Modül-9

Öğretmen Zaten Uzmandır !

UZMAN ÖĞRETMENLİK ÇALIŞMA NOTLARI

Güvenli Okul Ve Okul Güvenliği



Yusuf AKTAŞ
NURULLAH GENÇ İLKOKULU

Bu çalışma notları MEB / ÖBA / Prof. Dr. Coşkun ARSLAN /Prof. Dr. Hasan YILMAZ /Prof. Dr. İsa KORKMAZ /Prof. Dr. İsmail H. DEMİRCİOĞLU /Prof. Dr. Seyfi ÖZGÜZEL /Prof. Dr. Yalçın ÖZDEMİR /Prof. Dr. Zakir AVŞAR /Doç. Dr. Ali Serdar SAĞKAL / Uzman Öğretmenlik Yetiştirme Programı Çalışma Kitabı (PDF) kaynak alınarak düzenlenmiştir.
Kaynak https://cdn.eba.gov.tr/oba/UZMAN_OGRETMENLIK_YETISTIRME_PROGRAMI_CALISMA__KITABI.pdf

GÜVENLİ OKUL VE OKUL GÜVENLİĞİ

GÜVENLİ OKUL NEDİR?

→ Okulun temel unsurları olan öğrenci, öğretmen ve diğer personelin kendilerini fiziksel, psikolojik ve duygusal açıdan özgür ve güvenli hissettikleri okulları güvenli olarak tarif etmektedir (Dönmez 2001),

→ Öğrencilerin başkalarına duydukları saygı ve okula olumlu bağlılık hissetmeleri üzerinde durmaktadır (Inclusive Schools Network, 2012).

→ Öğrencilerin güvenli bir eğitim ortamında sosyal becerilerini sergiledikleri, öfkelerini kontrol edebildikleri, sorunlarına çözüm bulabildikleri ve herkesin birbirine saygılı davrandığı bir ortam şeklinde ifade etmektedir (Çelik 2005)

Daha genel bir tanımda;

→ Öğrenci ve okul personelinin okul içinden ya da çevreden kaynaklanan suç, şiddet, saldırganlık, zorbalık, hırsızlık, vandalizm, alkol, sigara ve uyuşturucu madde kullanımı, cinsel ve ırksal taciz gibi istenmeyen davranışlara karşı korunmaları ve okulda bir kriz ortamı yaratabilecek olağanüstü hâllerde can güvenliklerinin en üst düzeyde sağlanmasıdır. (Dönmez ve Özer 2009)

Güvenli okulların bazı özellikleri şöyle sıralanabilir:

- Etkili Okul Yöneticiliği ve Liderliği: Okul idaresinin ve öğretmenlerinin etkili liderlik sergilemeleri gerekmektedir.
- Okulu Oluşturan Mekânların Kontrolü: Okulun bütün mekânlarına hâkim olunması gerekmektedir.
- Güven Hissi: Okullarda sağlıklı öğrenmelerin meydana gelebilmesi için öğrenciler sınıf içindeki ve dışındaki bütün süreçlerde güven içinde olmalıdırlar.
- Saygı: Okullardaki karşılıklı saygı kültürüdür.
- Samimiyet: Okulun paydaşları arasındaki samimiyet.
- Fiziksel Zarar, Gözdağı, Zorbalık ve Tacizin Bulunmaması: Güvenli okullar fiziksel zarar, gözdağı, zorbalık ve tacizin bulunmadığı yerlerdir.
- Alay, Nefret Dili ve Sosyal Dışlanmadan Uzak Olma: Alay, nefret dili ve sosyal dışlanma okulların güvensiz hâle gelmesindeki sebepler arasındadır.
- Çatışma Riskinden Uzak Olma: Terör ve çatışma ortamı 21. yüzyılda insanlığın karşılaştığı problemler arasında yer almaktadır.
- Doğal Afetlerden Uzak Olma: Güvenli okul iklimini olumsuz yönde etkiyen diğer bir risk de doğal afetlerdir.
- Sorumluluk Duygusunu Geliştirme: Okul müdürü, öğretmen, öğrenci, çalışan ve diğer paydaşların güvenli okul için sorumluluk almaları gerekmektedir.
- İhtiyacı Olan Öğrencilerin İhtiyaçlarını Giderme: Aileleri tarafından temel ihtiyaçları karşılanamayan öğrencilerin bulunduğu bir eğitim kurumunda güvenli okul ikliminin tesis edilebilmesi zordur.
- Eşit Muamele: Öğrencilere eşit muamele edilmemesi, güvenli okul iklimini zedeleyen diğer bir problemdir.
- Akademik Başarıya Odaklanma: Akademik başarısı yüksek olan okullarda güvenli okul iklimini tehdit eden problemler daha az yaşanmaktadır.
- Veliler ve Toplumla İyi İlişkiler İçinde Olma: Güvenli okulun göstergelerinden biri de okulun yönetim kadrosunun ve öğretmenlerinin veliler ve toplumla iyi ilişkiler kurmasıdır.
- İfade Özgürlüğünü Destekleme: Öğrencilerin kendilerini rahatça ifade edebilmeleridir.
- Güvenlik Problemlerini Açıkça Tartışma: Okulun güvenlikle ilgili problemleri okul paydaşlarıyla açıkça tartışılır ve çözümler üretilir.
- İletişim: Sağlıklı öğrenmelerin meydana geldiği okulların temel göstergelerden biri okulu oluşturan paydaşlar arasındaki açık ve kesintisiz iletişimdir.
- Empati Kültürünü Geliştirme: Okuldaki empati kültürüdür.
- Güvenliği Tehdit Eden Davranışları Ödüllendirmeme ve Görmezlikten Gelmeme: Okul iklimini tehdit edebilecek davranışların ortaya çıkması durumunda okul idaresi, öğretmen ve çalışanlar uygunsuz davranışları görmezlikten gelmemelidir.
- Kolluk Güçleriyle İş Birliği: Sadece okul içinin değil, okul çevresinin de güvenli olması gerekmektedir.
- Her Türlü Bağımlılıkla Mücadele: Madde, teknoloji, oyun ve internet vb. bağımlılık türleri öğrencilerin kendilerine zarar verebilmelerinin yanında şiddet, zorbalık, vandalizm vb. olumsuz davranışlar sergilemelerine neden olmaktadır.
- Göçmen Çocukların Problemlerini Yönetebilme: Göçmen öğrencilere sahip okul idareleri, öğretmenler ve diğer çalışanlar bu öğrencilerden kaynaklanan problemlerin nasıl yönetilebileceği konusunda deneyim sahibi olmalıdırlar.
- Krize Hazırlık ve Krize Müdahale Planlarına Sahip Olma: Okul idaresi, öğretmenler ve diğer çalışanlar okul ortamında ortaya çıkabilecek her türlü kriz ve probleme karşı hazırlıklı olmalı ve müdahale planları geliştirmelidirler. Bu çerçevede, olası kriz ve risklere karşı zaman zaman tatbikatlar yapmakta fayda vardır.

Sonuç:

Güvenli okul ortamı inşa etme ve bu ortamları sürdürülebilir hâle getirmek için okul yöneticileri, öğretmenler, öğrenciler, veliler ve diğer paydaşların bu konuda bilgi sahibi olmaları gerekmektedir.

Yusuf AKTAŞ 2022

SİBER ZORBALIK VE SİBER MAĞDURİYET

Zorbalık

Zorbalık, yaşça daha büyük ya da fiziksel olarak güçlü olan çocukların kendilerinden daha güçsüz olan çocukları sürekli olarak hırpalaması, eziyet etmesi ve rahatsız etmesidir. Öğrencilerin okulda gerçekleştirdikleri zorbalık davranışları

- bireysel özellikler,
- akran grubu,
- okul ortamı,
- aile ve
- çevresel özellikler gibi birçok değişkenle ilgili olabilir.

Zorbalığın Ayırt Edici Özellikleri

- Bilinçli ve istençli olarak yapılan ve kurbana fiziksel, zihinsel, sosyal ya da psikolojik olarak zarar verme amacı güden söz ve eylemlerdir?
- Bir kereye mahsus değildir. Çeşitli zaman aralıklarında tekrarlanıyor olması gerekir.
- Eylemlerini bireysel veya grupla yapabilecekleri gibi, kurbanlar da bu eylemlerden bireysel ya da grup olarak zarar görebilirler.
- Zorbaca davranışa maruz kalan kurbanın kendini koruyamayacak ve savunamayacak fiziksel veya zihinsel nitelikte olması gerekir.
- Zorbaca davranışlar sergileyen bireylerin genellikle bu eylemler sonunda kendilerine çıkar sağladıkları görülür.
- Zorbalar, kurban veya kurbanlarının acı çekmesinden, küçük düşmesinden zevk alırlar.

Siber Zorbalık

Siber zorbalık günümüzde gittikçe özellikle çocuklar ve gençler arasında sıkça görülen ve geleneksel zorbalık kavramından farklı olarak bireylerin mobil telefonlar ve internet aracılığıyla bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanarak diğer bireylere rahatsızlık vermesi ve taciz etmesi olarak tanımlanır.

Diğer bir deyişle bireylerin internet ve elektronik medyayı kullanarak saldırgan davranışlarda bulunmasıdır.

Geleneksel Zorbalık ve Siber zorbalık

Geleneksel zorbalıkta özellikle çocuklar diğerleri tarafından tanındığı ve bu da kaygıyı artırdığından dolayı çocuklar genellikle siber zorbalığı tercih etmektedirler. Ayrıca genellikle geleneksel zorbalık yapan bireyler ve çocuklar siber zorbalığı da sıklıkla tercih etmektedir. Çocukların siber zorbalığı geleneksel zorbalığa tercih etmesinin nedenlerinden biri de daha fazla izleyiciye ulaşmasıdır. Bireyler siber zorbalığı her zaman her yerde uygulayabilirler.

Siber Zorbalık Nedenleri

Bunlar;

- Genellikle intikam alma ya da cezalandırma arzusu,
- Popüler olma arzusu,
- Aile içinde yaşanan sorunlar,
- Düşük öz güven ya da
- Gerçek dünyada elde edilemeyen başarıyı sanal dünyada yakalama arzusu şeklindedir.

Siber Mağduriyet

Kişinin dijital teknolojiler aracılığıyla kendine zarar veren saldırgan tutumlara maruz kalması ve bunun da kişide mağduriyet oluşturması durumudur. Siber mağduriyete maruz kalan ergen ve çocuklar;

- Birçok akademik, duygusal, ilişkisel ve sosyal problemlerle karşılaşmakta ve artan stres onlarda depresyon, kaygı, intihar vb. sonuçları tetiklemektedir.
- Ayrıca zorbalığa maruz kalan çocuklarda baş ve karın ağrısı, cilt problemleri gibi fiziksel problemler de meydana gelmektedir.
- Siber mağduriyet ayrıca çocukların yeme alışkanlıklarını etkileyebilir.

Siber zorbalığın önlenmesi

Önlemeye yönelik yapılan müdahalelerde grup rehberliği şeklinde ve dijital teknolojilerin yer almadığı önleyici programlar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Neler yapılabilir?

- Çocuklarınızın mutlaka şifre kullanmalarını ve bu şifreleri kimseyle paylaşmamalarını sağlayın.
- Çocuğunuzun sosyal medya hesaplarında gizlilik ayarlarını uygulayın.
- Siber zorbalar karşıdan duygusal bir yanıt isterler. Çocuğunuza bu tür bir durumda asla karşıdakine yanıt vermemesini söyleyin.
- Siber zorbalık yapanları ilgili makamlara bildirin.
- Çocuklarla rahat bir iletişim iklimi oluşturun.
- Siber zorbalığın ne olduğunu onlara anlatın.
- Çocukların çevrim içi aktivitelerini (oyun vb.) gözlemleyin.
- Uygulamalar ve çevrim içi platformlar hakkında bilgi sahibi olun.
- Öğrenci, öğretmen ve ailelere yönelik zorbalık ve siber zorbalık seminerleri düzenleyin.
- Okul ve aile arasındaki iş birliği ve iletişimi artırın.
- Zorbalığı ve siber zorbalığı önlemeye ve azaltmaya yönelik olarak öğrencilerin çatışma çözme, problem çözme, iletişim becerileri, duygu düzenleme becerileri vb. özelliklerini artırıcı etkinler ve grup çalışmaları, psikolojik danışmanlar/rehber öğretmenler tarafından yapılabilir.

Yusuf AKTAŞ 2022

BAĞIMLILIK VE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI

Bağımlılık Nedir?

Bağımlılık herhangi bir maddenin zarar veren sonuçlarına rağmen sürekli ve aşırı kullanımı sonucu ortaya çıkan bir rahatsızlıktır. Bağımlı bireyler;

- Belirli bir maddeye karşı aşırı ve yoğun ilgi gösterirler ve kişinin yaşamı boyunca sürebilir.
- Madde kullanımının birçok probleme yol açacağını bilmelerine rağmen o maddeleri kullanmaya devam ederler.
- Zamanla maddeye karşı tolerans geliştirler ve bu maddeyi gittikçe daha çok kullanmak isterler.

Bağımlılığın;

- Biyolojik,
- Sosyal ve
- Davranışsal boyutları vardır ve yeniden tekrar eden bir rahatsızlıktır.

Bağımlılığı;

- Fiziksel ve
- Ruhsal bağımlılık olarak sınıflanabilir.

Fiziksel bağımlılık: Maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik bir istektir. Alınmadığı zaman fizyolojik uyumun bozulmasına bağlı olarak fiziksel belirtiler çıkar.

Ruhsal bağımlılık: Kişinin duygusal ya da kişilik yapısı gereği, gereksinimlerini tatmin etme ya da giderme amacıyla o maddeye düşkünlüğü biçiminde tanımlanabilir. Madde bırakıldığında ruhsal bazı şikâyetler görülür.

DSM-V'ye (Psikolojik Tanı Kriterleri Kitabı) göre bağımlılık kavramının 3 temel özelliği vardır. Bunlar;

- Maddeye ulaşmak için engellenemez arzu ve istek,
- Tolerans adı verilen kullanımın giderek artması ve
- Yoksunluktur.

Madde bağımlısı kişilerin hastaneler bünyesinde kurulan Alkol ve Uyuşturucu Madde Bağımlıları Tedavi ve Araştırma Merkezlerinden (AMATEM) destek alması gerekir.

Teknoloji Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılığı

Teknoloji ve internetin bilinçli olmayan, kontrolsüz bir şekilde kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan, davranışsal bağımlılıklar; oyun oynama bozukluğu, kumar oynama bozukluğu sosyal medyanın ve akıllı telefonun aşırı kullanımı gibi bağımlılık yapıcı alt davranışlarla kendini gösteren bağımlılık türü teknoloji bağımlılığı olarak tanımlanır.

İnternet Bağımlılığı Kriterleri

Bireyler, günlük hayatta kuramadıkları anlamlı ve kendilerini değerli hissettirecek ilişkileri internet ortamında bulabilir, sosyal kaygı yaşadığı için insanlarla konuşmaktan çekinen bir genç, internet sayesinde kendini ifade edebilir ve istediği kişi olabilir, bunun için de daha çok tercih edildiğini görüyoruz.
Günlük hayatta değer görmeyen ve sürekli hor görülen bir çocuk internet ve oyunlar sayesinde saygınlık ve güç ihtiyacını karşılayabilir.

İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Bu nedenlerine bakıldığında sosyalleşme gereksinimi önemli bir neden olarak görülebilir. Kişilerin gerçek kimliklerini saklayarak kendilerini olduklarından farklı bir şekilde göstermeleri, tanınmamanın verdiği rahatlıkla düşüncelerini açıkça paylaşabilmeleri, yüz yüze iletişim yerine internet iletişimini daha kolay bulmaları sosyalleşme ihtiyacını karşıladığından bireyler internete yönelmektedirler.

İnternet Bağımlılığı Belirtileri

Temelde, süreç açısından üç temel belirtinin olduğunu görüyoruz:

- Davranışsal belirtiler,
- Fiziksel ve zihinsel belirtiler ve
- Sosyal belirtiler olmak üzere üç belirtimiz var.

Davranışsal belirtiler: İnternette geçen sürenin giderek artması, amaçlandığından daha uzun süreli internet kullanma, kullanımla ilgili yalan söyleme, internetle ilgili aşırı zihinsel uğraş, interneti diğer problemlerden kaçmak için kullanma, internet kullanımının sebep olduğu psikolojik, sosyal, fiziksel ve mesleki problemlere rağmen kullanmada ısrar etme.

Fiziksel ve zihinsel belirtiler: İnternet kullanımının azalmasıyla birlikte anksiyete, internetle ilgili obsesif düşünceler ve hayallerde artış, internet kullanımını kontrol etmek veya azaltmak için süregelen bir istek ve arzunun olmaması; durgunluk, uykusuzluk, panik atak ve kızgınlık hâllerindeki artış; kan basıncı ve kalp dolaşım sistemi bozuklukları, stres, konsantrasyon eksikliği; baş, mide ve kas ağrıları ile görme zayıflıkları.

Sosyal belirtiler: Önemli sosyal, mesleki ve serbest zaman faaliyetlerinin internet kullanımı yüzünden bırakılması, iş yerinde veya okulda azalan üretkenlikle birlikte yüksek gerilim ve rekabet ortamı oluşması.

Televizyon ▶ Telefon ▶ Tablet ▶ Bilgisayar oyunları ▶ Oyun konsolları ▶ İnternet ▶ Sosyal medya

Yusuf AKTAŞ 2022

İnternet Bağımlılığının Sonuçları

Bu tür rahatsızlığa sahip kişilerde
- Bedensel,
- Sosyal ve
- Psikolojik sonuçlar ortaya çıktığı görülebiliyor.

Bedensel sonuçlar: Bazıları beslenmeyi o kadar ihmal ederler ki ciddi bir şekilde zayıflarlar. Ancak büyük bir kısmı aşırı kiloludur. Sırt ağrıları, baş ağrıları, göz şikâyetleri, vücut hijyeni de sık sık ihmal edilen bir konu hâline gelir.

Sosyal Sonuçlar: Gerçek dünyaya ait ilişkilerin azalması, hobi ve ilgi alanlarının ihmal edilmesiyle başlar. Kişi giderek yalnızlaşır ve sonunda çevresinden tümüyle yalıtılmış hâle gelir. Aşırı internet kullanımına rağmen mağdurların birçoğu başlarda okulu, mesleği ya da işi sürdürmeye çalışırlar. Ama bir süre sonra bunu başarmak mümkün olmaz. Notlar kötüleşir, iş yerine aşırı yorgun gelirler, konsantre olamazlar.

Psikolojik sonuçlar: Kendisine güvenmeyen kendisinden şüphe eden bir kişiliğe sahiptirler. Başkalarıyla temas kurmada yaşanan kendine güvensizlik zamanla giderek büyüyen bir korkaklığa dönüşür. Sık sık ortaya çıkan başka bir olgu da depresyondur.

Aşırı Teknoloji Kullanımına Karşı Aile olarak Ne Yapmak Gerekir?

- Çocukların nasıl bir insan olmasını istiyorsanız ona o şekilde model olun.
- Çocuklara karşı her zaman saygılı olun.
- Çocuklara sevginizi açıkça ve koşulsuz olarak gösterin.
- Çocuklarla birlikte oyun oynayın.
- Çocuklarla birlikte kitap okuyun.
- Çocukların yaşına uygun sorumluluklar verin.
- Çocukların mutlaka bir spor ya da sanat alanında uğraş edinmesini sağlayın.
- Çocukların yaşam amacı edinmesine yardım edin.
- Sonuç değil süreç odaklı başarıyı destekleyin.
- Çocukların arkadaşlarını tanıyın.

Chibbao, Ricks ve Lanier (2019) dijital bağımlılıkların önlenmesinde okul psikolojik danışmanlarına/rehber öğretmenlere yönelik bir model önermişlerdir. Buna göre model aşağıdaki gibidir:

a) Profesyonel gelişim: İkinci basamakta okul danışmanların konu ile ilgili yeni eğilimleri takip etmeleri ve profesyonel olarak kendilerini bu alanda geliştirmeleri yer almaktadır.

b) Tüm okul çapında eğitim: Okul psikolojik danışmanları dijital bağımlılıklarla ilgili tüm okul personelini bilgilendirmeli, çeşitli eğitimler düzenlemelidir.

c) Aile ve toplum eğitimi: Aile ve topluma yönelik atölye çalışmaları, seminer ve eğitimler bu modelin dördüncü basamağını oluşturmaktadır.

d) Öğrenci değerlendirmesi: Öğrencilerin birçok test ve çeşitli araçlarla internet bağımlılığı açısından değerlendirilmesini içerir.

e) Önleyici çalışmalar: Grup danışmanlığı, bireysel danışma, sınıf rehberliği gibi etkinliklerle öğrencilere yönelik dijital bağımlılıkta önleyici çalışmalar yapmayı içerir.

f) Kaynaklar: Okul psikolojik danışmanları aileler ve topluma yönelik çeşitli kaynaklar hazırlayabilirler ya da var olan kaynakları onlarla paylaşabilirler.

İnternet bağımlılığını önlemede okullara ve öğretmenlere düşen bazı görevler vardır. Bunlar:

- Okullarda özellikle ilkokul seviyesinde önleyici programlar uygulanabilir.
- Öğretmenler öğrencilerinin kişilik özelliklerine odaklanmalılar.
- Öğretmenlerin, öğrencilerin diğer akranları ile ilişkilerini incelemeleri gerekir.
- Özellikle öğrenci yalnız ve içine kapanık ise sosyal medyada daha fazla vakit geçirebilir. Öğretmen öğrencilerini yaratıcı ve keşfedici grup faaliyetlerine sevk etmelidir. Öğrenciler internette ne kadar az vakit geçirirlerse bağımlılık geliştirmeleri o kadar azalır.
- Öğrencilere internetin pozitif ve negatif etkileri ile ilgili atölye çalışmaları düzenlenebilir. Seminer ve atölye çalışmaları ailelere yönelik de tasarlanabilir.
- Benlik saygısı düşük çocukların internet aktivitelerine daha fazla dâhil oldukları görülmektedir.

Yusuf AKTAŞ 2022

GÜVENLİ OKUL VE İLETİŞİM

Öğrenme; öğretmenler ve öğrenciler arasındaki resmî ve gayri resmî iletişim ile gerçekleşen etkileşimler aracılığıyla yaratılan sosyal ilişkiler ağı içerisinde gerçekleşmektedir. Bu nedenle güvenli okul sadece fiziksel güvenliğin sağlanmasıyla elde edilemeyen, sosyal ve psikolojik yönleri de göz önünde bulundurmayı gerektiren durumdur.

Okul içerisindeki tüm paydaşlar gerçekleşen iletişim ve koordinasyon üzerinde bir etkiye sahiptir. Kapsayıcı ve açık bir iletişim ile güvenlik ve benzeri diğer önemli konularda öğrenciler, okul personeli ve ebeveynler arasında ortaklaşa karar alım süreçleri sağlamak okul iklimi için elzemdir (Anderson 1998).

Güvenli Eğitim İletişimi

MEB ve İçişleri Bakanlığının 2019 yılında ortaklaşa yürüttüğü Eğitim ve Güvenlik Projesinde "güvenli eğitim iletişimi" kavramı geliştirilmiştir.

Güvenli eğitim iletişimi, zorunlu öğrenim çağındaki bireylerin eğitim hayatlarında karşılaşabilecekleri güvenlik sorunları ile ilgili tüm paydaşlar arasında gerçekleşen iletişimsel süreç ve becerileri kapsamaktadır.

Güvenli eğitim iletişiminin sağlandığı bir ortamda herhangi bir sorunla karşılaşan çocuğun;

- Öncelikle kendisinin veya bir başkasının bir güvenlik sorunu veya eğitim süreçleri içerisinde yardım almasını gerektiren herhangi bir sorun ile karşılaştığını kavrayabilmesi,
- Sorunu; ailesi, öğretmenleri veya yetkili diğer kurum personelleri ile doğru ve etkili biçimde paylaşabilmesi,
- Paylaşımı sonunda bir yardım alacağına dair beklentiye sahip olabilmesi,
- Kurduğu bu iletişim sonunda olumsuz bir sonuç (ifşa edilme, hor görülme, dikkate alınmama, alay edilme, dışlanma vb.) ile karşılaşmayacağına dair bir güvene sahip olabilmesi beklenmektedir.

Güvenli eğitim iletişimi çocuk odaklı bir kavram olmakla birlikte, tüm paydaşların birbirleri arasında kuracakları iletişimin güvenli olmasını gerektirmektedir. Bu durum kurum yönetimi, eğitime ilişkin mevzuat, fiziksel şartlar, öğrencilerin sosyo-ekonomik yapıları, okulun bulunduğu semtin ve bölgenin özel konumu gibi pek çok unsuru göz önünde bulundurmayı ve bunlara özgü stratejiler geliştirmeyi gerektirmektedir. Bununla birlikte öğretmenlerin öğrenciler ve diğer paydaşlar arasında kuracağı iletişim süreçlerinde benimseyeceği kimi stratejiler güvenli eğitim iletişimi sağlamak için başlangıç adımını sağlayacaktır.

Bu stratejilerden bazılarını şunlardır:

- Duruma uygun iletişim tonunu belirlemek
- Okulun iletişim planlarını bilmek ve bu planların gerektirdiği sorumluluklar kapsamında hareket etmek
- Problemler ortaya çıkmadan önce iletişim kanallarının oluşturulması ve bunların açık tutulması
- İletişim etkinliğine pozitif olarak başlamak
- Aktif dinleme edimini uygulamak ve iletişim sırasında karşıdaki kişi ile etkileşime girmek
- Uzlaşılan noktaları vurgulamak ve ödün vermeye rıza gösterebilmek
- Gizliliğe saygı göstermek
- Dedikodudan kaçınmak
- Pozitif bir noktaya vurgu yaparak iletişimi sonlandırmak (Bender 2005)

Okul güvenliği ile ilgili sorunların farklı kaynakları olabilmektedir. Eğitim güvenliğine ilişkin sorunları sadece okulun veya öğretmenlerin çözebileceğinin beklenmesi de doğru bir yaklaşım değildir.

Okul kapsamındaki pek çok sorun ve bunların çözümünde okul yönetimi ve öğretmen davranışlarının konu ile ilgili birçok boyutu bulunmaktadır (Çalık, Kurt ve Çalık 2011).

UNICEF, eğitim güvenliği konusunda farklı tehditler karşısında ebeveynler ile kurulacak iletişim türlerinde doğru tonun bulunmasına özel bir vurgu yapmaktadır. Bu doğrultuda ebeveynleri dinlemek; sıcak ve pozitif bir tonu tüm iletişim mecralarında sürdürmek; sıkça iletişime geçmek; iletişimin gizliliğini ve ana hedefin öğrencinin çıkarları olduğunu vurgulayarak bir güven hissi geliştirmek; ailelerin farklı arka planları ve inanışları olduğunu göz önünde bulundurarak tek bir yaklaşımın her iletişim faaliyeti için uygun olmayabileceğinin farkında olmak; ebeveynleri değerli hissettirmek stratejileri genel bir yol haritası sağlayacaktır (UNICEF, 2020).

Okul güvenliğini sağlamada hiçbir uygulayıcının tek başına yeterli olması mümkün değildir. Dolayısıyla bu konudaki sorumluluk herkese aittir. Bu sorumluluğun yerine getirilebilmesi için tüm uygulayıcıların "çocuk merkezli" bir yaklaşımla gerekli iletişim pratiklerinin gerçekleştirilmesi gerektiği unutulmamalıdır.

Yusuf AKTAŞ 2022

YABANCILARIN EĞİTİMİ VE EĞİTİM GÜVENLİĞİ

Türkiye'deki Yabancılarla İlgili Genel Bilgiler

2011'den sonra Türkiye'ye farklı statülerde beş milyondan fazla "göçmen" yerleşmiştir.

Yerleşen bu yabancı uyruklu vatandaşların önemli bir kısmı kamplarda yaşamamaktadır ve kontrol altında olmadıklarından dolayı da çocuklarını eğitim kurumlarına göndermemektedirler.

Son göç istatistiklerine göre, Türkiye'deki yabancı kişi sayısı Eylül 2021 itibarıyla 5.4 milyon kadardır.

Geçici Koruma altında	3.630.702
Uluslararası Koruma altında	56.417
Kısa İkamet izniyle	616.867
Öğrenci İkamet izniyle	73.451
Aile İkameti izniyle	76.490
Diğer kategorisi	128.588

Yabancıların Çocuk Oranı

Göçmen vatandaşlardan 1.662.753 kişi 0-18 yaşları arasındadır. Göç İdaresi Genel Müdürlüğü (GİGM) verilerine göre 2020 yılı itibarıyla Türkiye'de, temel eğitim çağında bulunan ve önemli bir kısmı Türkiye'de doğmuş olan çocukların sayısı 1 milyona yakındır.

Türkiye'de yaşayan geçici koruma altındaki Suriyeli nüfusun sadece 52 bini geçici koruma merkezlerinde yaşamaktadır. Suriyeli nüfusun yüzde 80'i aralarında İstanbul, Gaziantep, Hatay, Kilis ve Şanlıurfa'nın da bulunduğu 10 ilde hayatını sürdürmektedir.

Yabancıların Eğitimi Ve Eğitim Güvenliği

Yabancı uyruklu öğrencilerin eğitim ve güvenliği istikrarlı bir güvenliğin sürdürülmesini ifade eder.

Güvenlik kavramı, öğrencilerin güvenliğine ve refahına katkıda bulunan tüm sosyal etkileri kapsayacak bir şekilde düşünülmelidir.

Güvenlik politikaları sosyal, politik ve ekonomik konuları kapsayan sosyal bir süreçtir.

Bir bireyin kimliği, aile içi iletişimi, okulda aldığı eğitim, yakın çevresinde sahip olduğu yaşam deneyimi ve sanal pencere olarak adlandırdığımız internet üzerinden eriştiği sanal dünyanın katkısıyla oluşur.

Eğitim bütün öğrenciler için kapsayıcı olmalıdır. Eğitim kurumlarında yabancı uyruklu öğrenciler, kendilerine en çok benzeyenlerle ve kendi dünya görüşünü paylaşanlarla iletişim kurma eğiliminde olmaktadırlar.

Yusuf AKTAŞ 2022

Kimlik Oluşumu ve Altın Üçgen:

Ebeveynlerin vereceği en iyi aile içi eğitim, doğru örnek vererek yaşamak olacaktır. Bir yabancı çocuğun okuldaki başarısı da aşağıda sıralanan soruların nasıl cevaplandırılacağı ile bağlantılıdır.

- Aile içi iletişim nasıldır? Ebeveynler çocuklarına rol model olabiliyor mu?
- Çocuğa gerekli olan destek veriliyor mu? Yoksa çocuğa danışmadan çocuğun yaşamındaki hemen her şey "helikopter ebeveynler" tarafından mı doldurulmaktadır?
- Okul ve aile ilişkileri nasıldır?
- Ailede çocuğun eğitimini destekleyen aile ortamı var mıdır?
- Göç sürecinden dolayı çocuğun yaşadığı travmalar var mıdır?
- Çocuğun iç dünyasına girip çocuğu anlamak için çocuk ve ebeveynleriyle hangi yöntemlerle iletişim sağlanmaktadır?
- Çocuğun yakın çevresini oluşturan akran grubunun özellikleri nedir?
- Çocuğun okulda arkadaşları var mıdır?

Bir çocuğun kimliğinin oluşmasında;

- İçinde büyüdüğü coğrafyanın özellikleri,
- Kültürün köprüsü ve tercümanı olan hangi dilin konuşulmakta olduğu,
- Etnik kökeni,
- İnanç ve ailenin yaşam felsefesi
- İçinde yaşadığı toplumun kültürel yapısına dayanarak cinsiyeti ve yaşı
- Kimlik oluşumu ve kültürel bagajının zenginliği konusunda ebeveynlerin eğitim seviyesi,
- Ekonomik durumu ve
- Sosyal statüsü önem arz etmektedir.

Yabancı Öğrencilerin Güvenliği

Yabancı uyruklu öğrencilerin hem okula devam etmelerinde hem okulda akademik başarı ve motivasyonlarının artırılmasında, aynı zamanda da bu öğrencilerin ebeveynlerinin endişesi olmadan okula gitmelerinde güvenli bir okul ortamının sağlanmasının çok önemli olduğu söylenebilir. Güvenli bir öğrenme ortamı olmazsa öğretmenler öğretimde, öğrenciler de öğrenmede sıkıntılar yaşarlar. Öğrenciler güvenlik endişesi taşırsa öğrenmeye yoğunlaşamazlar. Bu yüzden okulların güvenli hâle getirilmesi önemli olduğu gibi, aynı zamanda bir zorunluluktur.

Okul güvenliği; en geniş kapsamıyla ifade edilecek olursa öğrenciler, çalışanlar ve diğer paydaşlar olan veli ve ziyaretçilerin okul ortamında ve yakın çevresinde güvende olmaları, kendilerini fiziksel, psikolojik ve sosyal bakımdan özgür hissetmeleridir.

Risk Alanları olarak;

- Dış tehlikeler (Yetişkin veya yaşıtlardan gelebilecek fiziksel veya psikolojik saldırı)
- Mekânla ilgili tehlikeler (kaygan zeminler, havasız mekânlar, yetersiz oksijen, merdivenler, set zeminler, menteşeler)
- Hijyenle ilgili tehlikeler (yeteri kadar temizlenmeyen tuvaletler, kirli sınıflar)
- Sağlıksız gıdalar
- Akran Zorbalığı
- Öğretmen-idareci şiddeti
- Veli şiddeti
- Sınav Kaygısı
- Servis kazaları
- Afetler (deprem, sel, yangın) gibi faktörler sıralanabilir.

Okullarda Fiziksel, Psikolojik ve Sosyal Güvenlik

Küresel bir politika sorunu olan yabancı öğrencilerin güvenliğinin

- yalnızlık,
- ayrımcılık ve
- izolasyon boyutları vardır.

Okullarda bu öğrencilerin toplumsal kültüre uyumunu sağlamak, aidiyet duygusu yaratmak için kendilerini psikolojik açıdan rahat ve güvende hissedeceği ortamlar yaratılmalıdır.

Sosyal güvenlik, kişinin hem resmî hem de gayri resmî kurumlar dâhil olmak üzere sosyal destek ağlarına erişme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Yabancı uyruklu öğrencilerin hissetmiş olduğu fiziksel, psikolojik ve sosyal güvenlik eksikliği öğrencilere motivasyon kaybı yaşatabilir ve onları topluma yabancılaştırabilir.

Farklılıklarda Farkındalık

Yabancı uyruklu öğrenciler aynı ülkeden gelmiş olsalar da dışardan bakıldığında tek tip olarak görülebilmektedir. Oysaki bireysel-sosyal, kültürel, inanç ve yaşam felsefesi, etnik köken gibi farklılıklardan dolayı bu öğrencilerin ilgi alanları, hobileri, deneyimleri ve tercih edilen sosyalleşme yolları farklılık gösterebilmektedir.

Hollanda örneği:

Göçmen çocuklarının toplumumuzdaki davranışları ve beklentileri farklı olabilecektir. Bu yüzden eğitim kurumları yani okullar yabancı uyruklu öğrencilerin karşılaştıkları sorunların farkında olmalı ve gerekli desteği sağlamalıdır. Farklı siyasal, kültürel ve etnik yapıya sahip olan yabancı uyruklu öğrenciler okul ortamında bu farklılıklarından dolayı dışlanmamalı, psikolojik şiddete maruz kalmamalıdır.

Yusuf AKTAŞ 2022

Ayrıca öğrencimize neyi öğreteceğimizi ve bunu neden öğreteceğimizi iyi düşünmemiz gerekmektedir. Bunun için de aşağıdaki soruları önce yanıtlamamız gerekmektedir:

- Bilgi kesin midir ve kalıcı mıdır?
- Eğitimin amacı bilgi kazandırmak için mi olmalı yoksa beceri için midir?
- Okullarda bireysel farklılıklarla etkili eğitim nasıl verilmelidir?
- Öğrencilere düşünmeyi ve öğrenmeyi nasıl öğretmeliyiz?
- Hızlı iletişim araç ve yöntemlerinin oluşturduğu yeni dünyada okulun yeri nerede?

Eğitimin amacı kapsayıcı olmak ve bütün öğrencileri kapsamak, verilmesi gereken bilgi ve becerilerin bütün öğrencilere ulaşılmasını sağlamaktır.

21. yüzyılın eğitim vizyonu aşağıdaki hedefleri kapsamaktadır:

1. Eğitim ile mantık çerçevesinde düşünen, algılayan, empati sağlayan, objektif karar verebilen, motivasyonu yüksek ve öz güvenle dünya coğrafyasında rekabet edebilecek gençleri topluma kazandırmalıyız.
2. Risk, stres ve değişim ile ilgili olarak nasıl hissettiğini ve bu konularda kendi kapasitesini fark edebilir.
3. Çok kültürlülük, işle ilgili belirsizlikler ve örgütsel değişim ile baş etme konusunda sağlam biçimde odaklanabilir.
4. Kontrol etme yerine iş birliği yapmaya daha meyilli olabilir.
5. Kendi güçlü ve zayıf yönlerini tespit edebilir.

21. yy. eğitim konseptindeki eğitimcinin rolü ise şu şekilde sıralanabilir.

1. Care: Sorumluluk taşıma, değer verme, sevgi ve şefkat,
2. Challenge: Yenilikçi-araştırmacı, sınırları zorlayan,
3. Clarify: En zor konuyu da rahat açıklayabilmeli, kreatif anlatma sanatı, anlaşıldığını kontrol etmeli,
4. Captivate: Cazip-ilginç yapmalı, beğeni kazanılması,
5. Confer: Etkileşimli, herkese ilgi, zaman tanımalı, söz hakkı tanımalı,
6. Consolidate: Konunun anlaşıldığından emin olmalı kontrol edip "geri dönüş"sağlamak "feedback" vermeli, yardım ve düzeltme,
7. Control: Verimli sınıf atmosferi: Rol model, dengeli ve adil olmalı (Branden, van der. 2017).

GÜVENLİ OKUL KAPSAMINDA SOSYAL UYUM - ENTEGRASYON

Sosyal uyum, bireylerin ev sahibi toplumla ilişki kurmak için geçirdiği değişimler olarak tanımlanmaktadır.

- Bireyin kendi kültürü perspektifinden ev sahibi ülkenin kültürel davranışlarını, değerlerini ve inançlarını anlama ve birleştirme süreçlerini içermektedir.
- Bilişsel, duygusal ve davranışsal olmak üzere birbirleriyle ilişkili birçok faktör içermektedir.
- Göçmenin yerleşmiş olduğu yeni toplumda, gelmiş olduğu ülkede sahip olduğu kültürel kimliğini koruyarak yeni toplumda sosyal ve kültürel bütün alanlarda katılımcı olmasıdır.

Asimilasyon ise bireyin sahip olduğu kimliğini bırakıp yalnızca yeni toplumun kültürel değerleriyle yaşamına devam etmesi olarak ifade edilebilir.

Yabancı Öğrencilerin Uyum ve Entegrasyonuna Engel Olan En Önemli Sebepler:

- Dil Sorunu
- Sosyal bilgilerin eksikliği
- Psikolojik, sosyal ve fiziksel okul güvenliği sorunu
- Okulu Terk Etme
- Yönetici ve Öğretmenlere Oryantasyon Eğitimi
- Meslek Eğitimi
- Kültürel Ayrımcılık ve Asimilasyon Endişesi
- Maddi Yetersizlikler
- Çocuk İşçiliği

Yabancı Düşmanlığına Karşı Farkındalık

Göçmen çocuklarının toplumumuzdaki davranışları ve beklentileri farklı olabilecektir. Bu yüzden eğitim kurumları, okullar yabancı uyruklu öğrencilerin karşılaştıkları sorunların farkında olmalı ve gerekli desteği sağlamalıdır.
Farklı siyasal, kültürel ve etnik yapıya sahip olan yabancı uyruklu öğrenciler okul ortamında bu farklılıklarından dolayı dışlanmamalı, psikolojik şiddete maruz kalmamalıdır. Onlara kendilerini rahatlıkla ifade edecek ve güvende hissedecek demokratik ortamlar yaratılmalıdır.

Yabancı uyruklu ailelerin, eğitimi destekleyen örnek davranışlarının eksikliği, çocuklarının eğitimdeki başarısını kuvvetle muhtemel olumsuz bir şekilde etkileyecektir. Bu nedenle farklı ailelerin kültürleriyle de kodlanmış olan göçmen çocukları, eğitim ortamlarına uyum sağlamaya çalıştıklarında farklılıklarından dolayı bazı sorunlar yaşayacaklardır. Öğrencilerin bu zorluklara duygusal tepkileri ve duygusal değişikliklere adaptasyonu, sosyal- kültürel uyum olarak adlandırılır.

Sosyal-kültürel uyumun fizyolojik, sosyolojik ve psikolojik olmak üzere çok yönlü bir yapı olarak görülmesi gerekmektedir. Genel olarak sosyal-kültürel uyum ev sahibi ülke vatandaşlarıyla sağlıklı "kişiler arası ilişkileri" ifade etmektedir

Yabancı öğrencilerin uyumuyla ilgili en önemli sorun, kayıt altına alınamayan ve gerekli eğitimi görmeyen "göçmen" çocuklarının, yerleşik olduğu toplumun kültürü dışında yaşamaları, zamanla içinde yaşadıkları toplum için başlı başına bir tehlike unsuru olarak ortaya çıkabileceğidir.

Kültürel uyum;

- psikolojik uyum ve
- sosyokültürel uyum olarak ikiye ayırmak söz konusu olabilir:

Psikolojik uyum, stres ve başa çıkma durumlarıyla ilgili iyi oluş ve memnuniyet ile ilgilidir.

Sosyokültürel uyum ise güncel yaşamdaki sosyal beceriler ve öğrenme üzerine dayalıdır.

Kültürel uyum, yabancı uyruklu öğrencilerin ev sahibi ülkelerin kültürlerini öğrenmelerine, algılamalarına ve anlamalarına yardımcı olan zengin uygulama ile deneyim süreçlerini ve sonuçlarını içermektedir. Bu durum, bir kültürün içselleştirilmesi yoluyla başka bir kültüre entegrasyonu yani sosyal uyumu anlamına gelmektedir. Bu süreç sosyal uyum ile yakından ilişkilidir.

Kabul edilmemek, dışlanmak, anlaşılmamak ve sosyal izolasyon korkusu yabancı uyruklu öğrencilerin kültürel uyum sürecinden kaçınmalarına neden olabilir ve eğitimsel başarılarını olumsuz yönde etkileyebilir. Yabancı uyruklu öğrencilerin kültürel uyum süreciyle başa çıkma mücadeleleri psikolojik sağlıklarını da etkileyebilir. Ortaya çıkabilecek olumsuz düşünceler ve inançlar stres, depresyon ve endişe düzeylerinin artmasına neden olabilir. Bu durum, kültürel uyuma direnç göstermelerine sebebiyet verebilir.

Sosyal güvenliği iyileştirmenin ve yalnızlık, kaygı ve depresyon duygularını azaltabilmenin en etkili yollarından biri, hoşgörü ortamı yaratmak ve entegrasyonu kolaylaştırmaktır. Sosyal uyum için eğitim kurumlarında bir yandan göçmen çocukları için gerekli programlar hazırlandığı gibi ebeveynleri için de gerekli kurslar organize edilmelidir.

Yusuf AKTAŞ 2022

Göç Olgusu ve Yabancılar

Göçmen çocukların ebeveynlerinin dil ve kültür farklılığı çocukların eğitimde geri kalmalarında ve Türk öğrencilerle uyum sorunu yaşamalarında temel nedenlerdendir. İletişimin sağlanamamasından ötürü göçmen aileler eğitim hususunda çocuklarına gerekli desteği verememektedir. Aile desteğinin olmaması, diplomasız okulu terk etme sorununa çözüm bulmayı zorlaştırmaktadır. Bütün bu sorunlar yukarıda anlatıldığı gibi fiziksel, sosyal, psikolojik açıdan güvenli eğitim kurumları yani okul ortamları yaratılarak önlenebilir.

Göç, insanlar dâhil bütün yaratıklarda olduğu gibi, yaşam alanını kalıcı veya geçici bir şekilde değiştirmek anlamına gelir.

Sosyal Uyum Sürecinde Kültürün Önemi ve Güvenli Okul

Hofstede, kültürü "bir insan grubunun üyelerini diğerinden ayıran zihnin kolektif olarak programlanması" şeklinde tanımlamaktadır. Bu anlamda kültür, değerler sistemlerini içerir ve değerler kültürün yapı taşları arasındadır. Hofstede'ye göre bireyler içinde yaşadıkları kültürün değerleriyle kodlanırlar.

Hofstede, Kültürel Boyutlar Kuramıyla farklı kültürleri altı farklı boyuttan inceleyerek kültürlerin örtüşen ve birbirinden farklı taraflarını ortaya koymuştur.

Beşerî sorunların çözümlenmesi ancak ön yargının kalkması ve empati oluşturmakla mümkün olabileceğinden, eğitimcileri kültürlerarası iletişim alanında donanımlı kılarak okullarda sığınmacı çocuklara nasıl davranılması gerektiği ile öğrenciler arasındaki etkileşim ve ebeveynlerle gerçekleştirilen etkileşimin güvence altına alınması gerektiği söylenebilir. Ayrıca göçmen ebeveynlerin eğitim merkezlerindeki Türkçe, sosyal bilgiler (uyum ve vatandaşlık) kurslarına gitmeleri teşvik edilmelidir.

Kimlik Oluşumu ve Altın Üçgen

Bireyin kendini güvende hissedebilmesi ve eğitimin "eğitim güvenliği" hedefine ulaşabilmesi için de ebeveynlerin eğitime gerekli desteği vermelerinin sağlanması gerekmektedir. Nitekim Altın Üçgen olarak nitelenen; aile-okul ve sosyal çevre üçlüsü arasındaki sağlıklı iletişimin eğitim süresince gerçekleşmesi gerekmektedir.

Aile içi iletişim, bireyin sağlıklı bir kimlik kazanmasına, etkili ve pozitif iletişim kurmayı öğrenmesine ve hem sağlıklı kişiliğiyle hem de iletişim becerisiyle, dünyadaki toplam "insani değerin" olumlu yönde değişimine katkı sağlayacaktır.

Kimlik oluşumunda aile faktörünün yanında eğitim ve sosyal çevre önem taşımaktadır. Bir aile içinde yaşadıkları toplumun kültürünü çocuğuna aktarır. Ebeveynler kültürü çocuğuna yaşayarak örnek vererek öğretirler.

Kimliğin oluşumundaki önemli üçüncü faktör ise çocuğun yakın çevresidir. Çocuğun sokakta, okulda birlikte olduğu yaşıtları kimlik oluşumunda çok önemlidir.

"Altın Üçgen" dışında çocuğun kimliğinin oluşumunda son yıllarda gittikçe önemi artan yeni faktör ise sanal dünyadır. Çocuğun internet aracılığıyla erişim sağladığı sanal pencere, hiçbir engele takılmaksızın çocuğun kimlik oluşumunu etkileyebilecek güçtedir.

Yabancı Uyruklu Çocukların Eğitim ve Okul Güvenliğine İlişkin Yapılan Çalışmalar ve Eğitim Politikaları

Yabancı uyruklu çocukların eğitim ve okul güvenliğine ilişkin yurt dışında yapılan çalışmalarda;

- "Yaş" faktörünün gençlerin okullara hızlı ve kolay adapte olunmasında kilit bir rol oynadığı
- Bir çocuk ne kadar küçükse geçiş yapmasının onun için o kadar kolay olduğunu belirtmişlerdir.
- Kardeşlere bakmanın ve ev işlerini yürütmenin çocuklar üzerinde büyük stres yarattığı,
- Kardeşlerine bakmak veya çalışmak mülteci gençlerin akranlarıyla sosyalleşme zamanlarını kısıtlamakta ve bu da bize istikrarlı ve destekleyici arkadaşlıklar yaratmayı azaltan bir başka önemli faktörü göstermektedir.
- Yeni toplumda, kabul edilmiş ve iyi entegre edilmiş hissetmek için arkadaş edinmenin son derece önemli olduğu,
- Akran desteğinin, engelleri ortadan kaldırmada kilit bir faktör olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Yusuf AKTAŞ 2022

OYUN BAĞIMLILIĞI

Aslında insanlar oyun vasıtasıyla sosyal gelişim ihtiyaçlarını karşılamışlardır. İnsanların biyolojik ihtiyaçları ne derecede önem arz ediyorsa oyun da sosyal bir varlık olan insanın diğer insanlarla birlikte yaptığı yarışma, eğlenme ve boş zamanlarını değerlendirmeye yönelik hayatı anlamlandırıcı tüm etkinliklerdir.

Geleneksel oyunlarda, katılacakların ortaklaşa belirleyecekleri bir zaman, yer ve katılımcı sayısı hakkında karar verilirken, internet çağında sanal oyunların yapay zekâların devreye girmesiyle bir kişi oyun oynamak için zaman, yer, katılımcı gibi hiçbir kısıtlayıcı veya sınırlayıcı durumla karşılaşmamaktadır.

Günümüz oyunları bireylere tek başına tüm özgürlükleri sağladığı için dışsal bir kontrol sağlanamamaktadır. O hâlde bireyler oyun oynamada öz denetim ve öz kontrollerini iyi kullanmak zorundadırlar. Eğer bireylerde bu iç denetim güçlendirilmezse bireyler gerçek yaşamdan uzaklaşarak oyun bağımlısı olurlar ve diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi yaşamlarında tüm olumsuzluklarla karşılaşırlar.

Oyun Bağımlılığını Tanımlama

- Her oyun bağımlılık yapmaz.
- Her oyun, her bir bireye aynı etkiyi yapmaz
- Oyun bağımlılığı genetik ve çevresel faktörlere göre değişiklik göstermektedir.
- Her oyun, zararlı olmaz ve sağlıksız da değildir. Bireylerin yaşamlarında eğlence, rahatlama ve hatta sosyalleşme sağlayan oyunlar da vardır.

Oyun bağımlılığı, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) uluslararası sağlık problemlerine ilişkin hastalıkları sınıflama (ICD) tarifinden hastalık olarak tanımlanmaktadır.

Oyun bağımlılığı, uzun süreli çok fazla oyun oynama değil bireylerin günlük yaşamlarının önemli bir kısmında yer alarak gündelik yaşamlarında sorumlu olduğu görev ve sorumlulukları aksatarak bireyin yaşam kalitesini olumsuz etkilemesidir. Güncel (sanal) oyunların etkileri

- yalnızlık (soyutlama),
- duygu bozuklukları,
- daha fazla enerji gereksinimi ve
- uyarıcı maddeleri kullanma gibi sonuçları doğurmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 2018 yılında gençlerin sanal oyun bağımlılığını davranış bozukluğu olarak tanımlayarak belirtilerini göstermede üç ölçüt belirlemiştir. Bireylerin;

1. Oyun oynama isteğini kontrol altına alamaması,
2. Oyun oynamanın diğer tüm aktivitelerden daha önemli ve öncelikli olduğu duygusuna sahip olması,
3. Oyun oynama isteğinin, ders çalışmalarını aksatmasına, sosyal ilişkilerin zayıflamasına ve tüm faaliyetlerden uzaklaşmasına rağmen, artarak devam etmesidir.

Diğer yandan Amerika Psikoloji Derneği (APA) bir bireye oyun bağımlısı teşhisi konulması için dokuz ölçütten en az beşinin bir yıl içinde göstermesi gerektiğini belirtmiştir. Bunlar;

1. Oyun oynamanın her şeyden önce gelmesi,
2. Oyun oynamadığı zaman gergin ve asabi davranışlar göstermesi,
3. Oyuna daha fazla zaman ayırma eğilimi içinde olması,
4. Daha önce sevdiği ve katıldığı aktivitelerle ilgilenmemeye başlaması ve aktivitelerden uzaklaşması,
5. Oyunda harcadığı zamana ilişkin aileye yanlış bilgi vermesi,
6. Akademik çalışmalarına daha az zaman ayırmaya başlaması,
7. Oyun oynamayı, kaygı, suçluluk gibi olumsuz duygulardan kaçış olarak görmesi,
8. Oyun oynama sıklığını, zamanını ve süresini kontrol edememesi,
9. Psikolojik problemler yaşamaya başlamasına rağmen oyun oynamayı azaltma veya kısıtlama eğilimi göstermemesidir.

Yusuf AKTAŞ 2022

Oyunlara bağlanma süreci ve bağımlılığın oluşma aşamaları şunlardır:

1. **Başlama isteği:** Oyun, oynamaya yeni başlayan bireylerin meraklarını uyandırarak oyunun içine alma ve oyunun bir parçası olma,
2. **İlginin artması:** Oyuna başlayan bireylerin günlük yaşamlarında ve davranışlarında farklılaşmaların başlaması. Örneğin, harcama alışkanlıklarında ve zamanı kullanma davranışlarında farklılaşmaların olması,
3. **Düşüncelerinde oyunun öncelikli bir yere sahip olması:** Oyunun bireyin yaşamının merkezine yerleşmesi sonucu daha önce zevk aldığı etkinliklerden uzaklaşmaya başlaması,
4. **Oyun bağımlılığının oluşması:** Bireyin zamanının büyük bir kısmını ve enerjisini oyuna ayırarak sorumlu olduğu görevlerini aksatması veya ihmal etmeye başlaması. (Bu bağlamda bireyin beslenme ve uyku alışkanlıklarında bozukluklar görülmektedir. Diğer yandan sosyal yaşamındaki ilişkiler de olumsuz etkilenerek ailesinden ve arkadaşlarından uzaklaşmaya başlar.)

Oyun Bağımlılığının Etkileri

Oyun Bağımlılığı bireyleri

- ekonomik,
- sosyal,
- bedensel (sağlık) ve
- duygusal olarak olumsuz etkilemektedir.

Ekonomik olarak bireyi daha fazla para harcamaya zorlarken diğer taraftan çalışan bireylerin iş yeri performansını düşürerek iş hayatında bireyin verimliliğini azaltmaktadır. Dolayısıyla düşük verimlilik gelir kaybına yol açabilir. Oyun bağımlılığı yaşayan bireylerin oyuna yönelik harcamaları da artacaktır.

Fiziksel aktiviteleri yavaşlamakta ve beslenme alışkanlıkları değişmektedir. Bu durum bireylerin sağlıklarını olumsuz olarak etkilemektedir. Düzensiz beslenme ve uyku yetersizliği durumları metabolizmayı olumsuz etkileyerek bireyin vücudunda kalıcı ve yıkıcı hasarlar meydana getirmektedir.

Sosyal hayatlarından da önemli değişikler görülmektedir. Bazı oyunlar bireysel olarak da oynanmaktadır. Dolayısıyla bireyin oyun bağımlılığı artıkça birey kendini sosyal çevresinden soyutlamaya başlar. Aile ve sosyal çevresinden uzaklaşmaya başlayan birey kendini yalnızlığa ve amaçsız bir yaşama doğru götürür.

Duygusal olarak kırılganlık yaşamasıdır. Oyun bağımlılığı yaşayan bireyler karşılaştıkları bir sorunla baş edebilmek için sanal oyunlara yönelerek çıkış aramaktadırlar. Gerçek hayattan kendini soyutlayan bireylerde yüksek kaygı, gerginlik, karamsarlık, yalnızlık ve empati düşüklüğü gibi duygular görülmektedir.

Oyun Bağımlılığını Önleyici tedbirler

- Oyun oynama süresi sınırlandırılmalıdır.
- Oyun oynama etkinliğini alışkanlık ve rutin davranışa dönüştürecek sıklıkla yapmamaya dikkat edilmelidir.
- Geceleri oynanan oyunlardan hemen sonra yatmak yerine oynama ve yatma zamanı arasında belli bir süre bırakılmalıdır.
- Tatile giderken veya seyahat esnasında oyun konsollarını mümkünse yanına almama, telefon ve bilgisayarlardaki oyunlara az takılmaya dikkat edilmelidir.
- Oyuna harcanan zamanın farkında olunmalıdır.
- Oyun bağımlılığının başladığına işaret eden belirtiler fark edildiğinde oyun oynama zamanı bilinçli bir şekilde azaltılmalı veya uzmanlardan destek alma yolları aranmalıdır.
- Spor ve fiziksel etkinliklere katılmayı veya yapmayı teşvik edilmeli veya desteklenmelidir.
- Çocuklarla konuşarak onların neden oyun oynamak istedikleri ve hangi oyunlardan zevk aldıkları hakkında bilgi edinilmelidir.
- Çocukları oyundan uzaklaştırmak için aile içi ortak etkinlikler düzenlenmelidir.
- Oyun oynayan çocuğa oyundan ayrılması için belli bir süre tanınmalıdır.

Yusuf AKTAŞ 2022

GÜVENLİ OKUL: OKULLARDA SOSYAL DUYGUSAL ÖĞRENME BECERİLERİNİN DESTEKLENMESİ

Güvenli Okul: Okullarda Sosyal Duygusal Öğrenme Becerilerinin Desteklenmesi

Okulda şiddet, okul içinde veya çevresinde başkalarına zarar vermeyi amaçlayan bir dizi kasıtlı davranışı tanımlamaktadır.

- Zorbalık,
- siber zorbalık,
- kavga,
- silah kullanımı ve
- cinsel taciz ve istismar dâhil olmak üzere birçok sorun okul şiddeti olarak görülmektedir.

Bir başka ifadeyle, okulda şiddet bir okulun eğitim misyonunu veya okulun saygı iklimini ihlal eden her türlü davranışlardır.

Şiddet İçin Risk faktörleri

Okullarda şiddeti önlemenin en önemli basamağı risk faktörlerini belirlemektir. Bu faktörler bilindiğinde bir kişi için ya da okul temelli önleme çalışmaları planlanabilir.

Risk faktörlerinin beş önemli yönü bulunmaktadır.

1. Risk faktörleri eklemeli olma eğilimindedir- ne kadar fazla risk faktörü varsa şiddet riski o kadar yüksek olur.
2. Risk faktörleri, birey, aile, akran grubu, okul ve mahalle seviyeleri dâhil olmak üzere birden fazla düzeyde ortaya çıkmaktadır.
3. Farklı risk faktörleri yaşamın farklı noktalarına ilişkindir; aile düzeyindeki faktörler küçük çocuklar için daha büyük bir rol oynar ve akran grubu ve mahalle faktörleri daha büyük çocuklar için daha büyük bir rol oynar.
4. Bazı risk faktörleri, belirli şiddet içeren davranış türlerine özgüdür (Örneğin, cinsel şiddet için risk faktörleri, siber zorbalık için olanlardan oldukça farklı olabilir.).
5. Risk faktörlerine maruz kalmanın derecesinin sonuçlar üzerinde önemli etkisi bulunmaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde; bireysel özellikler, aile içi şiddet; tutarsız, gevşek ve sert disiplin uygulamaları; antisosyal akranlarla ilişki; bilgisayar oyunları ve okula karşı olumsuz tutumlar şiddet için önemli risk faktörleri olarak görülmektedir.

Şiddet için Kuramsal Açıklamalar

Şiddetin türleri ve özellikleri ise aşağıdaki verilmiştir Doğrudan şiddet; zarar vermek amacı taşıyan bir kişiyle doğrudan karşı karşıya gelme davranışlarıdır. Dövmek, tehdit etmek, hakaret etmek, itmek doğrudan şiddete girer.

Dolaylı/ilişkisel şiddet; sosyal ret, sosyal dışlama, dedikodu yapmak gibi davranışları içerir.

İşlevleri açısından şiddet:

Tepkisel şiddet, kışkırtmaya cevap niteliğinde olan savunmacı davranışlardır. Başkalarının davranışlarına düşmanca bir biçimde hamlede bulunma eğiliminde olan şiddetin bu türü; kendini kontrol etme ve dürtüsellik ile ilişkilidir. Ayrıca tepkisel şiddet, sosyal ilişkilerle baş etme sorunlarıyla da ilişkilidir.

Planlı şiddette ise fayda beklentisi vardır. Kasıtlı bir biçimde yapılır ve dış pekiştireçler ile kontrol edilmektedir. Planlı şiddet; yüksek düzeyde liderlik ve sosyal yeterlik becerileriyle ilişkilidir. Aynı zamanda suç içeren ve antisosyal davranışlarla da ilişkilidir.

Şiddetin Ruh Sağlığı İçin Sonuçları

Yaşamın erken dönemlerinde şiddet uygulayanların ve şiddet mağdurlarının sonraki yıllarda şiddet davranışlarında artma eğilimi görülmektedir.

Başka çalışmalarda şiddet olaylarına maruz kalanlarda öz saygıda azalma, psikolojik travmada artış, okuldan kaçma gibi davranışlarda artış olduğu bildirilmektedir.

Bir şiddet türü olarak zorbalığa maruz kalmış çocukların ruhsal açıdan incelendiği ülkemizdeki araştırmalar, bu çocukların düşük özsaygı, stres, depresyon, kaygı, intihar eğilimi, travma sonrası stres bozukluğu, okul korkusu, okuldan kaçma, öfke ve şiddet eğiliminde artış gibi olumsuz sonuçlar yaşadıklarını göstermektedir.

Okullarda şiddetin azalması ve güvenli okul ortamının sağlanmasına yönelik okul temelli olarak uygulanan Sosyal Duygusal Öğrenme (SDÖ) Programı önemli bir yer tutmaktadır.

Şiddeti Önleme ve Güvenli Okul

Şiddeti önleme programları genel anlamda öğrencilerin duygusal ve sosyal becerilerini desteklemeye odaklanmaktadır.

Bu programlar, öğretmen-öğrenci bağını ve okul ortamında akranlarla sağlıklı etkileşimi güçlendirmeyi de içermektedir.

Duygusal ve sosyal beceri eğitiminin kritik bileşenleri arasında duygusal okuryazarlık, öz kontrol, sosyal yeterlilik, olumlu akran ilişkileri ve kişiler arası problem çözme yer almaktadır. Bu becerilerin kazanılması açısından bakıldığında okul temelli önleme programları önleyici ve gelişimsel uygulamaları içermektedir.

Güvenli okullar için olumlu sonuçlar sağlayan okul temelli programların en önemlilerinden birinin sosyal duygusal öğrenme (SDÖ) olduğu görülmektedir.

Okul temelli SDÖ programları, "çocuğun bütünsel gelişimi" ile ilgilenen eğitime daha bütünsel bir yaklaşım olarak görülmektedir.

SDÖ, çocuklara öz-farkındalık, öz-yönetim, sosyal farkındalık, kişiler arası ilişkileri yönetme ve sorumlu karar verme gibi becerileri öğretmektedir.

Yusuf AKTAŞ 2022

Sosyal Duygusal Öğrenme (SDÖ) ve Güvenli Okul İklimi

SDÖ, çocukların yaşam zorluklarıyla daha etkin bir şekilde başa çıkmalarına ve hem öğrenmelerinde hem de sosyal çevrelerinde başarılı olmalarına yardımcı olan bir dizi temel sosyal ve duygusal becerinin sistematik gelişimine odaklanmaktadır.

SDÖ çocukların ve yetişkinlerin duygularını tanımak ve yönetmek, sorumlu kararlar vermek ve zorlu sosyal durumları yapıcı bir şekilde ele almak, başkalarını önemsemek ve ilgi göstermek, olumlu ilişkiler kurmak için ihtiyaç duydukları bilgi, tutum ve becerileri edindikleri süreçler olarak tanımlanmaktadır.
SDÖ için, beş temel sosyal ve duygusal beceri kategorisi belirlenmiştir (Şekil 1):



Şekil 1. Sosyal duygusal öğrenmenin boyutları (CASEL, 2005).

Öz-farkındalık: Kişinin duygularını, ilgi alanlarını, değerlerini ve güçlü yanlarını/yeteneklerini doğru bir şekilde değerlendirme ve sağlam temellere dayanan bir öz güven duygusunu sürdürme becerisi.

Öz-yönetim: Stresle başa çıkmak, dürtüleri kontrol etmek ve engellerin üstesinden gelmek için sebat etmek için kişinin duygularını düzenleme kapasitesi; kişisel ve akademik hedefler belirlemek ve daha sonra bu hedeflere ulaşma yolunda ilerleme becerisi; duyguları yapıcı bir şekilde ifade etme becerisi.

Sosyal farkındalık: Başkalarının bakış açısını almak ve onlarla empati kurma becerisi; bireysel ve grup benzerliklerini ve farklılıklarını tanıma ve takdir etme becerisi; toplumsal davranış standartlarını anlama ve uyma becerisi; aile, okul ve toplum kaynaklarını tanıma ve kullanma becerisi.

İlişki becerileri: İşbirliğine dayalı sağlıklı ilişkiler kurma ve sürdürme becerisi; uygunsuz sosyal baskıya direnme becerisi; kişiler arası çatışmayı önleme, yönetme ve çözme becerisi; gerektiğinde yardım isteme becerisi.

Sorumlu karar verme: Etik standartlar, güvenlik endişeleri, uygun davranış standartları, başkalarına saygı ve çeşitli eylemlerin olası sonuçları dikkate alınarak karar alabilme becerisi; karar verme becerilerini akademik ve sosyal durumlara uygulama becerisi; kişinin okulunun ve toplumun refahına katkıda bulunma becerisi.

SDÖ programını kullanan okullar, öğrencilere öz farkındalık, öz yönetim, sosyal farkındalık, ilişkiler ve sorumlu karar verme alanlarında beceriler öğretir. Bu beceriler, çocukların kızgın olduklarında kendilerini sakinleştirmelerine, arkadaşlıklar başlatmalarına, ilişki çatışmalarını saygılı bir şekilde çözmelerine ve etik ve güvenli seçimler yapmalarına olanak tanımaktadır. Bu temel SDÖ becerileri, öğrencilerin şiddetle ve zorbalıkla başa çıkmak için ihtiyaç duyduğu temel yeterliliklerdir.

ŞİDDETİN ÖNLENMESİ: OKULLARDA BARIŞYAPICILIK/ARABULUCULUK UYGULAMALARI

Okullarda öğrenci-öğrenci anlaşmazlıklarının yapıcı-barışçıl çözümünü sağlamak için kullanılabilecek yöntemlerden biri "Barışyapıcılık/Arabuluculuk Uygulamaları"dır.

Barışyapıcılık/arabuluculuk programlarının iki temel amacı olduğu ileri sürülmektedir.
Birinci amaç, öğrencilerin okullarda güvenliğinin sağlanması;
İkinci amaç ise öğrencilerin yapıcı-barışçıl anlaşmazlık çözüm becerilerinin kullanıldığı bir ortamda sosyalleşmelerini ve gelişmelerini sağlamaktır.

Barışyapıcılık/Arabuluculuk,

- Sorun yaşayan iki ya da daha fazla kişinin üçüncü bir nötr kişinin yardımıyla sorunu çözmek amacıyla gönüllü olarak bir araya geldikleri bir süreci içermektedir.
- bireylere anlaşmazlık yaşadıkları kişiyle şiddetin olmadığı bir ortamda yüzleşebilmeleri fırsatını sunmaktadır.
- Adli makamlara, öğrenci davranışları değerlendirme kuruluna ya da okul disiplin kuruluna yansıması gereken olaylar hariç olmak üzere öğrenciler arasında yaşanan tüm kişiler arası sorunlar (örneğin, alay etme, lakap takma, dedikodu etme vb.) barışyapıcılıkta ele alınabilmektedir.
- Barışyapıcılığa anlaşmazlık yaşayan tarafların kendileri başvurabileceği gibi öğretmenler ve okul yöneticileri de tarafları barışyapıcılığa yönlendirebilmektedirler.
- Barışyapıcılığın gerçekleşebilmesi için taraflardan her ikisinin de barışyapıcılığı kabul etmesi gerekmektedir. Taraflardan biri barışyapıcılığı kabul etmediği takdirde barışyapıcılık gerçekleştirilememektedir.

Barışyapıcılar,

- tarafların yaşadığı sorunu çözmeye çalışmamaktadırlar.
- tarafların sorunlarını çözmelerinde sadece süreci kolaylaştırmaktadırlar.
- taraflar üzerinde bir gücü ya da otoritesi bulunmamaktadır.
- Barışyapıcı ve taraflar arasındaki ilişki eşitliğe dayanmaktadır.
- Barışyapıcılık, tarafların sorunlarını çözmelerinde gizli bir süreç sağlamaktadır.
- Görüşmeler esnasında herhangi bir tarafı tutmamakta ya da suçlamamaktadırlar.
- süreçte her iki tarafı da iyi bir biçimde dinlemek ve onların kendi sorunlarına kendi çözümlerini geliştirmelerinde onlara yardımcı olmaktır.

Yusuf AKTAŞ 2022

Barışyapıcılık, dört aşamadan oluşan bir süreçtir.

Birinci aşama, kavganın sonlanması ve tarafların sakinleşmesidir.
İkinci aşama, tarafların barışyapıcılık desteği almaya karar vermeleridir.
Üçüncü aşama, müzakere basamaklarının kolaylaştırılmasıdır. Barışyapıcı, tarafların müzakere basamaklarını kullanarak sorunlarını çözmelerinde kolaylaştırıcı bir rol üstlenir.
Dördüncü aşama, anlaşmanın imzalanmasıdır. Görüşme sürecinin sonunda taraflar anlaşmaya vardıklarında barışyapıcı, barışyapıcılık formunu doldurur ve imzalamaları için taraflara sunar. İmzalanan bu anlaşma formunu Rehberlik Servisi içerisinde kilitli bir dolap içerisinde tutulan "Barışyapıcılık Görüşmeleri Kayıt Dosyası"na koyarlar. Böyle bir yöntem izlenmesinin sebebi, taraflar ve barışyapıcılar tarafından doldurulan formun gizliliğinin ve güvenliğinin sağlanmasıdır.

Barışyapıcı öğrenciler, tarafların yaşadığı anlaşmazlığı ele alırken aşağıdaki işlem basamaklarını takip ederler:

1. Taraflar yaşadıkları sorunu nedenleriyle birlikte açıklarlar,
2. Taraflar yaşadıkları duyguları nedenleriyle birlikte açıklarlar,
3. Taraflar birbirlerinin bakış açısını anladıklarını gösterirler,
4. Taraflar isteklerini nedenleriyle birlikte açıklarlar,
5. Taraflar çözüm seçenekleri üretirler,
6. Taraflar ürettikleri çözüm seçenekleri arasından en adil, yapıcı ve barışçıl çözüm seçeneği üzerinde anlaşırlar.

Uygulayıcılar İçin Adım Adım İşlem Basamakları

Bu kısımda, uygulayıcıların çalıştıkları kurumlarda bu programı kolaylıkla hayata geçirebilmeleri için izlemeleri gereken işlem basamakları adım adım açıklanmıştır. Adım;

1. Okul Yöneticilerini Bilgilendirmek, Onları İkna Etmek, Onların Desteğini Almak ve Güvenini Kazanmak
2. Çevre Kurum ve Kuruluşlarla İş Birliğinin Sağlanması
3. Her Bir Öğretmenin Desteğinin Kazanılması
4. Kullanılacak Eğitim Programının Belirlenmesi, Revize Edilmesi ya da Geliştirilmesi
5. Uygulayıcıların Maddi İhtiyaçların Nasıl Giderileceği Konusunda Okul Yöneticileriyle Görüşmeleri ve Bütçe Planlamaları Yapmaları
6. Barışyapıcı Öğrencilerin Seçimi ve Eğitimlerin Ne Zaman Gerçekleştirileceğinin Belirlenmesi
7. Eğitim Programının Uygulanmasının Ardından Bu Eğitime Katılan Öğrenciler İçin Geniş Katılımlı Bir Rozet Takma Töreni Düzenlenmesi
8. Okulda Arabuluculuk Uygulamaları Başlatılmadan Önce Tüm Şubelerde Tanıtım Yapılması
9. Barışyapıcılık Sürecinin Yürütülmesi
10. Projenin Etkililiğinin Değerlendirilmesi

ZOR KİŞİLİKLERLE İLETİŞİM

Zor İnsanın Tanımı ve Davranışları

Aynı ortamda bulunulduğunda kişide öfke, huzursuzluk, korku, endişe, sıkıntı gibi duygular yaşatan; dinleme, anlama, anlaşma ve uzlaşma konusunda bilgi ve beceri eksikliğinden kaynaklanan sıkıntıların ortaya çıkmasına sebep olan insanlar için kullanılan bir kavramdır.

Bir davranışın kişilik özelliği ile ilişkilendirilmesi için devamlılığı (sürekliliği) ve farklı ortamlarda aynı anlayış ve davranış kalıplarının gözleniyor olması önemli bir kriterdir.

Bir insan veya kendimiz sıklıkla ve aşağı yukarı her ortamda zor iletişim kurulabilen, dostane tavırdan uzak, anlayışsız, dinleme ve empati becerisi sınırlı, "öteki"ne karşı ön yargılara sahip bir tutum sergiliyorsa zor insan olma ihtimali güçlüdür.

Zor Kişilik Nasıl Ortaya Çıkar ve Gelişir

Gelişim psikologları kişiliğimizin temel ögelerinin çok küçük yaşlarda oluştuğunu söylemektedir. Ebeveynlerine güvensiz bağlanma, yetişkin yaşamda da diğer insanları güvenilmez bulma şeklinde devam eder. Ya da kaygılı bağlanmanın sonucu da yetişkinlik yaşamındaki ilişkilerinde benzer sonuçla ortaya çıkarır.

Tüm insan davranışları varlığını sürdürmeye, kişilik bütünlüğünü korumaya dönüktür. Bazı insanlar bunu sağlamak için sağlıklı tutumlar edinirken bazıları defans mekanizmalarını abartılı kullanarak sağlıksız ya da patolojik tutum ve davranışlara başvurur.

Genelde, zor insanlar;

- Kötü niyetli değildir.
- Hayatlarını kendilerini korumak üzere kurmaya çalışırlar.
- Zihinlerinde bir karmaşa vardır.
- Dünya görüşlerini destekleyecek sürekli bir kanıt arayışı içindedirler. Bu nedenle zor durumlara başvururlar.

Zor İnsan Tanımına Giren Kişilerin Kategorileri

Özellikle kurumsal yapı içinde değerlendirildiklerinde üç grup insanla karşılaşırız. Bunlar;

- İnaktif,
- Reaktif ve
- Proaktif olarak isimlendirilir.

İnaktif kişiliğin özelliği;

- Aşırı uyum davranışı sergilemeleridir. "Evet efendim!"
- Kendi görüş ve düşüncelerini ortaya koyamazlar.
- Özellikle otorite olarak gördükleri kişilerin her türlü düşünce, görüş ve önerilerine derhal ve sorgusuz katılırlar.

Reaktif kişiliğin özelliği;

- Hemen her görüş, düşünce veya öneriye spontane karşı çıkar, muhalefet ederler.
- Sorgulamazlar, üzerinde düşünmezler ve sadece karşı çıkarlar.
- Karşı çıktıkları duruma ilişkin bir öneri veya karşı görüş bildirmezler. "Karşı çıkmak için karşı çıkma" bir yaşam biçimi olarak yerleşmiştir.
- Üç-altı yaş çocuğunda gözlenen ve o yaş grubu için normal hatta sağlıklı kabul edilebilecek "inatçılık" davranışını aşamamış ve o gelişim düzeyinin sorun çözme ve varlığını kanıtlama yöntemine takılı kalmış bireylerdir.

Proaktif kişiliğin özelliği;

- En sağlıklı davranış ve sorun çözme yöntemine sahiptir.
- Hem sorgular hem çözüm önerir.
- İçinde bulunduğu durumu ya da sorunu sorgulamakla kalmaz sorgu ve eleştirisinin sonuna bir çözüm önerisi ekler.
- Yapıcı, uzlaşmacı ve amaca yöneliktir.

Diğer bir sınıflama, insanların "sorunlar karşısındaki duruşu" bakımından da üç grup kişilik karşımıza çıkmaktadır:

- Sağlıklı insan,
- Normal insan,
- Sağlıksız insan.

Sağlıklı insan

- Hayattaki sorunların farkındadır ve çözmek için çabalar sergiler.
- Çabaları amaca yönelik, uzlaşmacı ve yapıcıdır.
- Sorunların çözümünde her iki tarafın ya da tarafların da kazanabileceği veya en az kayıpla uzlaşabilecekleri sonuca odaklanır.

Normal insan

- Hayattaki sorunların farkındadır. Ancak o sorunları çözmek için bir çaba harcamaz,
- sorunlarla birlikte yaşamayı seçer.
- sorunları "halının altına süpürür". Normal olmayı sağlıklı tutumdan ayıranda bu anlayıştır.

Sağlıksız insan

- En belirleyici özelliği iki defans (savunma) mekanizmasını sıklıkla kullanmalarıdır. Bunlar;
  - neden bulma ve
  - yansıtmadır.
- Bir sorunla karşılaştıklarında başka insanları veya başka durumları suçlamayı alışkanlık hâline getirmişlerdir.
- Parmakları her zaman birilerini ve bir şeyleri gösterir.
- Sorumluluk alamamalarıdır.
- Evde bir sorun varsa eşi, çalıştığı kurumda bir sorun varsa yöneticiler suçludur.

Yusuf AKTAŞ 2022

Zor kişilikler, yaşam enerjilerini nasıl harcadıklarına bakılarak da tanınabilir ve gruplandırılabilirler.

Bu üç enerji kaynağımız
- fiziksel enerji,
- zihinsel enerji ve
- duygusal enerjidir.

Fiziksel enerji; beden sağlığımız, beslenmemiz, uyku düzenimiz gibi yaşam alışkanlıklarımız tarafından belirlenir.

Düşünme, okuma, problem çözme gibi etkinlikler "zihinsel" enerji ile ilgilidir ve bu tür etkinliklerin hayatımızda yer alması zihinsel enerjimizi artırır, geliştir.

Kendilik değerimiz konusunda kendimizin sahip olduğu düşünceler; diğer bir ifade ile kendimize kendimizin biçtiği değer ise "duygusal" enerjimizi oluşturur.

Bu üç enerjinin toplamı ise yaşam enerjisi olarak her türlü etkinliğimizde belirleyici bir güce sahiptir. Elbette bu üç enerji birbiri ile de etkileşim hâlindedir ve birbirlerini etkiler.

İşte, bu noktada bir insanın yaşam enerjisini nasıl harcadığına bakılarak da onun ne ölçüde zor bir kişilik olduğu anlaşılabilir.

Zor kişilikler genellikle yaşam enerjilerini ziyan eden, boş yere harcayan insanlardır.

Aşağıda mutsuz ve verimsiz insanın düşünce ve davranış tarzlarına ilişkin örnekler verilmiştir:

- Genellikle geçmiş ve gelecekte yaşarlar.Kısacahayatı, şimdiki zamanı ziyan eder, ıskalarlar.
- Mazeret üretmekte, suçlu bulmakta ustalaşmıştırlar.
- Kurban rolünü sıklıkla oynarlar. Onlar hep mağdur edilmiş, hakkı yenmiş, hak ettikleri verilmemiş insanlardır.
- Negatif seçicidirler. Yaşam alanlarında mevcut olan ya da sahip oldukları "iyi" ve "olumlu" şeyleri görmezler. Buna karşılık en küçük olumsuzluk ya da eksikliği abartmayı ve genellemeyi tercih ederler.
- Beyinlerini âdeta "kuruntu üretim fabrikası" gibi kullanırlar.
- Bazıları ise herkesi memnun etme çabasını o derece abartırlar ki kendi duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını neredeyse hiç önemsemezler. Başka bir ifade ile "aşırı adanmış" bir yaşam sürerler.
- Her şeyi kontrol etme çabası içinde olmak da yaşam enerjisini ziyan etmenin bir başka yoludur.

Yusuf AKTAŞ 2022

Zor İnsanlarla Birlikte Yaşamak ve Çalışmak Konusunda Yöntem ve Öneriler

Zor kişiliklerle yaşarken yapılması önerilen, edilgen değil, etkin bir şekilde onlardan kendimizi korumayı içerir.

Her türlü insan karşısında "model davranış sergilemek" yapılabilecek en doğru davranıştır.

Zor kişilikler karşısında sergilenmesi gereken iletişim becerisini kısaca özetlemek gerekirse şunlar söylenebilir:

Verilmesi gereken mesaj;
- Dolaysız,
- Hemen,
- Açık bir şekilde,
- Dürüstlükle ve
- Karşıdakini incitmeden iletilmelidir.

Zor insanlarla iletişimi büyük ölçüde imkânsız kılan veya sorunu daha da ağırlaştıran tutumlar ise şöyle özetlenebilir:
- *Aynen karşılık verme,*
- *Problemi ele almak yerine savunmaya geçme,*
- *Söylenenlerin ne anlama geldiğini dikkate almama,*
- *Ürkme ve şaşırma,*
- *Tepkisiz kalma (öfkeden dili tutulma)*
- *O anda bir şey düşünememe*

Karşımızdaki insanın davranışının altında yatan sebepleri, hangi psikolojik ihtiyacından kaynaklandığını bilirsek ona karşı göstermemiz gereken tepkiyi de bu oranda doğru seçebiliriz.

Örneğin kendini koruma ihtiyacı içinde davranan güvensiz bir zor kişiliğin karşısında onun güvende olduğunu hissettirecek bir tutum daha sağlıklı bir iletişim atmosferi oluşturacaktır.

Örnek; Reaktif (sadece eleştiren ve saldırgan) insanların davranışlarının altında yatan psikolojik alt yapısı şöyle analiz edilebilir:

- Kendilerini enerji küpü sanırlar. Ne var ki bu enerji yapıcı değil, yıkıcıdır.
- Kendilerini güçlü gösterme ihtiyacı duyarlar. Haklı olmanın ve hakkını elde etmenin güç ile gerçekleşeceğine inanırlar. Ne var ki "güç" elbisesinin altında "korkaklık" vardır.
- Bir tür suçluluk duyarlar. Çünkü başkalarından onların zayıflıklarının her an farkına varacakları endişesi taşırlar.
- Yalnızlık çekerler. Çünkü saldırgan tavırları nedeniyle insanlar onlardan uzak durur. İç dünyaları aslında ıssız bir çölü andırmaktadır. Gerçek, içten ve derin dostluklardan mahrumdurlar.
- Tehdit altında olduklarını düşünürler. Özellikle de dış görünüşlerindeki öz güvenin yapmacık olduğunu anlaşılması durumunda tehdit algısı artar ve bu durum onları daha agresif yapabilir.
- Sıkıntıdan bunalırlar. Özellikle de etraflarında yapıcı ve üretken insanlar gördüklerinde onların enerji ve hızına ayak uyduramama bu sıkıntıyı artırır.

Örneği kötümser (negatif seçici) zor kişilik üzerinden verelim:

- Kötümserlikleri sayesinde kendilerini gelecek başarısızlıklara karşı korumaya çalışır.
- Nadiren bir işi tamamlamak için öneri getirirler. Dahası, sizin getirdiğiniz önerilere de hep olumsuz yaklaşırlar.
- Temel psikolojik ihtiyaçları güvenliktir.
- Kendilerinin ortaya koyacakları olası bir başarı bile onları korkutur. Çünkü her başarı çevrelerinde yeni başarı beklentisi oluşturacaktır ve bir gün mutlaka bu beklentilere cevap veremeyeceklerine inanırlar.

Bu iki örnekten yola çıkarak şu çıkarımda bulunabiliriz: İnsanı zor kişi yapan korkudur. Bunun da çözümü insanların özellikle psikolojik olarak güven içinde olduklarını deneyimlemeleri ve bunu uzun bir süre içinde test ederek ikna olmalarıdır.

Zor insanı değil, ona yaklaşımımızı değiştirmek en sağlıklı çözümdür.

Bu konuda yapılabilecek şey soğukkanlılığını (sakinliğini) koruyabilmektir. Kışkırtma ve olumsuzluklar karşısında durmak, düşünmek ve seçenekleri görüp değerlendirmek için kendimize süre vermek ve sonunda tepki göstermek hem kendimiz hem de karşımızdaki zor kişilik için en sağlıklı yoldur.

Bu önerilerin işe yaramayacağını düşünüyorsanız son olarak şunu tavsiye ediyorum: Zor insanla aranıza mesafe koymayı öğrenin.

Zor kişiliklerle araya mesafe koymada uygulayabileceğiniz yöntemler şöyle özetlenebilir:

- Kırık plak
- Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama
- Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- Kendinden emin erteleme
- Sislendirme

Kırık plak: Dikkatle düşünüp kendinize bir "kırık plak" cümlesi hazırlayın. Zor kişinize kendisini duyduğunuzu belirtip bu kırık plak cümlesini üst üste tekrarlayın. Örneğin: "Söylediklerini duydum ve bugün konuşacak durumda değilim."

Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama: Zor kişiniz alışılmış davranışları sergilemeye başladığında söylediklerine aldırmayıp yaptığına işaret etmek. Örneğin: "Birbirimize bağırıp çağırdığımız sürece sorunu çözemeyiz."

Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme: Karşıdaki kişinin öfkesinin, dırdırının ya da suskunluğunun nedenini tümüyle göz ardı edip konuşmayı ertelemek. Örneğin: "Gördüğüm kadarıyla şu anda çok öfkelisin. En iyisi bu konuyu öğleden sonra ele alalım."

Kendinden emin erteleme: Zor kişinize göstereceğiniz tepkiyi sizin daha sakin ve kafanızın daha duru olduğu bir zamana bırakmak. Örneğin: "Şu anda bu konuyu konuşmaya hazır değilim."

Sislendirme: Karşınızdaki kişinin isteğini ve görüşlerini kendi sözlerinizle kısaca özetlemek (böylece onu dinlediğinizi ve anladığınızı göstermiş olursunuz) ve kendi düşündüğünüz şekilde tutum almak. (Bu yöntem kırık plak cümlesi yönteminin biraz daha hafifletilmiş şeklidir. Örneğin: "Şikâyetlerini dinledim ve bunları daha sonra görüşmek istiyorum."

Her zor insan aynı özelliklere sahip değildir. Belli başlı zor kişilikler karşısında takınılması gereken tutum ve sergilenmesi gereken davranışlara aşağıda kısaca değinilecektir:

Saldırgan Kişilikler:

- Biraz boşalmalarına izin verin.
- Kibar davranmaya kalkışmayın.
- Adlarıyla hitap edin.
- Oturtmaya çalışın.
- Göz teması kurun.
- Düşündüklerinizi etkili ve kendinizden emin bir biçimde ifade edin.
- Söylediklerini tartışmayın, sözlerini kesmeyin.
- Dostça davranmaya hazır olun.

Sürekli Yakınanlar:

- Sabrınız taşsa da dinleyin.
- Söylediklerini başka sözcüklerle ve kısa cümlelerle kendisine tekrarlayarak esas söylemek istediklerini saptamaya çalışın.
- Görüşlerini o an makul bulsanız bile, sakın söylediklerini onaylamayın ya da kendisinden özür dilemeyin.
- "Suçlama-savunma-karşı suçlama" kısır döngüsüne düşmeyin.
- Yorum yapmadan olguları belirtin.
- Özgül, açık uçlu sorularla kendisini sorunu çözmeye yönlendirin.
- Hiçbiri işe yaramazsa "Peki, sen ne öneriyorsun?" diye sorun.

Suskun Tepkisizler:

- Suskunluğun, tepkisizliğin ne anlama geldiğini yorumlamaya kalkışmayın.
- Suskunu konuşturmaya çalışın.
- Açık uçlu sorular sorun. Yanıtı sabırla bekleyin.
- Sessizliği kendi konuşmalarınızla doldurmaya çalışmayın.
- Olaylarla veya durumla ilgili kendi yorumunuzu yapın.
- Tekrar açık uçlu sorular sorun.
- Eğer suskununuz konuşmaya başlarsa yorum yapmadan dinlemeye gayret edin.
- Suskununuz tepkisiz kalmayı sürdürüyorsa görüşmeyi kesin ve tekrar görüşmek üzere bir zaman belirtin.

Yusuf AKTAŞ 2022

Kötümserler:

- Kendinize ve ekibinizi koruyun; kötümserliklerini size de bulaştırabilirler.
- Geçmişte benzer durumların nasıl başarıyla aşıldığını iyimser ama gerçekçi bir dille anlatın.
- Değişik seçenekler üzerinde görüşüyorsanız ilk önce en kötü durumda ne olabilir, bunu siz gündeme getirin.
- Kötümserin söylediklerini gelecekte aşılması gerekebilecek sorunlar olarak görün.
- Ne yapacağınızı kaçamaklar yapmadan doğrudan ifade ederek kendi başınıza davranmaya da hazır olun.
- Her şeyi ince eleyip sık dokuyanlara bir kere de kendilerini hazır hissetmeden harekete geçmeyi önerin.

Çokbilmişler

Bu kişiler dayanılmaz bir mantık silsilesi ve bilgilerine olan güvenleriyle, sizi aptal, beceriksiz konumuna düşüren ve savunmaya zorlayan insanlardır.

- Bu kişilere iletişim kurmak için önceden düşüncelerinizi sıraya koymanız ve birlikte ele alacağınız konuyla ilgili hazırlıklar yapmanız gerekiyor.
- Söylediklerini kabul etmek istemiyorsanız en etkin yöntem soru tekniklerini kullanmaktır.
- Yapılacak işlerin gözden geçirilmesini sağlamak için ek bilgi vermesini sağlayacak sorulardan yararlanın.

Çokbilmişlerin arasında uzman olmadıkları hâlde uzmanmış gibi konuşan, yarı-bilgili hâllerinin kısmen farkında olan ve aldıkları yarım yamalak bilgileri aceleyle olayın bütünüymüş gibi sunanlar da vardır.

- Bunlar karşısında da doğru olguları sanki başka bir seçenekmiş gibi mümkün olduğu kadar tasvir edin.

Yusuf AKTAŞ 2022