

ÖFKE TEMASINI İÇEREN İLKOKUL DÖRDÜNCÜ SINIF REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMININ KAPSAMLI GELİŞİMSEL MODEL GELİŞTİRME ÇALIŞMASI¹

Seher BAYAT²
Ömer KARAMAN³

ÖZET

Bu çalışmada ilkokullarda uygulanabilecek örnek kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik modeline uygun eğitim programı geliştirmek amaçlanmıştır. Çalışmada literatür taraması yöntemi kullanılmıştır. Örnek program sistem yaklaşımı temel alınarak hazırlanmıştır. İlkokul dördüncü sınıflarda Mart ayı ilkokul programı ile bütünleştirilen “Öfke” temasını içeren örnek program; ilkokul programında yer alan Türkçe, Beden Eğitimi, Sosyal Bilgiler, Fen ve Teknoloji, Görsel Sanatlar dersleri ile ilişkilendirilerek kazanım, içerik, yapılabilecek etkinlik ve değerlendirme çalışmaları ile birlikte tablolarda sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Kapsamlı Gelişimsel Psikolojik Danışma ve Rehberlik, Program Geliştirme, Sınıf Rehberlik Programı.

INCLUDED ANGER THEME FOR PRIMARY 4TH GRADERS GUIDANCE AND COUNSELING CURRICULUM DEVELOPMENT STUDY WITHIN THE COMPREHENSIVE DEVELOPMENTAL MODEL

ABSTRACT

In the study, it is aimed to develop a curriculum which is compatible with developmental psychological counseling and guidance model which might be widely applicable in the primary school. Literature examining method was used in the study. The model curriculum was prepared by basing on “system approach”. The model curriculum, which included ‘anger theme’ and integrated into the fourth grade primary school classes’ curriculum in March month section, is presented in the tables by relating to; Turkish, Physical Education, Social Studies, Science and Technology, Art lessons, and also along with the acquisitions, content, applicable activities and evaluation studies.

Key Words: Comprehensive Guidance and Counseling Curriculum, Curriculum Development, Class Counseling Curriculum.

GİRİŞ

Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri dünyada ve bunun paralelinde ülkemizde birçok değişiklikler geçirmiştir. Picard (2002) son yirmi yıldaki eğitim reformlarının, öğrencilerin ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kaldığını bu nedenle kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik modeline dayanan bir çerçeve programının hazırlanmasının gerektiğini vurgulamıştır. Çünkü kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik modeli öğrencilerin yanı sıra okul yönetimine, velilere, öğretmene, yerel eğitim yöneticilerine, rehberlik servisine, işgücü piyasası ve endüstriye büyük yararlar sağlar. Öğrenciye sağladığı yararlar akademik başarı, mesleki gelişim, problem çözme ve karar verme yeteneğinin gelişimi, kendini tanıma ve etkili iletişim becerilerini kazanımlar olarak sıralanabilir. Öğretmene sağladığı yararlar ise öğrenci ihtiyaçlarını ve yetkinliklerini destekleme ile akademik başarıları artırmadaki fonksiyonlarıdır (Bates ve ark. 1999). Bunların yanısıra kapsamlı psikolojik danışma ve rehberlik programı öğrencilerin ihtiyaçları ve okulun amaçları doğrultusunda öncelikleri belirleme, izlenebilirlik, müfredatla uyum, temel yeterliliklerinin değerlendirilmesi ve zaman yönetimi konularında etkilidir (Gybers,2001).

Yukarıda belirtilen nedenlerden dolayı, son yıllarda gelişimsel yaklaşım, okul müfredatlarında yer almıştır. Buna göre birey

sürekli gelişim halindedir ve her gelişim döneminde gelişim görevlerini başarması gerekmektedir ve bir gelişim dönemini başarı ile geçirenler daha sonraki gelişim döneminin görevlerini daha iyi başaracaktır (Cobia ve Henderson, 2007, Aktaran; Terzi ve ark,2011). Bu doğrultuda Türk Eğitim Sistemi “Kapsamlı Gelişimsel Psikolojik Danışma ve Rehberlik Modeli” temelli müfredat değişikliklerine 2006 yılında ilköğretim ve orta öğretim kurumlarında başlamıştır (Yeşilyaprak, 2009).

Cobia ve Henderson (2007) kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programının öğrencilerin kişisel/sosyal, eğitsel ve kariyer becerilerinin gelişimini desteklemek, sorumlu ve üretici bireyler olmalarını sağlamak için tasarlanmış rehberlik aktivitelerini ve yapılandırılmış grup yaşantılarını içermesi gerektiğini belirtmişlerdir (Terzi ve ark,2011). Diğer taraftan Myrick (1997) kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programının oluşturulması ve yürütülmesinde, bütün öğrencileri içermesi, etkin planlama yapılması, ardışık ve esnek olarak yapılandırılması, tüm eğitim sisteminin tamamlayıcı bir parçası olması, bütün okul personelinin katılımının sağlanması, öğrencilerin etkili ve yeterli öğrenmelerine katkı vermesi ve iyi yetişmiş profesyonel psikolojik danışmanlara gerek duyulması ilkelerini sıralamıştır (Terzi ve ark,2011). Nazlı (2005) kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programını öğrencilerin gelişimlerini bir program çerçevesinde destekleyen,

¹Bu çalışmanın bir bölümü 7-9 Mayıs 2014 tarihlerinde, Gaziantep Üniversitesi’nde düzenlenen 3. Ulusal Eğitim Programları ve Öğretim Kongresinde sunulmuştur.

²Yrd. Doç. Dr., Ordu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İlköğretim Bölümü, seherbayat@hotmail.com

³Yrd. Doç. Dr., Ordu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, omerkaraman@odu.edu.tr

bilgi, beceri ve yeterliliklerini kazandırmaya çalışan uygulama biçimi olarak tanımlanmıştır. Fakat ülkemizde programı oluşturma ve uygulama sürecinde problemler meydana gelmiştir. Terzi ve arkadaşları (2011) kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programlarının değerlendirilmesine yönelik yaptıkları çalışmada; programın içeriğinin yetersiz olduğu, personelin uygulamada güçlükler yaşadığı ve tüm okul personelinin uygulamada aktif yer almadığı ile ilgili verilere ulaşmıştır. Benzer olarak Nazlı (2008) yaptığı araştırmada rehber öğretmenlerin ve sınıf rehber öğretmenlerinin gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik anlayışını benimsedikleri fakat uygulamada güçlükler yaşadıklarını, bu nedenle hizmetiçi eğitimlere gereksinim duyduklarını belirlemiştir.

İlkokullarda rehberlik programlarının uygulanmasına yönelik iki hafta ara ile 1 rehberlik ders saati Talim ve Terbiye Kurulunun 20.07.2010 tarihli ve 75 sayılı kararı ile kaldırılmıştır. Ülkemizde 2006 yılında uygulanmaya başlanan kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik modelinde ise rehberlik saatine yönelik sınıf rehber öğretmenleri ile rehber öğretmenlerin uyguladıkları etkinlikler yer almaktadır (MEB, 2006). Yeni uygulama ile etkinlik uygulamalarının tümü kaldırılmıştır. Çalışma meydana gelen bu belirsizliğe yönelik çözüm önerisi getirmeyi amaçlanmaktadır.

İlkokullarda rehberlik saatinin kaldırılması ve bu nedenle rehberlik programının ilköğretim programı ile bütünleşmesi, eğitim programının etkin bir şekilde düzenlenmesini gerektirmektedir. Çalışmanın amacı, kapsamlı gelişimsel rehberlik anlayışa uygun, bu anlayışa model olabilecek 4. sınıf ilköğretim öğretim programı ile bütünleşmiş program önerisi geliştirmektir. Demirel (2010), ilkokullarda psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin, öğrencilerin gelişim özelliklerine uygunluk göstermesi için; okula alışma ve gelişim isteği uyandıran bir sınıf havası oluşturmaya, sağlıklı toplumsallaşmayı gerçekleştirmesi, öğrencileri tanıma ve kendilerini tanımalarına yardımcı olması ve eğitsel rehberlik ile psikolojik danışma etkinliklerini içermesi gerektiğini belirtmiştir. Bu doğrultuda kapsamlı gelişimsel rehberlik anlayışa uygun şekilde “Öfke” temasının, bir aylık 4. Sınıf ilköğretim programı ile bütünleştirilmesi ve yeniden yapılandırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Mevcut 4. sınıf ilköğretim programı ile bütünleştirilen “öfke” temasına dayanan çalışmada, alanyazın tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu doğrultuda program geliştirmede yaygın olarak kullanılan Sistem Yaklaşımı Modeli, Taba Modeli, Tyler Modeli, Taba-Tyler modeli, Rasyonel Planlama Modeli, Durumsal Model, Süreç Yaklaşımı modeli ve MEB program geliştirme modelleri incelenmiştir. Çalışmada Sistem Yaklaşımı esasına dayanan Wulf ve Schave (1984) tarafından geliştirilen program geliştirme modeli uygulanmıştır. Sistem yaklaşımı, bilgisayar sistemlerinin yaygınlaşmasıyla birlikte öne çıkmaya başlamıştır. Buna göre, çok basitçe, girdi-ler bir işlem süreci sonucunda çıktılara dönüşür. Çıktılar, bir geri besleme mekanizması aracılığı ile bir sonraki adımda sisteme tekrar girebilir. Bu yaklaşım, eğitime uygulandığında Ralph Tyler (1949) tarafından geliştirilen ürün yaklaşımı ve Lawrence Stenhouse (1975) ile özdeşleştirilen süreç yaklaşımının her ikisini de içeren daha bütüncül bir bakış açısı getirmektedir (Acun, 2011).

Bu modelde öncelikle “Ne öğretelim?” sorusunun cevabı

doğrultusunda program içeriği belirlenmekte ve daha sonra amaçlar oluşturulmaktadır. Amaçlar, Bloom (1999) tarafından önerilen aşamalı sınıflamadaki, sistematik yaklaşım temelinde yapılandırılmaktadır. Ayrıca amaçlar davranış cinsinden ifade edilmekte ve bu davranışları kazandıracak öğrenme ortamlarını düzenlemek için ders planları ve öğretim materyalleri hazırlanmakta ve uygun öğrenme ortamlarının nasıl oluşturulacağı ortaya konmaktadır. Modelin son aşaması olan değerlendirme ise öğrenme durumlarına dayalı olarak farklı birçok şekilde yapılmaktadır (Demirel, 2004; Büyükkaragöz, 1997). Bu çalışmada hedef- davranış yerine var olan programda kazanım ifadeleri yer aldığı için kazanım yazılmıştır.

PROGRAMIN GELİŞTİRME AŞAMALARI

Program Geliştirme Komisyonunun Belirlenmesi: Komisyon eğitim programları ve öğretimi alan uzmanı, psikolojik danışmanlık ve rehberlik alan uzmanı, sınıf öğretmeni, beden eğitimi öğretmeni ve görsel sanat kültürü öğretmenlerinden oluşturulmuştur.

Programın İçeriğinin Belirlenmesi: 4. Sınıf ilköğretim programına bir aylık bir süre ile entegre edilecek olan sınıf rehberlik programı kapsamında “Öfke” temasının işlenmesine karar verilmiştir. İçeriğin düzenlenmesinde sarmal programlama yaklaşımı esas alınmıştır. Bu tip programda içerik doğrusal bir sıra izlemez. Daha önce öğrenilmiş konular genişletilerek tekrar edilebilir (Demirel:2004).

Komisyon tarafından hazırlanan içeriğin düzenlenme ve sıralanma aşamaları şöyledir;

1. Öğrencilerin gelişimsel yaş özellikleri doğrultusunda şu sorular analiz edilmiştir; Öfke nedir? Öfkenin vücut ve ruh sağlığına zararları nelerdir? Öfkemizi uygun bir dille nasıl ifade ederiz? Öfkemizi nasıl kontrol ederiz? Çocuklarda öfkenin nedenleri nelerdir?
2. Var olan 4. Sınıf ilköğretim programında Sosyal Bilgiler, Görsel Sanatlar Kültürü, Fen ve Teknoloji, Beden Eğitimi ve Türkçe öğretim programları kazanım, içerik ve programda önerilen etkinlikler açısından incelenmiştir.
3. Sınıf rehberlik programı hafta, ders ve konu bağlamında planlanmış ve kazanımlara yönelik etkinlikler düzenlenmiştir. Diğer taraftan etkinliklerde kullanılacak yöntem ve teknikler, materyaller ve değerlendirme süreci belirlenmiştir.
4. Sarmal program yaklaşımı gereği bir derste teorik olarak verilen konu diğer bir derste uygulamaya yönelik olarak genişletilmiştir.

Programın Geliştirilmesi: Bu aşamada kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik modeline göre yapılandırılarak, 4. Sınıf ilköğretim öğretim programı ile bütünleştirilmiş ve program önerisi geliştirilmiştir. Program geliştirme planı çerçevesinde yapılan çalışmalar Tablo 1.'de verilmiştir.

Tablo 1. Programı Geliştirmede İzlenen Aşamalar

Aşama	İşlem
Problemin tanımı	Amacın belirlenmesi: Gelişimsel rehberlik anlayışına uygun sınıf rehberlik programı geliştirilmesi bağlamında “Öfke” temasını bir aylık 4. Sınıf ilköğretim programı ile bütünleştirilmesi amaçlanmıştır. Programın genel hedefi, öfke duygusunu tanıma, öfke duygusunu uygun bir dille ifade edebilme ve öfkeyi kontrol altına alabilme becerisinin geliştirilmesidir.
Gelişme	<p>Amaçların davranışa dönüştürülmesi: Programın genel amacı doğrultusunda komisyon üyelerince kazanımlar yazılmıştır.</p> <p>Uygun ders planlarının yazılması: Kazanımlar ve içerik çerçevesinde yapılacak etkinlikler planlanmıştır.</p> <p>Öğretim materyallerinin geliştirilmesi: etkinliklerde kullanılacak olan, sunu, video, broşür, afiş, çalışma yaprakları vb. gibi öğretim materyalleri geliştirilmiştir.</p> <p>Öğrenme ortamının desenlenmesi: Planlanan etkinliklerin uygulanabilmesi için ders öğretmenleri ile etkinliklerin uygulanmasındaki adımlar hakkında bilgilendirme toplantıları yapılmış, geliştirilen öğretim materyalleri tanıtılmış, kullanacakları yöntem ve teknikler planlanmıştır.</p>
Değerlendirme	<p>Sonuçların değerlendirilmesi: Program başlamadan önce öğrencilere uygulanacak olan saldırganlık ölçeği ile program sonunda uygulanacak olan saldırganlık ölçeğinden alınan puanlar arasındaki anlamlı farkın hesaplanması, her bir etkinliğin kendi içinde değerlendirilme sonuçlarının analizi, program sonunda öğretmenler ile programın etkiliği hakkında görüşme yapılması,</p> <p>Sürekli dönüt sağlanması:</p>

Çalışma Planı: Programın uygulanmasında izlenecek çalışma planı Tablo 2.’de sunulmuştur.

Tablo 2. Programın Uygulanmasında İzlenecek Çalışma Planı

Şubat I. Hafta	Okul müdürü ve öğretmenlere program tanıtım seminerinin verilmesi	
Şubat II. Hafta	Programın Uygulayıcısı Öğretmenlerle Bilgilendirme Toplantısının yapılması	
Şubat III. Hafta	Programın uygulanacağı sınıfın velilerine “Öfke Duygusu ve Öfke Kontrolü” seminerinin verilmesi	
Programın uygulanması		
Zaman -Süre	Ders	İçerik
I. Hafta	Türkçe	Öfke duygusunu tanıyorum
	Beden Eğitimi	Öfke duygusunun zararları
	Sosyal Bilgiler	Öfkeyle baş etme yolları
II. Hafta	Beden Eğitimi	Öfkeyi ifade etme becerisi
	Sosyal Bilgiler	Öfkeyle baş etme yolları
	Türkçe	Öfkeyi ifade etme becerisi
III. Hafta	Fen ve Teknoloji	Öfkeyi ifade etme becerisi
	Beden Eğitimi	Öfkeyle baş etme yolları
	Sosyal Bilgiler	Öfkeyle baş etme yolları
IV. Hafta	Görsel Sanatlar	Öfkeyle baş etme yolları
	Sosyal Bilgiler	Öfkeyle baş etme yolları
Nisan I-IV. Hafta	Program Değerlendirme Çalışmalarının Yapılması	

İlkokul dördüncü sınıflarda Mart ayı ilköğretim programı ile bütünleştirilen “Öfke” temasını içeren örnek program; ilköğretim programında yer alan Türkçe, Beden Eğitimi, Sosyal Bilgiler, Fen ve Teknoloji, Görsel Sanatlar derslerinin kazanımları ile ilişkilendirilerek kazanım, içerik, yapılabilecek etkinlik ve değerlendirme çalışmaları ile birlikte tablolarda sunulmuştur.

Beden Eğitimi dersi ilişkilendirilen sınıf rehberlik programı Tablo3’de, Sosyal Bilgiler dersi ilişkilendirilen sınıf rehberlik programı Tablo 4.’de, Fen ve Teknoloji dersi ilişkilendirilen sınıf rehberlik programı Tablo 5.’de, Türkçe dersi ilişkilendirilen sınıf rehberlik programı Tablo 6.’da, Görsel Sanatlar dersi ilişkilendirilen sınıf rehberlik programı Tablo 7.’de sunulmuştur.

Tablo 3. Beden Eğitimi Dersi ile Bütünleştirilen Sınıf Rehberlik Programı

Ders Hafta	DERS KAZANIMI	ETKİNLİK	SINIF REHBERLİK PROGRAMI
I. HAFTA BEDEN EĞİTİMİ	Kazanım: 1.1. Sağlığını korumak için vücudunu nasıl kullanması gerektiğini kavrar	> Sağlıklı olmak için vücudunun değerini ve önemini bilir, etkinliklerde vücuduna zarar verecek davranışlardan kaçınır	Kazanım: Vücut sağlığımız ka dar ruh sağlığımızın da önemli olduğunu bilir. İçerik: Öfke yalnızca insanlarla ilişkilerimize zarar vermez. Sağlığımızla ve performansımızla ilgili önemli sorunlara sebebiyet verir. Bunlar farklı türde hastalıkları tetikleyebileceği gibi iş performansını ve verimi olumsuz etkiler Öfkenin Olumsuz Etkileri Davranışsal Tepkiler Zihinsel Tepkiler Aşırı Fizyolojik Tepkiler Alkolizm, Düşük performans, Unutkanlık, Nabızın ve kan basıncının artması, Sigara tiryakiliği, Uykusuzluk, Sık sık ve zor nefes alma, Kas ağrıları, Baş, sırt, boyun ağrıları. Huzursuzluk, Dikkatsizlik, Acelecilik, Konsantrasyon bozukluğu. İlaç kullanımı
			Etkinlik: Öfkenin sağlığımıza zararları konulu sunumun izletilmesi. Değerlendirme: Öfke duygusu sağlığımıza ne gibi zararlar verir? Sorusunun tartışılması.
II. HAFTA BEDEN EĞİTİMİ	Kazanım: 1.20. Fiziksel etkinliklere katılmaya gönüllü olur.	> 1.20. Penguen Yarışı: Oluşturulan takımlar bir çizgi ardında sıralanır. Öğrencilerle iki, üç, dört takım oluşturulabilir. Takımların ilk yarışmacılarına birer top verilir. Yarışmacılar topları bacak aralarına sıkıştırarak on beş metre ötedeki hedefe doğru penguen yürüyüşü ile ilerler ve geri dönerler, topu ikinci yarışmacılara bırakarak sıra sonuna geçerler. Bu şekilde devam eder. Yarışma süresince ilk bitiren grup bir puan alır. İki puanı bulan ilk takım yarışmayı kazanır. Arkadaşlarıyla oyun oynamaya heveslendirilir. Oyunun kurallarına uyulması istenir.	Kazanım: Başarısızlık durumunda kendisine öfke duymaması gerektiğini kavrar. İçerik: Öfke duygusunun nedenlerinden biri de başarısızlık, yetersiz olma, kendini baskı altında hissetmektir. Hayatta başarısızlığa uğradığımız anların olması çok normaldir. Her zaman her konuda başarılı olamayız. Bu durumlarda öfke duymak yerine bir dahaki sefere başarılı olmak için kendimize şans vermeliyiz. Etkinlik: Neyse Etkinliği Penguen oyununa başlamadan öğretmen buna bir de Neyse etkinliği ekleyelim der. Ve yarışma da başarısız olanların kendilerine kızıp başarısızlık duygusuna kapılmak yerine, yüksek sesle “Neyse, bir dahaki oyunda başarabilirim!” demelerini ister. Değerlendirme: Oyun sonunda “ Kendimize olan öfkemizi yatıştırmamızın yararları nelerdir?” sorusu birlikte tartışılır.
III. HAFTA BEDEN EĞİTİMİ	Kazanım: 1.21. Bireysel farklılıkları olanlarla fiziksel etkinlik yapmaya istekli olur.	>1.21 Kanguru Oyunu: Öğrenciler üç eşit gruba ayrılır ve bir çizgi arkasında sıralandırırlar. Verilen başlama işareti ile ilk yarışmacılar kanguru sıçrayışı yaparak on beş metre ilerideki işaretin etrafından dönerek geri gelir ve kendilerini bekleyen arkadaşlarının eline dokunarak sıra sonuna geçerler. Yarışma iki oyuncuyla birlikte devam eder. İlk bitiren grup bir puan alır. İki puana ulaşan ilk grup yarışmanın galibi olur.	Kazanım: Oyun kurallarına uymayan arkadaşlarına öfkesini uygun bir dille ifade eder. İçerik: Öfkemizi uygun bir şekilde ifade edebildiğimizde öfkemizi yenmemize yardımcı olur. Etkinlik: Kırmızı Kart Öğretmen oyunlarımızda arkadaşlarımızdan bazıları bazen oyun kurallarını ihlal ediyor. Bu durumda ne hissediyorsunuz? Bazen onlara bağırduğımızı görüyorum. bugün oyun sırasında her birinize kırmızı kartlar vereceğim. Oyun kurallarına uymayan bir arkadaşımız olursa ona hiçbir şey söylemeden kırmızı kart çıkartmanızı istiyorum. Oyun sonunda durum değerlendirmesi yapalım der ve Kanguru oyununa Kırmızı kart etkinliği eklenir. Değerlendirme: Oyun sonunda, “Öfkemizi uygun bir şekilde ifade etmek bize neler kazandırır?” sorusu tartışılır.

Tablo 4. Sosyal Bilgiler Dersi ile Bütünleştirilen Sınıf Rehberlik Programı

Ders Hafta	KAZANIMLAR	ETKİNLİKLER	SINIF REHBERLİK PROGRAMI	AÇIKLAMALAR
I-IV. HAFTA SOSYAL BİLGİLER	<p>1. İnsanların belli bir amaç çerçevesinde oluşturdukları sosyal örgüt, resmi kurum ve grupları fark eder.</p> <p>2. Ön bilgi ve yaşantısını kullanarak çevresindeki belli başlı sosyal problemler ya da ihtiyaçlarla grup, kurum ve sosyal örgütleri ilişkilendirir.</p> <p>3. Kendisi ile çevresindeki gruplar, kurumlar ve sosyal örgütler arasındaki etkileşime örnekler verir.</p> <p>4. Okulunda ve yakın çevresinde katılacağı sosyal ve eğitimsel etkinliklere karar verir.</p> <p>5. Okul yaşamında gerekli gördüğü eğitimsel-sosyal etkinlikler önerir.</p>	<p>“Bir Gazete Sayfası Hazırlayalım” (Çevredeki sosyal problemlere karşı duyarlılığı arttırma, neden sonuç ilişkisini belirleme becerisini geliştirme amacıyla yönelik olarak, bir haberden hareketle gazete sayfası hazırlanır.) (1, 2. kazanım)</p> <p>“Gönüllü Çalışanlar” (Yardımsızlık ve dayanışma değerlerini vurgulayan fotoğraflar ve temsili resimler incelenir.) (1, 2. kazanım)</p> <p>“Nasıl Güzelleştirebiliriz?” (“Çevremizi nasıl güzelleştirebiliriz?” vb. sorularla ilgili küçük grup çalışmaları yapılır.) (2, 3, 5. kazanım)</p> <p>“Bir Sorunumuzu Çözelim” (Proje ya da grup çalışması ile yaşanan çevreden, örnek sosyal bir sorun belirlenerek çözüm aşamaları ve öneriler sunulur.) (2, 3, 5. kazanım)</p> <p>“İlk Adımı Atanlar” (Toplumsal duyarlılığı sağlama ve katılımcı birey olmayı cesaretlendirme amacıyla, birçok kişinin yaşamını etkilemiş, önemli başarılar elde etmiş insanlar ile ilgili araştırma yapılır.) (4, 5. kazanım)</p> <p>“İki Elim Sesi” (Öğrenci tarafından seçilen veya tasarlanan bir grup, kuruluş veya sosyal örgüte yeni üyeler kazandırmak için kısa bir metin hazırlanır ve sınıfta sunulur.) (2, 5. kazanım)</p>	<p>Kazanım: Öfke duygusuyla baş etme konusunda çevresindeki arkadaşlarına yardım eder.</p> <p>İçerik: Öfke duygusunu kontrol altına almanın birçok yolu vardır. Nefes egzersizleri, spor yapma, olumlu düşünme, etkin dinleme, zaman yönetimi vb.</p> <p>Etkinlik: Öfkeye karşı örgüdeniyorum.</p> <p>Etkinliğin uygulanması: Sınıf 4-5 kişilik gruplar oluşturulur. Her bir grup öfkeyle baş etme yollarından birinin temsilcisidir. Resim yapma, müzik dinleme, dans etme, etkin dinleme vb. Her grup, öfke duygusu yaşayan arkadaş kendisine başvurduğunda kurduğu grup üyeleri ile arkadaşına yardımcı olur. Örneğin; Öfke içindeki kişi gittiği grup üyeleri ile müzik dinler- dans eder.</p> <p>Değerlendirme: Ümitsiz boyuna süren çalışmalar sonucunda her grup yaptığı etkinlikleri ve aldıkları sonuçları arkadaşları ile paylaştıkları sözlü bir sunum hazırlar. Yapılan çalışmalar tartışma tekniği ile beraber değerlendirilir.</p>	<p>[!] öğretmen projeye başlama dan önce öfkeyle baş etme yolları hakkında bilgi verir.</p> <p>[!] Örgütlerin kendi yöntemlerini seçme ve çalışmalarını planlamalarına yardımcı olur.</p> <p>[!] Öğretmen her bir örgütün çalışmalarını yakından takip eder, rehberlik eder.</p>

Tablo 5. Fen ve Teknoloji Dersi ile Bütünleştirilen Sınıf Rehberlik Programı

DERS /HAFTA	KAZANIMLAR	SINIF REHBERLİK PROGRAMI
III. HAFTA FEN VE TEKNOLOJİ	<p>8. Sesin işitmedeki rolü ile ilgili olarak öğrenciler;</p> <p>8.1. Her sesin insan kulağı tarafından işitilemeyeceğini fark eder.</p> <p>8.2. Sesi duyabilmemizi sağlayan özelliğinin sesin şiddeti olduğunu ifade eder.</p> <p>8.3. Aynı sesin değişik uzaklıklardan dinlendiğinde şiddetinin değiştiğini fark eder.</p> <p>8.4. Ses şiddeti ile uzaklık arasındaki ilişkiyi açıklar.</p> <p>8.5. Ses şiddetini değiştirmeye ve işitme yetimizi geliştirmeye yarayan araçlara örnekler verir (FTTÇ-13).</p> <p>8.6. Teknolojik tasarımın aşamalarını uygulayarak daha iyi işitmeyi sağlayacak bir araç geliştirir (FTTÇ-6).</p> <p>8.7. İşitme kaybını engellemek için yüksek sestten konumak gerektiğini ifade eder (FTTÇ-35).</p>	<p>Kazanım: Öfke duygusuna kapıldığında yüksek sesle konuşmanın faydasız olduğunu kavrar.</p> <p>İçerik: Öfke duygusunu dışa vurulurken yapılan yanlış davranışlardan biri de öfke anında karşımızdakine sesimizi yükseltmektir. Ancak bu sorunu çözmek yerine kendimizi doğru ifade edemememize sebep olur.</p> <p>Etkinlik: “Sesimi Yükseltmeden” etkinliği</p> <p>İki farklı senaryo canlandırılır.</p> <p><i>Senaryo I: Teslim etmek üzere hazırlanmış bir ev ödevinin üzerine bir arkadaşına kaza ile su döker. Diğeri ona bağırmağa başlar. “ Ne yaptın? Ben şimdi öğretmene ne diyeceğim? Ne kadar dikkatsizsin? Bunu nasıl yaparsın?” vb.” Karşındaki arkadaş da aynı şekilde sesini yükselterek “ Kaza ile oldu anlamıyor musun?” der ve gerginlik devam eder.</i></p> <p><i>Senaryo II: Teslim etmek üzere hazırlanmış bir ev ödevinin üzerine bir arkadaşına kaza ile su döker. Diğeri ona “ Bu ödevi bugün teslim etmem gerekiyordu. Şimdi öğretmene durumu nasıl açıklayacağım?”</i></p> <p><i>“ Özur dilerim öğretmene bir kaza olduğunu ben açıklarım.”</i></p> <p><i>“Ödevi tekrar nasıl hazırlarım?”</i></p> <p><i>“Mutlaka öğretmenimiz de bir çözüm üretir ama ben sana yardımcı olurum. Gerçekten üzgünüm.”</i></p> <p>Her iki senaryo canlandırıldıktan sonra öfke duyma anında yüksek sesle konuşmanın faydasız olduğu, sorunu çözmek yerine çıkmaza ittiği tartışılır.</p> <p>Değerlendirme: Öfke anında yüksek sesle konuşmayı tercih eder misiniz? Neden? Sorununun tartışılması.</p>

Tablo 6. Türkçe Dersi ile Bütünleştirilen Sınıf Rehberlik Programı

DERS HAFTA		KAZANIMLAR	ETKİNLİKLER	SINIF REHBERLİK PROGRAMI
II. HAFTA	TÜRKÇE	Kendini Yazılı Olarak İfade Etme 1. Kelimeleri yerinde ve anlamlarına uygun kullanır. 2. Yeni öğrendiği kelimeleri yazılarında kullanır. 3. Mantıksal bütünlük içinde yazar.	Beni tamamla etkinliği	Kazanım: Öfke duygusunu uygun bir dille ifade etme yollarını kavrar. İçerik: Öfkeyi saldırganlıkla değil de sözel olarak ifade etmek, en sağlıklı yoldur. Bunu yapabilmek için, istediklerimizin ne olduğunun farkına varmalı, bunları açık ve karşımızdakini incitmeyecek bir şekilde aktarmalıyız. Bunu yapabildiğimiz sürece hem çevremizdeki insanlarla ilişkilerimize zarar vermeyiz hem de öfke duygusunu daha fazla taşımaktan kendimizi alıkoyabiliriz. Etkinlik: “ Beni tamamla ” Etkinliği Öfkeye neden olabilecek durumların yazılı olduğu cümleler verilerek bu durum karşısında öfkesini nasıl ifade edeceğini yazması istenir. Örnek: 1. Arka daşımın benden izinsiz kitabımı almasına öfkelenim ve ona... 2. Kardeşim oyunda beni yendi ve hep başarısız olduğumu üst üste söyleyerek beni öfkelenirdi. Ben de ona... Tamamlanan cümleler sınıfta okutulur. Değerlendirme: Öfkemizi uygun bir dille ifade etmenin bize yararları nedir?

DERS HAFTA		KAZANIMLAR	ETKİNLİKLER	SINIF REHBERLİK PROGRAMI
I. HAFTA	TÜRKÇE	Dinleme kurallarını uygulama 1. Dinlediklerinin konusunu belirler. 2. Dinlediklerinin ana fikrini belirler. Kendini Sözlü Olarak İfade Etme 1. Kendine güvenerek konuşur. 2. Konuşmasında olayları oluş sırasına göre anlatır. 3. Konuşmalarında yaşantısından ve günlük hayattan örnekler verir. 4. Konuşmalarında destekleyici ve açıklayıcı örnekler verir.	Sunu izleme etkinliği 4-5 dakikalık bir konuşma yapma etkinliği	Kazanım: Öfke ve öfkenin nedenlerini tanımlar. İçerik: Öfke korkmak, mutlu olmak gibi her insanın hissettiği doğal bir duygudur. Bizi rahatsız eden bir durum karşısında duyduğumuz kızgınlık ve hiddet olarak tanımlanabilir. Sadece insanlar değil hayvanlar da öfke duygusuna kapılır. Öfke duygusuna kendimize kızgınlık kaygı gibi içsel durumlar neden olabileceği gibi dışarıdan engellenme, baskı altına alınma, incitilme gibi durumlar da neden olabilir. Etkinlik: “Konuşmamı Sunuyorum Etkinliği” Öfke ve nedenleri konulu 10 dk. sunu izlenir. Öfke duygusuna kapıldıkları anlarla ilgili kısa bir konuşma planlamaları için 10 dk. bir zaman verilir ve konuşmalarını sunmak için yeterli zaman tanınır. Değerlendirme: a) Öfke duygusunu tanımlayınız. b) Hangi durumlar öfkelenmemize neden olur?

Tablo 7. Görsel Sanatlar ile Bütünleştirilen Sınıf Rehberlik Programı

DERS HAFTA	KAZANIMLAR	ETKİNLİKLER	SINIF REHBERLİK PROGRAMI
IV. HAFTA GÖRSEL SANATLAR	<p>1. İki ve üç boyutlu görsel sanat eserlerini ayırt eder.</p> <p>2. Üç boyutlu eserlere, farklı yönlerden bakıldığında değişik görünümleri olduğunu fark eder.</p> <p>3. Duygu, düşünce ve izlenimlerini çeşitli görsel sanat teknikleriyle ifade eder</p>	<p>Öğrencilerden, öncelikle çevrelerindeki eşyaları incelemeleri istenir ve bu yolla üç boyutluluğu fark etmeleri sağlanır. Daha sonra kuş, balık, çiçek, kurbağa, gemi vb. figür ve nesnelerin resimleri çizilir ve renklendirilir.</p> <p>Öğrenciler, resmini yaptıkları nesnelere kartona yapıştırıp-kesme çubuk,tejl vb. malzeme kullanarak ya da kâğıt katlama (oğgami) veya yoğurma malzemeleri (kil, alçı, tutkal, oyun hamuru) kullanarak üç boyutlu hale getirirler.</p>	<p>Kazanım: Öfke duygusuyla baş etme yollarını uygular.</p> <p>İçerik: Öfkeyle baş etme yollarından biri de olumlu düşünmedir. Hayal ederek bireyi gevşetecek bir yer ya da bir ortamı düşünmek ve gözünün önüne getirmeye çalışmak sakinleşmek açısından önemli ve yardımcıdır. Geçmişte kişinin kendisini çok sakin hissettiği bir yeri hatırlaması da yardımcı olabilir.</p> <p>Etkinlik: "Burada İyiym" etkinliği Kendilerini iyi rahat hissettikleri bir ortamı hayal ederek üç boyutlu bir çalışma yapmalarını istenir. Yapılan çalışmalar ile ilgili sınıf içi sergi oluşturularak her bir öğrencinin çalışmasını arkadaşlarına sunması istenir.</p> <p>Değerlendirme: Öfke anında yaptığımız bu çalışma daki ortamı hayal ederseniz sizi rahatlatır mı? Sorusunun tartışılması.</p>

SONUÇ

Sonuç olarak, öfke ve öfke kontrolü konulu rehberlik çalışması ilköğretim 4. Sınıf Mart ayı eğitim programında yer alan Fen ve Teknoloji, Beden Eğitimi, Görsel Sanatlar Kültürü, Sosyal Bilgiler ve Türkçe dersleri ile bütünleştirilmiştir. Ayrıca Mart ayı içerisinde yer alan belirli gün ve haftalardan Yeşilay Haftası ve Dünya Kadınlar Günü ile ilgili etkinlikler Öfke ve Kontrolü ile ilişkilendirilmiştir. Diğer taraftan veli eğitim programı oluşturulmuş ve okulun tüm personelinin ortak çalışmasına yönelik stratejik plan çalışması yapılmıştır. Böylece bir aylık bir süreçte öğrencilerde öfke kontrolüne yönelik kazanımlara ulaşılabileceği varsayılmıştır.

Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik modelinde, okul türüne ve sınıf düzeyine göre program oluşturma, sürecin tümünün temelini oluşturur ve bu nedenle en önemli faktördür. Çünkü programda eğitim yaşantısı içerisinde okulun çevresi, yönetim, eğitim çalışanları, veli ve diğer personel yer almalıdır. Ayrıca program okuldaki eğitsel kulüplere, kutlanacak belirli gün ve haftalar ile öğretim programına düzenli bir şekilde yerleştirilmelidir. Bu karmaşık fakat düzenli bir şekilde yürütülmesi gereken programı oluşturmak da farklı disiplinlerin ortak çalışmasını gerektirir. Çalışma eğitim programları ve öğretimi, sınıf öğretmenliği ve rehberlik ve psikolojik danışma alan uzmanları ile birlikte gerçekleştirilmiştir. Böylece programın uygulanmasının ve belirlenen hedeflere ulaşımının daha güçlü olarak gerçekleşeceği düşünülmüştür.

Çalışmada ön test ve son test değerlendirme araçları olarak "Saldırganlık Ölçeği" kullanılabilir. Ayrıca uygulamayı yapacak öğretmenlere ve sınıfın velilerine bilgilendirici toplantılar yapılarak ve memnuniyet anketleri ile süreç analiz edilebilir.

Literatürde (Demirel, 2010; Terzi, E. Tekinalp ve Leuwerke, 2011) kapsamlı gelişimsel rehberlik programının değerlendirildiği çalışmalarda da programın uygulamasındaki güçlükler dikkat çekilmektedir. Bu çalışmada makro hedef olarak, ülkemizde uygulanmaya çalışılan kapsamlı gelişimsel

psikolojik danışma ve rehberlik modelinin etkililiğini artırmaya yönelik, örnek bir temalı çalışma modeli sunulmuştur. Ayrıca mikro hedef açısından, bir aylık süreçte "öfke ve öfke kontrolü" konusunda, öğrencilerin davranışlarında anlamlı bir değişikliğin olacağı varsayılmaktadır.

KAYNAKÇA

- Acun, R. (2011). Sistem yaklaşımıyla tarihte program geliştirme. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 11 (2), 823-838
- Bates C, Abernethy G, Branford-Jackson A. Brantley G. (1999). The South Carolina comprehensive developmental guidance and counseling program model. South Carolina Department of Education, Columbia, 14.
- Bloom, B. S. (1979). İnsan nitelikleri ve okulda öğrenme. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Büyükkaragöz, S. (1997). Program Geliştirme "Kaynak Metinler", Konya: Kuzucular Ofset.
- Demirel M. (2010). İlköğretim ve ortaöğretim kurumları sınıf rehberlik programının değerlendirilmesi. Eğitim ve Bilim, 35 (156): 46-60.
- Demirel, Ö. (2004). Eğitimde program geliştirme. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Gysbers Norman C, Henderson P.(2001). Comprehensive guidance and counseling programs: a rich history and a bright future. Professional School Counseling, 4 (4), 11-246.
- MEB. (2006). İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumları Sınıf Rehberlik Programı.
- Nazlı s. (2005) Kapsamlı gelişimsel rehberlik ve psikolojik danışma programları.(2. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Nazlı s. (2008) Öğretmenlerin değişen rehberlik hizmetlerini ve kendi rollerini algılamaları. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 11(20), 11-25
- Picard J. C. (2002). Louisiana model for comprehensive guidance and counseling. Louisiana State Department of Education. May, 11, 34.
- Stenhouse, L. (1975). An introduction to curriculum research and development. London: Heineman. Terzi Ş, Ergüner Tekinalp

- B, Leuwerke W. (2011). Psikolojik danışmanların okul psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri modeline dayalı olarak geliştirilen kapsamlı psikolojik danışma ve rehberlik programını değerlendirmeleri. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi.1(1):51-60
- Tyler, R. W. (1949). Basic principles of curriculumandinstruction. Chicago: University of Chicago Press.
- Wulf, K.M andSchave.(1984). Curriculumdesign: A handbook-foreducators. California: Scott, ForesmanandCo.
- Yeşilyaprak B. (2009). Türkiye’de psikolojik danışma ve rehberlik alanının geleceği: yeni açılımlar ve öngörüler. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi. 42(1):193-213