ETKİNLİK 1

Görünmezlik Deneyimi: Ait Olma İhtiyacı

Kültürel İzlerimiz: Selamlaşma · Lise Sınıf Rehberlik Etkinliği

Etkinlik Adı	**Görünmezlik Deneyimi: Ait Olma İhtiyacı**
Gelişim Alanı	Sosyal Duygusal
Yeterlik Alanı	Kişiler Arası Beceriler
Kazanım (tema kazanımı)	Ait olma ihtiyacının insan ilişkilerindeki önemini fark eder; görmezden gelmenin ve selamlaşmanın etkilerini değerlendirir.
Sınıf Düzeyi	9 ve 10. sınıf
Süre	40 dakika (bir ders saati)
Araç-Gereçler	• Çalışma Kâğıdı 1A: Araştırma Kartı • Çalışma Kâğıdı 1B: Bir Günlük Mikro Anlar Günlüğü • Tahta ve kalem
Uygulayıcı İçin Ön Hazırlık	• Çalışma Kâğıdı 1A grup sayısı kadar, Çalışma Kâğıdı 1B sınıf mevcudu kadar çoğaltılır. • Uygulayıcı, sınıfa girerken öğrencileri kapıda adlarıyla selamlar.

Süreç (Uygulama Basamakları)

1. Uygulayıcı tahtaya tek bir soru yazar: “Bir kalabalığın içinde görünmez hissettiğiniz bir an oldu mu?” Öğrencilerden bir dakika sessizce düşünmelerini ister. Paylaşım gönüllülük esasına dayanır; uygulayıcı isterse kendi kısa bir deneyimiyle örnek olur.
2. Öğrenciler 4-5 kişilik gruplara ayrılır. Her gruba Çalışma Kâğıdı 1A (Araştırma Kartı) verilir. Gruplar metni okur ve sorulara birlikte yanıt arar.
3. Gruplar bulgularını paylaşır. Uygulayıcı tartışmayı şu sorularla derinleştirir:
   - Tanımadığımız kişilerce kısa süre görmezden gelinmek bile neden bu kadar etkili olabilir?
   - Okulumuzda görmezden gelme hangi biçimlerde yaşanıyor? (Koridorda, grup çalışmalarında, dijital gruplarda…)
   - Bir selam bu tabloyu nasıl değiştirebilir? Sınırları nelerdir?
4. Uygulayıcı tahtaya iki sütun çizer: “Görmezden gelmenin işaretleri” ve “Fark etmenin işaretleri”. Öğrenciler birlikte doldurur (örneğin: ekrana bakmak – göz teması kurmak; arkadan konuşmak – adıyla seslenmek).
5. Uygulayıcı, görmezden gelmenin sistematik ve bilerek yapıldığında akran zorbalığının bir biçimi olabileceğini; böyle bir durumda sınıf rehber öğretmenine ya da okul psikolojik danışmanına başvurulabileceğini belirtir.
6. Çalışma Kâğıdı 1B dağıtılır. Öğrencilerden ertesi gün boyunca fark ettikleri ve fark edildikleri “mikro anları” not etmeleri istenir. Bir sonraki rehberlik saatinde kısa bir paylaşım yapılır.

Kazanımın Değerlendirilmesi

- Grup yanıtları ve tartışma, öğrencilerin ait olma ihtiyacı ile görmezden gelinme arasındaki ilişkiyi açıklayabilme düzeyi hakkında bilgi verir.

- Mikro anlar günlüğü, öğrencilerin gündelik etkileşimlerine ilişkin farkındalıklarını değerlendirmek için kullanılır.

Uygulayıcıya Not

- Etkinlikte öğrencileri gerçekten dışlayan bir oyun ya da deney uygulanmamalıdır; deneyim yalnızca hatırlama ve araştırma metni üzerinden ele alınır.
- Kişisel paylaşımlar gönüllüdür. Yoğun bir dışlanma ya da zorbalık deneyimi paylaşılırsa konu sınıf önünde derinleştirilmemeli; öğrenciyle ders sonrasında bireysel görüşülmelidir.
- Araştırma kartındaki bulgular laboratuvar çalışmalarına dayanır; uygulayıcı bunların her durumu açıklamayabileceğini belirterek eleştirel değerlendirmeyi teşvik etmelidir.
- Etkinlik, okulunuzun sınıf rehberlik programında Sosyal Duygusal Gelişim Alanı / Kişiler Arası Beceriler yeterlik alanındaki kazanımlarla ilişkilendirilerek yıllık rehberlik çerçeve planına işlenebilir.

Bu etkinlik, Millî Eğitim Bakanlığının 2026–2027 eğitim öğretim yılı rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri genel hedefi “Selamlaşma” doğrultusunda Rehberlik Pusulası tarafından hazırlanmıştır. Okulunuzun ihtiyaçlarına göre uyarlayabilirsiniz.

Ad Soyad: …… Sınıf: …… Tarih: ……

Çalışma Kâğıdı 1A: Araştırma Kartı

Metni grubunuzla okuyun ve soruları yanıtlayın.

Psikologlar Roy Baumeister ve Mark Leary (1995), başkalarıyla bağ kurma ve bir gruba ait olma ihtiyacının insanın temel ihtiyaçlarından biri olduğunu ileri sürdü. Kipling Williams ve arkadaşlarının dışlanma üzerine yaptığı araştırmalarda katılımcılar, bilgisayarda oynanan basit bir top atma oyununda diğer oyuncular tarafından kısa bir süre topa dahil edilmedi. Katılımcıların, tanımadıkları kişilerce birkaç dakika görmezden gelinmelerine rağmen ait olma, öz değer ve kontrol duygularının olumsuz etkilendiği görüldü (Williams, 2007).

Kaynaklar: Baumeister, R. F. ve Leary, M. R. (1995). The need to belong. Psychological Bulletin, 117(3), 497–529. · Williams, K. D. (2007). Ostracism. Annual Review of Psychology, 58, 425–452.

1. Araştırmanın en çok dikkatinizi çeken bulgusu nedir?

2. Birkaç dakikalık görmezden gelinme neden bu kadar etkili olabilir?

3. Bu bulgular okulumuzdaki gündelik selamlaşmalar hakkında bize ne söylüyor?

4. Bu araştırmanın sınırlılıkları neler olabilir?

Ad Soyad: …… Sınıf: …… Tarih: ……

Çalışma Kâğıdı 1B: Mikro Anlar Günlüğü

Bir gün boyunca fark ettiğin ve fark edildiğin kısa anları not et.

Saat / Yer	Ne oldu?	Ben mi fark ettim, beni mi fark ettiler?	Nasıl hissettim?

Günün sonunda fark ettiğim en önemli şey: