

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER

Ortaokul Öğretmen Sunumu



This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هنا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي



ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



SUNU PLANI

Yaşam Boyu Gelişim
&
Sosyal Duygusal Gelişim

01
&
02

03
&
04

Sosyal Duygusal
Beceriler
&
Göstergeleri

Sosyal Duygusal
Becerilerin Önemi
&
Sınırlandırılması

05
&
06

07

Öğrencileri
Destekleme
Yolları

01

Yaşam Boyu Gelişim



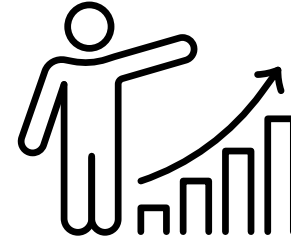
Gelişim

Döllenmeyle başlayan ve yaşam boyunca devam eden fiziksel, ahlaki, dilsel, kişilik, bilişsel, sosyal-duygusal alanlarda değişikliklerin meydana gelme süreci olarak açıklanabilir.



Yaşam Boyu Gelişim

Bireyin doğumla başlayıp ölümle sona eren ve hayatı boyunca devam eden gelişim süreci olarak tanımlanabilir.



Yaşam Boyu Gelişim Alanları

Bilişsel Gelişim

- Bireyin neden-sonuç ilişkisi kurma, hatırd tutma, analiz, sentez, değerlendirme, yaratıcı olma, sınıflandırma, bilgi edinme ve problem çözme gibi bilişsel becerilerinde değişimlerin ve gelişimlerin meydana geldiği gelişim alanıdır.

Fiziksel Gelişim

- Bireyin beyin gelişiminde, bedeninde, motor becerilerinde ve hormonlarında değişimlerin meydana geldiği, bedenin olgunlaştığı, değiştiği ve geliştiği gelişim alanıdır.

Ahlaki Gelişim

- Bireyin topluma etkin bir şekilde uyum sağlayabilmesini kolaylaştıran değerler sisteminde değişimlerin ve gelişimlerin meydana geldiği gelişim alanıdır.

Dil Gelişimi

- Bireyin sesleri, kelimeleri, sayıları, sembolleri öğrenmesi, hatırlaması ve dilin kurallarına uygun olarak bu becerileri kullanması gibi dil becerilerinde değişimlerin ve gelişimlerin meydana geldiği gelişim alanıdır.

Sosyal-Duygusal Gelişim

- Bireyin empati kurma, bağımsızlık kazanma, sağlıklı ilişkiler geliştirme ve sürdürme, duyguları düzenleme, sosyal normlara uygun davranma, iş birliği yapma gibi sosyal- duygusal becerilerinde değişimlerin ve gelişimlerin meydana geldiği gelişim alanıdır.

Yaşam Boyu Gelişim Alanları



Yaşam Boyu Gelişimin Temel İlkeleri Bize Neler Söylüyor?



- Gelişim yaşam boyu devam ettiği için öğrencilerin her bir gelişim döneminde gelişimleri desteklenmelidir.
- Gelişim çok boyutlu olduğu için öğrencilerin her bir gelişim alanında gösterdiği değişiklikler ve gelişim alanlarındaki ilişkilerin öğrencilerin gelişimi üzerindeki etkileri takip edilmelidir.
- Gelişim çok yönlü olduğu için öğrencilerin gelişim göstergeleri dikkatli bir şekilde ele alınmalıdır.

- Gelişim esnek olduğu için öğrencilerin gelişim alanlarında çeşitli değişiklikler olacağı ve sahip olduğu özelliklerin geliştirilebileceği göz önünde bulundurulmalıdır.
- Gelişim çok disiplinli olduğu için öğrencilerin gelişimini desteklemek için farklı disiplin alanlarından faydalanılmalıdır.
- Gelişim bağlamsal olduğu için öğrencilerin gelişim göstergeleri kendi bağlamlarında değerlendirilmelidir.

02

Sosyal Duygusal Gelişim



“ Bireyin empati kurma, bağımsızlık kazanma, sağlıklı ilişkiler geliştirme ve sürdürme, duyguları düzenleme, sosyal normlara uygun davranma, iş birliği yapma gibi sosyal duygusal becerilerinde değişimlerin ve gelişimlerin meydana geldiği gelişim alanıdır. ”

(Santrock, 2016)

03

Sosyal Duygusal Beceriler



Sosyal Duygusal Beceriler

- Bireylerin duyguları tanıma, ifade etme ve düzenleme, etkili bir şekilde problem çözme ve sağlıklı ilişkiler kurma kapasitesi ve bu kapasiteye bağlı olarak topluma uyum sağlamasını kolaylaştıran tüm bireyler için gerekli olan yeterlilikler.

(Elias vd., 1997)

- İlişki kurma ve sürdürme, problemleri çözme, sorumluluk alarak karar verme, güçlüklerle baş etme, amaç belirleme, iş birliği yapma, başkalarıyla empati kurma gibi pek çok beceriyi içerisinde barındıran çok geniş bir beceri kümesi.

(Gueldner, Feuerborn ve Meller, 2010)

Sosyal Duygusal Beceriler

- Bireylerin duygularını düzenlemeleri, kısa ve uzun vadeli hedef belirlemeleri ve bu hedeflere ulaşmak için eylem planı oluşturmaları, sağlıklı kişiler arası ilişkiler kurmaları ve sürdürmeleri, etkili bir şekilde problem çözmeleri ve sorumlu kararlar almaları için gerekli olan yeterlilikler.

(CASEL, 2020)

- Bireyin yaşamının her alanını etkileyen, genetik ve çevre etkileşimiyle yaşam boyu gelişmeye devam eden, çeşitli öğrenme yaşantıları yoluyla değişim gösteren becerilerin bütünü.

(De Fruyt vd., 2015)

- Bireyin ruh sağlığını korumasını destekleyen, karşılaştığı güçlüklerle baş edebilmesini kolaylaştıran ve risk faktörlerinin etkisini azaltarak veya önleyerek bireyin psikolojik sağlamlığı için koruyucu faktör rolü üstlenen beceriler bütünü.

(Domitrovich vd., 2017)

04

Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri



Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri

- Öğrenme güçlüğü yaşama, devamsızlık yapma, okulu terk etme eğilimi gösterme ve riskli davranışlar sergileme olasılığının az olması

(Hukkelberg vd., 2019; McCollow ve Hoffman, 2019)

- Okul içi ve dışı verilen sorumlulukları yerine getirme ve aktif bir şekilde katılım göstermeye daha fazla istekli olma

(Alzahrani vd., 2019; Durlak vd., 2011)

- Sağlıklı kişiler arası ilişkiler kurma ve sürdürme

(Wang ve ark., 2019)

- Çatışmaları daha işlevsel yollarla çözme

(Huber vd., 2019; Kanishi ve Wong, 2018)

Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri

- Okula ve topluma daha kolay uyum sağlayabilme

(Chernyshenko, Kankaras ve Drasgow, 2018)

- İyilik hâli ve psikolojik sağlamlığın yüksek olması

(McCollow ve Hoffman, 2019; OECD, 2021)

- Değişimlere daha açık olma ve değişimlere kolaylıkla uyum sağlama

(Cristovao, Candeias ve Verdasca, 2020)

- Okula ve çalışma yaşamına dair olumlu tutuma sahip olma

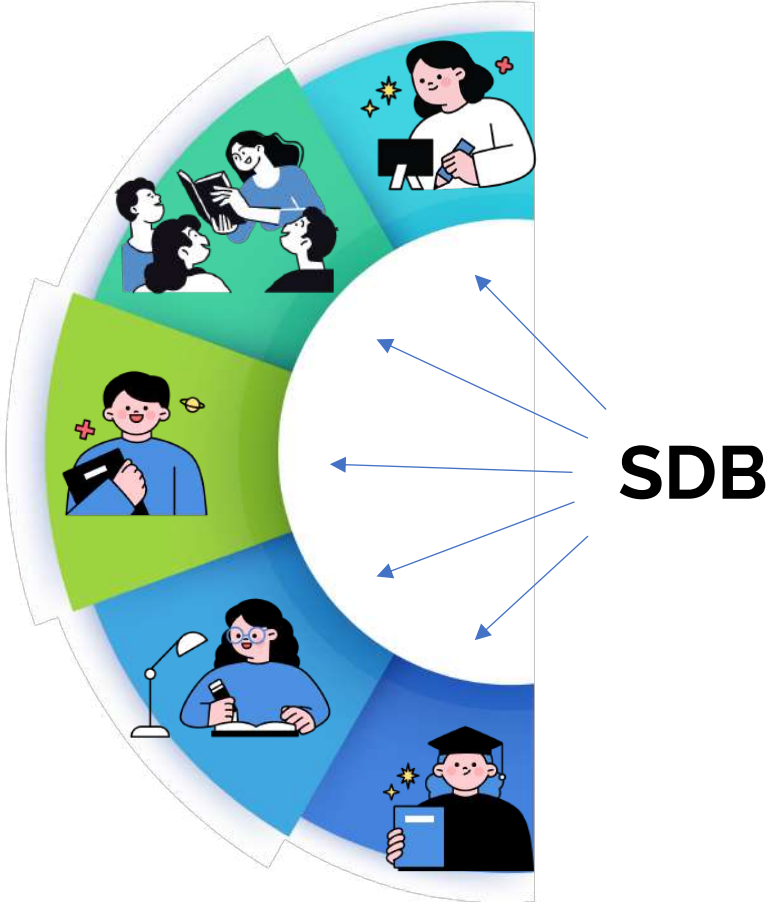
(Bridgeland, Bruce ve Hariharan, 2013)

- Yüksek akademik performans sergileme

(Cristovao, Candeias ve Verdasca, 2017)

Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri

Ortaokul Kademesine Göre Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri



✓ Okul içi ve dışı verilen sorumlulukları yerine getirir.



✓ Sağlıklı kişiler arası ilişkiler kurar.



✓ Motivasyon düzeyi yüksektir.



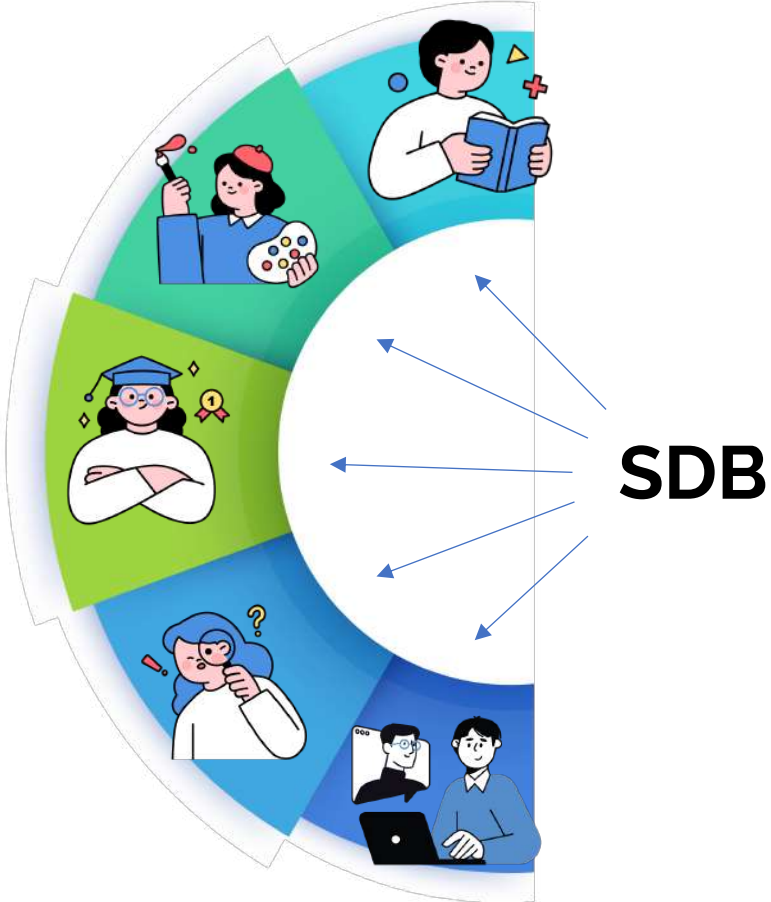
✓ Davranışlarının sorumluluğunu alır.



✓ Akademik becerileri gelişmiştir.

Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri

Ortaokul Kademesine Göre Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri



- ✓ Okula ve öğrenmeye ilişkin tutumu olumludur.



- ✓ İyilik hâli ve psikolojik sağlamlığı yüksektir.



- ✓ Yüksek akademik performans sergiler.



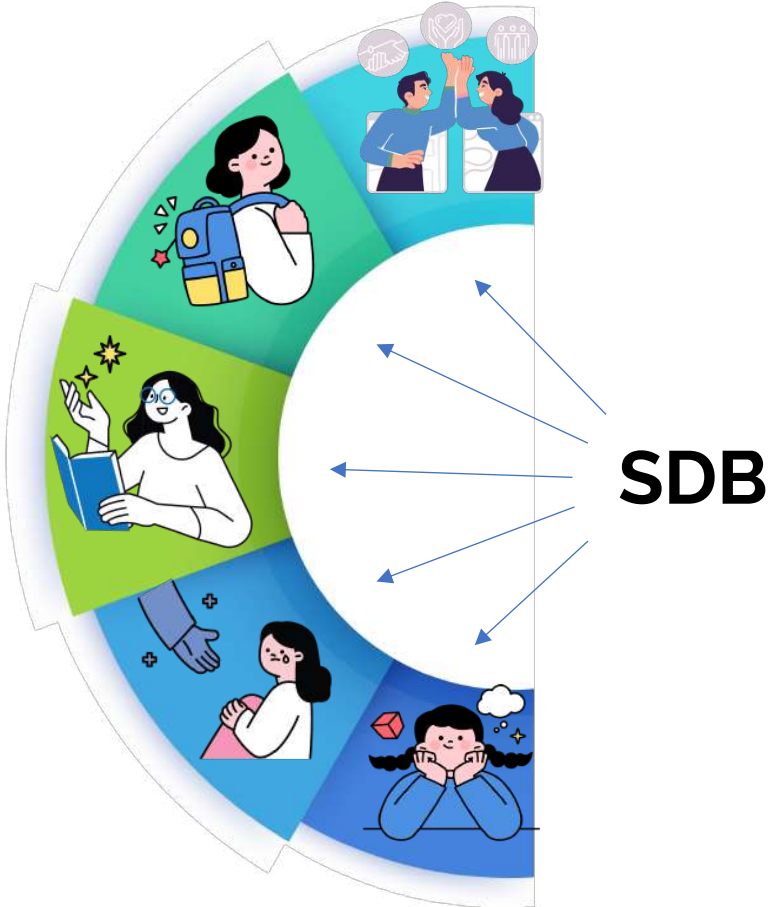
- ✓ Problemlerini etkili bir şekilde çözer.



- ✓ Öğretmenlerle ilişkisi güvene ve saygıya dayalıdır.

Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri

Kademelere Göre Sosyal Duygusal Beceri Göstergeleri



✓ Toplumsal değerlere bağlıdır.



✓ Okul içi faaliyetlere aktif katılım gösterir.



✓ Etkili iletişim becerilerine sahiptir.



✓ Çatışma çözme becerilerini kullanır.



✓ Değişimlere açıktır ve uyum sağlar.

05

Sosyal Duygusal Becerilerin Önemi



Bireyin;

- Akranları, öğretmenleri ve ebeveynleri ile sağlıklı ilişkiler kurabilmesi
- İyilik hâli ve psikolojik sağlamlığının yüksek olması
- Kişisel zamanı ve sorumlulukları arasında denge kurabilmesi
- Akademik becerilerini kullanarak akademik başarısını yükseltebilmesi
- Sağlıklı bir ruh haline sahip olması

Bireyin;

- Topluma uyum gösterebilmesi
- Okul terki, riskli davranışlar ve davranış problemleri sergileme gibi durumların önlenenebilmesi
- Okul içi ve dışında elde ettiği kazanımları hayatına aktarabilmesi
- Dilsel, bilişsel gibi diğer gelişim alanlarının desteklenebilmesi
- Toplumda daha aktif bir role sahip olabilmesi

Sosyal Duygusal Becerilerin Önemi

İÇİN

Sosyal Duygusal
Becerilerin
Geliştirilmesi
gerekmektedir.



06

Sosyal Duygusal Becerilerin Sınıflandırılması



Sosyal Duygusal Becerilerin Sınıflandırılması

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER

- Sosyal duygusal becerilerle ilgili farklı sınıflandırmalar mevcuttur. Bu çalışmada CASEL (2003; 2005; 2020) tarafından yapılan sınıflandırma temel alınmıştır.
- CASEL (2003; 2005; 2020) tarafından sınıflandırılan Sosyal Duygusal Beceriler:



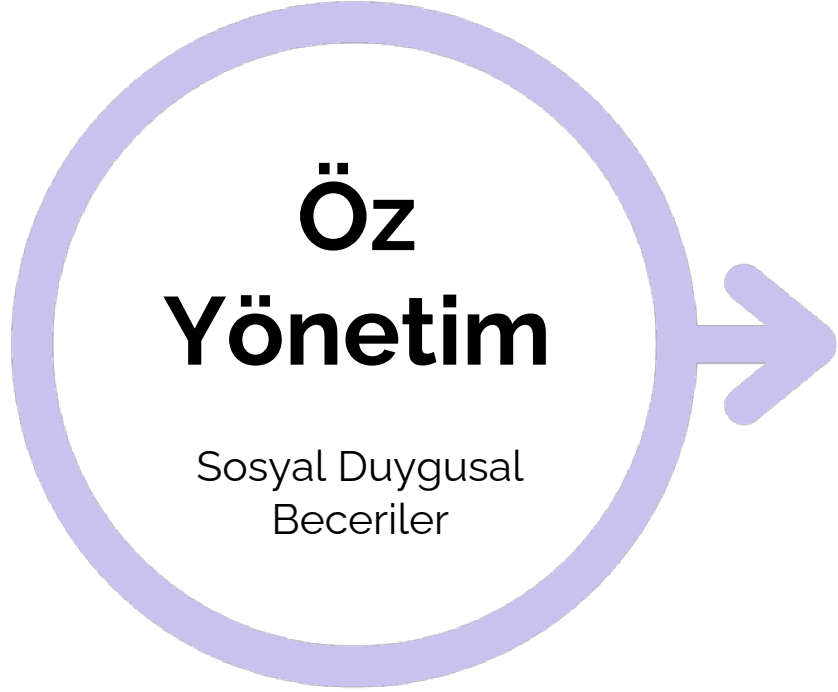


- Duyguları, düşünceleri ve değerleri gibi bireysel özelliklerinin farkında olma, bu özellikler arasında bağ kurma ve bu özelliklerin yaşamını nasıl etkilediğini analiz edebilme
- Güçlü ve geliştirilebilir yönlerini gerçekçi temellere dayandırarak değerlendirme ve bu yönleri kabul ederek kendine güvenme
- Bireysel özelliklerini zaman içerisinde değiştirebileceğine ve geliştirebileceğine dair iyimser bir bakış açısına sahip olma
- Sahip olunan mevcut koşulları değerlendirerek bireysel özellikleri iyilik hali için kullanma

Sosyal Duygusal Becerilerin Sınıflandırılması



- Diğer insanların yaşadığı duyguları ve deneyimleri önemseme
- Başkalarının duygularını, deneyimlerini ve bakış açılarını anlamak için çaba gösterme
- Başkalarıyla empati kurma
- Farklı bakış açılara ve kültürel çeşitliliğe saygı duyma
- Farklılıkları zenginlik olarak değerlendirme
- Sosyal iyi oluş için gönüllü çalışmalarda yer alma
- Toplumsal ve etik normları, kuralları ve değerleri dikkate alarak davranışlar sergileme
- Aile, okul ve toplum temelli kaynakları ve destekleri fark etme



- Kısa ve uzun vadeli amaçlar belirleme, kişisel ve akademik amaçlar belirleme, bu amaçlara ulaşmak için eylem planı hazırlama, bireysel özellikleri amaçlara ulaşma sürecinde kullanma
- Duyguları isimlendirme, tanıma ve düzenleme, duygu düzenleme stratejilerinin neler olduğunu bilme
- Zorluklarla karşılaşılsa bile amaca ulaşmak için çaba gösterme ve motivasyonu sürdürme
- Kişisel zaman ve sorumluluklar arasında denge kurma, etkili bir şekilde zamanı yönetme



- Karşılaşan problemleri belirleme, karşılaşılan problemlerin ortaya çıkma nedenlerini araştırma, problem durumunu analiz etme, etkili problem çözme stratejilerini kullanma
- Karar verme basamaklarını takip etme, karar verilmesini engelleyen duygu, düşünce ve davranışların farkında olma
- Problem çözme ve karar verme sürecinde çevresindeki bireylerin görüşlerini dikkate alma
- Davranışlarının birey ve çevresindeki insanların yaşamı üzerindeki etkilerini göz önünde bulundurma ve buna göre hareket etme
- Eleştirel düşünme ve açık fikirli olma



- Etkili iletişimin sağlıklı ilişkilerin kurulmasında ve sürdürülmesindeki önemini fark etme
- Farklı birey ve gruplarla sağlıklı ilişkiler kurma ve bu ilişkileri sürdürme
- Kişiler arası ilişkilerde düşünceleri, duyguları ve deneyimleri etkili bir şekilde ifade etme ve etkin dinleme
- Gerektiğinde yardım alma ve verme
- İş birliği yapmanın önemini fark etme ve takım çalışması yapma
- Çatışmaya neden olan davranışları ve düşünceleri fark etme
- Etkili çatışma çözme stratejileri kullanma

07

Öğrencileri Destekleme Yolları



Öğrencileri Destekleme Yolları



01

Sorun,
Dinleyin



02

Gözlemleyin
'Orada' Olun



03

Olumlu Okul
Atmosferi
Oluşturun



04

Bilgi
Verin



05

Yeni Beceriler
Öğretin

Öğrencileri Destekleme Yolları



06

Cesaretlendirin,
Destekleyin, Takdir
Edin



07

İş Birliği Yapın,
Başkalarından
Öğrenin



08

Destekleyici
Materyallerden
Yararlanın



09

Sosyal Duygusal
Becerilerini
Kullanmalarına ve
Geliştirmelerine
Destek Olun

01

Sorun, Dinleyin



- Öğrencilerin duygularını sorun, etkin dinleyin, onlarla empati kurun ve bu duygular üzerinde konuşun.
- Öğrencilerin baş etmekte güçlük çektiği duyguları (öfke, korku, kaygı vb.) hissettiğini öğrendiğinizde onların daha önce bu duygularla baş etme yollarını sorun.
- Sınıf ve okul içi faaliyetlerin düzenlenmesi, uygulanması ve değerlendirilmesi aşamalarında öğrencilerin fikirlerini ve beklentilerini alın.
- Öğrencileriniz kendini ifade etmekte güçlük çektiklerinde soru sormanın dışında farklı yöntemler deneyin.
- Öğrencilerinize soru sorduğunuzda kısa cevaplar alıyorsanız daha fazla kendilerini ifade etmeleri için onları cesaretlendirin.

01

Sorun, Dinleyin



- Belli aralıklarla öğrencilerinize sınıf ortamında nelerin işe yaradığını nelerin onları olumsuz yönde etkilediğini sorun.
- Öğrencilerin geri bildirimlerine göre düzenlemeler yapın.
- Resim çizme, şarkı söyleme, yazma gibi etkinlikler aracılığıyla öğrencilerinizin kendilerini anlatmalarına izin verin.
- Tüm öğrencilerin kendini ifade ettiğinden emin olun. “Paylaştığın için teşekkür ederim. Peki bu konudaki düşüncen nedir?” veya “Güzel bir fikir. Bu fikri dile getirmenin nedenleri nedir?” gibi sorularla öğrencinizi konuşmaya teşvik edin.

01

Sorun, Dinleyin



- Öğrencilerin sosyal duygusal becerileri üzerinde düşünebilecekleri ve kendilerini değerlendirebilecekleri sorular sorun ve yarım kalmış cümleleri veya hikâyeleri tamamlamalarını isteyin. Bu tür çalışmaları serbest zamanlarda yapmaları için öğrencileri teşvik edin. Ders içeriğinin yoğun olduğu bir günde kısa bir mola vererek bu tür çalışmalara sınıf içinde yer verin.

02

Gözlemleyin 'Orada' Olun



- Takım çalışmaları sırasında öğrencilerin görev dağılımını nasıl yaptığını gözlemleyin. Her takım çalışmasında görev dağılımının farklı şekillerde yapıldığına emin olun.
- Öğrencilerin sözel olan ve olmayan mesajlarını almaya çalışın. Gelişimdeki değişikliklerin farkında olun. Birbiriyle iletişim kurarken nasıl davrandıklarını, duygularını nasıl düzenlediklerini, çatışmalarını hangi yöntemlerle çözdüklerini gözlemleyin.
- Öğrencileri gözlemlemek için sınıf dışında da onlarla vakit geçirin. Teneffüsleri ve nöbetçi olduğunuz zamanları etkili bir şekilde değerlendirin.
- Öğrencilerinize onları dinlemeye açık olduğunuzu iletin.

03

Olumlu Okul Atmosferi Oluşturun

- Sınıf kurallarını öğrencilerinizle birlikte oluşturun.
- Sınıf ve okul içi faaliyetleri düzenlerken öğrencilerinizi sürece dahil edin. Beklentilerini alın.
- Sınıf ve okul içi faaliyetler sonlandığında öğrencilerinizin görüşlerini alın. Onlardan faaliyetleri değerlendirmelerini isteyin.
- Öğrencilerin değerlendirmelerine bir sonraki etkinliğin yapılandırılmasına ilişkin önerileri eklemesini isteyin.



03

Olumlu Okul Atmosferi Oluşturun



- Öğrenciler sorumluluk aldıklarında veya sorumluluk almaya istekli olduklarında, ikilemde kaldıkları bir konuda karar verdiklerinde veya bir problemi çözdüklerinde çabalarını görün ve bu çabaları takdir edin.
- Öğrencileri destekleyen, cesaretlendiren ve takdir eden cümleler kurun.
- Bazen bu sözel olmayan cümleler yerine bir not kâğıdına yazma yoluna gidin. Öğrencilerden bu not kağıtlarını biriktirmelerini ve güçlük çektiklerinde okumalarını isteyin.



03

Olumlu Okul Atmosferi Oluşturun

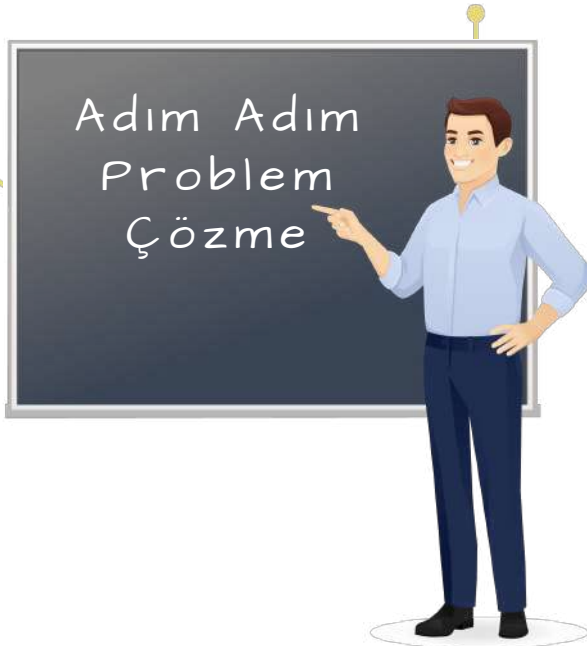


- Sergilediğiniz davranışlarla, kurduğunuz cümlelerle ve sahip olduğunuz tutumla öğrencilerinize model olun.
- Belli aralıklarla öğrencilerin sınıf ve okul içi faaliyetlerle ilgili değerlendirmelerini, duygularını, düşüncelerini ve deneyimlerini öğrenmek için sınıf içi toplantılar düzenleyin.



04

Bilgi Verin



- Öğrencilerin problem çözme, karar verme, duygu düzenleme ve çatışma çözme sürecinde ihtiyaç duyduğu bilgileri verin (örn. *karar verme basamakları, kişiler arası çatışma çözme stratejileri*)
- Amaç belirleme süreci, problem çözme stratejileri, karar verme basamakları, duygu düzenleme stratejileri ve çatışma çözme basamaklarıyla ilgili bilgilendirici broşür ve/veya poster hazırlayın. Bu bilgilendirici materyalleri tüm öğrencilerin görebileceği bir yere asın.

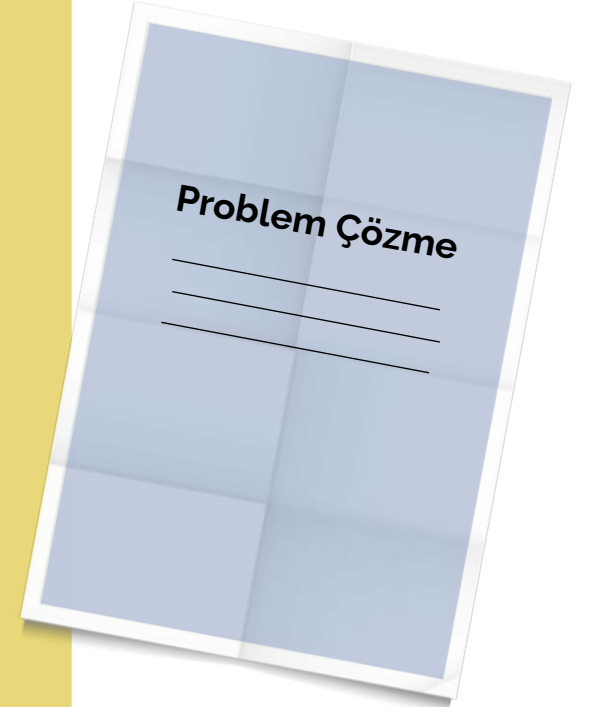
04 Bilgi Verin



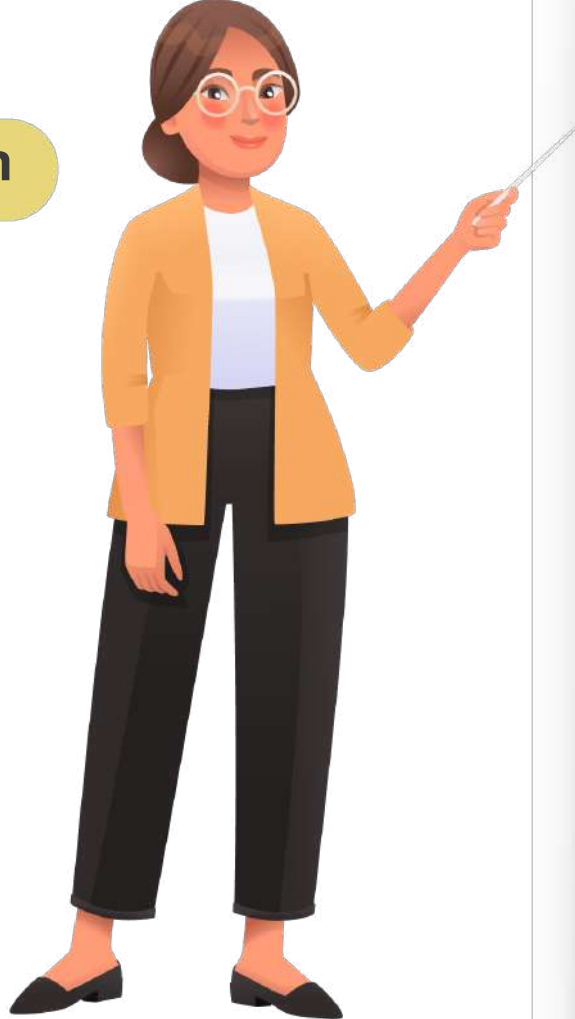
Bunları Biliyor muydunuz?

Broşür ve posterleri bilgi
vermek için kullanabilirsiniz.

➤ *İşte bir örnek! >>*



04 Bilgi Verin



Problem Çözme

- ▶ **Poblemin Tanımlanması**
Problem çözmenin ilk adımı, bir şeylerin yolunda gitmediğinin fark edilmesi ve bu durumu yaratan nedenlerin araştırılmasıdır.
- ▶ **Hedeflerin Belirlenmesi**
Yaşadığımız problem durumunu çözümlmeye yönelik gerçekçi ve ulaşılabilir hedefler belirlemek önemlidir.
- ▶ **Çözüme Yönelik Seçeneklerin Oluşturulması**
Çözüme yönelik seçenekler belirlenirken olabildiğince özgür düşünmeli, beyin fırtınası yapmalıyız.
- ▶ **Seçeneklerin Alternatiflerin Değerlendirilmesi**
Bir önceki adımda, özgürce düşündüğümüz çözüm önerilerinin olumlu ve olumsuz yanları ele alınmalı, yaşadığımız problem duruma uygunluğu değerlendirilmelidir.
- ▶ **Çözüm Yoluna Karar Verme**
Bizleri eyleme geçirecek ve yaşadığımız problem durumunu çözümlmemizi sağlayacak bir ya da birkaç çözüm yoluna karar vermemiz gerekmektedir.
- ▶ **Eyleme Geçme**
Problem çözme ve belirlediğimiz hedeflere ulaşmak için eyleme geçmemiz önemlidir.
- ▶ **Değerlendirme**
Problem çözme sürecinin son aşamasında uyguladığımız stratejilerin etkinliğini değerlendirmek yaşamda karşılaşılabileceğimiz farklı problem durumlarında bizi daha avantajlı bir konuma getirir.

05

Yeni Beceriler Öğretin



- Öğrencilerin duygu düzenleme becerilerini değerlendirin, mevcut durumu tespit edin.
- İhtiyaç duyan öğrencilere yeni duygu düzenleme becerileri kazandırın.
- Nefes egzersizleri, duyuusal aktiviteler gibi etkinlikler aracılığıyla öğrencilerin o anda bedenleriyle zihinlerinin farkında olmalarına yardımcı olun.

Yeni Beceriler Öğretin



- Öğrencilerinize duygularınızı anlatın ve öğrencilerden sizin nasıl hissettiğinizi kendi kelimeleriyle anlatmasını isteyin. Böylelikle öğrencileriniz, *empati becerisi* kazanmak için bir adım atmış olacaklar.
- Rol oynama, sırayla soru sorma, paylaşma ve dinleme gibi görevlerle öğrencilerin *etkili iletişim* becerileri kazanmalarını sağlayın.
- Eleştirel düşünme, analiz etme, bilgi ve iletişim teknolojileri kullanma gibi *21.yy becerilerini* geliştirmelerine yardımcı olun.
- Öğrencilerin okul dışında *sosyal duygusal becerilerini* geliştirmeleri için sorumluluklar ve ödevler verin. Bu yaşantılarla ilgili günlük tutmalarını önerin.

05

Yeni Beceriler Öğretin



Bunları Biliyor muydunuz?

Gevşeme ve nefes egzersizlerini
öğrettiğinizde öğrencileriniz
duygularını kontrol etmeyi
öğrenebilir.

➤ *İşte bir örnek!*



Var Olan Becerileri Geliştirin, Yeni Beceriler Öğretin

05

Yeni Beceriler Öğretin

Okul ve sınıf içi faaliyetlerle nefes ve gevşeme egzersizlerini bütünleştirerek *duygu düzenleme becerilerini* geliştirin.



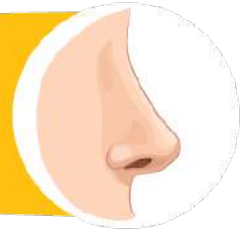
Gördüğün **5** şeyi söyle

Dokunduğın **4** şeyi söyle



Duyduğun **3** şeyi söyle

Kokladığın **2** şeyi söyle



Tadını aldığın **1** şeyi söyle

06

Cesaretlendirin, Destekleyin, Takdir Edin



- Öğrencileri yeni uğraşlar bulmaları ve bu uğraşlarda kendilerini geliştirmeleri için destekleyin. Kendileriyle ilgili fark ettiklerini (örn., ilgi, yetenek) sizle paylaşımlarını isteyin. Bu uğraşları bulurken ve kendilerini geliştirirken ne tür kararlar verdiklerini ve bu kararı nasıl verdiklerini sorun. Öğrencilerin karar verme sürecinde attığı adımları takdir edin.
- Öğrencilerin karar vermek, problem çözmek ve çatışma çözmek için gösterdiği çabaları takdir edin.
- Sınıf ve okul içi faaliyetleri, öğrencilerin bu faaliyetlerle ilgili duygu ve düşüncelerini aldıktan sonra sonlandırın. Faaliyetler süresince öğrencilerin deneyimlerini arkadaşlarıyla paylaşımları için öğrencileri cesaretlendirin.

06

**Cesaretlendirin,
Destekleyin,
Takdir Edin**

Sosyal-duygusal becerileri geliştirirken öğrencilerin bu becerilerle ilgili gösterdiği gelişmeleri takdir edin ve bu gelişimi sürdürmeleri için onları cesaretlendirin.



İstediğin grupta yer
almadığın için üzıldüm.

Fakat farklı bir grupta olsan da
yeni görevler almak için istekli
oldun. Bireysel özelliklerini
ortaya koyarak grup olarak harika
bir ürün ortaya çıkardın.

Tebrik ederim.

İş Birliği Yapın, Başkalarından Öğrenin



- Öğrencilerin okulda öğrendiklerini pekiştirebilmeleri ve yeni becerileri günlük hayatta kullanabilmeleri için ebeveynleriyle birlikte çalışmalarını sağlayın.
- Öğrencinizin gelişimi için diğer çalışanların varlığının önemli olduğunu okul çalışanlarına anlatın.
- Diğer öğretmenlerin sınıf içi faaliyetlerde öğrencilerin sosyal duygusal becerilerini geliştirmek için neler yaptığını sorun.
- Okul çalışanlarının öğrenciniz hakkındaki gözlem ve görüşlerini alın.

08

Destekleyici Materyallerden Yararlanın



- Sosyal duygusal becerilerle ilgili yazılan kitapları ve hikâyeleri araştırın.
- Kitapların ve hikâyelerin öğrencilerin gelişim düzeyine uygunluğunu değerlendirin.
- Okul ve sınıf içi faaliyetlerde kitaplardan ve hikâyelerden örnek olaylar okuyun.
- Öğrencilerin serbest zamanlarında sosyal duygusal becerilerle ilgili okuma yapmaları için onları teşvik edin.
- Sosyal duygusal becerilerle ilgili film ve dizilerden kesitleri, videoları ve kısa animasyonları sınıf içerisinde öğrencilere izleterek bu materyaller üzerinde tartışmalar yürütün.

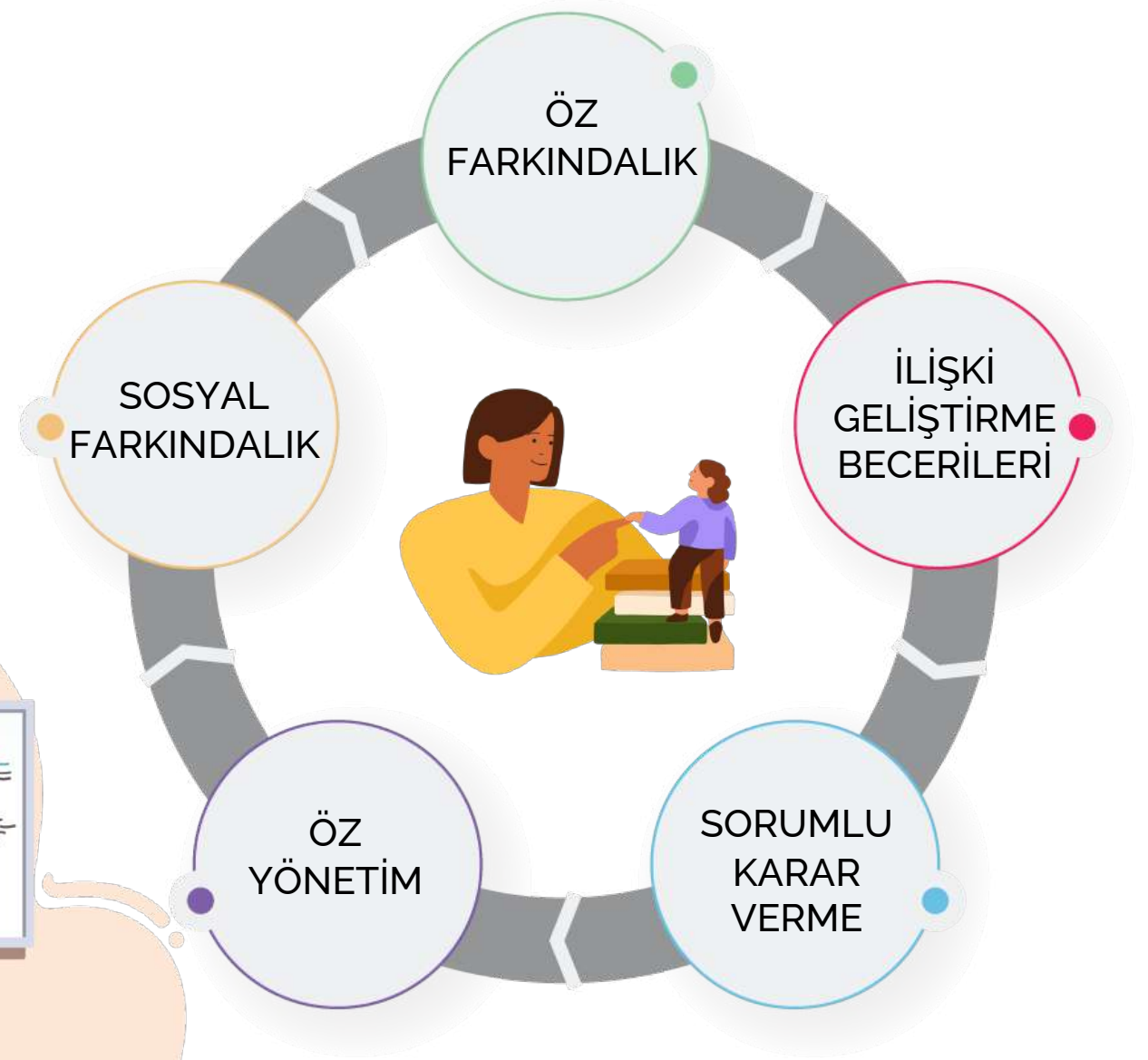
Dikkat!

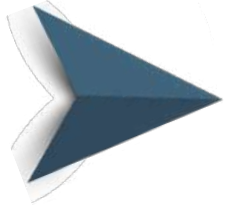
Sosyal Duygusal Beceriler birbirleriyle ilişkilidir. Herhangi birindeki gelişme diğer becerinin kullanımını destekler.

- Sorumlu Karar Verme
- İlişki Geliştirme Becerileri
- Öz Farkındalık
- Öz Yönetim
- Sosyal Farkındalık

09

**Sosyal Duygusal
Becerilerini
Kullanmalarına ve
Geliştirmelerine
Destek Olun**





• İlişki Geliştirme Becerilerini Geliştirmek İçin

1. Öğrencilerin birbiriyle iletişim kurmaları, etkin dinleme becerilerini kullanmaları ve fikirlerini birbiriyle paylaşmaları ve sınıf içinde güven ortamının oluşması için bazen yapılandırılmış bazen de yapılandırılmamış olanaklar sunun.
2. Ders içeriğinin yoğun olduğu bir günde kısa bir mola vererek, sorular sorarak bu olanakları sunabilirsiniz.



- Hangi yeni beceriyi öğrenmek istersin? Nedenleri nedir?
- Arkadaşının en güçlü yönü nedir? Neden bunu güçlü bir yön olarak değerlendiriyorsun?
- Hayatında en çok değer verdiğin kim? Bu kişi senin için neden bu kadar değerli?
- En sevdiğin kitap hangisi? Bu kitabın neyini beğeniyorsun?
- Kimlerden yardım alıyorsun? Bu kişilerden hangi konularda yardım alıyorsun?

- **İlişki Geliştirme Becerilerini Geliştirmek İçin**



- Öğrenme ortamlarında iş birliğinin ve takım çalışmasının öneminin anlaşılması için öğrencilerin takım halinde çalışmalarına olanak sunacak sınıf düzeni oluşturun. Her bir gruba/takıma grup için ad bulma, slogan yazma ve resim çizme gibi görevler verin.
- Buz kırıcı oyun etkinliklerini sınıf içi grup çalışmalarına dahil edin.

- **Öz Farkındalığı Geliştirmek İçin**



- Öğrencilerin kendileriyle ilgili farkındalıklarını arttırmak, yeni beceriler öğrenebileceklerine ve geliştirmek istedikleri becerileri zaman içerisinde geliştirebileceklerine inanmaları için çalışmalar yapın.
- Öğrencilerin biricik olduklarını keşfedebilmeleri ve kendilerine güvenmeleri için onlardan, onları benzersiz kılan bireysel özelliklerinin ve gurur duydukları özelliklerinin bir listesini yapmalarını isteyin.

- **Öz Farkındalığı Geliştirmek İçin**



- Öğrencilerin olumlu içsel konuşmalar yapmalarını sağlayın.

Kendilerini takdir etmeleri ve kendilerine güvenmeleri için olumlu içsel konuşmaların listelerini verebilir veya öğrencilerden böyle bir liste oluşturmalarını isteyebilirsiniz.

• **Sorumlu Karar Verme Becerisini Geliştirmek İçin;**



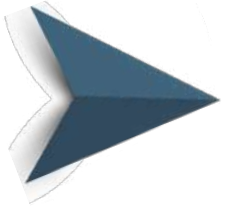
- Öğrencilerin karar verme basamaklarını öğrenebilmeleri için her bir basamakla ilgili sorular sorun (örn., *Bugün ne hakkında karar vermen gerekiyor? Alternatiflerin neler? Bu alternatiflerin avantaj ve dezavantajları nedir? vb.*).
- Kendi karar verme süreçlerinize öğrencileri dahil edin ve onlardan kararlarınızla ilgili tavsiyeler isteyin (örn., *Kilo vermek için diyetisyene mi gitmeliyim yoksa arkadaşlarımdan diyet listesini mi kullanmalıyım. Sizce hangisini yapmalıyım? vb.*).
- Öğrencilerin verdiği önerilerin avantaj ve dezavantajlarını birlikte tartışın.

- **Sosyal Farkındalığı Geliştirmek İçin;**



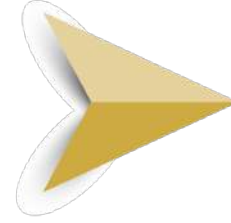
- Faaliyetlerinizde öğrencilerin farklı kültürler, kültürel geçmişler ve bireysel farklılıklar hakkında tartışmaları için zaman ayırın. Bu tür tartışmaları mümkün olduğunca eğitim-öğretim yılının başında yapmaya özen gösterin.
- Sosyal duygusal becerilerle ilgili sınıfınıza özgü örnek olaylar yazın. Öğrencilerden bu örnek olayları sınıf içinde canlandırmalarını isteyin. Öğrencilerin birbiriyle empati kurmalarına yardımcı olun.

Öğrenci Destekleme Yolları



- **İlişki Geliştirme Becerilerini Geliştirmek İçin;**

Takım çalışması yapabilecekleri, birbirlerini etkin bir şekilde dinleyebilecekleri ve birbirlerinin bakış açılarını alabilecekleri etkinlikler tasarlayın.



- **Sosyal Farkındalığı Geliştirmek İçin;**

Öğrencilerinize ortak bir amaç için çalışmayı öğretin. Birlikte bir hikâye tamamlayabilir, pano oluşturabilir veya sınıfın resmini çizebilirsiniz.



- **Sorumlu Karar Verme Becerisini Geliştirmek İçin;**
- **İlişki Geliştirme Becerisini Geliştirmek İçin;**

Öğrencilerin grup çalışmaları sırasında ortaya çıkan problemleri çözmeleri için arkadaşlarıyla konuşmalarını teşvik edin.



- **Sorumlu Karar Verme Becerisini Geliştirmek İçin;**
- **Öz Farkındalığı Geliştirmek İçin;**

İş birliği gerektiren sınıf ve okul içi görevlerde, karar almalarına ve güçlü yönlerini keşfetmelerine olanak sunan görevler verin.



Kaynakça

- Abrahams, L., Pancorbo, G., Primi, R., Santos, D., Kyllonen, P., John, O. P., et al. (2019). Social-emotional skill assessment in children and adolescents: advances and challenges in personality, clinical, and educational contexts. *Psychological Assessment*, 31, 460–473. doi: 10.1037/pas0000591
- Alzahrani, M., Alharbi, M. & Alodwani, A. (2019). The effect of social-emotional competence on children academic achievement and behavioral development. *International Education Studies*, 12(12), 141-149.
- Carter, D. (2016). A nature-based social-emotional approach to supporting young children's holistic development in classrooms with and without walls: The social-emotional and environmental education development (SEED) framework. *International Journal of Early Childhood Environmental Education*, 4(1), p. 9-24.
- Chernyshenko, O., M. Kankaraš and F. Drasgow (2018). *Social and emotional skills for student success and well-being: Conceptual framework for the OECD study on social and emotional skills*. OECD Education Working Papers, No. 173, OECD Publishing, Paris, doi:10.1787/db1d8e59-en.
- Collaborative for Academic Social Emotional Learning. (2003). *Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs*. Chicago. <https://casel.org/safe-and-sound-guide-to-sel-programs/>
- Collaborative for Academic Social Emotional Learning. (2005). *Safe and sound: An educational leader's guide to evidence-based social and emotional learning (SEL) programs*. Collaborative for Academic Social Emotional Learning. Illinois. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED505373.pdf>
- Collaborative for Academic Social Emotional Learning. (2020). *CASEL'S SEL FRAMEWORK: What are the core competence areas and where are they promoted?* Collaborative for Academic Social Emotional Learning. <https://casel.org/casel-sel-framework-11-2020/>

Kaynakça

- De Fruyt, F., Wille, B., and John, O. P. (2015). Employability in the 21st century: complex (interactive) problem solving and other essential skills. *Industrial and Organizational Psychology*, 8, 276–U189. doi: 10.1017/iop.2015.33
- Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., and Gulotta, T. P., (eds.). (2015). *Handbook of Social and Emotional Learning: Research and Practice*. New York, NY: Guildford Press.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. doi:10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x
- Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P., Frey, K. S., Greenberg, M. T., Haynes, N. M., Kessler, R., Schwab-Stone, M. E., & Shriver, T. P. (1997). *Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators*. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Ertanir, B., Kaiser-Kratzmann, J., & Sachse, S. (2020). Long-term interrelations between socio- emotional and language competencies among preschool dual language learners in Germany. *British Journal of Educational Psychology*, 91(2), 1-20.
- Gresham, F., Elliott, S., Metallo, S., Byrd, S., Wilson, E., Erickson, M., Cassidy, K., & Altman, R. (2020). Psychometric fundamentals of the social skills improvement system: Social-emotional learning edition rating forms. *Assessment for Effective Intervention*, 45(3), 194–209. doi:10.1177/1534508418808598
- Gresham, F., Elliott, S., Metallo, S., Byrd, S., Wilson, E., Erickson, M., et al. (2020). Psychometric fundamentals of the social skills improvement system: social-emotional learning edition rating forms. *Assessment for Effective Intervention*, 45, 194–209. doi: 10.1177/1534508418808598

Kaynakça

- Gueldner, B., Feuerborn, L. L., & Meller, K. W. (2010). *Social and emotional learning in the classroom: Promoting mental health and academic success*. New York: Guilford Press.
- Halle, T. G., and Darling-Churchill, K. E. (2016). Review of measures of social and emotional development. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 45, 8–18. doi: 10.1016/j.appdev.2016.02.003
- Huber, L., Plöotner, M., In-Albon, T., Stadelmann, S., & Schmitz, J. (2019). The perspective matters: A multi-informant study on the relationship between social-emotional competence and preschoolers' externalizing and internalizing symptoms. *Child Psychiatry & Human Development*, 50(6), 1021–1036. doi:10.1007/s10578-019-00902-8
- Hukkelberg, S., Keles, S., Ogden, T., & Hammerstrom, K. (2019). The relation between behavioral problems and social competence: A correlational meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 19, 354
- Jones, S. M., McGarrah, M. W., and Kahn, J. (2019). Social and emotional learning: a principled science of human development in context. *Educational Psychologist*. 54, 129–143. doi: 10.1080/00461520.2019.1625776
- Konishi, C., & Wong, T. K. Y. (2018). Relationships and school success: From a social-emotional learning perspective. Health and academic achievement. doi:10.5772/intechopen.75012.
- Kuther, T. L. (2017). *Lifespan development: Lives in context*. Canada: SAGE Publications, Inc.

Kaynakça

- Malti, T., and Noam, G. G. (2016). Social-emotional development: from theory to practice. *European Journal of Developmental Psychology*, 13, 652–665. doi: 10.1080/17405629.2016.1196178
- Mantz, L. S., Bear, G. G., Yang, C., & Harris, A. (2018). The delaware social-emotional competency scale (DSECS-S): Evidence of validity and reliability. *Child Indicators Research*, 11(1), 137–157. [doi:10.1007/s12187-016-9427-6](https://doi.org/10.1007/s12187-016-9427-6)
- Murano, D., Lipnevich, A. A., Walton, K. E., Burrus, J., Way, J. D., & Anguiano-Carrasco, C. (2021). Measuring social and emotional skills in elementary students: Development of self-report likert, situational judgment test, and forced choice items. *Personality and Individual Differences*, 169, Article 110012. doi: 10.1016/j.paid.2020.110012
- Organisation for Economic Co-operation Development (2021). *Social and emotional skills: Well-being, connectedness and success*. [https://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20-%20Well-being,%20connectedness%20and%20success.pdf%20\(website\).pdf](https://www.oecd.org/education/school/UPDATED%20Social%20and%20Emotional%20Skills%20-%20Well-being,%20connectedness%20and%20success.pdf%20(website).pdf)
- Osher, D., Kidron, Y., Brackett, M., Dymnicki, A., Jones, S., and Weissberg, R. P. (2016). Advancing the science and practice of social and emotional learning: looking back and moving forward. *Review of Research in Education*, 40, 644–681. doi: 10.3102/0091732X16673595
- Öztemel, K. (2018). Yaşam boyu gelişim. *Psikolojiye Giriş içinde* (ss. 217-269). Ankara: Pegem Akademi.

Kaynakça

- Primi, R., Santos, D., John, O. P., & Fruyt, F. D. (2016). Development of an inventory assessing social and emotional skills in Brazilian youth. *European Journal of Psychological Assessment*, 32(1), 5–16. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000343>
- Santrock, J. W. (2009). *Life-span development*. Boston, MA: McGraw-Hill.
- Santrock, J. W. (2016). *Yaşamboyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi* (G. Yüksel, Çev.) Ankara: Nobel.
- Schoon, I. (2021). Towards an integrative taxonomy of social-emotional competences. *Frontiers in Psychology*, 12, 515313.
- Sharp, C., Fonagy, P., & Allen, J. G. (2012). Posttraumatic stress disorder: A social-cognitive perspective. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 19(3), 229.
- Zins, J. E., Elias, M. J., & Greenberg, M.T. (2003). Facilitating success in school and in life through social and emotional learning. *Perspectives in Education*, 21, 59–60.
- Zins, J. E., Walberg, H. J., & Weissberg, R. P. (2004). Getting to the heart of school reform: Social and emotional learning for school success. *NASP Communique*, 33(3), 35.
- Zins, J. E., Weissberg, R. P., Wang, M. C., & Walberg, H. J. (Eds.). (2004). *Building academic success on social and emotional learning: What does the research say?* New York: Teachers College Press.

TEŞEKKÜRLER



This project is funded by the European Union.
Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir.
هنا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي



ÖZEL EĞİTİM VE REHBERLİK HİZMETLERİ
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

