



INESJOURNAL

ULUSLARARASI EĞİTİM BİLİMLERİ DERGİSİ
THE JOURNAL OF INTERNATIONAL EDUCATION SCIENCE

Yıl: 4, Sayı: 13, Aralık 2017, s. 282-285

İzzet PARMAKSIZ¹

SOSYAL BECERİ EĞİTİMLERİNİN HAZIRLANMASINDA KULLANILAN YÖNTEM: LİTERATÜR TARAMASI

Özet

Bu literatür derlemesinde ülkemizde ve yurt dışında yapılan 15 adet sosyal beceri eğitiminin nasıl bir yöntem kullanılarak hazırlandığı incelenmiştir. Yapılan incelemede sosyal beceri eğitimlerinin nasıl hazırlandığı sorusuna cevap bulunmaya çalışılmış ve içeriklerin hangi yaklaşımlarla hazırlandığına bakılmıştır. Yapılan inceleme sonucunda eğitimlerin 8 ile 12 oturum arasında olduğu tespit edilmiştir. Bu oturumların her birinin süresinin 60 dakika ile 120 dakika arasında değiştiği tespit edilmiştir. Bu eğitimlerde model olarak ön test- son test kontrol gruplu desen kullanıldığı ve ölçek olarak da bağımlı değişkeni tanımlayan ölçekler kullanıldığı tespit edilmiştir. Eğitimlerin, sayısı 15 ile 20 arasında değişen deney ve kontrol gruplarıyla yürütüldüğü tespit edilmiştir. Eğitimlerdeki oturumların bilişsel-davranışçı yöntemi esas alan etkinliklerden oluştuğu ve eğitimin değerlendirilmesi için elde edilen verilerin analizinde SPSS programı kullanıldığı saptanmıştır.

Anahtar Kelime : Sosyal Beceri, Sosyal Beceri Eğitimi, Utangaçlık

METHOD OF PREPARING SOCIAL SKILLS EDUCATION: LITERATURE REVIEW

Abstract

In the review of this literature, it is examined how the 15 social skills training prepared in our country and abroad are prepared by using a method. An attempt was made to find an answer to the question of how to prepare social skills training and what approaches the contents are prepared for. As a result of the examination, it was determined that trainings were between 8 and 12 sessions. It has been determined that the duration of each of these sessions varies between 60 minutes and 120 minutes. In these trainings, pre-test-post-test control group pattern was used as a model and scales that define dependent variables were used as scale. The trainings were conducted with experimental and control groups ranging in number from 15 to 20. It was determined that the sessions in the training consisted of activities based on the cognitive-behavioral method and that the SPSS program was used in the analysis of the data obtained for the evaluation of the training.

Keywords : Social Skill, Social Skill Training, Shyness

¹ Yrd. Doç. Dr., Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, izparm44@gmail.com

GİRİŞ

İnsanlar sosyal birer varlık olarak hayatlarını devam ettirme ihtiyacı içindedirler ve insanın hayata adaptasyonu büyük oranda iletişim becerileri ve kendini kabul ile sağlanan sosyal beceri süreci ile ilgilidir. Bireyler bazı değişkenlerin etkisiyle utangaç davranış özellikleri sergileyebilirler ve bunu yenmek konusunda sürekli bir çaba içerisine girerler. Jones, Briggs ve Smith (1986) utangaçlığı yabancıların olduğu yerlerde yaşanan kaygı ve engellenme duygusu olarak tanımlamakta ve insan ilişkilerine etki eden önemli bir faktör olarak değerlendirmektedirler. Araştırmacılar, Bacanlı (1999) 'ın "kişiler arası ilişkileri başlatma, sürdürme ve uygun şekilde bitirme becerileri" olarak tanımladığı utangaçlığı yenmek için sosyal beceri kazandırma eğitimlerini geliştirmişlerdir. Sosyal beceri eğitimi ise kişilerin sosyal bilgiyi alma, çözümlenme ve anlamalarında yardımcı olacak davranışların kazandırılmasını amaçlayan ve çoğunluğu davranışçı yaklaşımı içeren eğitim biçimidir (Yüksel, 1997).

Bu araştırmada literatürdeki utangaçlık ve yakın değişkenleri konu alan yurt içi ve yurt dışındaki sosyal beceri eğitimlerinin içerikleri incelenmiştir. Bu çalışmada Albano ve diğerleri, (1995) ; Avery ve diğerleri (1981); Booth, (1990) ; Chung, C. H. & Watkins, D. (1995); Çelik, (2004); Hasdemir, (2005); Haynes-Clements ve diğerleri, (1984) ; (Jupp ve Griffiths, (1990); (Akt:Greco ve Morris, 2001)); Kozanoğlu, (2006) ; Mercan, (2007) ; Meriç, (2007); Sarıca, (2008); Torun, (2008) ; Ünlü, (2010); Yıldırım, (2006) 'ın hazırlanmış olduğu programlar incelenmiş. Programlardaki oturum sayıları, oturum süreleri, kullanılan yöntem, programın analizinde uygulanan istatistiksel analizler, hedef kitle, uygulamalardaki etkinlikler, tercih edilen kuramsal teknikler ve oturumların amacı detaylı bir şekilde incelenmiş ve araştırmacıların yeni bir program hazırlarken nasıl bir yaklaşım içerisinde olacakları ile temel başlıklar saptanmıştır.

YÖNTEM

Literatür taraması yöntemi kullanılmış ve eğitim programını oluşturan öğelerin bir araya getirilerek karşılaştırıldığı ortak bir sonuca ulaşılmıştır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

İncelenen psiko-eğitim programlarında oturumların sayısı 8 ile 12 oturum arasındadır. Oturum süreleri ise 60 dk. ile 120 dk. arasında değişmektedir ancak yine çoğunluk olarak 90 dk. kullanılmıştır. Oturumlarda çoğunluk olarak ön test- son test kontrol gruplu desen kullanılmıştır. Ölçek olarak da bağımlı değişkeni tanımlayan ölçekler kullanılmıştır. Araştırmalar genelde 15-20 arasında değişen deney ve kontrol gruplarından oluşmakta ve oturumlar genelde tanışma-grup kuralları- kontrat şeklinde başlamıştır. Oturumların içeriği özet olarak şöyledir; daha aktif geçmesi için ısındırma oyunları kullanılmıştır, daha sonra oturumlara duyguların tanımlanması, kendini tanıma, duygusunu tanımlama, sosyal beceriyi bilme, iletişim ve empati kavramları, mantıksız düşüncelerin fark edilmesi, yaşantının ABC'si hakkında bilgi verilmesi, alternatif düşüncelerin geliştirilmesi, geçmiş yaşantılar ve şu anın karşılaştırılması, sonlandırma gibi aşamalarla oturumlar yapılandırılmıştır. Oturumların daha kalıcı ve hayata uygulanabilir olması açısından çeşitli etkinlikler belirlenmiştir ve ev ödevleri de verilmiştir.

Bu araştırma sosyal beceri eğitim programları hazırlamak isteyen araştırmacılar için hazırlayacakları programın içerik ve program basamaklarının nasıl olması gerektiği hakkında fikir verecektir. Ayrıca yeni araştırmacılar için yardımcı olacak önemli veriler sağlamıştır.

KAYNAKÇA

- Albano, A. M. (1995). Treatment of social anxiety in adolescents. *Cogniti ve Behavioral Practice*, 2 (2), 271-298.
- Avery, Arthur W. , Haynes-Clements Lynda A., Lamke Leanne K. (1981). Teaching Shy Studens: The Role Of The Family Life Educator. *Family Relations*, Vol.30 No. 1 pp. 39–43
- Bacanlı, H. (1999). *Sosyal beceri eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Booth, R. (1990). A short-term peer model for treating shyness in college students:a note on exploratory study. *Psychological Reports*, 66, 417- 418.
- Chung, C. H. & Watkins, D. (1995). evaluating a social skills traning program for Hong Kong students. *Journal of Social Psychology*, 135 (4), 527- 528.
- Çelik, N (2007) *Sosyal beceri eğitiminin ilköğretim öğrencilerinin sosyal uyum düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi) İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Greco, L.A. & Morris, T.L. (2001). Treating childhood shyness and related behavior: empirically evaluated approaches to promote positive social interactions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4(4), 299- 316.
- Hasdemir A. (2005) *Sosyal beceri eğitiminin lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi) Ankara, Eylül, 2005
- Haynes-Clements, L.A., Avery, A.W. & Lamke, L.K. (1984). A cognitive- behavioral approach to social skills training with shy persons. *Journal of Clinical Psychology*, 40(3), 710-713.
- Jones, W.H., Briggs, S.R. Smith, T.G. (1986). Shyness: Conceptualization and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (3), 629-639.
- Kozanoğlu, T. (2006) "Utangaçlıkla baş edebilme sosyal beceri eğitim programının ergenlerin utangaçlık düzeylerine etkisi.", Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana .
- Mercan, Ç. S. (2007). *Bilişsel- davranışçı yaklaşımla bütünleştirilmiş sosyal beceri eğitiminin ergenlerin sosyal kaygı düzeyine etkisi* (Doktora Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Meriç, B. (2007). *Boşanmış ailelerdeki ergenlerin uyum düzeylerini ve sosyal becerilerini geliştirmeye yönelik bir grup rehberliği çalışmasının sınanması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Sarıca, Arzu Kumru.(2008) "Sosyal beceri programının ergenlerin saldırganlık düzeyine etkisi." Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Torun, M. (2008) *Sosyal beceri eğitiminin erbaş ve erlerin sosyal beceri düzeyine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi) - Gazi Üniversitesi.
- Ünlü, M. (2010). *Grupla psikolojik danışmanın ilköğretim ikinci kademedeki öğrencilerin sosyal beceri düzeylerine etkisi*. Master's thesis. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yıldırım, M. (2006) *Sosyal beceri eğitiminin lise 2. sınıf öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine etkisi* Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

Yüksel, G. (1997). *Sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyine etkisi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

EXTENDED ABSTRACT

People are in need of maintaining their lives as social beings. The adaptation of a person's life is related to the social skills process provided by communication skills and self-acceptance. In this study, the content of domestic and international social skills training on shyness and close variables was examined. In the review of this literature, it is examined how the 15 social skills training prepared in our country and abroad are prepared by using a method. An attempt was made to find an answer to the question of how to prepare social skills training and what approaches the contents are prepared for. As a result of the examination, it was determined that trainings were between 8 and 12 sessions. It has been determined that the duration of each of these sessions varies between 60 minutes and 120 minutes. In these trainings, pre-test-post-test control group pattern was used as a model and scales that define dependent variables were used as scale. The trainings were conducted with experimental and control groups ranging in number from 15 to 20. It was determined that the sessions in the training consisted of activities based on the cognitive-behavioral method and that the SPSS program was used in the analysis of the data obtained for the evaluation of the training. This research will give insight into the content of the program and how the program steps should be for researchers who want to prepare social skills training programs. It also provided important data to help new researchers.