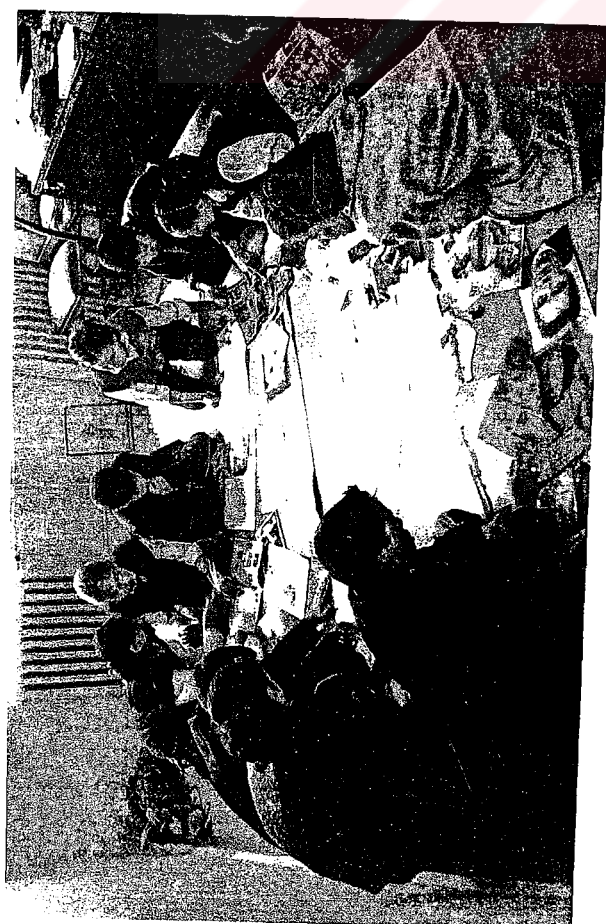


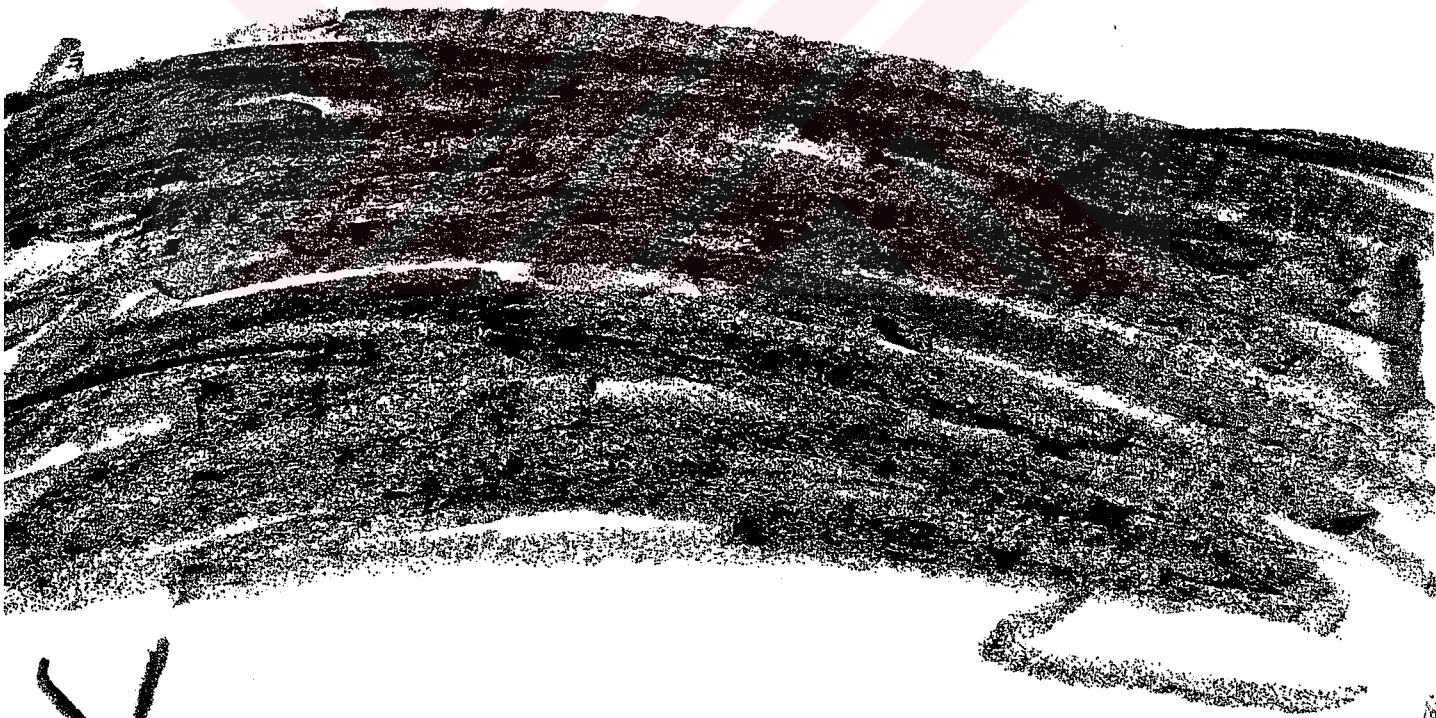






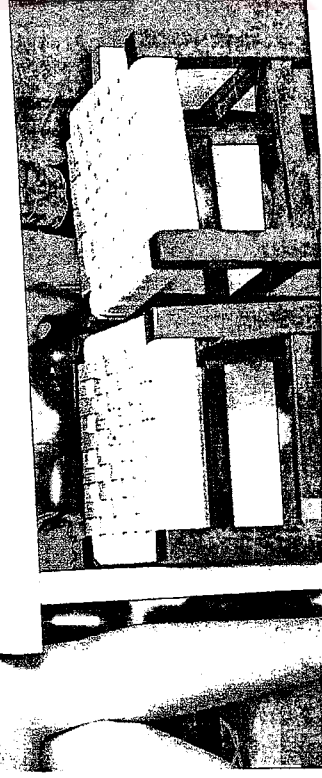
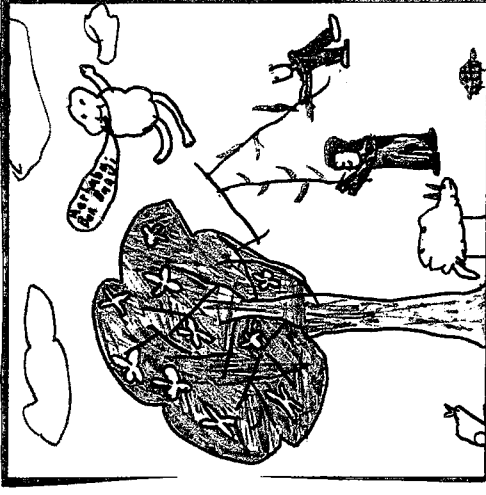
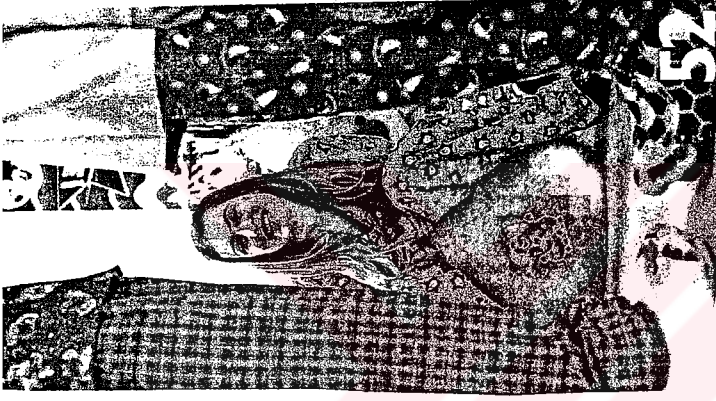






YANLIZLIK...





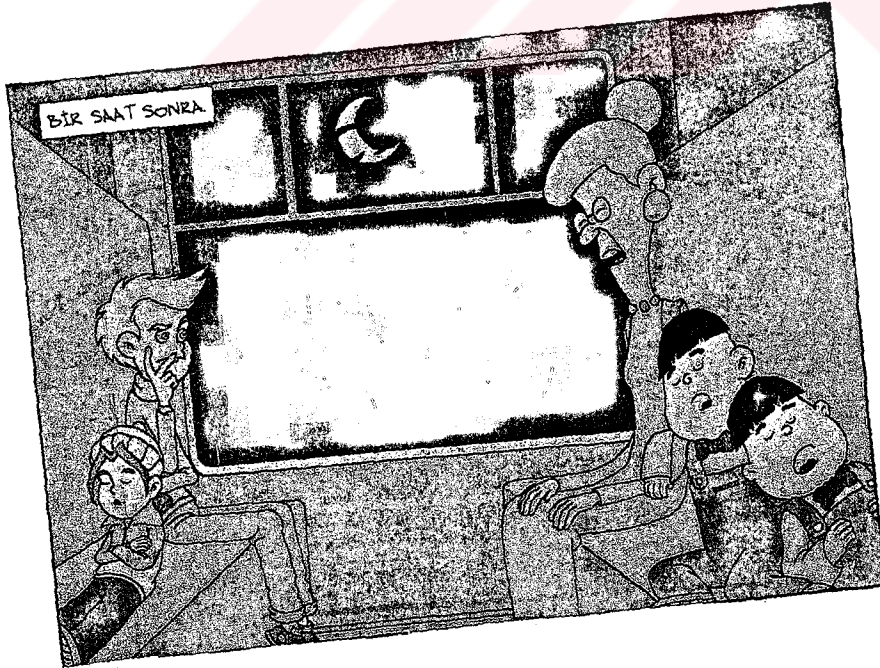
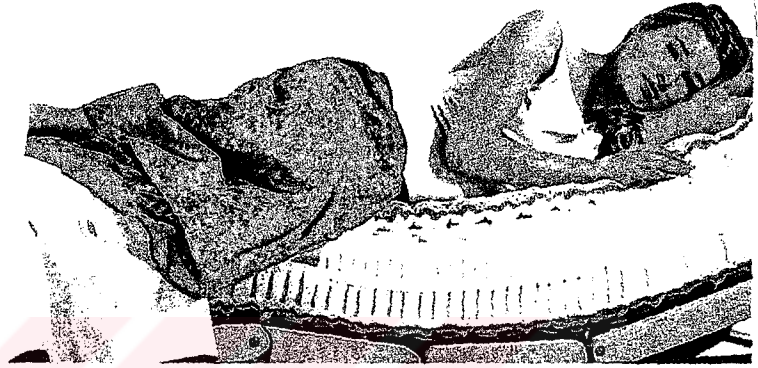
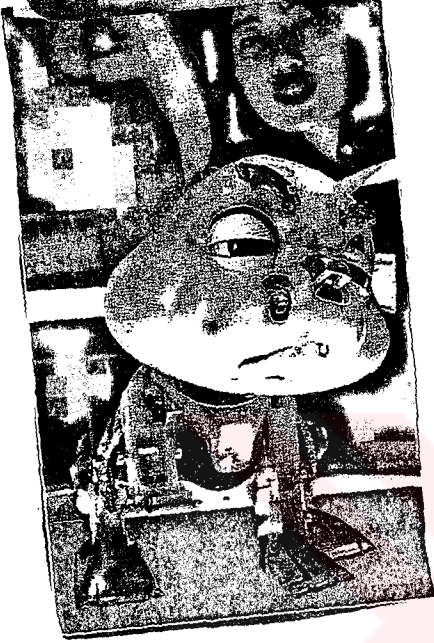
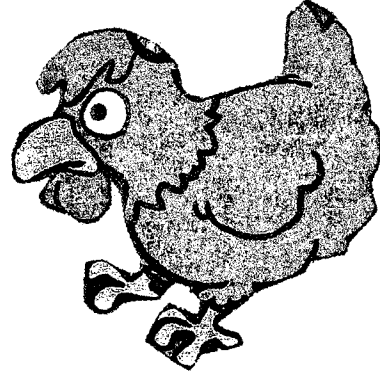
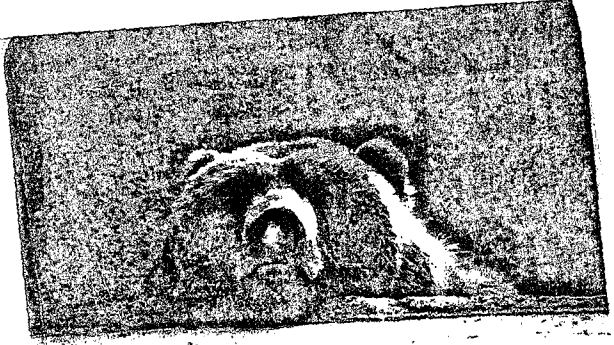
## Yabancılar neden bi

Bazen başka etnik köklerden gelen insanların birbirinden ayrılmış mükte neden zorlandığımızı Amerikalı psikolog Daniel J. Levin yazdı: Nedeni genetik özelliklerdir baskınlık göstermesi... Bey ve göz rengi belli tarse de algılanır rengi gibi genel ritimlerini bastırıyor









## KENDİM HAKKINDA DÜŞÜNCELERİM\*

**AÇIKLAMA:** Aşağıda 80 cümle var. Bunlardan sizi tanımlayanları evet, tanımlamayanları ise hayır ile cevaplandırın. Bazı cümlelerde karar vermek zor olabilir. Yine de lütfen bütün cümleleri cevaplayın. Aynı cümleyi hem evet, hem hayır şeklinde işaretlemeyin. Unutmayın, cümledeki ifade genellikle sizi anlatıyorsa evet, genellikle sizi anlatmıyorsa hayır olarak işaretleyeceksiniz. Cümlelerin size uygun olup olmadığını en iyi siz kendiniz bilebilirsiniz. Bunun için kendinizi gerçekten nasıl görüyorsanız aynen öyle cevaplandırın. Cevaplarınızı işaretlerken, buradaki cümlelerin numarası ile cevap kağıdındaki numaranın aynı olmasına dikkat edin.

1. İyi resim çizerim.
2. Okul ödevlerimi bitirmem uzun sürer.
3. Ellerimi kullanmada becerikliyimdir.
4. Okulda başarılı bir öğrenciyim.
5. Aile içinde önemli bir yerim vardır.
6. Sınıf arkadaşlarım benimle alay ediyorlar.
7. Mutluyum.
8. Çoğunlukla neşesizim.
9. Akıllıyım.
10. Öğretmenler derse kaldırıncı heyecanlanırım.
11. Dış (fiziki) görünüşüm beni rahatsız ediyor.
12. Genellikle çekingenim.
13. Arkadaş edinmekte güçlük çekiyorum.
14. Büyüdüğümde önemli bir kimse olacağım.
15. Aileme sorun yaratırım.
16. Kuvvetli sayılırım.
17. Sınavlardan önce heyecanlanırım.
18. Okulda terbiyeli, uyumlu davranırım.
19. Herkes tarafından pek sevilen biri değilim.
20. Parlak, güzel fikirlerim vardır.
21. Genellikle kendi dediklerimin olmasını isterim.
22. İstedğim bir şeyden kolayca vazgeçerim.
23. Müzikte iyiyim.
24. Hep kötü şeyler yaparım.
25. Evde çoğu zaman huysuzluk ederim.
26. Sınıfta arkadaşlarım beni sayarlar.
27. Sinirli biriyim.
28. Gözlerim güzeldir.
29. Derse kalktığımda bildiklerimi sıkılmadan anlatırım.
30. Derslerde sık sık hayal kurarım.
31. (Kardeşiniz varsa) Kardeş(ler)ime sataşırım.
32. Arkadaşlarım fikirlerimi beğenir.
33. Başım sık sık belaya girer.
34. Evde büyüklerimin sözünü dinlerim.
35. Sık sık üzülür, meraklanırım.

\* E.V. Piers ve D.B. Harris'in A.B.D.'de 1964 yılında İngilizce olarak geliştirdiği bu ölçek, Neda Öner ve Melike Çataklı tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul, 1987.



36. Ailem benden çok şey bekliyor.
37. Halimden memnunum.
38. Evde ve okulda pek çok şeyin dışında bırakıldığım hissine kapılıyorum.
39. Saçlarım güzeldir.
40. Çoğu zaman okul faaliyetlerine gönüllü olarak katılıyorum.
41. Şimdiki halimden daha başka olmayı isterdim.
42. Geceleri rahat uyurum.
43. Okuldan hiç hoşlanmıyorum.
44. Arkadaşlar arasında oyunlara katılmak için bir seçim yapılırken, en son seçilenlerden biriyim.
45. Sık sık hasta olurum.
46. Başkalarına karşı iyi davranmam.
47. Okul arkadaşlarım güzel fikirlerimin olduğunu söylerler.
48. Mutsuzum.
49. Çok arkadaşım var.
50. Neşeliyim.
51. Pek çok şeye aklım ermez.
52. Yakışıklıyım/güzelim.
53. Hayat dolu bir insanım.
54. Sık sık kavgaya karışıyorum.
55. Erkek arkadaşlarım arasında sevilirim.
56. Arkadaşlarım bana sık sık sataşırlar.
57. Ailemi düş kırıklığına uğrattım.
58. Hoş bir yüzüm var.
59. Evde hep benle uğraşırlar.
60. Oyunlarda ve sporda başı hep ben çekerim.
61. Ne zaman bir şey yapmaya kalksam her şey ters gider.
62. Hareketlerimde hantal ve beceriksizim.
63. Oyunlarda ve sporda, oynamak yerine seyredirim.
64. Öğrendiklerimi çabuk unuturum.
65. Herkesle iyi geçinirim.
66. Çabuk kızarım.
67. Kız arkadaşlarım arasında sevilirim.
68. Çok okurum.
69. Bir grupla birlikte çalışmaktansa tek başıma çalışmaktan hoşlanırım.
70. (Kardeşiniz varsa) Kardeş(ler)imi severim.
71. Vücutça güzel sayılırım.
72. Sık sık korkuya kapılıyorum.
73. Herzaman bir şeyler düşürür ve kırarım.
74. Güvenilir bir kimseyim.
75. Başkalarından farklıyım.
76. Kötü şeyler düşünürüm.
77. Kolay ağlarım.
78. İyi bir insanım.
79. İşler hep benim yüzümden ters gider.
80. Şanslı bir kimseyim.

**TE. VÜSİKACETİM KURULU  
DOKÜMANTE (11. 2020)**