

Sosyal Bilgiler Derslerinde Belgesel Film Kullanımının Akademik Başarıya ve Bilinçli Farkındalık Düzeylerine Etkisi

Özlem BEKTAŞ-ÖZTAŞKIN¹

ÖZET

Bu çalışmada, Sosyal Bilgiler derslerinde belgesel film kullanımının akademik başarıya ve bilinçli farkındalık düzeylerine etkisi araştırılmıştır. Araştırma, deneysel araştırma modellerinden biri olan ön test-son test kontrol gruplu deneme modeline göre desenlenmiştir. Araştırmaya 2012-2013 öğretim yılında Erzincan il merkezinde yer alan Bahçelievler Ortaokulu altıncı sınıf öğrencileri katılmıştır. Deney ve kontrol gruplarında toplam 54 öğrenci araştırmaya alınmıştır. Deneysel işlem altı hafta sürmüştür. Araştırmacı tarafından dersin konularına paralel olarak ve ders içeriğine özgün hazırlanan belgeseller deney grubuna sunulmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen ve 6. sınıf öğrencilerinin Sosyal Bilgiler Dersi akademik başarı düzeylerini belirlemeyi amaçlayan “Yeryüzünde Yaşam Ünitesi Akademik Başarı Testi”, Brown ve Ryan (2003) tarafından geliştirilen Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz (2011) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ)” kullanılmıştır. Gruplar; Sosyal Bilgiler Dersi Başarı Testi ve Bilinçli Farkındalık Ölçeği öntest sonuçları dikkate alınarak eşitlenmiştir. Sonuç olarak akademik başarı düzeyleri açısından deney grubunun, kontrol grubuna göre daha başarılı olduğu Sosyal Bilgiler derslerinde belgesel film bilinçli farkındalıkları üzerinde olumlu yönde etkili olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Bilinçli farkındalık, Belgesel film, Sosyal bilgiler

 DOI Number: <http://dx.doi.org/10.12973/jesr.2013.329a>

¹ Yrd.Doç. Dr. - Erzincan Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi, Tarih Bölümü - ozlemteba@hotmail.com

GİRİŞ

Son yıllarda, Farkındalık Temelli Psikoterapilerde özellikle “Farkındalık Temelli Stress Azaltımı (Mindfulness Based Stress Reduction)” ve “Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi (Mindfulness Based Cognitive Therapy)”ye yönelik uygulamalar “gündelik farkındalığı” geliştirmeye yardımcı olmak çabasıdır (Thompson & Waltz, 2007). Alanyazına göre farkındalık (mindfulness) güncel olay ve deneyim bilincine yönelik algısal bir dikkat (Carlson & Brown, 2005), içsel deneyimlerin gözlemlenmesini içeren bir zihin ve beden pratiği (Kabat-Zinn 2005 Akt: Çatak & Ögel, 2010a), kişinin kendisini an’a uyumlu hale getirmenin bir yolu (Thompson & Waltz, 2007) ve etkileşimli bilişsel alt sistemler kuramı ve öz düzenleyici yürütücü işlevler kuramının odak noktasıdır (Wells, 2002; Teasdale, 1999 Akt: Boysan, 2012, 8).

Farkındalıkta geçmiş deneyimler nedeniyle dikkati dağılmış olmanın aksine, kişinin birincil deneyimleri konusunda bilinçli olma gayreti ve peşin hükümlü olmama davranışını muhafaza etme durumu söz konusudur (Thompson & Waltz, 2007). Diğer açıdan açık, anlayışlı, yargılayıcı olmayan biri olmanın temel bir karakteristiği ile dikkat ve ön farkındalığı bütünleştiren bir bilinç durumudur. Farkında olmak dikkatli ve bilinçli olmaktır. Örneğin, “bir birey duştaysa, bu kişi ılık suyu anı anına duysal deneyimine uyumlu hale getirilebilir ki aynı zamanda bu kişi şampuan ve sabunların değişen kokularının da periferik olarak bilincindedir (Schonert-Reichl & Lawlor, 2010, 2)”. Farkındalık, dürtüsel ya da otomatik olarak gerçekleşen bilinç dışı davranış, diğer deyişle “otomatik pilot” olmanın aksine, mevcut deneyim üzerine odaklanma ve bilinçli olma (Schonert-Reichl & Lawlor, 2010). Elbette bu durumda yargılamadan, anlık deneyimin iyi ya da kötü, doğru ya da yanlış, önemli ya da önemsiz olduğunu düşünmeden, geçmiş ve gelecekte ziyade “ana” yönelinilir ki bu da dikkat gerektiren “aktif” bir süreçtir (Hooker & Fodor, 2008).

Geleneksel olarak farkındalık, “uyanık ve canlı bir dikkatle sonuçlanan aralıksız yalın dikkatin işlenmesi” ve “uyumlu ve uyumsuz düşünce ve hislerin anı anına çalışmalarını anlamak için introspektif farkındalık” şeklinde bilişsel kavrama süreçleri göstergesi olan iki evrede ele alınır (Van Dam, Earleywin & Borders, 2010). Süreçte birey “olumsuz duyguları ortaya çıktığında onları değiştirmeye ya da bastırmaya çalışmadan, aynı zamanda onlardan da kaçmadan, kendini yargılamadan, olumsuz duygulara ilişkin açık düşünmeyi tercih eder (Tatlıoğlu & Deniz, 2011)”. Birey aynı zamanda devam etmekte olan olayların ve deneyimlerin olağandan daha fazla bilincindedir (Özyeşil, Arslan, Kesici & Deniz, 2011).

Farkındalığın, psikolojik ve klinik sağlık sorunlarındaki rolünün daha iyi anlaşılmasına odaklanan araştırmalar pek çok farklı bakış açısı ile açıklanan farkındalığın duysal, potansiyel ve fiziksel yararları olduğunu öne sürmektedir (Zvolensky vd., 2006). Farkındalık çalışmaları aynı zamanda bilinçliliğe bakış açısını geliştirmek ve bunun nasıl yapılandırıldığını ve insanın işlevselliğindeki rolünün ne olduğunun anlaşılmasına yardımcı olmaktadır (Özyeşil vd., 2011).

Farkındalık Temelli Terapiler (Mindfulness Based Therapies), ruh sağlığı alanında sıkça adından söz edilmeye başlanan farkındalık düzeyini arttırmaya yönelik çeşitli teknik ve alıştırmaların kullanıldığı yaklaşımlardır. Bunların bir bölümü meditasyon ağırlıklıyken diğerleri çeşitli bilişsel ve yaşantısal alıştırmaları kapsamaktadır. Depresyon, yeme bozuklukları, madde bağımlılığı gibi sorunlara destek olarak kullanılmaktadır. Farkındalık Temelli Terapilerin Bilişsel terapilerle, duygu düzenleme, dikkat düzenleme ve maruz bırakma gibi ortak değişim mekanizmalarına sahip olması birlikte değerlendirilmesine sebep olmuştur. Bilişsel süreçler çerçevesinde ele alınan çalışmalar farkındalığı üstbilişle

ilişkilendirmektedir (Çatak & Ögel, 2010a, 2010b). Üstbiliş ise; “kişinin kendi zihnindeki olay ve işlevlerin farkında olmasını, zihin olaylarını ve işlevlerini amaçlı yönlendirebilmesini içeren bir üst sistem” olarak ifade edilmektedir (Crick, 2000; Dienes & Perner 1999 Akt: Tosun & Irak, 2008, 68).

Farkındalık üzerine dünyada özellikle son yıllarda çalışmalar artmakla birlikte ülkemizde bu kapsamda yapılan çalışmalar oldukça sınırlıdır. Çalışma raporları “Farkındalık” kapsamında yapılan çalışmaların pek çok yararı olduğunu ortaya koymaktadır. Baysal ve Demirbaş’a göre (2012) “Bilinçli farkındalık yaratıcılık, dikkat, öğrenme, zihin, beyin, vücut, davranış sağlığı, beceri, zihinsel sağlık, yaşam kalitesi üzerinde olumlu/güçlü etkisi söz konusu olmakla birlikte stres, kaygı ve depresyonu azaltmakta, duygusal farkındalık, psikolojik akıllılık, duygusal zeka, öz anlayış, pozitif duygu, empati ve yaşam kalitesi değişkenleri ile pozitif yönde, okuma güçlüğü, ruhsal bozukluk, duyguların ifade edilememesi, kişilik çözünmesi, negatif duygu ve internet bağımlılığı ile negatif yönde ilişkili bulunmaktadır”. Nitekim farkındalık çalışmalarında anksiyete ve davranış problemlerinde azalma (Semple, Lee, Dinelia & Miller, 2010), sosyal becerilerde ve akademik performansta artış (Beauchemin, Hutchins & Patterson, 2008), depresyon belirtilerinde azalma (Liehr & Diaz, 2010), iyimserlik ve pozitif duygularda önemli seviyelerde artış, muhalif davranışlarda ve saldırganlıkta azalma ve çocukların sosyal ve duygusal yetkinlik durumlarında iyileşme (Schonert-Reichl & Lawlor, 2010), farkındalıkta artış (Huppert & Johnson, 2010), negatif etkilerde azalma, sakinlikte, duygusal düzenleme kendini kabul, rahatlama, farkındalık ve netlikte artış (Broderick & Metz, 2009) olduğu tespit edilmiştir. Wall (2005) tarafından 11-13 yaşları arasındaki çocuklarla “Farkındalık Temelli Stress Azaltımı” programı kapsamında yaptığı araştırma sonuçlarında sakinlik, gevşeme, uyku, öz-bakım, öz-farkındalık ve doğayla ilişkilerde artış olduğu rapor edilmiştir. Napoli, Krech ve Holley (2005) tarafından yapılan çalışmada ise “Dikkat Akademi Programı”nda yer alan 5-8 yaşları arasında yüksek anksiyete gösteren 225 çocukla farkındalık ve rahatlama çalışmaları sonuçları hem sınav kaygısında hem de ADHD (Attention Deficit and Hyperactive Disorder) davranışlarında azalma, dikkat yeteneğinde artış olduğu tespit edilmiştir.

Bilinçli farkındalık ile ilgili eğitim çalışmaları öğrenmenin “eğlenceli” olması gerektiği merkezindedir. Bu gerçekleşmediğinde ise “bilinçsizlik/umursamazlık” durumunun açığa çıktığı vurgulanmaktadır. Eğitim sürecinin ilgi çekici ve zevkli hale getirilmesi bilinç seviyesini, dolayısıyla öğrenmeyi etkilemektedir (Langer & Moldoveanu, 2000 Akt: Baysal & Demirbaş, 2012, 14). Öğrenme ortamlarında görsellerin zenginliği, öğrenmenin eğlenceli ve kalıcı olmasını, öğrenenlerin uzun süreli hafızada şemaları kullanarak öğrenmeyi zevkli ve heyecanlı kılacak pek çok duyuşsal öğeyide kullanılmasını sağlamaktadır (Karadüz, 2010).

Sosyal Bilgiler derslerinde öğretmen merkezli sınıf yapısı öğrenenleri motive edici yeterli imkânı vermemektedir. Öğretmenler sürekli öğrencilerini motive etme mücadelesi içindedir (Heafner, 2004). Çünkü motivasyon, öğrencilerin yaratıcılıkları, öğrenme stilleri ve akademik başarıları üzerinde önemli ve etkili bir faktördür (Dede & Yaman, 2008). Sosyal Bilgiler öğretiminde yararlanılması gereken motive edici ve ilgi çekici pek çok görsel materyalden biri de belgesellerdir. Belgesel filmler, Sosyal Bilgiler derslerinde öğretimin tarih konularının öğretiminde yararlanılabilecek, geçmişte yaşayan halkların kararlarını ve inançlarının anlaşılması için işlevsel bir mekanizmadır. Ayrıca öğrencilerin ders kitaplarında karşılaşamayacakları türden çok çeşitli olay, konu ve insanları içine alan bir perspektif yüküldür (Marcus & Stoddard, 2009).

Demircioğlu'na göre (2007) öğrencilerde davranış değişikliği meydana getirebilecek olan her çeşit film tarih derslerinde kullanılabilir. Nitekim tarih eğitimi geleneksel öğretim teknikleri ile işlendiğinde tarih konularını geçmişte meydana gelmiş sıkıcı olaylar olarak algılanmaktadır ve bu da içeriğe olan dikkatlerin azalmasına neden olmaktadır (Derelioğlu & Şar, 2010). Konuların anlaşılabilirliğini arttıran roman, hikâye, şiir gibi unsurların yanı sıra özenle hazırlanmış ve nesnel bir anlayışla ortaya çıkarılmış olan belgeseller, tarihin görselleşmesini sağlamakta, tarih ile ilgili bilgilerin, topluma aktarılmasında etkili olmaktadır (Çaplı, 2002).

Bu bağlamda, bu çalışmada Sosyal Bilgiler dersi açısından belgesel filmle işlenen tarih içerikli bir ünite sonunda "akademik başarı" ve "bilinçli farkındalık"ın değişikliğe uğrayıp uğramadığı ya da ne düzeyde etkilendiği tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırmada deney grubuna belgesel filmler kullanılarak, kontrol grubuna ise geleneksel öğretim yöntemi kullanılarak öğretim yapılmıştır. Akademik başarının belirlenmesinde "Yeryüzünde Yaşam" ünitesi kullanılmıştır. Bu çalışmanın amacı "Sosyal Bilgiler derslerinde belgesel film kullanımının akademik başarıya ve bilinçli farkındalık düzeylerine etkisi"nin belirlenmesidir. Bu amaca ulaşmak için şu sorulara yanıt aranmıştır:

1. Deney grubu öğrencileri ile kontrol grubu öğrencilerinin, deneysel işlem öncesindeki akademik başarıları ve bilinçli farkındalık düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
2. Deney grubu öğrencileri ile kontrol grubu öğrencilerinin, deneysel işlem sonrasındaki akademik başarıları ve bilinçli farkındalık düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
3. Deney grubu öğrencilerinin akademik başarı ve bilinçli farkındalık düzeyi öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Kontrol grubu öğrencilerinin akademik başarı ve bilinçli farkındalık düzeyi öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

YÖNTEM

Araştırma Deseni

Bu araştırma, Sosyal Bilgiler dersinde belgesel film kullanımının ilköğretim altıncı sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına ve bilinçli farkındalık düzeylerine etkisini sınamak üzere "ön test-son test kontrol gruplu" deneme modeline göre desenlenmiştir. Öntest-sontest kontrol gruplu modelde biri deney, diğeri de kontrol grubu olmak üzere yansız atama yöntemiyle iki grup oluşturulmuştur. Her iki grupta da deney öncesi ve deney sonrası ölçmeler yapılmıştır. Araştırmada, belgesel filmler kullanılarak öğretim yapıldığı grup deney grubu, geleneksel yöntemin uygulandığı sınıf kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Grupların ders planları, ders araç-gereçleri ve diğer bütün yazılı belgeler araştırmacılar tarafından hazırlanmış, dersler ise deneyimli Sosyal Bilgiler öğretmeni tarafından işlenmiştir. Araştırmada; bağımsız değişkenlerin (belgesel film ve geleneksel yöntem), bağımlı değişkenlerin (akademik başarı, bilinçli farkındalık) üzerinde etkili olup olmadığı sorusuna yanıt aranmıştır.

Tablo 1. Çalışma deseni

Gruplar	Öntest	Yöntem	Sontest
Gd	T1, T2	Belgesel Filmlere Dayalı Öğretim	T1, T2
Gk	T1, T2	Geleneksel Öğretim	T1, T2

Gd: Belgesel Filmlere Dayalı Öğretimin Yapıldığı Deney Grubu
Gk: Geleneksel Öğretim Yönteminin Uygulandığı Kontrol Grubu

T1: Akademik Başarı Testi
T2: Bilinçli Farkındalık Ölçeği

Evren-Örnekleme

Araştırmaya 2012-2013 eğitim-öğretim yılı güz döneminde, Erzincan il merkezinde yer alan Bahçelievler Ortaokulu altıncı sınıf öğrencileri katılmıştır. Çalışma için gerekli izin araştırmacıların bağlı bulunduğu üniversite rektörlüğü ve Erzincan İl Milli Eğitim Müdürlüğü onayıyla sağlanmıştır. Deney grubunda 6/C sınıfından 27 (17 kız, 10 erkek), kontrol grubunda 6/A sınıfından 27 (13 kız, 14 erkek) olmak üzere toplam 54 öğrenci araştırmaya alınmıştır.

Öğrencileri denkleştirmede, deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilere başarılarını ölçmek amacıyla öntest niteliğinde “Yeryüzünde Yaşam Ünitesi Akademik Başarı Testi (YYÜABT)” ve “Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ)” öntest puanları dikkate alınmıştır. Grupların denk olup olmadıklarını tespit etmek için bağımsız gruplar “t” testi (Independent Samples “t” test) analizi yapılmış; deneklerin bu testlerden aldıkları puanların aritmetik ortalamaları, standart sapmaları, bağımsız gruplar için t testi puanları Tablo 2’de verilmiştir.

Denel işlem, 15 Ekim 2012 – 31 Kasım 2012 tarihleri arası haftada 3 ders saati, 6 hafta toplam 18 saatte gerçekleştirilmiştir. Çalışma “Yeryüzünde Yaşam” ünitesi boyunca yapılmıştır. Deney grubu öğrencilerinde, işlenen ünite boyunca belgesel filmlere dayalı olarak öğretim yapılmış, kontrol grubunda ise geleneksel yöntem kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından dersin konularına paralel olarak ve ders içeriğine özgün hazırlanan belgeseller deney grubuna sunulmuştur.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak “Yeryüzünde Yaşam Ünitesi Akademik Başarı Testi (YYÜABT)” ve “Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ)” kullanılmıştır.

Yeryüzünde Yaşam Ünitesi Akademik Başarı Testi. Başarı testinin geliştirilmesi sırasında ilk olarak, İlköğretim 6.sınıf Sosyal Bilgiler Dersi Programının “Yeryüzünde Yaşam” ünitesi için öngörülen kazanımlar çerçevesinde hazırlanan belirtke tablosundan, konu ile ilgili alanyazından, ülke çapında yapılan merkezi sınavlarda sorulan sorulardan yararlanılmış ve başarı testinin kazanım örneklemini temsil edip etmediği ve hedeflenen davranışları ölçüp ölçmediğinin tespiti için üç farklı Sosyal Bilgiler öğretmeni, alanda uzman iki, eğitim bilimi alanında dört uzmanın görüşleri alınarak ve ders öğretmenin önerileri doğrultusunda 30 maddelik ilk test oluşturulmuştur. Öneriler çerçevesinde test yeniden düzenlenerek, farklı ilköğretim okullarında okuyan toplam 139 öğrenciye uygulanmıştır. Pilot çalışma sonrasında yapılan madde analizi sonucunda güvenilirliği düşüren 5 madde çıkarılarak teste son hali verilmiştir. Testin güvenilirlik katsayısı Kuder-Richardson (KR-20) değeri 0,88 olarak hesaplanmıştır.

Bilinçli Farkındalık Ölçeği. Brown ve Ryan (2003) tarafından geliştirilen Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz (2011) tarafından Türkçe’ye uyarlanan geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış olan “Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ)” nin kullanılmıştır. Brown ve Ryan (2003) tarafından geliştirilen Bilinçli Farkındalık Ölçeği (BİFÖ), günlük yaşamdaki anlık deneyimlerin farkında ve bunlara karşı dikkatli olma yönündeki genel eğilimi ölçen 15

maddelik bir ölçektir. BİFÖ tek faktörlü bir yapıya sahiptir ve tek bir toplam puan verir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bilinçli farkındalığın yüksek olduğunu gösterir. BİFÖ 6 dereceli (Hemen hemen her zaman, çoğu zaman, bazen, nadiren, oldukça seyrek, hemen hemen hiçbir zaman) Likert tipi bir ölçektir. BİFÖ'nün yapı geçerliği için hem açımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizinde, BİFÖ tek faktörlü bir yapı göstermiştir. Faktör yük değerleri .27 ile .78 arasında değişmektedir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, uyum indeksleri BİFÖ'nün tek faktörlü yapı gösterdiğini doğrulamıştır ($c2/sd=189.57/90$, GFI: .92, CFI:.91, RMSEA:.058). Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (coefficient alpha) .82 dir. Ölçekten elde edilen madde toplam korelasyonları .25 ile .72 arasında değişmektedir. BİFÖ'nün test-tekrar güvenilirliği dört hafta aralıkla yapılmış ve iki uygulama arasında .81 ilişki bulunmuştur. BİFÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliği için; Beş Büyük Kişilik Özelliği, Sürekli Duygu Durum Ölçeği, Bilinçli Farkındalık-Farkındasızlık Ölçeği ve Özbilinç Ölçeği kullanılmış, aralarında anlamlı düzeyde ilişkiler saptanmıştır. Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz (2011) tarafından BİFÖ için yapılan madde toplam korelasyonu sonucunda ölçeğin bütün maddeleri için .40'ın üzerinde ilişki ortaya çıkmıştır. BİFÖ'nün her bir madde için madde faktör yükleri .48 ile .81 arasında değişmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .80 ve test-tekrar test korelasyon .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için madde analizine bağlı olarak hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .80 ve test-tekrar test korelasyon .86'dır. Bu araştırmanın Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı ise; 0,81'dir.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde; deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin başarı testi puanları ve bilinçli farkındalık ölçeği puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için de "İlişkisiz Örneklem T-Testi (Independent Samples T Test)", Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin başarı testi puanları ve bilinçli farkındalık ölçeği puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için de "İlişkili Örneklem T-Testi (Paired Samples T Test)" tekniği kullanılmıştır.

BULGULAR

Bu kısımda ilk önce, deney ve kontrol grubunun öntest puanları, daha sonra sontest puanları karşılaştırılmıştır. Daha sonra ise deney ve kontrol grupları kendi içerisinde karşılaştırmaya tabi tutulmuştur. Tablo 2'de deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin YYÜABT öntest puanlarına ilişkin bağımsız gruplar için t-testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 2. Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin YYÜABT öntest puanlarına ilişkin bağımsız gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Deney	27	10,89	3,10	52	1,380	,174*
Kontrol	27	9,79	2,80			

*p> 0.05

Tablo 2 incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin YYÜABT öntest puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı görülmektedir ($t_{(52)}=1,380$; $p>0.05$). Uygulama öncesinde deney grubundaki öğrencilerin YYÜABT puanları N ($\bar{x}=10,89$) kontrol grubundaki öğrencilerin YYÜABT puanlarından ($\bar{x}=9,79$) yüksek olsa da bu farklılık

istatistiksel olarak anlamlı değildir. Tablo 3'te deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin BİFÖ öntest puanlarına ilişkin bağımsız gruplar için t-testi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 3. Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin BİFÖ öntest puanlarına ilişkin bağımsız gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Deney	27	48,4	11,36	52	0,549	,585 *
Kontrol	27	50,1	10,91			

*p> 0.05

Tablo 3 incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin BİFÖ öntest puanları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı görülmektedir ($t_{(52)}=0,549$; $p>0.05$). Uygulama öncesinde kontrol grubundaki öğrencilerinin YYÜABT puanları ($\bar{x}=50,1$) deney grubundaki öğrencilerin YYÜABT puanlarından ($\bar{x}=48,4$) yüksek olsa da bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Belgesel filmler kullanılarak öğretimin yapıldığı deney grubu öğrencileri ile geleneksel öğretim yönteminin kullanıldığı kontrol grubu öğrencilerinin, deneysel işlem sonrası “Yeryüzünde Yaşam” ünitesi ile ilgili akademik başarıları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını test etmek üzere YYÜABT, deney ve kontrol gruplarına deneysel işlem sonrası sontest olarak uygulanmış, gruplar arasında fark olup olmadığını ortaya koymak için t testi (bağımsız gruplar için) analiz yöntemi ile değerlendirilmiş ve bulgular Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin YYÜABT sontest puanlarına ilişkin bağımsız gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Deney	27	15,63	4,06	52	2,976	,004*
Kontrol	27	12,74	2,98			

*p<0.05

Tablo 4 incelendiğinde, deney ve kontrol grubunda bulunan öğrencilerin, belgesel film kullanımının öğrencilerin akademik başarılarına etkisini belirlemek için hazırlanan başarı testinden elde edilen sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($t_{(52)}=2,976$, $p<0.05$). Deney grubunda yer alan öğrencilerin sontest puan ortalamaları ($\bar{x}=15,63$) iken, bu değer kontrol grubunda ($\bar{x}=12,74$) olarak gerçekleşmiştir. Aradaki bu fark istatistiksel olarak anlamlıdır. Buna göre, Sosyal Bilgiler öğretiminde belgesel film kullanılarak deneysel uygulama yapılan öğrencilerin puanlarının, geleneksel öğretim yöntemlerinin kullanıldığı kontrol grubunun puanlarına göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum Sosyal Bilgiler öğretiminde belgesel film kullanımının öğrencilerin akademik başarı puanlarına olumlu yönde katkı sağladığı şeklinde yorumlanabilir.

Belgesel filmler kullanılarak öğretimin yapıldığı deney grubu öğrencileri ile geleneksel öğretim yönteminin kullanıldığı kontrol grubu öğrencilerinin, deneysel işlem sonrası bilinçli farkındalıkları arasında anlamlı olup olmadığına ilişkin problemi test etmek üzere BİFÖ, deney ve kontrol gruplarına deneysel işlem sonrası sontest olarak uygulanmış, gruplar arasında fark t testi (bağımsız gruplar için) analiz yöntemi ile değerlendirilmiş ve bulgular Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5. Deney ve Kontrol gruplarındaki öğrencilerin BİFÖ sontest puanlarına ilişkin bağımsız gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Deney	27	58,63	7,88	52	3,491	,001*
Kontrol	27	49,04	11,90			

*p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin BİFÖ sontest puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir ($t_{(52)}=3,491$; $p<0.05$). Deneysel işlem sonrasında deney grubundaki öğrencilerin YYÜABT puanları N ($\bar{x}=58,63$) kontrol grubundaki öğrencilerin YYÜABT puanlarından ($\bar{x}=49,04$) yüksektir ve bu artış istatistiksel olarak anlamlıdır.

Akademik başarı düzeyleri açısından sontest puanlarına göre; deney grubunun, kontrol grubuna göre daha başarılı olduğunu görülmektedir. Deney ve kontrol gruplarının öntest ve sontest puanları arasında fark olup olmadığı t testi (bağımlı gruplar için) analiz yöntemi ile değerlendirilmiş ve bulgular Tablo 6 ve Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 6. Deney grubu öğrencilerinin YYÜABT öntest-sontest puanlarına ilişkin bağımlı gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Öntest	27	10,88	3,10	26	4,295	,000*
Sontest	27	15,62	4,06			

*p<0.05

Tablo 6 incelendiğinde, deney grubunda bulunan öğrencilerin YYÜABT öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($t_{(26)}=4,295$ $p<0.05$). Bu verilere göre, Sosyal Bilgiler öğretiminde belgesel filmlerin kullanıldığı deney grubundaki öğrencilerin öntest puanları ortalaması ($\bar{x}=10,88$) iken, sontest puanları ortalamaları ise ($\bar{x}=15,62$) olarak gerçekleşmiştir. Bu artışın, sontest puanları lehine olması, Yeryüzünde Yaşam Ünitesinin belgesel film kullanılarak işlenmesinin deney grubundaki öğrencilerin başarılarını istatistikî olarak arttırdığı şeklinde yorumlanabilir.

BİFÖ açısından deney grubunun ve kontrol grubunun kendi içerisinde öntest-sontest puanları arasındaki ilişkiyi test etmek üzere; BİFÖ, deney ve kontrol gruplarına deneysel işlem öncesi ve sonrasında öntest ve sontest olarak uygulanmış, gruplar arasındaki fark t testi (bağımlı gruplar için) analiz yöntemi ile değerlendirilmiş ve bulgular Tablo 7 ve Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 7. Deney grubu öğrencilerinin BİFÖ öntest-sontest puanlarına ilişkin bağımlı gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Öntest	27	48,48	11,36	26	3,869	,001*
Sontest	27	58,63	7,88			

*p<0.05

Tablo 7 incelendiğinde, deney grubundaki öğrencilerin BİFÖ öntest-sontest puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir ($t_{(26)}=3,869$; $p<0.05$). Buna göre belgesel filmlerle öğrenim gören öğrencilerin BİFÖ sontest puanları ($\bar{x}=58,63$) öntest puanlarına göre ($\bar{x}=48,48$) daha yüksektir. Bu sonuç Sosyal Bilgiler dersinde belgesel film kullanımının öğrencilerin bilinçli farkındalıklarının artmasında etkili olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 8. Kontrol grubu öğrencilerinin YYÜABT öntest-sontest puanlarına ilişkin bağımlı gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Öntest	27	9,77	2,80	26	3,835	,003*
Sontest	27	12,74	2,98			

* $p<0.05$

Tablo 8 incelendiğinde, geleneksel öğretim yöntemlerinin kullanıldığı kontrol grubu öğrencilerinin öntest ve sontest YYÜABT başarı puanları arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($t_{(26)}=3,835$, $p<0.05$). Kontrol grubunda yer alan öğrencilerin akademik başarıları, süreç sonunda, süreç başına göre daha yüksektir. Fakat deney grubunda elde edilen başarı düzeyi ile kıyaslandığında, bu artışın daha az olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Kontrol grubu öğrencilerinin BİFÖ öntest-sontest puanlarına ilişkin bağımlı gruplar için t-testi

Grup	N	\bar{X}	S	df	t	p
Öntest	27	50,15	10,91	26	0,327	,747*
Sontest	27	49,04	11,90			

* $p>0.05$

Tablo 9 incelendiğinde, geleneksel yöntemin kullanıldığı kontrol grubundaki öğrencilerin BİFÖ öntest-sontest puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($t_{(26)}=0,327$; $p>0.05$). Kontrol grubunun öntest puanları ($\bar{x}=50,15$) sontest puanlarından ($\bar{x}=49,04$) yüksektir. Buna göre geleneksel öğretim yöntemlerinin kullanımının öğrencilerin bilinçli farkındalıkları üzerinde etkisi olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Alanyazında Sosyal Bilgiler dersinde akademik başarının artışına ilişkin farklı değişkenlerin ele alındığı pek çok çalışma bulunmaktadır. Bu çalışmada ise Sosyal Bilgiler dersinde belgesel film kullanımının akademik başarıya ve bilinçli farkındalık düzeylerine etkisinin araştırılmıştır. Buna göre “belgesel film destekli öğretim”in yapıldığı deney grubunda bulunan öğrencilerin YYÜABT öntest-sontest puanları arasında sontest puanları lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu artışın, sontest puanları lehine olması, Yeryüzünde Yaşam Ünitesinin belgesel film kullanılarak işlenmesinin deney grubundaki öğrencilerin başarılarını istatistikî olarak arttırdığı sonucunu vermektedir. Aynı şekilde geleneksel öğretim yöntemlerinin kullanıldığı kontrol grubu öğrencilerinin öntest ve sontest YYÜABT başarı puanları arasında da anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kontrol grubunda yer alan öğrencilerin akademik başarıları da deney grubunda olduğu gibi süreç sonunda, süreç başına göre daha yüksektir. Fakat deney grubunda elde edilen başarı düzeyi ile kıyaslandığında, kontrol grubunda bu artış daha az gerçekleşmiştir. Bu sonuca göre

geleneksel öğretim yöntemleri ile yapılan öğretime göre belgesel film destekli öğretimin akademik başarı puanlarına daha fazla katkı sağladığını ifade etmek mümkündür. Bu sonuç Türker ve Arslan'ın (2008) "İlköğretim 8. Sınıf Türkiye Cumhuriyeti İnkılâp Tarihi ve Atatürkçülük Dersi Öğretiminde Belgesel Filmlerin Kullanımı", Öztaş'ın (2007) Tarih öğretimi ve filmler: Tarih öğretiminde film kullanılmasının öğrenci başarısı üzerinde etkisi, Öztaş'ın (2008) "Tarih Öğretimi ve Filmler", Aktekin ve Çoban'ın (2012) "Tarih Derslerinde Tarihi Film ve Dizilerin Kullanımına İlişkin Öğretmen ve Öğrenci Görüşleri: Trabzon Örneği" konulu araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Görsel materyallerle desteklenen öğretimin yararları kaçınılmazdır. Günümüzde bu durum gitgide daha da önem kazanmaktadır. Öğrenciler çevrelerini saran teknolojik araçların tesiriyle görsel tarihle iç içe yaşamaktadır. Öğrenciler tarih ile ilgili filmler, belgeseller, oyunlar ile karşı karşıya kalmakta ve tarihi popüler kaynaklardan öğrenebilme fırsatını bulabilmektedirler. Okullarda görsel tarih etkinliklerine yeterince yer verilmemesi ve yaygın olarak kullanılmaması öğretim de eksiklik meydana getirmektedir. Çalışmamızdan çıkan sonuçtan da anlaşıldığı üzere tarih öğretiminde, görsellik unsuru göz ardı edilmemeli, tarih öğretiminde başarıyı arttırıcı bir unsur olarak belgeseller, filmler, oyunlar tarih konularında kullanılabilir (Öztaş, 2008).

Belgeseller profesyonel aktörlerden ziyade sosyal aktörleri içine alan gerçek dünyanın temsilidirler (D'sa, 2005). Doğası gereği belgesel ve tarihi filmlere gerçek durumlar gözüyle bakılmaktadır. Pompper ve Higgins'e göre (2007) geleneksel yaklaşım ile karşılaştırıldığında, daha aktif ve anlamlı öğrenmenin gerçekleştiği, öğrencilere, bilgiyi ezberlemekten ziyade düşündürdüğü, yapılandırdığı ve çözdüğü sonucuna ulaştırmaktadır. Öğretmenler tarihi bilgi ya da gerçekler konusunda öğrencileri eleştirel düşünceye sevk etmek için teşvik etmelidirler. Metot olarak yalnızca anlatım yönlü ders işlenmesi yalnızca ders kitapları ve derslere bağlı kalma, başarının istenen düzeyde olmasına engel teşkil etmektedir. Bu yüzden, öğretmenler görsel ağırlıklı belgesel, tarihi film gibi etkinlikleri daha aktif, yüksek seviyeli amaçlar için kurgulamalıdır. Bu şekilde yapılan öğretim süreci kalıcılığı arttırmakta ve dersin sıkıcılığını ve monotonluğunu ortadan kaldırmaktadır (Öztaş, 2007). Sosyal bilgiler derslerinde tarihsel dokümanların kullanılması akademik başarıyı arttırmaktadır (Işık, 2008). Dilek'in (2009) yaptığı araştırmaya göre de "birincil kaynaklar olarak nitelenen tarihsel nesnelerin, tarihsel düşünme süreçleri üzerindeki işlevsel rolünü olumlamaktadır".

Tarihsel anlama tarihsel imgelemin teşvik edilmesiyle ilerleme imkânı bulur. Resim, fotoğraf, belgeseller, tarihsel filmler gibi görsel materyaller ise tarihsel imgelemin beslenmesinde önemli rol oynamaktadır (Dilek, 2009). Ders kitaplarının tarihi anlama ve algılamada yetersiz kaldığı durumlarda belgeseller ve filmler hem öğretici hem de eğlendiricidir. Tarihi olayların kurgusal bir şekilde ekrana yansıtılması öğrencilerde de geçmiş algısı yaratmada son derece etkilidir. Öğrenciler bu sayede geçmiş olayları zihinlerinde daha iyi canlandırabilmektedir. Geçmiş ile bugün arasında bir bağ kurarak yeni kuşakların yaşanmış olaylara dair fikir edinmelerini kolaylaştıran, tarihe merak oluşturan, tarihsel empatiyi geliştiren, gerçekliği tamamıyla hissettirerek tarihsel analiz sağlayan, bilişsel ve duyuşsal alanı birlikte harekete geçiren, dersleri monotonluktan kurtaran bir yapı sergilemektedir (Aktekin & Çoban, 2012). Tarih sorgulama yaklaşımı diğer açıdan bireylere kanıttan yola çıkarak sonuç, yorum ve çıkarımlar ile temellendirilmiş tarih bilgilerini yapılandırma imkânı sunmaktadır (Derelioğlu & Şar, 2010)". Öğrenciler öğrenme ortamına

televizyon programları, belgeseller, aile vb. kanallardan edindikleri tarihsel bilgileri taşırlar (Dilek, 2009).

Bilinçli farkındalık araştırmalarından (Napoli, Krech & Holley, 2005; Wall, 2005; Beauchemin, Hutchins & Patterson, 2008; Broderick & Metz, 2009; Huppert & Johnson, 2010; Lee, Dinelia & Miller, 2010; Liehr & Diaz, 2010; Schonert-Reichl & Lawlor, 2010) farklı olarak ele alınan çalışmamızda bilinçli farkındalık düzeylerine “belgesel filmle öğretimin” etkisi incelendiğinde deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin BİFÖ sönest ve deney grubu öğrencilerin BİFÖ ön-test-sönest puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir. Bu sonuca göre Sosyal Bilgiler dersinde belgesel film kullanımı öğrencilerin bilinçli farkındalıklarının artmasında etkili olduğu ifade edilebilmektedir. Ancak geleneksel yöntemin kullanıldığı kontrol grubundaki öğrencilerin BİFÖ ön-test-sönest puanları arasında anlamlı bir farklılık oluşmamıştır. Buna göre ise araştırma sonuçlarını geleneksel öğretim yöntemlerinin kullanımının öğrencilerin bilinçli farkındalıkları üzerinde etkisi olmadığı şeklinde yorumlamak mümkündür.

Araştırmada ulaşılan sonuçlardan hareketle şu önerilerde bulunulabilir.

1. Belgesel filmler Sosyal Bilgiler derslerinde tarih konularında öğretimini desteklemek amacıyla ilgili ünitelerde kullanılmalıdır.
2. Belgesel filmler öğretmen tarafından konulara özgün olarak seçilmeli, öğrenenin üzerinde etki bırakmasına ve yeterli içeriğe sahip olmasına dikkat edilmelidir.
3. Belgesel filmlerin öğrenenin dikkatini toplama, uzun süreli tutma, ayrıntılara dikkati çekme, dersi monotonluktan kurtarma, bilinç ve dikkat üzerindeki etkisi daima göz önünde tutulmalıdır.
4. Belgesel filmler öğrenenlerin ders kitaplarından ulaşılmayan noktalara ulaşmasını, daha kapsamlı bilgiye daha geniş bir çerçeveden varmalarını ve dersin kazanımlarının daha etkili olarak elde edilmesini sağlayabilirler.
5. Belgesel film destekli öğretim yapılırken öğretmenlerin süreç öncesi ve sonrası öğrenenlerle konuyu tartışması, değerlendirmesi ve sorularla pekiştirmesi, sonraki çalışmalarda dikkatin sağlanmasına yardımcı olacaktır.
6. Öğrenmenin eğlenceli olması bilinçli farkındalığı etkilemektedir. Bu nedenle konuya özgün hazırlanan ve iyi kurgulanmış belgeseller dersi monotonluktan uzaklaştıracak şekilde uygun zamanlama ile kullanılmalıdır.

KAYNAKÇA

- Aktekin, S. & Çoban, Z. (2012). Tarih derslerinde tarihi film ve dizilerin kullanımına ilişkin öğretmen ve öğrenci görüşleri: Trabzon örneği. *Karadeniz İncelemeleri Dergisi*, 7 (13), 141-160.
- Baysal, N. & Demirbaş, B. (2012). Sınıf öğretmenliği adaylarının bilinçli farkındalıkları ile yansıtıcı düşünme eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1 (4), 12-20.
- Beauchemin, J., Hutchins, T.L. & Patterson, F. (2008) Mindfulness meditation may lessen anxiety, promote social skills and improve academic performance amongst adolescents with learning difficulties. *Complementary Health Practise Review*, 13, 34-45.
- Boysan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Broderick, P.C. & Metz, S. (2009). Learning to BREATHE: A pilot trial of a mindfulness curriculum for adolescents. *Advances in School Mental Health Promotion*, 2 (1), 35-45.

- Carlsona, L.E. & Brown, K.W. (2005). Validation of the mindful attention awareness scale in a cancer population. *Journal of Psychosomatic Research*, 58, 29-33.
- Crick F. (2000). *Şaşırta varsayım* (Çev: Sabit Say). Ankara: TÜBİTAK.
- Çaplı, B. (2002). *Medya ve etik*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Çatak, P. D. & Ögel, K. (2010a). Bir terapi yöntemi olarak farkındalık. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47, 69-73.
- Çatak, P. D. & Ögel, K. (2010b). Farkındalık temelli terapiler ve terapötik süreçler. *Klinik Psikiyatri*, 13, 85-91.
- D'sa, B. (2005). Social studies in the dark: Using docudramas to teach history. *The Social Studies*, 1, 9-13.
- Dede, Y. & Yaman, S. (2008). Fen öğrenmeye yönelik motivasyon ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi*, (EFMED), 2 (1), 19-37.
- Demircioğlu, İ. H. (2007). Tarih öğretiminde filmlerin yeri ve önemi. *Bilig*, 42, 77-93.
- Derelioğlu, Y. & Şar, E. (2010). The use of films on history education in primary schools: problems and suggestions. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 2017-2020.
- Dienes, Z. & Perner, J. (1999). *A theory of implicit and explicit knowledge*. Cambridge: Cambridge University Pres.
- Dilek, D. (2009). Geçmiş imgelerle yeniden kurmak: ilköğretim düzeyinde tarihsel imgelem becerilerinin kullanımı üzerine ikonografik bir analiz. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri / Educational Sciences: Theory & Practice*, 9 (2), 633-689.
- Heafner, T. (2004). Using technology to motivate students to learn social studies. *Contemporary Issues in Technology and Teacher Education*, 4 (1), 42-53.
- Hooker, K. E. & Fodor, I. E. (2008). Teaching mindfulness to children. *Gestalt Review*, 12 (1), 75-91.
- Huppert, F. A. & Johnson, D. M. (2010). A controlled trial of mindfulness training in schools; the importance of practice for an impact on well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5 (4), 264-274.
- Işık, H. (2008). Tarih öğretiminde doküman kullanımının öğrencilerin akademik başarılarına etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16 (2), 389-402.
- Karadüz, A. (2010). Yapılandırmacı paradigma bağlamında türkçe derslerinde öğrenme ortamları. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7 (14), 135-154.
- Langer, E. J. & Moldoveanu, M. (2000). The construct of mindfulness. *Journal of Social Issues*, 56 (1), 1-9.
- Liehr, P. & Diaz, N. (2010). A pilot study examining the effect of mindfulness on depression and anxiety for minority children. *Archives of Psychiatric Nursing*, 24, 69-71.
- Marcus A. S. & Stoddard, J. D. (2009). The inconvenient truth about teaching history with documentary film: Strategies for presenting multiple perspectives and teaching controversial issues. *The Social Studies*, 100 (6), 279-284.
- Napoli, M., Krech, P. R. & Holley, L. C. (2005). Mindfulness training for elementary school students. *Journal of Applied School Psychology*, 21 (1), 99-125.
- Öztaş, S. (2007). Tarih öğretimi ve filmler: Tarih öğretiminde film kullanılmasının öğrenci başarısı üzerinde etkisi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Öztaş, S. (2008). Tarih öğretimi ve filmler. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 16 (2), 543-556

- Özyeşil, Z., Arslan, C., Kesici, Ş. & Deniz, M. E. (2011). Bilinçli farkındalık ölçeğini Türkçeye uyarlama çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 36 (160), 226-227.
- Pompper, D. & Higgins, L. (2007). Corporation-bashing in documentary film: a case study of news media coverage organizational response. *Public Relations Review*, 33, 429-432.
- Schonert-Reichl, K. A. & Lawlor, M. S. (2010). The effects of a mindfulness-based education program on pre-and early adolescents' well-being and social and emotional competence. *Mindfulness*, 1 (3), 137-151.
- Tatlılıoğlu, K. & Deniz, M. E. (2011). Farklı öz-anlayış düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin karar vermede öz-saygı, karar verme stilleri ve kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Bingöl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1 (2), 19-41.
- Teasdale, J. D. (1999). Emotional processing, three modes of mind, and the prevention of relapse in depression. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 53-77.
- Thompson, B. L. & Waltz, J. (2007). Everyday mindfulness and mindfulness meditation: overlapping constructs or not? *Personality and Individual Differences*, 43, 1875-1885.
- Tosun, A. & Irak, M. (2008) Üstbiliş ölçeği-30'un Türkçe uyarlaması, geçerliği, güvenilirliği, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19 (1), 67-80.
- Türker, Y. & Arslan, Ö. (2008). İlköğretim 8. Sınıf Türkiye Cumhuriyeti inkılâp tarihi ve atatürkçülük dersi öğretiminde belgesel filmlerin kullanımı. *Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24, 92-104.
- Van Dam, N. T., Earleywine, M. & Borders, A. (2010). Measuring mindfulness? An item response theory analysis of the mindful attention awareness scale. *Personality and Individual Differences*, 49, 805-810.
- Wall, R. B. (2005). Tai chi and mindfulness-based stress reduction in a boston public middle school. *Journal of Paediatric Health Care*, 19 (4), 230-237.
- Wells, A. (2002). GAD, metacognition, and mindfulness: An information processing analysis. *Clinical Psychology and Scientific Practice*, 9, 95-100.
- Zvolensky, M. J. Solomon, S. E., Mcleish, A. C., Cassidy, D., Bernstein, A., Bowman, C. J. & Yartz, A. R. (2006). Incremental validity of mindfulness-based attention in relation to the concurrent prediction of anxiety and depressive symptomatology and perceptions of health. *Cognitive Behaviour Therapy*, 35 (3), 148-158.

The Effect of Using Documentaries in Social Studies Lesson on the Levels of Academic Success and Mindfulness

Özlem BEKTAŞ-ÖZTAŞKIN¹

Introduction

Recently, mindfulness-based psychotherapy has tried to help develop “an everyday mindfulness”. Mindfulness is a conscious situation integrating mindfulness and attention with a core characteristic of being open, receptive, and not judgmental. Contrast this with losing one’s attention because of past experiences, an effort for being aware about one’s primary experiences, and maintaining his/her behaviour which is not judgemental (Thompson & Waltz, 2007). Traditionally, mindfulness involves an active unity of cognitive-understanding processes indicators in two broad phases. The initial phase of mindfulness is the process of continuous absolute attention resulted in awake and alive attention with introspective awareness for understanding the simultaneously works of adaptive, maladaptive thoughts and feelings (Van Dam, Earleywin & Borders, 2010).

Researchers focused on a better understanding of the role of mindfulness in psychological and clinical problems suggest that mindfulness has a lot of different aspects, and includes potential emotional and physical benefits (Zvolensky et al., 2006). Mindfulness is the focal point of Interactive Cognitive Sub-systems Theory and Self-regulatory Executive Functions theory (Wells, 2002; Teasdale, 1999 Cited in: Boysan, 2012, 8). Furthermore, mindfulness studies have helped develop awareness and understanding of what mindfulness is and what role it has in human functionality (Özyeşil vd., 2011). Educational studies have found that mindful-learning must be funny, otherwise non-mindfulness and indifferent statements occur. Making the educational process more enjoyable and attractive improves the consciousness level and increases learning (Langer & Moldoveanu, 2000 Cited in: Baysal & Demirbaş, 2012, 14)

One of the most attractive materials to utilize in Social Studies teaching is documentaries. Documentaries can be effective tools in a Social Studies lessons for teaching history. For example, documentaries can be used to teach an understanding of the beliefs and decisions of extinct cultures. Moreover, documentaries can include cover multiple perspectives covering various events, subjects, and people which students can’t find in textbooks alone (Marcus & Stoddard, 2009).

Every kind of movie which can create behavioral changes in students can be used to teach history subjects (Demircioğlu, 2007). Hence, when history is taught using traditional techniques, the subject is perceived as boring events that occurred in the past and this causes a decrease in attention. Documentaries, however, can direct the students’ attention to learning material (Derelioğlu & Şar, 2010). Besides such things as novels, stories, and poems, which increase the understand ability of subjects, carefully prepared documentaries can bring about an objective understanding, help students to visualize history, and are effective in transferring the information about history to the society (Çaplı, 2002).

With this background, our study tried to determine if mindfulness changes Social Studies lessons, and to what extent it influenced a unit consisting of historical content taught with a documentary. The contribution of mindfulness to academic success will be evaluated.

¹Asst. Prof. Dr. - Erzincan University, Faculty of Arts and Sciences, Department of History - ozlemteba@hotmail.com

For this reason, the subject of our study is to determine the effect of using documentaries in Social Studies lessons on the levels of academic success and mindfulness.

Method

This research is designed according to a pre-test/post-test control group test model to examine the influence of documentaries in Social Studies lessons to sixth grade students' academic success and mindfulness. The sixth grade students of Bahcelievler secondary school in the center of Erzincan attended the research in the first term of 2012-2013 education year. The necessary authorization procedure for the study was done with the help of the provincial education director and university rector where researches belong. There were a total of 54 students involved in the research. There were 27 (17 girls, 10 boys) from 6/C class in the examination group and 27 (13 girls, 14 boys) from 6/A class in the control group.

The empiric procedure was done between 15 September 2012 and 31 November 2012 in a weekly three-hour class, totalling 18 hours in six weeks. The study was conducted during the unit "Life on Earth". Throughout the unit, documentaries were used to teach the examination group, and the control group were taught by traditional methods. Documentaries were designed parallel to the subjects and the content of the lesson was presented by the researcher to the examination group.

To acquire data and measure the academic success of the students, an "Academic Success Test" was given both before and after the experiment (The Life on the Earth Unit Academic Success Test (YYÜABT: LEUAST). A "Mindfulness Attention and Awareness Scale (MAAS)" was given before and after the application. The MAAS, developed by Brown & Ryan (2003), was used in order to determine the mindfulness levels of university students. The MAAS is a 15-item scale that focuses on the presence or absence of attention to, and awareness of, what is occurring in the present. MAAS respondents indicate how frequently they have the experience described in each statement using a 6-point Likert scale from 1 (*almost always*) to 6 (*almost never*), where high scores reflect more mindfulness. The Turkish version of the scale was adapted into Turkish by Özyesil, Arslan, Kesici and Deniz (2011). To determine construct validity of MAAS, exploratory and confirmatory factor analyses were employed. Exploratory and confirmatory factor analyses showed a strong single factor solution. The relation for all the items of the scale was calculated above .40 as a result of item total correlations. The factor loading was between .484 and .805 for each item of the MAAS. The Cronbach Alpha internal consistency of the scale was .80 and test-retest correlation was .86. The Cronbach Alpha internal consistency of the scale is .81 in this study.

Findings, Results, and Conclusion

In our study in which the effect of using documentary on academic success and mindfulness levels is being researched in social studies lesson, a significant difference hasn't been found between examination and control group's YYÜABT pre test points ($t_{(52)}=1,380$; $p>0.05$) however it has been found between YYÜABT (The Life on the Earth Academic Success Test: LEUAST) post test points ($t_{(52)}=2,976$, $p<0.05$). After the experimental procedure, a significant difference has been found in favour of post test points between YYÜABT (The Life on the Earth Academic Success Test: LEUAST) pre test and post test points of the students from examination group in which documentary-film-assisted-instruction is applied ($t_{(26)}=4,295$ $p<0.05$). The increase in the post-test points indicates that teaching the "Life on Earth" unit with documentaries statistically increases achievement of the students. Likewise, there was also an important difference between YYÜABT pre-test and post-test achievement

points of the control group students taught through traditional methods ($t_{(26)}=3,835$, $p<0.05$). The academic success of the students in the control group was higher than in the examination group. But, there was a lower achievement in the control group. According to this result, documentary-film-assisted-instruction contributes to the achievement points more than instruction made with traditional methods.

When the effect of instruction with documentary films is examined in terms of mindfulness levels, there is an important difference between the conscious awareness scale post-test of the students in the examination and the control group and the conscious awareness scale pre-test/post-test points of the students in the examination group. After the experimental process, an YYÜABT point of the students in the examination group is higher than the ones in the control group, and this increase is meaningful. According to this result, the use of documentary films in Social Studies lessons is effective for increasing the students' mindfulness. Nevertheless, there isn't an important difference between the conscious awareness scale pre-test/post-test points of the students in the control group instructed with traditional methods. According to this, the use of traditional methods has no influence on the students' mindfulness.

Key Words: Mindfulness, Documentary film, Social studies

Atıf için / Please cite as:

Bektaş-Öztaşkın, Ö. (2013). Sosyal bilgiler derslerinde belgesel film kullanımının akademik başarıya ve bilinçli farkındalık düzeylerine etkisi [The effect of using documentaries in social studies lesson on the levels of academic success and mindfulness]. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi - Journal of Educational Sciences Research*, 3 (2), 147-162. <http://ebad-jesr.com/>