

Kendini İzleme Stratejisi: Uygulama İçin 10 Adım

Çıgıl Aykut*

Gazi Üniversitesi

Öz

Bireylerin kendi davranışlarını yönetmesi eğitimin en temel amaçlarından biridir. Öğretmenler, öğrencilerine kendi davranış sorumluluklarını almaları için kendini yönetme stratejilerini kazandırmalıdır. Alan yazında kendini yönetme stratejileri içerisinde yer alan kendini izleme stratejisi, yetersizlikten etkilenmiş öğrencilerin problem davranışlarının azaltılmasında ve akademik becerilerin kazandırılmasında sıklıkla kullanılan bir davranış yönetme stratejisidir. Bu makale, bir kendini yönetme stratejisi olan kendini izleme stratejisi hakkında bilgi vermek ve stratejinin nasıl uygulanacağına yönelik uygulama basamaklarını uygulayıcılara tanıtmak amacıyla yazılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Kendini yönetme stratejisi, kendini izleme stratejisi, davranış yönetimi, akademik beceriler.

Abstract

Managing one individuals' own behaviors is one of the main objectives of education. Teachers should teach self management strategies to their students to take the responsibility of their own behaviors. Self-monitoring, as a component of self-management strategies and behavior management strategy, reduces problems behaviors of students with disabilities and increases academic performance. This article provides information about self-monitoring as self-management strategy and introduces application steps.

Key Words: self-management, self-monitoring, behaviour management, academic skills

*Yrd. Doç. Dr., Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi Özel Eğitim Bölümü, Zihin Engellilerin Eğitimi Anabilim Dalı, E-posta: cigil@gazi.edu.tr

Kendini yönetme stratejileri, bireylerin kendi davranışlarını kontrol etmek üzere kullandıkları süreç ya da süreçlerdir (Browder ve Shapiro,1985). Kendini yönetme stratejisine sahip olan bireyler kendilerine sunulan görevleri iyi bir şekilde analiz eder, hedef koyar, koydukları hedeflere uygun stratejiler belirler, hedeflere ulaşım ulaşılmadıklarıyla ilgili kendilerini izler ve gerektiğinde bu hedeflere ulaşmak için belirledikleri stratejilerde uyarlamalarda bulunurlar (Butler ve Winne, 1995; Zimmerman, 1989).

Bireylerin kendi davranışlarını yönetmesi eğitimin en temel amaçlarından biridir (Cooper, Heron ve Heward, 2007). Öğretmenlerin, öğrencilerinin kendi davranış sorumluluklarını almaları için sürekli ipucu sunmaları ve pekiştirmeleri mümkün değildir. Bu nedenle, öğrencilere kendi davranışlarının sorumluluğunu üstlenmeleri için kendini yönetme stratejileri öğretilmelidir (Schloos ve Smith, 1994). Kendini yöneten öğrenciler dışarıdan bir kontrol sürecine gerek kalmadan da kendi davranışlarını kontrol etmeyi öğrenebilirler ve ortama uygun biçimde davranabilirler; böylece öğretmenin yeni amaçları kazandırabilmesi için öğretime harcadığı zaman artar (Yücesoy-Özkan, 2007).

Kendini yönetme stratejileri, okul öncesi eğitime devam eden çocuklardan üniversite öğrencilerine kadar her yaş grubundaki öğrencilere uygun olmayan davranışların azaltılması ve akademik performansın artırılmasında kullanılan etkili uygulamalardır (Apple, Billingsley ve Schwartz, 2005, Gureasko-Moore, DuPaul ve White, 2007; Koegel ve Frea, 1993; Lannie ve Martens, 2008; Newman ve Hemmes, 1996; Pierce, ve Schreibman, 1994; Reinecke, Newman ve Meinberg, 1999; Stahmer ve Schreibman, 1992). Ayrıca kendini yönetme stratejileri, otizm, öğrenme güçlüğü, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, davranışsal ve duygusal bozukluğu olan çocuklar içinde kullanılan etkili uygulamalardır (Lee, Simpson ve Shogren, 2007; Mooney, Ryan, Uhing, Reid ve Epstein, 2005; Reid, Trout, ve Schartz, 2005).

Kendini yönetme (self-management), farklı tür stratejilerden oluşmaktadır. Alan yazında bu stratejiler, kendine ön uyarı verme (antecedent cue regulation), kendine yönerge verme (self-instruction), kendini değerlendirme (self-evaluation), kendini pekiştirme (self-reinforcement) ve kendini izleme (self-monitoring), stratejileri başlığı altında yer almaktadır (Agran, King-Sears, Wehmeyer ve Copeland, 2003; Alberto ve Troutman, 1995; Boyle ve Hughes, 1994; Browder ve Shapiro, 1985; Koegel ve Koegel, 1990; Schloos ve Smith, 1994).

Kendine ön uyarı verme (antecedent cue regulation), öğrencilere istendik davranışı başlatmayla sonuçlanacak görsel, işitsel ya da dokunsal bir uyarının sunulmasıyla öğrencilerin hedef davranışı sergiler hale gelmesinin sağlanmasıdır. Kendine yönerge verme (self-instruction), öğrencilerin hedef davranışla ilgili sözel ipuçlarını kendilerine verebilmelerini ve istenilen davranışı gerçekleştirmelerini hedefleyen bir kendini yönetme stratejisidir. Kendini değerlendirme stratejisi (self-evaluation), öğrencilerin kendi performanslarıyla ilgili kayıt tutması ve bu kayıtları ulaşılmak istenilen ölçüte göre yorumlama sürecinin kazandırılmasıdır. Kendini pekiştirme (self-reinforcement), öğrencilerin belirlenen ölçütü karşıladıklarında kendilerine bir ödül ya da uyarı sunmalarının öğretilmesi sürecidir. Kendini izleme ise (self-monitoring), öğrencilere kendi davranışlarını incelemelerini ve bu davranışları önceden belirlenen ölçütlere uygun biçimde gerçekleştirip gerçekleştiremediklerini kaydetme sürecinin öğretilmesidir (Agran ve diğ.,2003).

Bu stratejilerden biri ya da bir kaçını kullanarak kazandırılması hedeflenen davranışlar arasında, günlük yaşam becerileri, dikkat süresini artırma, bir etkinlikle meşgul olma, akademik verimliliği artırma, ödev tamamlama, dersle ilgilenme davranışlarının artırılması, akran etkileşimi ve akranlarla oyun gibi pek çok sosyal ve akademik davranışlar sayılabilir. Erken yaşlardan itibaren bu becerilerin kazandırılması öğrencilerin kendi öğrenmeleriyle ilgili tam sorumluluk almalarına, akademik ve sosyal davranışlarını kendi kendilerine düzenlemelerine yardımcı olur. Çünkü kendi başlarına öğrenmeleriyle ilgili sorumluluk almada yetersiz olan öğrencilerin başarıya ulaşma olasılığı oldukça düşüktür (Wehmeyer, Agran ve Hughes, 2003; Yücesoy-Özkan, 2007).

Alan yazında kendini yönetme stratejileri içerisinde yer alan kendini izleme stratejisi, yetersizlikten etkilenmiş öğrencilerle problem davranışların azaltılmasında ve akademik davranışların kazandırılmasında

sıklıkla kullanılan bir davranış yönetme stratejisidir (Agran, Sinclair, Alper, Cavin, Wehmeyer ve Hughes, 2005; Briere ve Simonsen B., 2011; Ganz, 2008; Haytabay-Sosun, 2011; O'Reilly, Tiernan, Lancioni, Lacy, Hillery ve Gardiner, 2002; Rafferty, 2010; Sheffield, ve Waller, 2010; Yücesoy-Özkan, 2007).

Bu makalede, öğrencilere kendini izleme stratejisini kazandırmak için yapılması gereken basamaklara yer verilmiştir.

Kendini İzleme Stratejisi (Self-monitoring)

Kendini izleme stratejisi, kendini gözleme ve kendini kaydetme olmak üzere iki kısımdan oluşmaktadır. Kendini gözleme, öğrencinin hedef davranışı gerçekleştirip gerçekleştirmediğini ve hedef davranış için istenilen ölçütü karşılayıp karşılayamadığını gözlemeyi; kendini kaydetme ise bu gözlemleri öğrencinin kendisinin kaydetmesini içerir (Agran ve ark.,2003; Coyle ve Cole, 2004; Ganz, 2008; Lee, Palmer ve Wehmeyer, 2009).

Kendini izleme stratejisi kullanılarak bir öğrenciye hedeflenen davranışları kazandırmaya karar vermeden önce öğrencinin hedeflenen davranışı hali hazırda sergiliyor olup olmadığı belirlenmelidir. Öncelikle şu unutulmamalıdır ki kendini izleme stratejisi bir öğretim stratejisi değil bir kendini yönetme stratejisidir. Kendini izleme stratejisinin kullanılmasına karar verilen öğrenci için amaç hedeflenen davranışı kazandırmaktan ziyade kendi kendini kontrol etme stratejisini kazandırmaktır. Örneğin, öğrenci eldeli toplama becerisine sahiptir fakat bu sırada bir takım yanlışlıklar yapıyor ve istenilen süreden çok daha uzun bir zamanda verilen işi tamamlıyor. Bu durumda, kendini izleme stratejisi akademik başarıyı arttırmak ve süreyi azaltmak için kullanılacak olan uygun bir stratejidir. Ancak öğrenci eldeli toplama becerisine sahip değilse öncelikli olarak öğrenciye bu becerinin kazandırılması gereklidir. Yönerge izleme, bir etkinlikle meşgul olma, akademik doğruluk, dikkat süresini artırma, akademik ve sosyal performansı artırma gibi pek çok davranış kendini izleme stratejisi kullanılarak öğrencilere kazandırılabilir (Agran ve diğ.,2005; Briere ve Simonsen B., 2011; Ganz, 2008; Haytabay-Sosun, 2011; O'Reilly ve diğ., 2002; Rafferty, 2010; Sheffield ve Waller, 2010; Yücesoy-Özkan, 2007).

Agran ve ark.,(2003), kendini izleme stratejisini öğrencilere kazandırmak için 10 adımdan oluşan bir öğretim planı geliştirmişlerdir. Aşağıda bu planın basamaklarına ve açıklamalarına yer verilmiştir.

Kendini İzleme Stratejisi Öğretim Planı

- 1.Hedef davranışın tanımlanması olumlu ve olumsuz örneklerin sunulması
2. Hedef davranışın yararlarının tartışılması
- 3.Hedef davranış için başarı ölçütünün belirlenmesi ve uygulama yaptırılması
4. Kendini izleme stratejisini ve bu stratejiyi kullanmanın yararlarını anlatma ve bu strateji kullanılırken kullanılacak materyalleri tanıtmaya
5. Kendini izleme stratejisini kullanmaya model olma
6. Rehberli uygulama aşaması
- 7.Öğrencinin kendini izleme stratejisini kullanma yeterliliğinin değerlendirilmesi
8. Kendini izleme stratejisinin kullanılacağı gerçek durumların tartışılması
9. Gerçek durumlarda bağımsız uygulama fırsatının sağlanması
10. Gerçek durumlarda öğrencinin kendini izleme stratejisini kullanma bağımsızlığının değerlendirilmesi.

1. Hedef davranışın tanımlanması olumlu ve olumsuz örneklerin sunulması

Kendini gözleme stratejisinin öğretiminde öncelikle yapılacak olan hedef davranışın tanımlanmasıdır. Hedef davranış gözlenebilir, ölçülebilir terimlerle ifade edilmelidir. Bazı durumlarda hedef davranışın dışında kalacak olan davranışları da tanıma eklemek tanımı daha nesnel kılabilir. Bu açıdan hedef davranış tanımının hem öğrenci hem de öğretmen için daha anlaşılabilir olması için davranışın olduğu ortama ve yapılan işin kapsamına göre olumlu davranış örneklerinin bir sütuna, olumsuz davranış örneklerinin bir sütuna yazılı olduğu bir tablo şekline dönüştürülmesi, gözleyen herkesin aynı davranışı gözlemesine fırsat verir. Örneğin, matematik dersinde verilen problemleri doğru ve istenilen sürede çözmek için gerekli olan uygun davranışlar arasında problemi dikkatli bir şekilde okumak, uygun olmayan davranışlar arasında ise, problemde yer alan sayılarla hemen işlem yapmaya başlamaktır. Öğretmenler, hedef davranış tanımının içinde ve dışında kalan davranış örneklerini bu şekilde ayırdıklarında öğrencilerin hedef davranışın ayırımına varmaları daha kolaylaşacaktır.

2. Hedef davranışın yararlarının tartışılması

Bu basamakta öğretmen, öğrenci için seçilen hedef davranışın önemi üzerinde durur. Bu çok önemli bir basamaktır çünkü bu basamakta öğrencileri yapacakları işin önemine inandırmak gereklidir, çünkü öğrencilerin motivasyonu sağlanmadan bu stratejinin başarıya ulaşması mümkün olmamaktadır. Öğrencilere günlük hayatlarından örnekler verilmelidir. Küçük ve ifade edici dili olmayan öğrencilerle basit ve doğrudan cümleler kullanılmalıdır. Büyük öğrencilerle ise, fikirlerini alma ve ikna etme şeklinde bir tartışma ortamı yaratılmalıdır. Örneğin, akıcı okumayla ilgili küçük öğrencilerle kullanılacak olan ifadelerden biri "Güzel okuduğunda sevdiğin hikâye kitaplarını daha iyi anlayacaksın" vb. gibi ifadeler olurken, büyük öğrencilerle "Dikkatli bir şekilde okuduğunda sınavların nasıl geçeceğini, okumazsan nasıl geçeceğini düşünüyorsun" gibi ifadeler yer verilebilir.

3. Hedef davranış için başarı ölçütünün belirlenmesi ve uygulama yaptırılması

Bu basamakta amaç, öğrencinin hedef davranış tanımının içinde yer alan uygun olan ve olmayan davranışları ayırt ettiğinden emin olmaktır. Öğretmen öğrenciye hedef davranışların olumlu ve olumsuz örneklerini sergiler, daha sonra öğrenciden bu davranışları sergilemesini ister. Öğretmen bu basamakta sergilediği davranışların uygun olup olmadığını öğrenciye sorar, uygun davranışlar üzerinde birlikte hem fikir olunur, uygun olmayan davranışlarda ise nasıl uygun olunacağı konusunda üzerinde konuşulur. Örneğin, yerinde sessizce oturarak verilen işi tamamlama hedef davranışı ele alındığında, önündeki etkinlikle uğraşma ve pencereden dışarı bakma davranışlarını önce öğretmen sergiler, sonra öğrencinin yapmasını ister. Her iki davranış örneğinden sonra da öğretmen ve öğrenci birlikte konuşarak hangi davranışın uygun olup olmadığına karar verirler.

4. Kendini izleme stratejisini ve bu stratejiyi kullanmanın yararlarını anlatma ve bu strateji kullanılırken kullanılacak araç-gereçleri tanıma

Bu basamakta öğrencilere kendini izleme stratejisinin yararları ve bu strateji kullanılırken kullanılacak olan araç-gereçler tanıtılır. Bu araç-gereçlerin başında kendini izleme değerlendirme kontrol listesi yer almaktadır. Kendini izleme değerlendirme kontrol listesi kazandırılmak istenilen hedef davranışın özelliğine uygun olarak hazırlanmış, öğrenciden yapması beklenen davranışların sırasını içerir. Örneğin, hedef davranış toplama işlemlerini hızlı ve doğru bir şekilde yapmak ise, değerlendirme kontrol listesinde, "işlemi okudum mu, doğru cevabı cevap anahtarından kontrol ettim mi, bir işlem bittikten sonra diğer işleme geçtim mi?", şeklinde ifadelerin yer alması gereklidir. Değerlendirme kontrol listesi öğrencilerin yaş düzeyleri dikkate alarak hazırlanmalıdır. Küçük ve okuma yazma becerisine sahip olmayan çocuklar için kontrol listesinde yapmaları gerekli görevler resimlenmelidir. Bu çocuklara kontrol listesini, uygun şekilde davrandıklarında işaretleme yoluyla ya da bir kaba marka atma şeklinde kullanmaları öğretilmelidir. Daha büyük çocuklar için ise, kendi davranışlarını grafikleştirilmenin öğretilmesi gerekebilir. Örneğin, hedef davranış öğrencinin doğru çözdüğü matematik problemlerinin sayısını arttırmak gibi akademik performansı arttırmaya yönelik bir davranış ise öğrencinin her günün sonunda doğru çözdüğü matematik problemlerinin sayısını grafiğe işleyeceği bir sistem

geliştirmek gerekir. Ayrıca bu basamakta öğrencinin kendini izleme sırasında işitsel, dokunsal ya da görsel uyaranlardan hangisinin öğretmen tarafından sunulacağını belirlenmesi gerekmektedir. Genelde mutfak saati ya da mp3 çalar gibi biip sesi veren işitsel uyaranların kullanılması önerilmektedir. Öğretmen bu basamakta, bu araç-gereçlerin nasıl kullanılacağını ilk önce kendisi göstermeli sonra öğrenciden göstermesini istemelidir. Ayrıca, bu basamakta öğrencilerin istenilen ölçüte ulaştıklarında gün içinde ve haftanın sonunda kazanacakları ödüllerin ve çizelgelerinin tanıtılması gerekmektedir.

5. Kendini izleme stratejisini kullanmaya model olma

Bu basamakta öğretmen, kendini izleme stratejisinin kazandırılmak istenilen davranışa nasıl uygulanacağına model olur. Bunun için öğretmen kendini izleme değerlendirme kontrol listesinde yer alan davranışları tek tek yapmalı ve yaparken de yüksek sesle düşünerek öğrenciye model olmalıdır. Öğretmen bu basamakta kasti olarak uygun olmayan davranış örneklerini de sergilemeli ve bu durumun sonucunu da yüksek sesle düşünmelidir. Bu basamak, üzerinde en çok zaman harcanılacak basamak olmalıdır. Örneğin, matematik dersinde verilen problemleri hızlı ve doğru bir şekilde çözmek hedef davranışı için öğretmen "Problemde yazılı olan her bir şeyi dikkatli bir şekilde okumalıyım" yönergesini yüksek sesle söylemeli daha sonra problemi okumalı ve tekrar kendisine " Problemi dikkatli bir şekilde okudum mu" diye sormalıdır. Öğretmen kendisine "Evet" cevabını vererek değerlendirme kontrol listesinde ilgili sütuna işaretini koymalıdır. Aynı şekilde bu basamakta öğretmen olumsuz davranış örneğine de model olmalıdır. "Problemde yazılı olan her bir şeyi dikkatli bir şekilde okumalıyım" yönergesini yüksek sesle söylemeli daha sonra problemi hatalı ve eksik okumalı ve tekrar kendisine "Problemi dikkatli bir şekilde okudum mu" diye sormalıdır. Sonra kendisine "Hayır" cevabını vermeli ve " O zaman şimdi problemde yazılı olan her bir şeyi dikkatli bir şekilde okumalıyım" diyerek uygun olan davranışı sergilemelidir.

6. Rehberli uygulama aşaması

Model olma aşamasından sonra rehberli uygulama aşamasına yer verilmelidir. Öğretmen bu basamakta, kendini izleme stratejisini öğrencilerle birlikte uygular. Rol oynama stratejisine yer verilerek, kendini izleme stratejisinin kullanılacağı gerçek durumlar oluşturulur. Bu aşamada öğretmen model olma basamağından farklı olarak öğrenciye "Şimdi ne yapman gerekli, peki böyle olduğunda ne yapıyorduk " gibi yönlendirici ve hatırlatıcı ipuçlarıyla rehberlik eder. Rol oynama stratejisinin yer aldığı bu basamakta öğrenciler kendini izleme stratejisini kullanmada adım adım bağımsızlaşır hale gelmektedirler.

7. Öğrencinin kendini izleme stratejisini kullanma yeterliliğinin değerlendirilmesi

Öğretmen öğrencinin kendini izleme stratejisini ne düzeyde uyguladığını değerlendirmek için öğrenci yeterliliği değerlendirme kontrol listesi geliştirmelidir. Bu, öğrencinin kullandığı kendini izleme değerlendirme kontrol listesindeki ifadelerin 3. tekil şahısa uyarlanmış halidir. Öğretmen öğrencisinin kontrol listesinde yer alan basamakları doğru bir şekilde uygulayıp uygulamadığından emin olmalıdır. Bu basamak bir bakıma bağımsızlık basamağıdır ve öğrencinin gerçek ortamlarda kendini izleme stratejisini kullanmaya geçmeden önce akıcılığını arttırmayı hedeflemektedir. Örneğin, matematik dersinde verilen problemleri hızlı ve doğru bir şekilde çözmek hedef davranışı için öğretmen öğrencisinin stratejiyi kullanması esnasında "Problemde yazılı olan her kelime ve sayıyı dikkatli bir şekilde okudu mu ?, cevabı cevap anahtarından kontrol etti mi ?" gibi kontrol listesinde yer alan basamakları uygun bir şekilde yerine getirip getirmediğini gözlemeli ve kaydetmelidir. Öğrenci henüz kontrol listesinde yer alan basamakları bağımsız bir şekilde yerine getiremiyorsa model olma ve rehberli uygulama aşamalarına geri dönmelidir. Öğrenciler, bu basamakta bağımsızlık kazanıncaya kadar bu basamakta kalınmalıdır.

8. Kendini izleme stratejisinin kullanılacağı gerçek durumların tartışılması

Bu basamak öğretmenin, öğrenciye artık bu süreci öğrendiğini ve kendi başına kaldığında da öğrendiği tüm bu uygun davranışları bulunduğu ortamda sergileyeceğini ifade ettiği basamaktır. Bu basamakta öğrenciyle nerede ve ne zaman kendini izleme stratejisinin kullanılacağı tartışılır. Örneğin, öğrenciye sessizce oturarak

önündeki işi tamamlamayı öğrendiği bu nedenle de artık sınıf içinde arkadaşlarının arasında da bunu yapabileceği söylenilir.

9. Gerçek durumlarda bağımsız uygulama fırsatının sağlanması

Bu basamakta amaç öğrencinin kendini izleme stratejisini uygulayarak hedef davranışı sergilemesidir. Ancak, öğretmen bu sırada öğrencinin davranışını aralıklarla gözlemlemelidir. Eğer öğrencinin davranışı kabul edilen düzeyin altına düşüyor izlenimi veriyorsa o zaman 7. basamak tekrar gözden geçirilmeli ve gerekli düzenlemeler yapılmalıdır.

10. Gerçek durumlarda öğrencinin kendini izleme stratejisini kullanma bağımsızlığının değerlendirilmesi.

Bu son basamak bir anlamda öğrencinin bu stratejiyi genelleyip genellemediğinin değerlendirilmesidir. Kısacası bu basamak, öğrenciye çalışma süresini hatırlatan mp3 çalar sesinin ya da kontrol listesindeki hatırlatıcı basamakların devre dışı bırakıldığı basamaktır. Bu da öğrencinin kendi davranışını gitgide azalan sıklıklarla gözlemesi ve kaydetmesiyle mümkün olmaktadır. Ancak, bu sırada öğretmen, öğrencinin davranışını aralıklarla gözlemlemeli ve öğrenciye hedef davranışın kapsamına uygun pekiştirme sağlamalıdır. Örneğin, "Sen artık kendi başına hem hızlı hem de doğru bir şekilde problemleri çözebiliyorsun. Aferin sana" gibi ifadelerle öğrenci pekiştirilmelidir.

Alan yazında kendini izleme stratejisi, yetersizlikten etkilenmiş öğrencilerle problem davranışların azaltılmasında ve akademik davranışların kazandırılmasında sıklıkla kullanılan olumlu bir davranış değiştirme stratejisidir (Agran ve diğ., 2005; Briere ve Simonsen B., 2011; Ganz, 2008; Haytabay-Sosun, 2011; O'Reilly ve diğ., 2002; Rafferty, 2010; Sheffield ve Waller, 2010; Yücesoy-Özkan, 2007).

Kendini izleme stratejisinin öğrencilere kazandırılmasıyla sadece onlar değil öğretmenlerde faydalanacaklardır. Çünkü öğrencilerin kendi öğrenmelerinde sorumluluk almaları, öğretmenlerin sınıf kontrolüne daha az zaman ayırmaları buna karşılık öğretim için daha fazla vakit harcamaları anlamına gelmektedir. Bu da sınıflarda daha fazla öğretim amacının gerçekleşmesi demektir. Bu nedenle alanda çalışan kişilere bu stratejiyi kullanarak öğrencilerinin uygun davranışlarını ve akademik performanslarını arttırmaları önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Agran, M., King-Sears, M., Wehmeyer, L.M., & Copeland, S.R. (2003). *Student-Directed learning*. Paul H. Brookes Publishing Co., Inc.
- Agran, M., T. Sinclair, S. Alper, M. Cavin, M. Wehmeyer ve C. Hughes. (2005). Using self-monitoring to increase following direction skills of students with moderate to severe disabilities in general education. *Education and Training in Developmental Disabilities*, 40, 3-13, 2005.
- Alberto, P. A. ve A. C. Troutman. (1995). *Applied behavior analysis for teachers*. (3rd edition) New York: Macmillian Publishing Company.
- Apple, A. L., Billingsley, F., & Schwartz, I. S. (2005). Effects of video modeling alone and with self-management on compliment-giving behaviors of children with high-functioning ASD. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 7, 33-46.
- Boyle, J. R. ve C. A. Hughes. (1994). Effects of self-monitoring and subsequent fading of external prompts on the on-task behavior and task productivity of elementary Students with moderate mental retardation. *Journal of Behavioral Education*, 4, 439-157.
- Briere, D.E., & Simonsen B. (2011). Self-Monitoring Interventions for At-Risk Middle School Students: The Importance of Considering Function. *Behavioral Disorders*, 36 (2), 129–140. Browder, D. M. ve E. S. Shapiro. (1985). Applications of self-management to individuals with severe handicaps: A Review. *Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps*, 10, 200-208.
- Butler, D. L., & Winne, P. H. (1995). Feedback and self-regulated learning: A theoretical synthesis. *Review of Educational Research*, 65, 245-281.
- Ganz, J. B. (2008). Self-monitoring across ages and ability levels: Teaching students to implement their own positive behavior interventions. *Preventing School Failure*, 53(1), 39-48.
- Gureasko-Moore, S., DuPaul, G. J., & White, G. P. (2007). Self-management of classroom preparedness and homework: Effects of school functioning of adolescents with attention deficit hyperactivity disorder. *School Psychology Review*. 36, 647–664.
- Mooney, P., Ryan, J. B., Uhing, B. M., Reid, R., & Epstein, M. H. (2005). A review of self-management interventions targeting academic outcomes for students with emotional and behavioral disorders. *Journal of Behavioral Education*, 14, 203–221.
- Koegel, R. L. ve L. K. Koegel. (1990). Extended reductions in stereotypic behavior of Students with autism through a self-management treatment package. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 23, 119-127.
- Koegel, R. L., & Frea, W. D. (1993). Treatment of social behavior in autism through the modification of pivotal social skills. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 26, 369-377.
- Lannie, A. L. & Martens, B. K. (2008). Targeting performance dimensions in sequence according to the instructional hierarchy: Effects on children' math work within a self-monitoring program. *Journal of Behavioral Education*, (14), 356-375.
- Lee, S., Simpson, R., & Shoran, K. (2007). Effects and implications of self-management for students with autism: A meta-analysis. *Focus on Autism & Other Developmental Disabilities*, 22, 2–13.
- Lee, S., Palmer, S.B., & M. L. Wehmeyer (2009). Goal setting and self-monitoring for students with disabilities: Practical tips and ideas for teachers. *Intervention in School and Clinic*, 44(3), 139-145.

- Newman, B., Buffington, D. M., & Hemmes, N. S. (1996). Self-reinforcement used to increase the appropriate conversation of autistic teenagers. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities, 31*, 304-309.
- O'Reilly, M., Tiernan, R., Lancioni, G., Lacy, C., Hillery, H., & Gardiner, M. (2002). Use of self-monitoring and delayed feedback to increase on-task behavior in a post-institutionalized child within regular classroom settings. *Education and Treatment of Children, 25*, 91-102.
- Pierce, K. L., & Schreibman, L. (1994). Teaching daily living skills to children with autism in unsupervised settings through pictorial self-management. *Journal of Applied Behavior Analysis, 27*, 471-481.
- Rafferty, L.A. (2010). Step-by-step teaching students to self-monitor. *Teaching Exceptional Children, Vol. 43(2)*, 50-58.
- Reid, R., Trout, A. L., & Schartz, M. (2005). Selfregulation interventions for children with attention deficit/hyperactivity disorder. *Exceptional Children, 71*, 361-377.
- Reinecke, D. R., Newman, B., & Meinberg, D. L. (1999). Self-management of sharing in three pre-schoolers with autism. *Education and Training in Mental Retardation and Developmental Disabilities, 34*, 312-317.
- Schloss, P. J. ve M. A. Smith. (1994). *Applied behavior analysis in the classroom*. Boston: Allyn and Bacon.
- Sheffield, K., & Waller, R.J. (2010). A review of single-case studies utilizing self-monitoring interventions to reduce problem classroom behaviors. *Beyond Behavior, 9(29)*, 7-13.
- Stahmer, A. C., & Schreibman, L. (1992). Teaching children with autism appropriate play in unsupervised environments using a self-management treatment package. *Journal of Applied Behavior Analysis, 25*, 447-459.
- Wehmeyer, M. L., M. Agran ve C. Hughes. (2003). *Teaching Self-Determination to Students with Disabilities: Basic Skills for Successful Transition*. Baltimore: Paul H. Brookes Publishing.
- Yücesoy-Özkan, Ş. (2007). *Zihin yetersizliği olan öğrencilere yönelik hazırlanan kendini yönetme stratejileri öğretim paketinin etkililiği*. Yayınlanmamış doktora tezi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Haytabay-Sosun, T. (2011). *Görme Engelli Öğrencilerin okuma etkinliğinde dikkatlerini sürdürme becerileri üzerine kendini izleme tekniğinin etkililiği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Zimmerman, B.J. (1990). Self-regulated learning and academic achievement : An overview. *Educational Psychologist, 25(1)*, 3-17.

Summary

Self-Monitoring: 10 Step For Implementation

Çığıl Aykut*

Gazi University

The main goal of education is to enable students to become independent and to manage their own behaviours (Cooper, Heron & Heward, 2007). Self-management help learners to regulate their own behaviors (Browder ve Shapiro,1985). When students are able to manage their own behaviours they do not rely on external controls, such as teacher prompting so teachers spend most of their time for effective learning instead of behaviour management (Yücesoy-Özkan, 2007). Self-management interventions can be used to help students manage a variety of social and academic behaviours (Apple, Billingsley & Schwartz, 2005, Gureasko-Moore, DuPaul & White, 2007; Koegel & Frea, 1993; Lannie & Martens, 2008; Newman & Hemmes, 1996; Pierce & Schreibman, 1994; Reinecke, Newman & Meinberg, 1999; Stahmer, & Schreibman, 1992). Self-management interventions also can be applied with students including emotional and behavioral disorders, autism, attention deficit/hyperactivity disorder, learning disability and intellectual disabilities (Mooney, Ryan, Uhing, Reid & Epstein, 2005; Reid, Trout, & Schartz, 2005; Lee, Simpson & Shogren, 2007). The literature provides information about five different types of self-management strategies. These are, antecedent cue regulation, self-instruction, self-evaluation, self-reinforcement and self-monitoring (Agran, King-Sears, Wehmeyer & Copeland, 2003; Alberto & Troutman, 1995; Boyle & Hughes, 1994; Browder & Shapiro, 1985; Koegel & Koegel, 1990; Schloos & Smith, 1994). Prior studies have shown that self-monitoring strategie is one highly examined strategy in group of self-management interventions (Agran, Sinclair, Alper, Cavin, Wehmeyer & Hughes, 2005; Briere & Simonsen B., 2011; O'Reilly, Tiernan, Lancioni, Lacy, Hillery & Gardiner, 2002 ; Ganz, 2008; Rafferty, 2010; Lee, Palmer & Wehmeyer, 2009; Yücesoy-Özkan, 2007; Haytabay-Sosun, 2011).

Thus, this article illustrates how teachers can implement self-monitoring in their classroom.

Self-monitoring

Self- monitoring interventions require a student to self-observe his or her own behaviour and self-record whether or not he or she was engaging in the target behaviour (Agran et al.,2003; Coyle & Cole, 2004; Ganz, 2008). Self monitoring can be used to students who have lerned to perform a task or a behaviour. It should be

* Asist. Prof. Dr. Çığıl Aykut, Gazi University Faculty of Education, Department of Special education, Ankara, E-mail: cigil@gazi.edu.tr

noted that it is not a learning strategy it is a process that to manage ones own behaviour. The focus must be on the correct performance. In order to implement self- monitoring with a student, it is recommended that the teacher employ the following 10 steps (Agran et al.,2003).

1. Select the desired behaviour and demonstrate examples and nonexamples.
2. Desired the benefits of the desired behaviour.
3. Provide opportunities to practice the desired behaviour and name the mastery criteria.
4. Describe the self-monitoring procedures and materials that the student will use, and identify the benefits of using self-monitoring.
5. Model the self-monitoring process while performing the desired behaviour.
6. Provide guided practice for using self-monitoring; role play the desired behaviour.
7. Asses student's mastery of self-monitoring within role-play situations.
8. Discuss the authentic situation(s) in which self-monitoring will be used.
9. Provide independent practice opportunities within the authentic situation.
10. Asses student's mastery of self- monitoring within the authentic situation.

1. Select the desired behaviour and demonstrate examples and nonexamples

In this step teachers ensure that students can select the desired behaviour. Teachers can make a chart which is showing the examples and nonexamples of the desired behaviour and then demonstrate to students.

2. Discuss the benefits of the desired behaviour

While discussing, it is important for teachers to think what motivating factors are appropriate for the students. For younger students or students who are less verbal the discussion may be simplistic and direct. For older students and students who are verbal the discussion may be more complex.

3. Provide opportunities to practice the desired behaviour and name the mastery criteria.

The purpose of this step is addition to step one and two to provide students the clear criteria that match the desired behaviours.

4. Describe the self-monitoring procedures and materials that the student will use, and identify the benefits of using self-monitoring.

Students are at this stage not responsible for proficiently and independently using self-monitoring, only they simply introduced to the strategy. Teachers show students the self-monitoring device and tell students how to use it.

5. Model the self-monitoring process while performing the desired behaviour.

The teacher should model the steps in their entirety.

6. Provide guided practice for using self-monitoring; role play the desired behaviour.

The teacher should provide guided practice to student. The students begin to use the self monitoring device in role-play situations. In this step teachers should develop several role play situations that simulate real life situations and practice examples and nonexamples.

7. Asses student's mastery of self-monitoring within role-play situations.

In this step teachers should asses students whether they use self-monitoring devices and why they are using them.

8. Discuss the authentic situation(s) in which self-monitoring will be used.

In this step teacher and student discuss the real situation when and where to use self-monitoring.

9. Provide independent practice opportunities within the authentic situation.

In this step the student should practice using the device by him or her self. If there is a problem then should be turned to step 7.

10. Asses student's mastery of self- monitoring within the authentic situation.

In this step teacher gradually decrease observations across time but provide feedback and reinforcement to the students.

Prior studies have shown that self-monitoring strategie is one of the most researched group of self-management interventions (Agran, Sinclair, Alper, Cavin, , Wehmeyer & Hughes, 2005; Briere & Simonsen B., 2011; O'Reilly, Tiernan, Lancioni, Lacy, Hillery & Gardiner, 2002 ; Ganz, 2008; Rafferty, 2010; Yücesoy-Özkan, 2007; Haytabay-Sosun, 2011).

Self-monitoring is one of the self-management strategies. Self-management interventions can be used to help students manage a variety of social and academic behaviours. In classrooms teachers are facing wide variety of students with an array of needs. It is not always possible for a teacher to constantly manage all of the student's behaviour. Therefore, educators must teach their students to manage their own behaviour also students who effectively used self- monitoring process tend to have higher levels of school achievement.

