

SÜREYYA GÜNEŞ ANAOKULU REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA SERVİSİ OLUMLU DAVRANIŞ GELİŞTİRME YÖNTEMLERİ ÖĞRETMEN BÜLTENİ

Değerli Öğretmenlerimiz,

Öğretmenler, sınıfındaki öğrencilerin çalışkan, temiz, düzenli, çabuk kavrayan, sorumluluk sahibi olması gibi olumlu birçok özelliğe sahip olmasını beklerler. Ancak tüm öğrencilerin aynı özelliklerde ve aynı davranışlara sahip olmasını beklemek gerçekçi değildir. Bazı öğrencilerin davranışlarını geliştirmek için çaba harcaması gerekirken bazı öğrencilerin davranışlarını geliştirmek için pek fazla çaba harcaması gerekmeyebilir. Ayrıca bazı çocuklar, kendi başlarına davranışlarını yönetme becerisini edinmeleri konusunda öğretmenlerinin ve ana babalarının rehberliğine ihtiyaç duyarlar. Öğretmenler ilk olarak bir davranışın gelişmesinin zaman alacağını, sabırlı olmaları gerektiğini ve bazen geriye dönüşler olabileceğini bilirler.

Çocuğun davranışı geliştirmesinde en önemli ilke, çocuğu değiştirmek değildir! Çocuğun verdiği tepkilerin bir ihtiyacı karşıladığını ve bir ortam içinde geliştiğini bilmek önemlidir. Önemli olan; bu ihtiyacın, ortamı değiştirerek nasıl yapıcı bir biçimde karşılanacağı konusunda yaratıcı çözümler üretebilmektir. Çocuğun gelişimini desteklemek amacıyla geliştirilen bazı teknikler açıklanmaya çalışılmıştır.

Zübeyir ÇAY
Psikolojik Danışman



Önleyici Açıklamalar Yapmak

Çocuğun gelişimini destekleyici bir davranışı yapması için ya da istenmeyen bir davranışı yapmaması ya da azaltması için uygulanabilecek tekniklerden biri önleyici açıklamalarda bulunmaktır. Öğretmenlerin önleyici açıklamaları sayesinde pek çok istenmeyen davranış daha ortaya çıkmadan önlenir. Önleyici açıklama, çocuk bir davranışı daha yapmadan önce çocuğa neyi yapmaması değil, neyi yapmasını istediğimizi söylemektir. Bunu yapabilmek için öğrencinin hangi davranışlarının kabul edilip hangilerinin kabul edilemeyeceği hususunda öğretmenin kendisinin net olması gerekmektedir. "Önleyici açıklamalar" yaparken beklentinizi açık ve net bir şekilde ifade etmeniz gerekir. Ayrıca çocuğa neyi yapmaması gerektiğini değil, neyi yapmasını istediğinizi de söylemelisiniz. Örneğin, "Sınıfı savaş alanına döndürmeyin!" dediğinizde öğrencilerinizden tam olarak ne beklediğinizi söylemiş olmuyorsunuz. Önemli olan çocukta hangi davranışları görmek istediğinizi somut olarak belirtmenizdir. Böylece çocuklardan öğretmen olarak neyi yapmaması gerektiğini değil, neyi yapmasını istediğinizi açıkça anlatmış olursunuz. "Koşma." yerine "Yavaş yürü.", "Bağırma." yerine "Alçak sesle konuş.", "Dağıtma." yerine "Kitaplarını çekmeceneye koy.", "Arkadaşına vurma." yerine, "Ellerimiz kendimize aittir." gibi.

Neyi yapmasını istediğiniz önemli olmakla birlikte bunu nasıl söylediğiniz de oldukça önemlidir. Öğrenciniz, beden duruşunuz, yüz mimikleriniz ve ses tonunuzdaki şefkati, kararlılığı ve iyi niyeti mutlaka hissetmelidir. Otoriter ve buyurgan bir tavırla öğrenciyle iletişim kurulması genellikle işe yaramazdır.

Öğrenciler, Gözlemler, Sonra Sergiler

Öğrenciler çok iyi gözlemcidirler. "Çocuklar görür ve yapar." kuralı çok önemlidir. Ana babalarını ve öğretmenlerini gözler ve bu gözlemleri sonucunda neyi yapacaklarını veya yapmayacaklarını öğrenirler. Aynı zamanda çocuklar yetişkinlerin davranışlarındaki çelişkileri de gözlemler ve ona göre davranabilirler. Eğer siz kızdığınızda ses tonunuzu ayarlamakta güçlük çekiyorsanız öğrencinizin de öğreneceği şey bağırarak konuşmak olacaktır. Siz bazı kişilerle alay ediyorsanız ve öğrencinize insanlarla alay etmemesi gerektiğini söylüyorsanız, siz öğrencinize kaba davranıyor ancak onun kibar olmasını istiyorsanız öğrencinizin dikkat edeceği ne söylediğiniz değil, ne yaptığınız olacaktır. Yani "Çocuklar görür ve yapar".

Bu nedenle öğrencilerden yapmasını istediğimiz davranışları bizim de yapmamız, yapmasını istemediğimiz davranışları bizim de yapmamamız gereklidir.

Etkili Komut Verme ve Sınır Koyma

Öğrencilere önleyici açıklamaların işe yaramasının bir yolu da etkili komut vermek ve öğrencilerin gelişimine uygun biçimde sınır koymaktan geçmektedir. Etkili bir şekilde komut verildiğinde öğrenciye yapılan önleyici açıklamalar da etkili olmakta ve kurallara uyma olasılıkları da artırılmaktadır. Sınırları belirlemek ise çocukların gelişimi için gerekli olan destekleyici ve güvenli ortamın çerçevesini çizmektir. Öğrencilerin gelişim düzeyleri ne uygun olmayan isteklerini yerine getirmek, onların gelişimlerini olumsuz etkileyebilir. Aynı zamanda sadece öğretmenin dediğinin olması, öğrenci üzerinde baskı kurulması da gelişimini olumsuz biçimde etkileyebilir. Sınırları belirlemek, uygun bir dille ve yöntemlerle öğrencilere neleri yapabileceklerini anlatmak ve belirlenen sınırlar içinde farklı seçenekleri ona sunmaktır. Sınırları belirlemek ve öğrencilerin bu sınırların farkında olmalarını sağlamak için öğretmenler birtakım komutlar verir ve öğrencilerin bu komutlara uymalarını beklerler. Örneğin; "Biraz daha alçak sesle söyle lütfen.", "Etkinlikten sonra lütfen masadaki kalemleri bana getir." gibi.

Bazı öğrencilerin, bazı komutlara uymaması pek çok kere karşılaşılan ve normal bir durumdur. Bununla birlikte öğrencilerin, öğretmenlerinin makul ve gelişimlerine uygun isteklerine uyması önemlidir. Bunu sağlamada ise öğretmenin bir şeyi isteme biçimi yani komut verme yönü büyük rol oynamaktadır. Burada dikkat edilmesi gereken bir diğer husus ise öğrencinin söz dinlemesi (komutu yerine getirmesi) ile itaat etme davranışı arasındaki farklılıktır. İtaat etmede 'emir verme' vardır ve emir veren kişinin kişisel çıkarı söz konusudur. Çocuk tehdit edildiği için, ceza alacağı için ya da ödül alacağı için emri yerine getirir. Bu emir yerine getirildiğinde ise yetişkin çıkar sağlar. Örneğin, kendi arası iyi olmadığı için çocukların halk oyunları kulübüne girmelerini engelleme durumunda öğretmen, kendi kişisel sorunlarına öğrencileri alet edebilir.

Söz dinlemede ise komuta uymanın nedeni öğrencinin gelişiminin desteklenmesidir. Örnek olarak öğrencinin kendi sorumluluklarını yerine getirmeyi öğrenmesini (ödevini yapma), ahlak gelişiminin desteklenmesini (arkadaşlarına ait eşyaları izin isteyerek kullanma), sosyal gelişimin desteklenmesini (başkalarına nazik davranma) verebiliriz. Sonuç olarak öğretmenler öğrencilerinin söz dinleme davranışını geliştirmeli ancak öğrencinin kendisine ya da başkalarına zarar verebilecek komutlara ise tam tersine itaat etmemesi gerektiği öğretilmeli, bu konuda öğrenciye model olunmalıdır.

Öğretmenlerin komut verme biçimi öğrencinin bu komuta uyma veya uymama davranışını belirlemede önemli rol oynamaktadır. Yine aynı şekilde öğretmenin komutuna uyma veya uymama davranışından sonra öğretmenin göstereceği tepki de öğrencinin gelişimini ve davranışlarını etkilemektedir.

Bazı öğrenciler öğretmenlerinin komutlarını yerine getirirken bazı öğrenciler, komutu anlamama, ne istendiğini bilmeme, dikkatini vermeme gibi nedenlerle komutlara uymayabilir. Komutun etkili olması için aşağıdaki ilkelerin izlenmesi yarar sağlayabilir.

• **Tek zamanda tek komut verilmeli.** Okul öncesi öğrencileri ve dikkat süresi kısa olan öğrenciler birden fazla komutu izlemekte güçlük çekebilirler. Birden fazla komutu yerine getirmekte güçlük yaşayan öğrencilere, bir seferde bir komut verilmeli, ilk komut yerine getirildikten sonra gerekli ise ikinci komut verilmelidir.

• **Komutu tekrar etmeyin.** Verdiğimiz komutu bir kez söylemektir. Örneğin, bir komutu beş kez söylediğinizde bu komutun öğrenci için bir anlamı kalmayacaktır. Bu nedenle komutu bir kere söyleyin ve eğer öğrenci uyararsa onun bu davranışını övün, uymazsa diğer yöntemleri deneyin.

• **Komutlar yakından verilmelidir.** Öğretmen öğrencisine yakın durup çocuğun dikkatini kendisine verdiğinden emin olduktan sonra komut verilmelidir.

• **Gerçekçi komutlar verin.** Öğretmenin vereceği komutlar çocuğun yaşına ve gelişim özelliklerine uygun olmalıdır. Ayrıca öğrencinin kendisinin yapabileceği davranışları öğretmenin yapması da uygun değildir. Bazı öğretmenler, öğrencilerinin ayakkabılarını bağlamakta ya da kıyafetlerini giydirmektedir.

• **Çocuğa zaman verin.** Öğretmenlerin en çok yaptığı yanlışlardan biri, çocuğa komut verdikten sonra yeterince beklememeleridir. Örneğin, bir öğretmen "Lütfen eşyalarını topla." dedikten sonra -öğrencisine hiç vakit vermeden- kendisinin de eşyaları toplamaya başlaması uygun değildir. Böyle bir durumda öğrencinin öğrendiği davranış, "Öğretmenim benden herhangi bir şey istediğinde biraz beklemeliyim ki bunu beraber yapalım." olacaktır.

• **Belirgin komutlar verin.** Daha önce de belirttiğimiz gibi davranışın belirgin olması öğrencinin ne yapacağını anlaması için önemlidir. "Böyle davranmayı bırak.", "Bu hiç hoş değil." gibi ifadeler belirgin değildir ve ne yapması gerektiği hususunda çocuğa bilgi vermez. Bazen de öğretmenler çocuğun bir davranışını eleştirerek onun doğru davranışın ne olduğunu anlayacağı varsayımında bulunurlar. Bunların yerine belirgin bir şekilde çocuğun ne yapmasını istiyorsanız onu söylemek gerekir.

• **Soru cümlesiyle komut vermeyin.** Bazı öğretmenler çocuklardan istediklerini soru sorarak veya rica ederek iletirler. Örneğin "Rica etsem, pastel boyanı çıkarır mısınız?" gibi. Bu tür ifadeler çocuğa, sizin istediğinizi yapmama seçeneğinin bulunduğu mesajını vermektedir. Bunların yerine mutlaka "Lütfen, pastel boyanı çıkar." diyerek öğrencinin yapmasını istediğiniz davranışı -kararlı ve yumuşak bir ifadeyle- söyleyin. Nezaket usulü olarak söylenen "lütfen" veya "rica ediyorum" ile yukarıda belirtilen durum aynı değildir. Bu durumda göstermiş olduğunuz sözsüz mesajlar da önemlidir.

• **Biz komutu vermeyin.** Bazı öğretmenler çocuğa verdikleri komutlara "biz" terimini eklemektedir. Komutları, "Hadi şimdi ödevimizi yapalım." biçiminde ifade ederler. Öğretmenin biz komutu sınıfa veya okula aidiyet duygusu oluşturmak amacıyla söylene bile öğrenci bu tür komutları öğretmeniyle birlikte yapacağı biçimde algılayabilir. Bu nedenle eğer belirttiğiniz işi öğrencinizle birlikte yapmayacaksanız komutlarınızı birlikte yapmak şeklinde ifade etmemek gerekir. Bunun yerine "Lütfen şimdi ödevine başla." demek daha uygundur.

• **Kısa komutlar verin.** Komutunuz ne kadar kısa olursa öğrencinin anlaması ve yapması da o kadar kolay olacaktır. Bazı öğretmenler komut verirken komutla birlikte nasihat etme ve açıklama yapma gibi amaçlarla söyledikleri cümleler komutu gölgede bırakabilmektedir. Bu durumda öğrenci, asıl dikkat etmesi gereken noktayı kaçırabilmektedir. Örneğin, "Temiz, düzenli insanlar odalarını düzenli tutarlar. Atalarımız 'Aslan yattığı yerden belli olur' demiş. Sen de çekmecenin düzenlemelisin ki, aradığın şeyi hemen bulabilesin. Eğer düzenlemezsen aradığını bulamazsın, sonra da teneffüse çıkamazsın!" gibi uzun bir açıklamadan sonra çocuklar genellikle kendisinden ne istendiği konusunda karmaşa yaşarlar. Bunun yerine kısa ve öz bir şekilde "Kalemlerini, silgi ve kalem tıraşını kalem kutusuna koy." demeniz yeterlidir. Çocuğa "Sıranı düzenle." demek genellikle yanlış anlaşılmalara neden olur. Çünkü çocuğun sırasını düzenleme anlayışıyla öğretmenin anlayışı farklıdır. Bu nedenle sırasını düzenlemek ile neyin kastedildiği ayrıca gösterilmelidir.

• **Komut verme anı önemlidir.** Öğrenci için önemli bir zaman diliminde komut vermeyin, bilgi verin. Örneğin, öğrenci heyecanlı biçimde etkinliğini bitirmek üzereyken yere düşen peçeteyi çöpe atmasını istemek uygun değildir. Bunun yerine beklemek, öğrenci etkinliği bitirdikten sonra komutu iletme daha uygun olacaktır.

• **Öğrenciler bazı davranışlarının doğal sonuçlarını yaşamalıdır.** Öğretmenlerin gözden kaçırdığı bir başka durum da komut verdikten sonra çocuğun davranışlarını izlememektir. Örneğin, çocuklar ödev yapmadığında öğretmenler bazen görmezden gelmekte bazen ana babaya bilgi vermekte bazen de öğrencinin açıklamasını dinlemektedir. Ödev yapılmadığında en uygun davranış, öğrencinin gerekçesini dinledikten sonra yumuşak ve kararlı bir ses tonuyla "Teyzenin hastalanmasına çok üzülmüşsün, geçmiş olsun. Böyle bir durumda ödev yapmak gerçekten çok zor. Serbest zaman etkinliğinde ödevini tamamla-

yabilirsin. Zorlanırsan da bana sorabilirsin." demektir.

• **Seçenekler verin.** Uygun olan durumlarda komutları birkaç seçenekli vermek önemlidir. Örneğin, öğrencinin eşyalarını toplaması gerektiğinde "Eşyalarını beslenmeye başlamadan önce de toplayabilirsin, şimdi de." denebilir.

Etkili komut vermeyle birlikte sınıf kuralları da davranış yönetiminde oldukça önemlidir. Genel olarak sınıfta yapılması istenen her şey sınıf kurallarına listelenir ve sınıfın uygun bir yerine bu kuralların asıldığı görülmektedir. Ancak bu uygulamanın sınıf kurallarına uymada işlevsel olmadığı da gözlemler arasındadır. Bu kural listesi; fazla sayıda olduğunda, öğrencilerin gelişim dönemlerine uygun olmadığı ya da izlenmediğinde işlevselliğini yitirmektedir.

• **Kurallar kısa, açık ve az sayıda olmalıdır.** Eğitim ortamında belki de en önemli kural, fiziksel şiddetin olmamasıdır. Buna ilişkin öğretmenin öğrencileriyle birlikte hangi davranışların rahatsız edici olduğu konuşulmalıdır. Fiziksel şiddetin olmayacağına ilişkin kuralları koyarken öğretmen yaratıcı ve öğrencilerinin ilgisini çekecek tekniklerden yararlanabilir. Örneğin; her bir öğrenci, geçmişte gözlemlediği rahatsız edici bir davranışı resmedebilir ve bunun yerine hangi davranışı göstereceğini çizebilir. Her hafta yeni bir kural eklenebilir. Örneğin, bir kural içselleştirildikten sonra sınıf olarak bir etkinlik bu kutlanabilir. Her hafta yeni bir kural eklenebilir. Kural sayısı toplamda 4-5'i geçmemelidir.

• **Kuralların nedenleri kısaca anlatılmalıdır.** Çocuğun, kuralın neden konulduğunu ve uymazsa neler olabileceğini bilmesi önemlidir. Bununla birlikte kuralla ilgili uzun açıklamalar yerine bir ya da iki kısa cümle yeterlidir.

• **Kurallar çocuğun yaşına uygun ve gerçekçi olmalıdır.**

• **Bazı kurallar sadece çocuklar içindir. Sırada oturmak kuralı öğretmenler için değil, öğrenciler için geçerlidir.**

• **Bazı kurallar önceden, bazı kurallar da ihtiyaç durumunda konulmalıdır.**

• **Kurallara uyulmadığında çocukların nasıl bir sonuçla karşılaşacaklarını önceden bilmeleri önemlidir.** Örneğin, çocuk ödevini yapmadığında oyun zamanının bir bölümünü ödevini bitirmeye harcayacağını önceden bilmelidir.

• **Kurallar tutarlı bir şekilde uygulanmalıdır.** Kurallar, öğretmenin içinde bulunduğu duruma ve ruh hâline göre değişmemelidir. Dolayısıyla öğretmen ve öğrencilerin kurallar ve hangi durumda ne yapacakları konusunda anlaşmış olmaları gerekmektedir. Ancak öğrencinin ihtiyacı da dikkate alınmalıdır. Örneğin, hiperaktivite sorunu olan bir öğrenci için bir ders boyunca sırasında sakince oturmak oldukça zorlayıcı olabilir. Öğrencinin kıpırdanmaları, ayağını sıranın dışına çıkarma gibi öğretim sürecini etkileyecek davranışları görmezden gelinmelidir.

• **Bazı kurallar değişmemelidir.** Eğitimin sürdürülebilmesi için değişmemesi gereken bazı kurallar vardır. Bunlar güvenlik ve sağlıkla ilgili kurallardır. Okulda sözel ve fiziksel şiddetin olmaması, kimsenin kimseye vurmaması, küfretmemesi, özel alana saygı duyulması ve diğerlerine ait eşyaların izin istenerek kullanılması bu tip kurallardan bazılarıdır.

• **Öğretmenler olarak önce siz ortak karara varın.** Sınıfınızda hangi kuralların konulacağı, kuralların ne kadar süre ile takip edileceği, değişip değişmeyeceği gibi konularda öğrencilerinizin görüşünü alarak ortaklaşa kuralları oluşturun.

Görmezden Gelme Tekniği

Öğretmenler ile ana babaların sıklıkla kullanabileceği, en önemli tekniklerden biridir. Bu tekniğin temeli, çocukların pekiştireç getirmeyen davranışı sürdürmemesi -yani o davranışın sönmesi- ilkesine dayanır. Olumsuz bir davranıştan sonra öğretmenlerin, çocuğun davranışına dikkat etmesini söylemesi, gözlerini devirmesi, başını iki yana sallaması, söylenmesi, çocuğu uyarması ya da ona yapmamasını söylemesi bile ilgi gösterme davranışı olabileceğinden bu ve benzer olumsuz davranışların sürdürülmesine katkıda bulunur. Görmezden gelme tekniğinde, istenmedik davranışın ardından yetişkinin bedensel ve sözel herhangi bir tepkide bulunmaması gerekir. Bununla birlikte hangi davranışların görmezden gelineceği önemlidir ve bu tekniği uygularken nelere dikkat edileceği aşağıda özetlenmiştir.

Görmezden Gelinecek Davranışın Belirlenmesi: Her davranış için "görmezden gelme" yöntemi kullanılamaz. Okula gitmeme, arkadaşının eşyasını izinsiz alma, arkadaşına vurma, lakap takma ve aşağılama gibi davranışlarda bu yöntem uygulanmamalıdır. Hangi olumsuz davranışlar için "görmezden gelme" yönteminin uygulanacağı önceden belirlenmelidir. Aynı anda en fazla 2-3 davranış için bu yöntem kullanılır. Çok fazla sayıda davranış için bu yöntemi kullanmak çocukla öğretmen arasındaki etkileşimi olumsuz yönde etkileyebilir. Surat asma, söylenme, homurdanma, sızlanma gibi davranışlarda "görmezden gelme" yöntemi kullanılabilir.

Öğrenciyle tartışmaya girmeyin, göz kontağı kurmayın. "Görmezden gelme" yönteminde öğrencinin olumsuz davranışı esnasında onunla göz kontağı kurmayın. Öğrenciyle konuşmayın ve tartışmayın. Davranışını sürdürdüğü müddetçe öğrenciye hiç bakmayın ve bedeninizi ona doğru dönmeyin. Ancak

öğrencinin olumsuz davranışı yapmayı bıraktığını fark edecek ve olumlu davranışlarda bulunduğunu gözlemleyebilecek kadar yakınında bulunmak gerekir. Öğrenci görmezden gelinen davranışı bıraktığı an, öğretmen hemen çocuğa yönelebilir; çocuk olumlu bir davranış sergilemeye başladıysa gülümseyerek ya da sözel övgülerle bu davranışı pekiştirebilir.

Öğretmenler çocuğun davranışını görmezden gelmeye başladığı ilk zamanlarda olumsuz davranışın da artış olabilir. Örneğin, çocuğun kaba bir şekilde sizden bir şey istemesi üzerine onu görmezden geldiğinizde çocuk daha yüksek sesle, ağlayarak veya bağırarak konuşursa 'etkinlikten sonra bu konuyla ilgili kendisiyle konuşacağınızı' söyleyebilirsiniz. Bu gibi durumlarda sabırlı olmak ve tutarlı bir şekilde yöntemi uygulamak önemlidir. Bir müddet sonra bu davranışlar ortadan kalkacaktır. Etkinlikten sonra çocukla konuşurken kibar bir biçimde isteklerini nasıl iletebileceğini çocuğa uygulamalı olarak gösterebilirsiniz. "Hadi şimdi dersimizde, benden isteğini böyle ifade et." diyerek şefkatli bir ses tonuyla çocukla konuşmak önemlidir.

Olumlu davranışı hemen takdir edin. "Görmezden gelme", "takdir etme" ile bir arada kullanıldığında daha etkili olmaktadır. Çocuğun olumsuz davranışından sonra onu görmezden gelin ve eğer olumsuz davranışı bırakır veya olumlu bir davranış gösterirse onun bu davranışını hemen takdir edin. Örneğin, öğrenci kaba bir dille öğretmeninden bir şey isterse onu görmezden gelebilir, kibar bir şekilde istediği zaman ise hemen isteğini yerine getirerek bu davranışını övebilirsiniz. Öğrenci el kaldırmadan konuştuğunda ona yönelmemek ve yanıtını görmezden gelmek ancak el kaldırdığında hemen ona söz vermek istendik davranıştır.

Duygusal Kabul, Sınır Koyma ve Seçenek Tekniği: Öğretmenler ile ana babalar genellikle çocukların bazı davranışları yapmamasını istemekte ancak onların -bu davranış yerine- neler yapabileceğine dair seçenek sunmamaktadır. Böyle bir durumda çocuğun içinde bulunduğu duygusal-heyecansal uyarılmışlığın da etkisiyle çocuk davranışı sürdürme konusunda ısrarcı olabilmektedir. Sıklıkla karşılaşılan örneklerden biri bilgisayar-ekran oyunlarıdır. Ana baba çocuğuna "Bilgisayarı kapat." dediğinde çocuk ısrarcı olabilmekte, her seferinde bir beş dakika daha sürenin uzatılmasını istemektedir. Bu tür durumlarda ana baba çocuğuna bilgisayarı kapattıktan sonra ne yapabileceğine dair seçenekler sunabilir.

Bu yöntemde ilk aşamada çocuğun davranışı ne olursa olsun duygusunun ve isteğinin makbul olduğu ifade edilmelidir. Bu ifadeye alan yazında duygu yansıtması denmektedir. Deneyimlenen duygu çocuğun gerçeği olduğundan öncelikle duygusunun kabul edilmesi oldukça önemlidir. Bir çocuk üzülduğünde, korktuğunda, kaygılandığında ya da kızdığında pek çok yetişkinin "Bunda korkacak, üzülecek ne var!" dediğini gözlemliyoruz. Çocuğun duygusunu yetişkinin reddetmesi, onaylamaması neredeyse hiçbir zaman işe yaramaz ve çocuk karşısındaki yetişkinin kendisini kesinlikle anlamadığına inanabilir. Deneyimlenen olumsuz duygunun kabulü bile çoğunlukla o duygunun şiddetinin ve süresinin azalmasına yardımcı olacak ve çocuğun yetişkinle iletişim kurmasının önünü açacaktır.

Aynı zamanda çocuğun isteği ya da yetişkine ilettiği durumu, ana baba ya da öğretmen, çocuğun söylediklerinin tıpa tıp aynısı değil, özetleyerek kendi cümleleri ile ifade eder. Bu ifade biçimi ise yine alan yazında içerik yansıtması olarak bilinmektedir.

Duygu ve içerik yansıtmasının sırası önemli değildir ancak her iki yansıtmanın da yapılması gerekir. Yanlış servise binip evine gidememekten korkan bir öğrenci örneğini düşünelim. Böyle bir durumda, "Yanlış servise binip evine gidememekten korkuyorsun." ya da "Yanlış servise bineceğimi düşünseydim ben de çok korkardım." dendiğinde hem duygu hem içerik yansıtması yapılmış olacaktır. Duygu ve içerik yansıtması yapıldıktan sonra yetişkin, çocuğa o anda sergilediği davranış yerine neler yapabileceği hakkında seçenekler sunar. Aile ortamında da bu yöntemin uygulanabileceği pek çok örnek bulunmaktadır. Ana babaların sıklıkla güçlük çektiği durumlardan biri çocuklarının bilgisayar-ekran başından kalkmak istememeleridir. Okulda "Yanlış servise bineceğim." diye korkan, ağlayarak sınıftan çıkmak istemeyen ve evde, bilgisayar oyununu bırakmak istemeyen çocuk örnekleri aşağıdaki tabloda özetlenmiştir.

Tablo 1. Duygusal Kabul, Sınır Koyma ve Seçenek Tekniği Önekleri

Duygu Kabulü: Çocuğun duygularını anlayın ve kabul edin.

Sınır Koyma: Çocuğa sınırları yumuşak ve kararlı bir dille belirtin.

Seçenek: Çocuğa seçenekler sunun ve seçmesine olanak verin.

Duygu Kabulü: "Yanlış servise bineceğimi düşünseydim ben de çok korkardım."

Sınır Koyma: "Ancak sınıfta beklemen uygun değil."

Seçenek: "Servisini beraber bulalım ya da rehber öğretmeninden yardım isteyelim. Ne dersin?"

Duygu Kabulü: "Bilgisayar oyunu çok zevkli, biliyorum. Şu an kalkmak sana çok zor geliyor."

Sınır Koyma: "Ancak 1 saat doldu, süren bitti. Şimdi 2 dakika içinde lütfen bilgisayarı kapat."

Seçenek: "İstersen sofrayı hazırlamama yardım edebilirsin veya sokakta biraz oynayabilirsin. Hangisini yapmak istersin?"

Pekiştirme Sistemi

Skinner'in operant koşullanma ilkeleri temele alınarak bir dizi pekiştirme sistemi geliştirilmiştir. Bu sistem temel olarak bir davranışın ardından herhangi bir olumlu deneyim yaşamanın o davranışı tekrar etme olasılığını artırması ilkesine dayanır. Çocukların olumlu davranışları yetişkinlerin desteği olmadan kendi başlarına göstereceği sanılabilir. Bu sanı pek çok çocuk ve pek çok durum için geçerli olsa bile olumlu davranışların kararlı biçimde sürdürülmesi için yetişkinlerin rehberliğine ihtiyaç duyarlar. Öğretmen ve ana baba gibi çocuğun yakın çevresindeki yetişkinler olumlu davranışa ilgi göstermediği veya bunu takdir etmediği zaman bu davranışlar azalmakta ya da bir süre sonra bırakılabilmektedir. Takdir, övgü ve cesaretlendirme nasıl ki yetişkinleri bile etkileyebilen etmenler ise çocuğun olumlu davranışına ilgi gösterildiğinde, pekiştirildiğinde zaman içerisinde bu davranışlar kararlılık gösterecek ve çocuğun kişiliğinin bir parçası hâline gelebilecektir.

Pekiştirme öğrenciyi şımartmaz. Bazı öğretmenler ve ana babalar pekiştirmeyi doğrudan ödül veya rüşvet olarak algıladıklarından bunun çocuğu şımartacağı endişesi taşırlar. Halbuki pekiştirmenin yüzlerce farklı biçimi vardır; övgü, takdir, el ile çak yapma, göz kırpmaya, deftere çıkartma yapıştırma, artı verme, gülümseme, "Vavvvv!" deme bunlardan sadece birkaçıdır. Öğretmenlerle yapılan çalışmalarda, öğrencilerine hangi sözel övgüleri söyledikleri sorulduğunda bu övgülerin "süpersin, harika, çok güzel, başarılı olmuş" gibi 5-6 sözcüğü geçmediği görülmektedir. Öğretmenlerin sözel (aferin), davranışsal (baş parmağı kaldırarak "çok iyi" mesajı verme), jest (merak ederek bakma) ve somut (çıkartmalar, artı verme gibi) pekiştirme araçlarını geliştirmeleri öğrencileri ve kendileri açısından tekdüzeliği de azaltacaktır.

Pekiştirme için çok önemli veya çok zor bir davranış olması gerekmez. Çoğu davranış tümüyle aynı anda ve tek seferde kazanılamaz. Kendi çocukluğunuzdan hatırlayın, bisiklete binmeyi muhtemelen tek seferde öğrenmediniz. Önce bisikletin üzerinde durmayı, sonra düz yolda bir miktar ilerlemeyi, sonra bisikleti sürerken direksiyonu kontrol etmeyi öğrendiniz.

Öğrenciler de olumlu davranışları aşama aşama ve zaman içinde geliştirecektir. Eğer öğrencinizin arkadaşlarına yardım etme davranışını geliştirmesini istiyorsanız bu davranışın mükemmel" bir biçimde gerçekleşmesi gerekmez. Yardım etme davranışına benzeyen her bir davranış pekiştirilebilir. Öğretmen yaklaşırken öğrenci hafifçe kenara çekiliyorsa bile öğretmen "Geçmemi kolaylaştırdığın için teşekkür ederim; çok duyarlısın." diyebilir. Bu davranışlar bir süre sonra daha istendik davranışlara doğru çevrilebilir.

Öğrenciye ilgi göstermek veya öğrenciyi pekiştirmek için olumlu bir davranış gösterene kadar beklemeye gerek yoktur. Genel ilke, çocuk istendik davranışı gösterdikten sonra pekiştirmektir. Bununla birlikte öğretmenler bazen istendik davranışı yakalamakta güçlük çekebilir. Böyle bir durumda öğretmen olarak öğrencinin pekiştirilecek davranışını yakalamak amacıyla onu yönlendirmek gerekebilir. Eğer bir öğretmen pekiştirilecek davranış bulmakta güçlük çekiyorsa bu öğrenciden daha çok öğretmenin övgü konusunda cimri olmasından kaynaklanıyor olabilir. Bu nedenle öğrenciyle sıcak bir ilişki kurulup öğrenci yönlendirildiğinde övgü alabilmesi için gerekli atmosfer de yaratılmış olacaktır. Başlangıç olarak çocuğun o gün giydiği kıyafetteki bir ayrıntı, içten bir gülümsemesi, kısa süreliğine de olsa dersi dinlemeye çalışması gibi durum veya davranışlara ilgi göstererek başlanabilir.

İstendik ve istenmedik davranışta ilgiyi tersyüz etmek önemlidir. Bazı öğretmenler, istendik davranışlardan daha çok istenmedik davranışlara dikkat etmeyi öğrenmiş olabilirler. Toplumumuzda, kültürel olarak da genellikle istendik davranışların göz ardı edildiğini, istenmedik davranışlara ise bir şekilde ilgi gösterildiğini gözlemekteyiz. Unutulmamalıdır ki çocuğa konuşmamasını söyleyerek uyarmak bile bazı çocukların ilgi ihtiyacını karşılayabileceğinden bu uyarı konuşma davranışını artırıcı bir etmen olabilir. Öğretmenler "Olumsuz davranışa odaklanmak gerekir." gibi bir kültürel öğrenmeden kendileri de etkilendiğinden öğrencilerinin bu davranışlarına daha çok ilgi gösterebilirler. Benzer şekilde, yine bazı öğretmenlere çocuklara övgüde cömert davranmak zor gelebilir.

Öğretmenin de kendisini ödüllendirmesi önemlidir. Öğretmenler de -öğrencileri gibi kendi öğretmenlik becerileri çoğunlukla ödüllendirilmediği- takdir edilmediği için kendilerini takdir etmeyi genellikle ihmal etmektedir. Ayrıca kendini takdir etmeyen kişiler başkalarını da takdir etmekte güçlük çekebilir. Bu nedenle öğretmenlerin kendilerini takdir etmeleri de önemlidir. Unutmayın ancak kendinizde olan bir şeyi başkalarıyla paylaşabilirsiniz! Takdir etmenin püf noktaları aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Davranışı açık bir şekilde tanımlayın.

Bazen öğretmenler, "Aferin sana, iyi bir öğrenci oldun.", "Aslanım, şiirin hakkını verdin." gibi genel ve kapsayıcı bir şekilde takdir ederler. Öğrenciler bu takdir ifadelerinden de hoşlanırlar. Ancak takdir ederken davranışı betimleyen ifadelerin kullanılması daha etkili olabilir.

"Bulmacadaki 3 nesneyi de kendin buldun. Hepsi de doğru. Aferin sana." diyerek olumlu davranışı açıkça belirtin.

Araya başka davranışlar girmeden takdir edin.

Takdir öğrencinin olumlu bir davranışından sonra gelmelidir. Özellikle araya başka davranışlar girmemelidir. Örneğin, öğrenciniz serbest zaman etkinliğinde arkadaşlarıyla kavga etmediyse hemen serbest zaman etkinliğinin bitiminde bunu ifade edin. Günün sonunu beklemeye karar verirsiniz diğer serbest zaman etkinliğinde kavga etme riski artabilir. Ayrıca başka bir serbest zaman etkinliğinde öğrenci kavga etti ve siz bunu gözlemlemediyseniz kavga etme davranışını öğretmenin görmediği inancını pekiştirmiş olabilirsiniz. Bu nedenle öğrenciniz açık bir biçimde istedik davranışı gösterdiğinde onu takdir etmelisiniz.

Hemen takdir edin.

Öğrencinizi olumlu bir davranışından hemen sonra takdir edin. Araya süre girdikçe etki azalacaktır. En etkili olanı olumlu davranışın tamamlanmasından 5-10 saniye kadar sonra takdir etmektir. Ancak unutmayın, geç takdir etmek hiç takdir etmemekten iyidir.

Takdir etmek için davranışın mükemmel olması gerekmez; bazen sonucu değil, çabayı takdir etmek gerekebilir. Öğrencinizin olumlu bir davranış için çaba gösterdiğini gözlemlediyseniz bu çabayı takdir edin. Zamanla öğrencinin davranışı gelişecektir.

Takdir ederken canlanın.

Öğrencinizi takdir ederken canlı olun. Beden diliniz ile memnuniyetinizi belli edin. Coşkulu bir ses tonu ile gülümseyerek takdir edilen davranışlar daha etkili olacaktır. Takdir ederken duyulanınızı da ifade edebilirsiniz. "Etkinlikte, sıranı sabırla beklemen beni çok mutlu etti."

Çabaya ve sürece geri bildirim verin.

Başarılı oldukları bir çalışma ya da sınav sonrasında öğrencilerin kişiliğine ya da davranışına geri bildirim vermek yerine gösterdikleri çabaya ve sürece geri bildirim vermek daha etkili olacaktır.

• **Kişiliğe Geri Bildirim:** "Çok akıllısın." "Harikasın." gibi sıfatlarla kişiliklerine yönelik geri bildirimler vermektir.

• **Davranışa Geri Bildirim:** "Öğrenmek istediğin konulan yazman eksikliklerini tamamlamana yardımcı oldu." gibi davranışlara yönelik geri bildirimler vermektir.

• **Çabaya ve Sürece Geri Bildirim:** Öğrenciye, başardıkları işi nasıl başardıklarına, bir sorunu çözerken izledikleri yöntemlerle ilgili geri bildirimler vermektir. Örneğin, "Sorular zor olsa bile pes etmedin ve devam ettin", "Benzer bir sorunla karşılaştın neleri farklı yapardın?" gibi.

Kişiliğine geri bildirim verilen öğrenciler zor bir soruyla karşılaştıklarında çabuk pes ettikleri, davranışa geri bildirim verilen öğrencilerin çaba sarf ettikleri ancak çabalarına ve sürece geri bildirim verilen öğrencilerin ise en fazla çaba harcayan ve kararlı biçimde sorunu çözmeye devam eden öğrenciler oldukları görülmüştür.

Pekiştirme

Öğrencinizin olumlu davranışlarını takdir etmek, olumlu davranışların gösterilme olasılığını artırmaktadır. Ancak yeni bir davranış veya zor bir davranış kazandırmak istediğinizde takdir etmenin ötesinde öğrencinizin motivasyonunu artırmak için ona daha somut ödüller vermeniz gerekebilir. Eğitim ortamına olan ilgiyi ve motivasyonu sürdürebilmek amacıyla pekiştiriciler zaman zaman değiştirilerek kullanılmalıdır. Öğretmenlerin eğitim ortamında kullanabilecekleri pekiştiricilere ilişkin örnekler aşağıda sunulmuştur:

Pekiştiriciler: Sözel, Sosyal, Somut, Etkinlik ve Ayrıcalıklar

Sözel övgü (aferin, harika, süper, tebrik ederim, çok güzel, etkileyici, çok beğendim)

Başarının farkına varma ("Nasıl başardın?". "Nasıl yaptın?", "Bizlere de anlatır mısınız?")

Görüşünü sorma (sen bu konuda ne dersin?", "Bunu nereye asalım?")

Öğrencinin duyabileceği biçimde öğrenci hakkında diğer çocuklara, öğretmenlere veya müdüre olumlu ifadeler kullanma.

Ana babasına telefon edip öğrencinin başarılarını aktarma.

Öğrencinin başarılarını anlatması için ana babasına telefon etmesini sağlama.

Gülümseme, konuşurken dikkatle dinleme, başını sıvazlama, sırtını sıvazlama, alkışlama, sınıfa alkışlatma, çak yapma, başıyla onaylama, göz kırpma, ödev kağıtlarına olumlu ifadeler yazma...

İsteddiği sıraya oturmasına izin verme, sınıf köşesine istediği posteri yapıştırmasına izin verme, öğretmenle yemek yeme, ders malzemelerini dağıtma, başarısına ilişkin bir notu ana babasına/müdüre götürüp gösterme.

Kırtasiye malzemeleri (kitap, çıkartmalar, kalem, poster, silgi, renkli kağıtlar, ayraç vb), istediği bir yiyeceği alma, sınıfa bir sihirbazlık hilesi gösterme, derste oynanacak bir oyunu seçme, tenekesine kağıtla basket atma hakkı, bir süreliğine öğretmenin sandalyesinde oturma.

Gülümseme, takdir etme gibi soyut ödüller mi, yoksa kırtasiye malzemeleri gibi somut ödüller mi daha etkilidir? Aslında yeri ve zamanına göre ikisi de etkilidir. Eğer öğrencinizin zaten gösterdiği bir davranışı daha sık göstermesini istiyorsanız başını sıvazlama, gülümseme gibi ödüller yeterlidir. Eğer yeni veya zor olan bir davranışı göstermesini bekliyorsanız somut ödüller daha etkili olmaktadır. Ancak en etkili olanı ikisinin birlikte kullanılmasıdır.

Öğrencinizin hangi olumlu davranışları göstermesini istiyorsunuz? Öğrencinizin göstermesini istediğiniz davranışı açık ve somut bir şekilde belirtmeniz gerekir. Öğrenci ne yapacağını ne kadar açıklıkla bilirse olumlu davranış kazanma konusunda o derecede başarılı olur. Örneğin, bir öğretmen kendisinden sonra derse giren öğrenciye "Kendi sorumluluklarını yerine getirmelisin." dediği zaman öğrencinin ne yapacağı tam belli değildir. Öğrenci, okul kıyafetini giyip okula geldiğini, derslere girdiğini ve öğrenci olarak tüm sorumlulukla yerine getirdiğini düşünüyor olabilir. Bu durumda öğretmen, "Ders zili çaldıktan sonra hızlıca sınıfa gelmeni istiyorum; ne dersin, bir sonraki teneffüste dene bakalım." diyerek daha açık bir biçimde isteğini ifade edebilir. Bu durumda çocuğun istenileni yapma olasılığı daha fazladır. Davranış açık olmadığı zaman ortaya çıkacak diğer bir sorun da farklı olumsuz davranışların ortaya çıkma olasılığıdır. Örneğin; bir önceki örnekte öğrenci kendisinden istenileni yaptığı, öğretmeni ise yapmadığını düşünmektedir.

Bir gününüzü düşündüğünüzde gün içerisinde öğrencinize ortalama kaç defa bir şeyi yapmaması gerektiğini veya yapması gerektiğini söylüyorsunuz? Hangisi daha fazla? Öğrenciden bekleyeceğiniz davranışlar onun ne yapmayacağına değil ne yapacağına yönelik olmalıdır. Çünkü siz öğrencinize bir şeyi yapmamasını söylediğinizde bu davranışın karşısında çocuk hangi davranışı yapması gerektiğini gerçekten bilmeyebilir. Örneğin; bir öğretmen, "Bir daha bu şekilde davranmanı istemiyorum." dediği zaman çocuğa ne yapması gerektiğini söylememektedir. Çocuk da gerçekten ne yapması gerektiğini bilmiyor olabilir.

Özellikle dezavantajlı gruplardan gelen çocukların davranış repertuarları konusunda bilgi edinilmeli, eğer çocuk uygun davranışı bilmiyorsa bir dizi uygun davranış önerilip bunlardan hangisini yapabileceği konuşulmalıdır. Seçilen davranışı çocuk ilk defa gösterecekse öğretmen çocukla birlikte canlandırma yapabilir. Canlandırma esnasında, çocuğun karşılaşabileceği olası en kötü senaryolarda bile 'atılgan' davranış örnekleri öğrenciye öğretilir. Bu davranışa sergileyen çocukların olduğu animasyonlar izletilebilir ya da masallar anlatılabilir.

Her davranış küçük adımlara bölünebilir mi? Olumlu davranış kazandırma sürecini aksatan diğer bir durum da çocuktan bir davranışı tümüyle bir anda göstermesinin beklenmesidir. Örneğin: öğrencinizden derslerde, hiç konuşmadan dersi dinlemesini istesenez de muhtemelen hiç konuşmadan duramayacak ve hiçbir zaman ödül alamayacaktır. Bu nedenle de öğretmenin çabaları yerine ulaşmayacaktır. Bunun yerine davranışı küçük adımlara bölerek bir adımda öğrencinin ödüllendirilmesi daha doğru olacaktır. Örneğin, ilk derste öğrenci az konuşmasını bekler ve onu başarılı olduğu için ödüllendirirseniz öğrenci, bu davranışı daha kolay kazanacaktır. Bir derste bile konuşmadan duramayan öğrenci için ilk on dakika konuşmadan öğretmenini dinlediğinde ödül verilerek davranış küçük parçalara bölünebilir.

Davranış küçük adımlara bölmek için aşağıdaki aşamalar izlenebilir:

1. İsteddiğiniz davranışı açıkça belirleyin (Derslerde daha az konuşması).
2. Çocuğu gözleyin ve olumsuz davranışın sıklığını belirleyin (Ders başladıktan ortalama on dakika sonra konuşmaya başlama).
3. Olumsuz davranışın ortaya çıkmasıklığından biraz daha az süre için bir ödül belirleyin (Sekiz dakika konuşmadan öğretmeni dinlerse ödüllendirin).
4. Öğrenci sekiz dakika konuşmadan dersi dinlemeye başladıktan bir süre sonra süreyi adım adım artırın (Önce on dakika, sonra on beş dakika, sonra yirmi dakika gibi).
5. Öğrenciniz kırk dakika dersi az konuşarak dinlemeye başladıktan bir süre sonra ödül vermeyi bırakıp sosyal ödüllere (takdir, teşvik) geçiş yapın.

Yukarıda verilen aşamalar, öğrencinin yapabileceği düzeyden başlanmış olduğundan öğrenci başarılı olma imkânı elde edip ödül alabilecek ve bu da onun motivasyonunu arttıracaktır. Diğer bir önemli nokta da aşama aşama zorluğu artırmak ve sonunda davranış kazanıldıktan sonra ödüllendirmenin bırakılmasıdır.

Davranış sayısı kaç olmalıdır? Öğrenciden bir seferde fazla sayıda davranış kazanması beklentiniz ödül programının başarısını düşürecektir. Bu nedenle önce öğretmen için en önemli olan davranışlardan başlamalı, bu davranışlar kazanıldıktan sonra diğerlerine geçilmelidir. Tek seferde ne kadar davranış bekleneceği ise davranışın özelliğine, öğrenciye ve öğretmenin olanaklarına göre değişmektedir. Öğrencinin yaşı ve gelişim özellikleri de diğer bir etkidir. Öğrenci 3-6 yaşında ise davranışlar daha basit ve 1-2 tane olmalıdır. Diğer bir etken ise öğretmenin ne kadar davranışı gözleyebileceğidir. Çünkü gözlenebilecekten fazla sayıda davranış belirlenirse ve kontrol elden kaçarsa program başarıya ulaşamayabilir.

Dersi dinleme, ödevlerini yapma, arkadaşlarıyla kavga etmeden oyun oynama gibi davranışlar karmaşık olduğu ve fazla süre gerektirdiği için tek tek ele alınmalı; derste yakasını ve kalemını emme gibi hareketlerle birlikte ele alınabilir.

Pekiştirece vurgu yapılmalı mı? Herhangi bir pekiştireç programı uygulanmadan önce muhakkak aileye bilgi verilmeli ve ailenin onayı alınmalıdır. Çocuğun hoşuna gidecek pekiştireç ne olursa olsun, odak noktası pekiştireçte değil, davranışı başarmada olmalıdır. Ayrıca verilecek pekiştireç çaba ile doğru orantılı ve öğrencinin yaşına uygun olmalıdır. Pekiştireç seçme sürecine öğrencinin de dâhil edilmesi gerekir. Pekiştireç programını uygulamada izlenecek temel aşamalar aşağıda verilmiştir:

1- Davranışı Belirleyin (Öğrencinizin ne yapmasını istiyorsunuz?)

- Davranış açık ve somut olmalıdır.
- Öğrencinin ne yapmayacağı değil ne yapacağı belirtilmelidir.
- Davranış küçük adımlara bölünmelidir.
- Çocuğu gözleyin.
- Davranışı yapabildiği süreyi ve sıklığı belirleyin.
- Bu sürenin ve sıklığın bir miktar altından başlayın.
- Davranış sayısını belirleyin ve bu sayının fazla olmamasına dikkat edin (Öğrencinin geliştirdiği mi için en rahatsız edici olandan başlayın).

2- Pekiştireçleri Belirleyin (Pekiştireç olarak ne vereceksiniz?)

- Öğrencinin yaşına uygun ve hoşuna giden pekiştireçler seçin.
- Pekiştireçlere birlikte karar verin.

3- Puan Sistemini Oluşturun (Her pekiştireç kaç puan?)

- Her bir pekiştirecin kaç puan olacağını belirleyin.
- Puan belirlemesi yaparken davranışın zorluğuna göre puan verin.
- Programınızı öğrencinizle birlikte oluşturun.
- Davranışları aşamalar halinde arttırın ve programı güncelleyin.
- Her olumlu davranıştan sonra mutlaka puan verin.
- Öğrencinizin davranışlarını gözlemeyi ihmal etmeyin.
- Öğrenciniz davranışı kazandıktan sonra başka bir davranış için programı yenileyin.

Sembolik Pekiştirme Tekniği

Sembolik pekiştirme tekniği öğrencinin olumlu davranışlarını, derse olan ilgisini ve genel olarak gelişimini desteklemek amacıyla kullanılır. Bu tekniğin en önemli avantajlarından biri, eğitim kurumunun her mekânında uygulama esnekliğine ve pekiştireç değeri taşıyan sembolün anında verilme olanağına sahip olmasıdır.

Bu teknikte renkli fasulyeler, plastik düğmeler, kartlar, jetonlar, çıkartmalar ya da yıldızlar gibi çeşitli sembollerden yararlanır. Öğrenci, önceden belirlenen kurallara uyma ya da belli davranışları gösterme karşılığında bu sembolle ödüllendirilir. Kazanılan sembollerin bir değeri vardır. Kazanılan sembollerin karşılığında öğrenci önceden belirlenmiş pekiştireçleri (yiyecek, kırtasiye malzemeleri, etkinlik ya da ayrıcalıklar gibi) elde eder. Sembollerin hemen verilmesi öğrenciye pozitif geri bildirim anında verme olanağı yaratırken sembollerle elde edeceği pekiştireçler için öğrencinin beklemek durumunda kalması ise öğrencinin hazzı erteleme ya da sabretme becerisini geliştirmesine yardımcı olur. Davranış bir kez kazanıldıktan ve kararlı bir biçimde gösterilmeye başlandıktan sonra diğer davranışlar için de aynı teknik uygulanabilir. Kazanılan sembollerle ilgili bilgiler, öğrencinin ana babasıyla da paylaşılarak çocuk-aile etkileşimini de destekleyici bir rol oynayabilir. Sembolik pekiştirme tekniği bireysel olarak kullanılabilmesi gibi grup ya da sınıf olarak da kullanılabilir. Bu teknik göreceli olarak kolay bir teknik gibi görünse de uyulması gereken bazı kurallar vardır.

• İlk olarak öğrenciye verilen sembol, muhakkak gülümseme, "aferin" deme gibi sözel-bedensel bir pekiştirmeye birlikte verilir. Sembolü verirken öğrenciye, hangi davranışından ötürü bu sembolün verildiği de söylenmelidir.

• Her bir davranışın karşılığında öğrenci yalnızca bir sembol kazanır.

• Küçük yaştaki çocukların, pekiştireçleri aynı gün elde edebilmeleri önemlidir. Daha büyük yaştaki çocuklar ise sembollerini biriktirebilme ve daha sonra istedikleri gibi kullanma olanağına sahip olmalıdırlar.

• Anaokulu çağı çocuğunda kazanılan her sembolün bir karşılığı (pekiştirici bir ödül) olabilir. Ancak daha büyük yaştaki çocuklarda beş, on, on beş sembolün giderek artan bir ödülü olmalıdır.

• Öğrencinin gösterdiği gelişmelere bağlı olarak haftada ya da iki haftada bir

biriktirilen sembollerden elde edilen pekiştireçler öğrenciye sağlanır ve yeni bir düzenleme yapılır. Örneğin, öğrenci artık derste arka sıraya dönmüyorsa on beş dakikada bir sembol vermek yerine kırk dakikada bir sembol verilir. Ayrıca başka yeni bir davranış da eklenebilir.

• Bu teknikte izlenecek bir başka kural da öğrencinin davranışı ne olursa olsun, kazandığı sembollerin kesinlikle geri alınmamasıdır. Örneğin, arkasına dönmeden oturan bir öğrenci teneffüsten geç döndüğü için öğrencinin bir önceki derste elde ettiği semboller öğrenciden geri alınmaz.

Davranış Sözleşmesi

Öğretmenlerin bireysel ya da sınıf-grup olarak kullanacakları tekniklerden biri de davranış sözleşmesidir. Bu sözleşmeler somut bir davranışı göstermeme, bunun yerine gösterilecek istendik davranışı artırmak amacıyla uygulanır. Yine diğer tekniklerde geçerli olan kural, davranış sözleşmelerinde de geçerlidir. Öğrencinin, kendisinden beklenen davranışın ne olduğunu ve bunu yapabiliyor olması gerekir. Oyuna alınmadığı için ağlayan bir öğrenci örneğini düşünelim. Davranış sözleşmesine geçmeden önce öğrencinin oyuna alınmak için gerekli sözel becerilere sahip olup olmadığı belirlenmelidir. Bu becerilere sahip değilse öncelikle öğrenciye bu beceriler öğretilmelidir. Bu beceri öğretildikten sonra davranış sözleşmesinde bu beceriyi göstermesine yönelik bir madde yazılır. Öğrencinin bu beceriyi göstermesi, oyuna alınmayı garantilemeyecektir. Bu beceriyi gösterse bile oyuna alınmadığında ne söyleyebileceği ve ne yapabileceği de önce öğrenciye öğretilmeli, sonra davranış sözleşmesine yazılmalıdır. Gerçek hukuki sözleşmelerin temel ilkeleri davranış sözleşmesinde de yer alır.

• Öğrencinin yapacakları, öğretmenin yapacakları, ne kadar süre geçerli olduğu, hangi davranışın karşılığında ne elde edileceği, bu davranışlar yapılmadığında öğretmenin ne yapacağı, öğrencinin ne yapacağı oldukça basit bir dille ifade edilerek yazılmalıdır.

- Sözleşme, mümkünse okulun logosunun bulunduğu bir kâğıda yazılmalıdır.
- Sözleşme öğrenci ile birlikte yazılmalıdır.
- Tarih, ad-soyad ve imza bölümleri bulunmalıdır.
- Bir kopyası öğrencide, bir kopyası öğretmende bulunmalıdır.

• Sınıf olarak uygulanacak bir davranış sözleşmesi ise sınıftaki her öğrencinin imzası bulunmalıdır. Sınıf olarak uygulanan sözleşmelerde bir ya da birkaç çocuğun bu sözleşmedeki davranışı kesinlikle göstermeyeceği öngörülüyorsa bu çocuklarla ayrı bir çalışma yapılmalı ya da sınıf sözleşmesinden vazgeçilmelidir.

- Okul öncesi öğrencileri için yazı yerine resimli ve sembolik çizimlerden yararlanılmalıdır.

Günlük Davranış Rapor Kartları

Bu teknik özellikle dikkat ve aşırı hareketlilik sorunu yaşayan çocuklarla kavga etme kurallara uymama gibi çeşitli davranış sorunları sergileyen çocuklarda kullanılmaktadır. Bu tekniğin temeli, belli bir davranışın öğretmeni ya da okul psikolojik danışmanı tarafından not edilmesi ve bu notun, öğrenciyle, başka bir öğretmenle, ana babayla, okul yönetimiyle ya da çocuğun psikiyatristi/psikoloğuyla paylaşılmasını gerektirir. Bu teknikte bazen söz konusu davranış hem öğretmen hem de öğrencinin kendisi tarafından -her ikisi birlikte de- not edilebilmektedir.

GDRK tekniğini uygulamak göreceli olarak kolay olsa bile bu tekniği uygulamaya başlamadan önce birtakım aşamaların tamamlanması önemlidir. Öğrencinin sınıf öğretmeni bu tekniği uygulayacak ise öğrencinin dersine giren tüm öğretmenlerle ve okul psikolojik danışmanı ile görüşerek çocuğun en fazla zorluk çektiği sorun alanlarının belirlenmesi gerekmektedir. Bu alan bazı çocuklarda akran ilişkileri, bazı çocuklarda akademik başarı, bazı çocuklarda ise öğretmen-öğrenci ilişkileri ve sınıf-okul kurallarına uyma konusunda olabilir. Çocuğun gelişimi açısından en önemli alan belirlendikten sonra hedef davranışlar somut biçimde ifade edilmelidir. Bu davranışların gözlenebilir, ölçülebilir ya da sayılabilir olması gerekmektedir. Örneğin, bir çocuk derste burnunu elliyorsa bu davranış akran ilişkilerini etkileyebilir ve grup çalışmalarını etkileyebilir. Öğrencinin bu davranışı, elini ne kadar süre burnuna götürdüğü ve bir etkinlik saatinde kaç kez bunu yaptığı not edilebilmelidir.

Seçilen davranış için makul bir ölçüt belirlenmesi gerekir. Bir tam günü kapsayan ölçütler yerine bir etkinlik saatini kapsayan ölçütler çok daha uygundur. Örneğin, bir etkinlik saatinde altı kez tişörtünün yakasını emen bir öğrencinin bir derste bu davranışı iki kez yapması çocuğa belirlenen fişi (puanı, yıldızı vb.) vermek için yeterli olabilir. Burada temel hedef, çocuğun biraz çabayla başarılı olabileceği bir program hazırlamaktır. Olumlu davranışa yönelik tüm hazırlıklar yapıldıktan sonra çocuk ve ailesiyle birlikte bir görüşme yapılarak bu çalışma planı hakkında çocuğa ve ana babasına bilgi verilir. Ana baba ve çocuğun onayı alındıktan sonra özellikle evde verilebilecek pekiştireçleri seçmek amacıyla bir pekiştireç hiyerarşisi hazırlanır. Bu hiyerarşide zor ve yoğun çaba gerektiren davranışlar için çocuk için daha değerli pekiştireçler, kolay erişilebilir davranışlar için ise daha az değerli pekiştireçler seçilir. Küçük yaş-

taki çocuklar, pekiştireci alma konusunda daha sabırsız oldukları için okul ortamında da elde edebilecekleri bir pekiştireç hazırlanabilir.

Öğrenci tarafından eve götürülen GDRK, bir kart biçiminde de olabilir, küçük bir not defteri biçiminde de olabilir. Kart biçiminde olduğunda bir zarfa konulması uygundur. Başlangıçta, çocuk bu kartı eve götürdüğünde ve evden getirmeyi hatırladığında da pekiştireç verilmelidir. Günlük raporlar, istendik davranışı sergiledi-sergilemedi biçiminde; 'Evet-1 puan' "Sergilemedi-Hayır-0 puan" olabilir. Öğrenci puan toplayamıyorsa belirlenen hedef davranış ölçütünü biraz daha esnetmek gerekir. Ana babanın iş birliği durumuna bağlı olarak ayrıca sergilenen pozitif davranışın -toplanan puanların, evetlerin- sayısına bağlı olarak haftalık hafta sonu pekiştireçleri de sağlanabilir. Öğrenci birkaç hafta kararlı bir biçimde davranışı göstermeye başladıktan sonra günlük pekiştireçlerden haftalık pekiştireçlere geçilir, yine davranış kararlılığı devam ediyorsa birkaç hafta sonra GDRK uygulaması kaldırılır. Olumsuz davranışlar yeniden görülmeye başladığında ise farklı bir pekiştireçle yeniden uygulamaya başlanır. Programda arada bir geriye dönüşler olduğundan bir süre daha devam etmek uygundur. Ancak bu geriye dönüş bir haftaya eriştiğinde ana baba ve çocukla yeniden bir görüşme ayarlanarak sorunun kaynağı tespit edilmeye çalışılır; yeni bir GDRK sistemi konabilir. Bir kez daha işe yaramadığında ise bu davranış hakkında uzman görüşü ya da desteği ile başka tekniklere geçilebilir.

Sonuç

Bu bültende eğitimcilerin sınıf ya da okul içinde karşılaştıkları birçok olası durum örneklerle anlatılmış ve bu durumlarla karşılaşan eğitimcilerin neleri, nasıl yapabileceklerine ilişkin seçenekli çözüm önerileri sunulmuştur. Tüm öneriler, bilimsel araştırmalarla etkililiği kanıtlanmış tekniklere dayandırılmıştır.

Sınıfta ya da okulda sorunların daha kolay bir şekilde çözülmesi ve çocukta istendik davranışların gelişmesi, çocuğun ev yaşamına da yansıtacaktır. Özellikle öğretmenler bir sorun davranışla karşılaştıklarında bu bölümde öğrendikleri teknikleri uygularken bir yandan bu bilgileri ana babayla paylaşıp bunların evde de uygulanmasını sağlarsa çocuğun istendik davranış gelişimi daha hızlı olacaktır. Böylece çocuk hem okulda hem evde gelişimlerini destekleyici bir ortam ile karşılaşacaktır.

Kaynakça:

Hamamcı, Zeynep vd. (ed.). Okul Öncesi ve İlkokulda Psikolojik Danışma ve Rehberlik. Ankara: Nobel Yayınları, 2. Basım, 2020.

Zübeyir ÇAY
Psikolojik Danışman

e-mail:
z.cay@outlook.com