**“ATILGANLIK BECERİLERİ” VELİ OTURUMU 1**

**OTURUM PLANI**

|  |  |
| --- | --- |
| **Süre** | 40- 60 Dakika |
| **Oturum sayısı** | 1 |
| **Amaç** | Bu etkinlik, velilerin atılganlık becerilerini geliştirerek, çocuklarıyla ve okulla olan ilişkilerinde daha açık, etkili ve dengeli bir iletişim kurmalarını sağlamayı amaçlar. Veliler, sınır koyma, etkin dinleme ve duygularını ifade etme becerilerini geliştireceklerdir. |
| **Materyal** | * Ek-1, Ek-2 |
| **Ön hazırlık** | * Bilgi Notu 1’in çıktısı alınabilir ya da akıllı tahtaya yansıtılabilir. * …... |
| **Kazanımlar** | * Not defterleri ve kalemler * İletişim durumu kartları (Hazırlanacak) * Büyük post-it kâğıtları ve kalemler (duvara asılacak şekilde) * Zil ya da müzik (tur değişimlerinde kullanılacak) * Atılganlık iletişim modeli tabloları (poster olarak). |
| **Süreç** | **1. Giriş ve Tanışma (15 dakika)**  Isınma Oyunu: “Ebeveyn Olarak Kendimi Tanıtıyorum”  Grup lideri oturumu başlatır. Grup lideri “***Değerli veliler, Atılganlık Becerilerini çalışacağımız ilk oturumumuza hoş geldiniz. İlk olarak bir ısınma tanışma ve ısınma etkinliğiyle başlayacağız. Sizlerden daire şeklinde oturmanızı ve sırayla kendinizi tanıtmanızı ve sonra da kısaca çocuklarınızla yaşadığınız bir iletişim zorluğundan bahsetmenizi istiyorum. Örneğin, çocuğunuzun ödev yapmaktan kaçınması, sınır koymakta zorlanmanız, çocuğunuzla duygusal bir konuyu konuşma güçlüğü vb.) konular olabilir.”*** der ve etkinliği başlatır. Veliler kendilerini tanıtıp sorunlarından yaşamış oldukları iletişim örneklerini verdikten sonra grup lideri bir sonraki aşamaya geçer.  ***2. Ana Etkinlik:)***  Grup lideri EK-1’ de yer alan çekingen, saldırgan ve atılgan iletişim türünde hazırlanmış cümleleri renkli zarflara koyar ve her velinin bir zarf çekerek cümleyi değerlendirmesi istenir. Grup lideri “***Değerli veliler; bu etkinliğimizde elimde bulunan içerisinde çekingen, saldırgan ve atılgan iletişim türünde çeşitli cümlelerin yer aldığı renkli zarflar görüyorsunuz. Her birinizin bu zarflardan bir tane almanızı ve zarfın içindeki cümleyi sesli bir şekilde gruba okumanızı istiyorum. Ardından okuduğunuz cümlenin çekingen saldırgan ya da atılgan iletişim türünden hangisine girebileceğini söylemenizi istiyorum***” der. Ardından grup lideri velilerin okuyup cevapladıkları cümleleri panoda asılı olan ilgili iletişim türü başlığının altına yapıştırılmasını sağlar. Daha sonra da grup lideri atılganlığın ne olduğunu ve bunun ebeveynlikte neden önemli olduğunu açıklar. Atılganlık kavramının ve çekingen-saldırgan-atılgan iletişim stilleri iletişim türlerinin yer aldığı EK-2 Bilgi Notunu grupla paylaşılır veli eğitimi yapılır.    **3. Kapanış ve Değerlendirme** (10 dakika)  Grup lideri tarafından her veliye bir kâğıt verilir ve gün içinde nerelerde atılgan davrandıklarını ya da nerelerde zorlandıklarını yazmaları istenir. Ayrıca, hangi beceriyi daha fazla geliştirmek istediklerini yazmaları teşvik edilir.  Grup lideri, velilerden yazdıklarını paylaşmalarını teşvik eder (isteğe bağlı) ve onlara geri bildirim verir.  Grup lideri **“Değerli veliler, şimdi size atılganlık becerilerinin yer aldığı bir hikâye okuyacağım. Sizlerden bu hikâyeyi dikkatle dinleyerek hikâyede ki atılganlık becerilerini belirlemenizi istiyorum.”** der ve hikâyeyi okumaya başlar.  O akşam, Selin evine döndüğünde ailesiyle birlikte yemek masasına oturdu. Babası, o hafta sonu ailecek yapılacak bir plan hazırlamıştı. Ancak Selin, arkadaşlarıyla sinemaya gitmeyi çok istiyordu. Küçük kardeşi Sinan, oyun oynamak için sürekli onu bölüyordu, ama Selin, babasının söylediklerini dikkatle dinledi.  Hafta sonu hep birlikte pikniğe gideceğiz,” dedi babası. Herkes seviniyordu, ama Selin’in aklında arkadaşlarıyla sinemaya gitme isteği vardı. Eskiden böyle durumlarda ne söyleyeceğini bilemeyip sessiz kalırdı. Ama bu sefer, atılgan olmanın ne demek olduğunu bildiği için, duygularını ve düşüncelerini saygılı bir şekilde ifade etmeye karar verdi.  “Baba,” dedi Selin, “Bu hafta sonu birlikte vakit geçirmek harika olur, ama arkadaşlarımla da uzun zamandır sinemaya gitmeyi planlıyoruz. Hem sizinle vakit geçirmek istiyorum hem de onlarla bir planım var. Acaba piknik planını başka bir güne kaydırabilir miyiz ya da ben sinemadan sonra size katılsam olur mu?”  Babası Selin’e baktı ve gülümsedi. “Tabii Selin, seni anlıyorum. Planlarımız esnek, arkadaşlarınla zaman geçirdikten sonra bize katılman sorun olmaz. Bunu söylediğin için teşekkür ederim,” dedi.  Selin, duygularını ve isteklerini açıkça ifade ettiği için çok rahatlamıştı. Hem ailesiyle hem de arkadaşlarıyla planlarını yapabilecekti ve kimseye kırıcı olmadan, saygılı bir şekilde isteğini dile getirebilmişti.  Grup lideri **“Değerli ebeveynler, okunan bu hikâyede ki atılgan davranışların neler olduğunu belirleyip grupla paylaşmanızı istiyorum.”** der ve velilerin cevaplarına uygun geri bildirimler verir.  Son olarak, bu etkinliklerde paylaşılan bilgilerin günlük hayatta nasıl uygulanabileceği konusunda grup lideri tarafından kısa bir konuşma yapılır. Oturum özetlenerek sonlandırılır. |
| **Uygulayıcıya Not** |  |