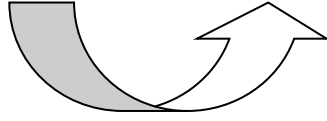


23 Eyl.

“İnsanların korkusuzca ve emniyet içinde yaşama durumu olarak tanımlanabilecek olan güvenlik olgusu yaşamımızı sağlıklı bir biçimde devam ettirebilmemiz için gereklidir. **Huzurlu ve mutlu olmak, uyum** içinde ve hayata değer katan bir birey olarak var olabilmek için güven içinde olmamız şarttır. **Maslow**, insanın temel ihtiyaçlar hiyerarşisinin **ikinci basamağını güvenlik** olarak belirlemiştir. Bu kurama göre, insanın kendisini gerçekleştirebilmesi için **beden, iş, kaynak, sağlık, mülkiyet vb. konularda** güven içinde olması gerekmektedir.”

1. **Metne göre**, insanın “sağlıklı olması, huzur, mutluluk ve uyum içinde yaşaması” **hangi temel değere bağlıdır?**

- A) Uyum
B) Mutluluk
C) Güven
D) Sağlık
E) Huzur



“Sağlıklı nesiller inşa edebilmek için dikkat edilmesi gereken hususların başında **okul güvenliği** gelmektedir. Güvenin olmadığı ve korkunun hâkim olduğu okullarda **nitelikli öğrenmeden** söz edilemez. Güvensiz okul ortamları öğrenmeye odaklanamamaya ve öğrencilerde motivasyon düşüklüğüne neden olmaktadır. Güvenli okul ortamının inşasında dikkat edilmesi gereken bir diğer husus ise okulun paydaşlarının özellikle öğretmen ve diğer çalışanların kendilerini **emniyette** hissetmeleridir.”

2. **Metne göre**, güvenin **hâkim olmadığı** okullarda **hangi sonuçla karşılaşılır?**

- A) Motivasyon yüksekliği görülür.
B) Odaklanma sorunu yoktur.
C) Çalışanlar kendilerini emniyette hisseder.
D) Nitelikli öğrenmeden bahsedilemez.
E) Sağlıklı nesiller yetiştirilir.

“İlgili literatür incelendiği zaman **güvenli okul** kavramının farklı yönlerine işaret eden tanımlamaların yapıldığı ve bunların güvenli okulun farklı boyutlarıyla ilgili olduğu görülmektedir. Okulun temel unsurları olan öğrenci, öğretmen ve diğer personelin kendilerini **fiziksel, psikolojik ve duygusal** açıdan özgür ve güvenli hissettikleri okullar güvenli olarak **tarif edilmektedir**. Diğer bir tanım ise öğrencilerin başkalarına duydukları **saygı** ve okula **olumlu bağlılık** hissetmeleri üzerinde durmaktadır.”

3. **Metindeki tanımlar göz önüne alındığında güvenli okullara dair aşağıdakilerden hangisi söylenebilir?**

- A) Öğrenciler güvenli bir eğitim ortamında sosyal becerilerini sergileyemez.
B) Öfkelerini kontrol edemezler.
C) Sorunlarına çözüm bulamazlar.
D) Hiç kimse birbirine saygılı davranmaz.
E) Her bakımdan özgür ve güven içinde hiss edilir.

“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.”

4. **Okul güvenliği hakkında yapılan tanıma göre aşağıdakilerden hangisi söylenemez?**

- A) Okul güvenliği, dışarıdan kaynaklanabilecek tehdit edici durumları da kapsar.
B) Terörist saldırılar, NC sızıntıları, trafik ve savaş durumları okul güvenliğini bozan unsurlar değildir.
C) Okul güvenliği, okuldaki herkesi kapsayan geniş boyutlu bir kavramdır.
D) Okul güvenliği, doğrudan beden bütünlüğünü korumayı içerdiği gibi cın güvenliğini de içerir.
E) Okul güvenliği okul içinden kaynaklanan her tür saldırıyı da içerir.

“Güvenli okulların öğrenci, öğretmen, çalışan vb. paydaşlar açısından **fiziksel, sosyal, psikolojik ve çevresel tehditlerden uzak mekânlar** olduğu ön plâna çıkmaktadır. Güvenli okulların inşası için eğitimcilerin güvenli okulların özelliklerini bilmesi gerekmektedir.”

5. **Aşağıdakilerden hangisi güvenli okulların özelliklerinden değildir?**

- A) Okulların güvenli olabilmesi için okulun önemli bazı mekânlarına hâkim olunması yeterli gelmektedir.
B) Güvenli okulların inşası için okul idaresinin ve öğretmenlerinin etkili liderlik sergilemeleri gerekmektedir.
C) Güven hissi güvenli okulun en temel göstergelerinden biridir.
D) Güvenli okulların temel göstergelerinden biri de okullardaki karşılıklı saygı kültürüdür.
E) Okulun paydaşları arasındaki samimiyet, okul güvenliğinin temel göstergelerinden biridir.

- ✓ Fiziksel zarar, gözdağı, zorbalık ve tacizin bulunmaması
✓ Alay, nefret dili ve sosyal dışlanmadan uzak olma
✓ Çatışma riskinden uzak olma
✓ Doğal âfetlerden uzak olma
✓ Sorumluluk duygusunu geliştirme

6. **Yukarıda sıralanan özellikler, literatürde aşağıdaki hangi kavramla ilgilidir?**

- A) Başarılı Okul
B) Sağlıklı Okul
C) Güvenli Okul
D) Saygın Okul
E) Meşhûr Okul



23 Eyl.

“Okul Güvenliği üzerine seminer düzenleyen PDR öğretmeni **Esengül Hanım** ‘Aileleri tarafından temel ihtiyaçları karşılanamayan öğrencilerin bulunduğu bir eğitim kurumunda güvenli okul ikliminin tesis edilebilmesi zordur. Öğrencilere eşit muamele edilmemesi, güvenli okul iklimini zedeleyen diğer bir problemdir. Güvenli okulun göstergelerinden biri de okulun yönetim kadrosunun ve öğretmenlerinin veliler ve toplumla iyi ilişkiler kurması ve aynı zamanda öğrencilerin kendilerini rahatça ifade edebilmeleridir. Özgür düşünebilen ve fikirlerini beyan eden öğrencilerin akademik başarılarının daha yüksek olduğu bilinmektedir. Akademik başarı yüksek okullarda güvenli okul iklimini tehdit eden problemler daha az yaşanmaktadır.’ sözleriyle konuya girizgâh yapmıştır.

7. **Esengül Hanım, aşağıdaki hangi cümleyi kurduğunda itirazla karşılaşabilir?**

- A) Güvenli okullarda okulun güvenlikle ilgili problemleri okul paydaşlarıyla açıkça tartışılır ve çözümler üretilir.
- B) Sağlıklı öğrenmelerin meydana geldiği okulların temel göstergelerden biri, okulu oluşturan paydaşlar arasındaki açık ve kesintisiz iletişimdir.
- C) Güvenli okulların bir diğer özelliği okuldaki empati kültürünün sifıra yakın oluşudur.
- D) Okul iklimini tehdit edebilecek davranışların ortaya çıkması durumunda idare, öğretmen ve çalışanlar uygunsuz davranışları görmezlikten gelmez.
- E) Güvenli okul denilince sadece okul için güvenli olması yeterli değildir; aynı zamanda okul çevresinin de güvenli olması gerekmektedir.

“Rusya-Ukrayna savaşı sonrasında Elazığ’a getirilen Ahıska Türklerinden yaklaşık 150 kişilik öğrenci grubunun Elazığ Gazi MTAL’ye kayıtları yapılmıştır.”

8. **Bu durumda, okul güvenliği bağlamında Elazığ Gazi MTAL okul idaresi, öğretmenleri ve diğer çalışanlar öncelikle hangi konuda bilgi sahibi olmalıdır?**

- A) Krize Hazırlık ve Müdahale Planlarına Sahip Olma
- B) Her Türü Bağımlılıkla Mücadele
- C) İhtiyacı Olan Öğrencilerin İhtiyaçlarını Giderme
- D) Göçmen Çocukların Problemlerini Yönetebilme
- E) İfade Özgürlüğünü Destekleme

9. **Aşağıdakilerden hangisinin varlığı güvenli okullar için bir tehdittir?**

- A) Samimiyet
- B) İletişimsizlik
- C) Saygı
- D) Empati Kültürünü Geliştirme
- E) Güven Hissi

“Bireyler, yaşamları boyunca hem olumlu hem de olumsuz duyguları yaşayabilmektedir. Bu duyguların bazıları öfke gibi yıkıcı olabilen duygulardır. Öfke duygusu kontrol edilmediği takdirde, davranışsal olarak şiddete de dönüşebilmektedir. Bireyler sözel, duygusal ve fizikî şiddet gibi farklı türden şiddet davranışları gösterebilmektedir. Bu şiddet davranışları ne yazık ki diğer insanlara zarar verici davranışlar olarak ortaya çıkmaktadır. Zorbalık da bu şiddet davranışlarından biridir.”

10. **Metinden aşağıdaki yargılardan hangisine ulaşılamaz?**

- A) İnsan, farklı özellikte birçok duyguyu yaşayabilen bir varlıktır.
- B) Öfke, özü itibarıyla yıkıcı bir vasma sahiptir.
- C) Davranış olarak da kendini gösterebilen öfke, kontrol altına alınamaz.
- D) Şiddet, tabiatı gereği insanlara zarar verebilecek bir durumu ifade eder.
- E) Zorbalık, şiddet davranışlarından biri olarak bilinir.

“Zorbalık, yaşça daha büyük ya da fiziksel olarak güçlü olan çocukların kendilerinden daha güçsüz olan çocuklara sürekli eziyet etmesi, onları hırpalaması ve rahatsız etmesidir. Öğrencilerin okulda gerçekleştirdikleri zorbalık davranışları bireysel özellikler, akran grubu, okul ortamı, aile ve çevresel özellikler gibi birçok değişkenle ilgili olabilir.”

11. **Yukarıdaki metinden aşağıdaki hangi sonuca ulaşılamaz?**

- A) Zorbalığın birbirinden farklı dereceleri vardır.
- B) Rahatsız etmek zorbalığın en alt derecesi sayılabilir.
- C) Zorbalık, farklı değişkenlere bağlı olarak ortaya çıkar.
- D) Zorbalık, güçlü olandan güçsüz olana doğrudur.
- E) Okuldaki hiçbir davranış, zorbalık kapsamına girmez.

“Okul Müdürü’nün düzenlediği seminere geç kalan Ahmet Bey aşağıdaki ifadeleri duymuştur:

- ✓ Kasıtlı ve istekle yapılır, belli bir çıkar amaçlanır.
- ✓ Fiziksel yönden psikolojik yöne kadar her açıdan zarar vermeyi amaçlar.
- ✓ Eylemler, tekrar edilme karakteri taşımakla birlikte sadizm kokar.
- ✓ Eylem, bireysel yapılabildiği gibi grupta da yapılabilir.
- ✓ Mağdur, kendini koruyamayacak zayıflıktadır.”

12. **Özelliklerden hareketle Okul Müdürü’nün hangi konu üzerinde seminer düzenlediği söylenebilir?**

- A) Zorbalık
- B) Siber Güvenlik
- C) Sınıf İklimi
- D) Düşünce Özgürlüğü
- E) İfade Özgürlüğü

23 Eyl.

- ✓ Yeni tür bir zorbalıktır.
- ✓ Sanal ortamda gerçekleşir.
- ✓ Bilgi ve iletişim teknolojileri aracılığıyla yapılır.

13. Özellikleri sıralanan zorbalık türü hangisidir?

- A) Vandalizm
- B) Siber Zorbalık
- C) Geleneksel Zorbalık
- D) Duygusal Zorbalık
- E) Fiziksel Zorbalık

“Geleneksel zorbalıkta özellikle çocuklar diğerleri tarafından tanındığı ve bu da kaygıyı artırdığı için çocuklar genellikle siber zorbalığı tercih etmektedir. Hatta bazen normal hayatında zorbalık davranışları göstermemiş olmasına rağmen tanınmadığı ya da bulunamayacağını düşündüğü için sosyal medyada zorbalık davranışlarına devam eden bireyler, gençler ya da çocuklarla da karşılaşılıyor. 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. Ayrıca yazılı kelimelerin etkisi daha büyüktür. Sözel kelimeler daha çabuk unutulurken yazılı tacizlerin etkisi daha büyük olabilir ve bireyler siber zorbalığı her zaman her yerde uygulayabilirler.”

14. Metinden aşağıdaki yargılardan hangisi çıkarılamaz?

- A) Tanınma, zorbalıkta belirleyici, kritik bir unsurdur.
- B) Tanınma, geleneksel zorbalıkta önemli bir frendir.
- C) Siber zorbalıkta tanınma perdesi ortadan kalkmakla birlikte kitlelere beğendirmiş şehveti de ağır basar.
- D) Tanınmama düşüncesi, gizli zorbalık dürtülerini ortaya çıkarabilir.
- E) Geleneksel zorbalık yapanların siber zorbalık yapma yetenekleri yoktur.

- ✓ İntikam alma ya da cezalandırma arzusu
- ✓ Popüler olma arzusu
- ✓ Aile içinde yaşanan sorunlar
- ✓ Düşük öz güven
- ✓ Gerçek dünyada elde edilemeyen başarıyı sanal dünyada yakalama arzusu
- ✓ Yaşanılan kıskançlıklar

15. Yukarıda sayılanlardan kaç siber zorbalığın nedenleri arasında sayılabilir?

- A) 6
- B) 5
- C) 4
- D) 3
- E) 2

“Günümüzde gittikçe daha fazla ergen ve çocuk, siber zorbalığı maruz kalmaktadır. Siber mağduriyetin tanımı incelendiğinde kişinin dijital teknolojiler aracılığıyla kendine zarar veren saldırgan tutumlara maruz kalması ve bunun da kişide mağduriyet oluşturması durumudur.”

16. Aşağıdakilerden hangisi siber mağduriyet yaşayan bireylerde görülmesi beklenmez?

- A) Akademik, duygusal ve sosyal problemlerle karşılaşma
- B) Artan stresle depresyon, kaygı, intihar vb. sonuçların tetiklenmesi
- C) Baş ve karın ağrısı, cilt problemleri gibi fiziksel problemlerle karşılaşma
- D) Çatışma ve problem çözme, iletişim becerileri, duyu düzenleme becerilerinde artış
- E) Çocuğun yeme alışkanlıklarının etkilenmesi

“Ülkemizde ve dünyada siber zorbalığı önlemeye yönelik çeşitli müdahale programları uzun yıllardır uygulanmaktadır. Ayşe Hanım da bu programı uygulamaya çalışmaktadır.”

17. Ayşe Hanım’ın aşağıdaki hangi uygulamada yanlış bir hareket içinde olduğu söylenebilir?

- A) Çocuklarının şifre kullanmalarını ve bu şifreleri kimseyle paylaşmamalarını sağlamaktadır.
- B) Çocuklarının sosyal medya hesaplarında gizlilik ayarlarını herkese açık şekilde uygulamaktadır.
- C) Siber zorbaların karşıdan duygusal yanıt isteklerine karşı çocuklarının yanıt vermemelerini tembih etmektedir.
- D) Siber zorbalık yapanları ilgili makamlara bildirmektedir.
- E) Çocuklarıyla rahat bir iletişim iklimi oluşturmaya ve siber zorbalığın ne olduğunu onlara anlatmaktadır.

- (I) Çocukların çevrim içi aktiviteleri gözlemlenmeli
- (II) Uygulamalar ve çevrim içi platformlar hakkında bilgi sahibi olunmalı.
- (III) Öğrenci, öğretmen ve ailelere yönelik zorbalık ve siber zorbalık seminerleri düzenlenmeli.
- (IV) Okul ve aile arasındaki iş birliği ve iletişim artırılmalı.
- (V) Zorbalık ve siber zorbalığı önlemeye ve azaltmaya yönelik çeşitli etkinlikler ve grup çalışmaları, psikolojik danışmanlar/rehber öğretmenler tarafından yapılmalı.

18. Yukarıdaki maddelerden hangisi veya hangileri zorbalık ve siber zorbalığa yönelik alınacak önlemlerdendir?

- A) I
- B) I-II
- C) I-II-III
- D) I-II-III-IV
- E) I-II-III-IV-V

23 Eyl.

"Bağımlılık, herhangi bir maddenin zarar veren sonuçlarına rağmen sürekli ve aşırı kullanımı sonucu ortaya çıkan bir rahatsızlıktır."

19. Buna göre, aşağıdakilerden hangisinin bağımlılığın göstergesi veya özelliği olduğu söylenemez?

- A) Bağımlı bireyler, belirli bir maddeye karşı aşırı ve yoğun ilgi gösterirler ve bu durum kişinin yaşamı boyunca sürebilir.
- B) Madde bağımlısı bireyler, madde kullanımının birçok probleme yol açacağını bilmelerine rağmen o maddeleri kullanmaya devam ederler.
- C) Bireyler, zamanla maddeye karşı tolerans geliştirir ve bu maddeyi gittikçe daha çok kullanmak isterler.
- D) Bağımlılığın biyolojik, sosyal ve davranışsal boyutları yoktur ve bağımlılık yeniden tekrar eden bir rahatsızlık değildir.
- E) Bağımlılığın, maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik bir istek; gereksinimlerini giderme amacıyla o maddeye ruhsal düşkünlük görünümü vardır.

DSM-V'ye (Psikolojik Tanı Kriterleri Kitabı) göre,

- ✓ (I) Maddeye ulaşmak için engellenemez arzu ve istek
- ✓ (II) Tolerans adı verilen kullanımın giderek artması
- ✓ (III) Yoksunluk

20. Özelliklerinden hangisi veya hangileri bağımlılık kavramı için yeter şarttır?

- A) I
- B) II
- C) III
- D) I-II
- E) I-II-III

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

Sevgili Dost!

Ölüm de davetliler arasında.

(Ali Ural, Posta Kutusundaki Mızıkça)

Not 1: Yanına yıldız koyduğum sorular, çıkmasını beklediğim favori sorulardır.

Not 2: Bu soruların hepsi yıldızlı sayılır. Benzer soruların çıkma ihtimali çoktur.

24 Eyl.

"Teknoloji ve internetin bilinçli olmayan, kontrolsüz bir şekilde kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan davranışsal bağımlılıklar, teknoloji bağımlılığı olarak tanımlanır."

1. Aşağıdakilerden hangisi teknoloji bağımlılığının alt davranışlarından biri **değildir**?

- A) Oyun oynama bozukluğu,
- B) Kumar oynama bozukluğu
- C) Sosyal medyanın aşırı kullanımı
- D) Akıllı telefonun aşırı kullanımı
- E) İnternette haber takibi

"İnternet günümüzde bilgi alışverişi, sohbet, alışveriş gibi birçok amaçla kullanılmaktadır. İnternetin bu kadar çok kullanımı beraberinde bazı psikolojik, davranışsal ve duygusal problemleri de insan yaşamına getirmektedir."

2. Aşağıdakilerden hangisi internette çok fazla zaman geçirmenin **psikolojik ve sosyal** sebebi olabilir?

- A) Para kazanma isteği
- B) Zaman geçirme arzusu
- C) Sosyal kaygı azlığı ve değer arayışı
- D) Teknolojik araçların cazipliği
- E) İnternet ortamının rahatlığı

"İnternet bağımlılığının 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."

3. Metinden çıkarılabilecek **en kapsamlı** yargı aşağıdakilerden hangisidir?

- A) İnsanlar internette gerçek kimliklerini saklayabilirler.
- B) Tanınmama, internette insanlara bir rahatlık sağlar.
- C) İnsanlar internette sosyalleşme ihtiyacını karşılar.
- D) İnsanlar internette kendilerini olduğundan farklı gösterebilir.
- E) İnternetin sağladığı kolaylıklar ve sosyalleşme ihtiyacı internet bağımlılığıyla sonuçlanır.

"İnternet bağımlılığının davranışsal, fiziksel/zihinsel ve sosyal belirtiler olmak üzere **üç** belirtisi var."

4. Aşağıdakilerden hangisi internet bağımlılığının **sosyal** belirtileri arasında yer alır?

- A) İnternette geçen sürenin giderek artması
- B) Önemli sosyal, mesleki ve serbest zaman faaliyetlerinin internet kullanımı yüzünden bırakılması
- C) Kullanımla ilgili yalan söyleme
- D) İnternetle ilgili aşırı zihinsel uğraş
- E) İnterneti diğer problemlerden kaçmak için kullanma

5. Aşağıdakilerden hangisi internet bağımlılığının **davranışsal** belirtileri arasında yer alır?

- A) Kullanımla ilgili yalan söyleme
- B) İnternet kullanımının azalmasıyla birlikte anksiyete, internetle ilgili obsesif düşünceler ve hayallerde artış
- C) Durgunluk, uykusuzluk, panik atak ve kızgınlık hallerindeki artış
- D) Kan basıncı ve kalp dolaşım sistemi bozuklukları, stres, konsantrasyon eksikliği;
- E) Baş, mide ve kas ağrıları ile görme zayıflıkları

"İnternet bağımlılığının sonucunda **bedensel, sosyal ve psikolojik** sonuçlar ortaya çıktığı görülebilmektedir."

6. Aşağıdakilerden hangisi internet bağımlılığının **psikolojik** sonuçlarındandır?

- A) Sırt ağrıları, baş ağrıları, göz şikâyetleri
- B) Zayıflama veya aşırı kilo alma
- C) Vücut hijyenini ihmal etme
- D) Depresyona düşme, değersizlik ve çaresizlik duygusu yaşama
- E) Yalnızlığa düşme, çevreden yalıtılma

7. Aşırı teknoloji kullanımına karşı ailelerin aşağıdakilerden hangisini yapmaması gerekir?

- A) Çocuklarının nasıl bir insan olmasını istiyorsa ona o şekilde model olmalıdır.
- B) Çocuklarına karşı her zaman saygılı olmalıdır.
- C) Çocuklarına sevgilerini açıkça ve koşulsuz olarak göstermelidir.
- D) Çocuklarıyla birlikte oyun oynamalıdır.
- E) Çocuklarından ayrı olarak kitap okumalıdır.

- ✓ (1) Çocukların yaşına uygun sorumluluklar verilmeli.
- ✓ (2) Çocukların mutlaka bir spor ya da sanat alanında uğraş edinmesi sağlanmalı.
- ✓ (3) Çocukların yaşam amacı edinmemesi sağlanmalı
- ✓ (4) Sonuç değil, süreç odaklı başarıyı desteklemeli.
- ✓ (5) Çocukların arkadaşlarını tanımalı.

8. Aşırı teknoloji kullanımına karşı alınacak önlemlerin sıralandığı yukarıdaki maddelerden hangisini uygulamanın **yanlış olduğu** söylenebilir?

- A) 5
- B) 4
- C) 3
- D) 2
- E) 1

24 Eyl.

“Chibbaro, Ricks ve Lanier dijital bağımlılıkların önlenmesinde okul psikolojik danışmanlarına/rehber öğretmenlere yönelik bir model önermişlerdir.”

9. Bu model ışığında aşağıdakilerden hangisinin yapılabileceği söylenemez?

- A) Okul danışmanlarının konu ile ilgili yeni eğilimleri takip etmeleri ve profesyonel olarak kendilerini bu alanda geliştirmeleri gerekir.
- B) Okul psikolojik danışmanları dijital bağımlılıklarla ilgili bazı okul personelini bilgilendirmeli, çeşitli eğitimler düzenlemelidir.
- C) Aile ve topluma yönelik atölye çalışmaları, seminer ve eğitimler düzenlenmelidir.
- D) Öğrencilerin birçok test ve çeşitli araçlarla internet bağımlılığı açısından değerlendirilmeleri gerekir.
- E) Grup danışmanlığı, bireysel danışma, sınıf rehberliği gibi etkinliklerle öğrencilere yönelik dijital bağımlılıkta önleyici çalışmalar yapılması gerekir.

“İnternet bağımlılığını önlemede, okullara ve öğretmenlere düşen bazı görevler vardır.”

10. Aşağıdakilerden hangisi bu görevlerden değildir?

- A) Önleyici programlar uygulanmalı.
- B) Öğrencilerin kişilik özelliklerine odaklanılmalı.
- C) Öğrencilerin özel hayatları ve ailesi ile ilişkileri incelenmeli.
- D) Öğrenciler yaratıcı ve keşfedici grup faaliyetlerine sevk edilmeli.
- E) İnternetin pozitif ve negatif etkileri ile ilgili atölye çalışmaları düzenlenmeli.

“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. Eğitim özünde bir iletişim faaliyetidir. Etkili iki yönlü iletişim, okul yönetiminden müfettişe, müdür, yönetici ve öğretmene kadar tüm eğitim süreçlerinin başarıyla yerine getirilmesinde ve güvenli bir okul ortamı sağlanmasında bir ön koşul olarak karşımıza çıkmaktadır.”

11. Yukarıdaki metinden aşağıdaki yargılardan hangisi çıkarılamaz?

- A) Öğrenme, etkileşimli bir süreç ve ağda gerçekleşir.
- B) Okul güvenliği, sosyal ve psikolojik yönleri de içerir.
- C) Eğitim özünde bir iletişim faaliyetidir.
- D) Etkili iki yönlü iletişim, güvenli okulun sağlanmasında ön koşuldur.
- E) Fiziksel güvenliğin sağlanmasıyla okulun güvenliği tam olarak sağlanmış olur.

Güvenli okulun sadece fiziksel tedbirler ve okullarda kolluk mevcudiyeti ile sağlanamayacağı düşüncesi son yıllarda yaygınlık kazanan bir yaklaşım hâlini almıştır. Buna bağlı olarak 2019 yılında Millî Eğitim Bakanlığı ve İçişleri Bakanlığının ortaklaşa yürüttüğü Eğitim ve Güvenlik Projesinde “güvenli eğitim iletişimi” kavramı geliştirilmiştir.”

Buna göre güvenli eğitim iletişiminin sağlandığı bir ortamda herhangi bir sorunla karşılaşan çocuk,

- ✓ (I) Kendisinin veya bir başkasının bir sorun ile karşılaştığını kavrar.
- ✓ (II) Sorunu; ailesi, öğretmenleri veya yetkili diğer kurum personelleri ile doğru ve etkili biçimde paylaşır.
- ✓ (III) Paylaşımı sonunda bir yardım alacağına dair beklentiye girer.
- ✓ (IV) Kurduğu bu iletişim sonunda olumsuz bir sonuç ile karşılaşmayacağına dair bir güvene sahip olur.

12. Kazanımlarından hangilerine sahip olur?

- A) I
- B) I-II
- C) I-II-III
- D) I-II-III-IV
- E) II-III-IV

“Güvenli eğitim iletişimi çocuk odaklı bir kavram olmakla birlikte sadece çocuklarla kurulan iletişimi değil, aynı zamanda tüm paydaşların birbirleri arasında kuracakları iletişimin güvenli olmasını gerektirmektedir. Bununla birlikte öğretmenlerin, öğrenciler ve diğer paydaşlar arasında kuracağı iletişim süreçlerinde benimseyeceği kimi stratejiler güvenli eğitim iletişimi sağlamak için başlangıç adımını sağlayacaktır.”

13. Aşağıdakilerden hangisi bu stratejilerden biri değildir?

- A) Duruma uygun iletişim tonunu belirlemek
- B) Okulun iletişim plânlarını bilmek ve bu kapsamda hareket etmek
- C) Problemler ortaya çıkmadan önce iletişim kanallarını oluşturmak ve bunları açık tutmak
- D) İletişim etkinliğine negatif olarak başlamak
- E) Aktif dinleme edimini uygulamak ve iletişim sırasında karşıdaki kişi ile etkileşime girmek

24 Eyl.

- ✓ (I) İletişim etkinliğine pozitif olarak başlamak
- ✓ (II) Uzlaşılan noktaları vurgulamak ve ödün vermeye rıza gösterebilmek
- ✓ (III) Gizliliği ifşa etmek
- ✓ (IV) Dedikodudan kaçınmak
- ✓ (V) Pozitif bir noktaya vurgu yaparak iletişimi sonlandırmak

14. Yukarıdakilerden hangisi uygulanabilir güvenli okul stratejilerinden değildir?

- A) I B) II C) III D) IV E) V

“Güvenli eğitim iletişimi, güvenli eğitime okulun fizikî ortamının dışındaki süreç ve kişileri de dâhil etmeyi gerektirmektedir. Bunun en önemli bileşenlerinden biri olan **ebeveynlerle olan iletişim** de öğrenciler ile olan iletişim kadar önemli ve tamamlayıcı bir niteliğe sahiptir. **UNICEF**, eğitim güvenliği konusunda farklı tehditler karşısında ebeveynler ile kurulacak iletişim türlerinde doğru tonun bulunmasına özel bir vurgu yapmaktadır.”

15. Bu bağlamda aşağıdaki hangi adımı atmak yanlış olarak değerlendirilebilir?

- A) Ebeveynleri dinleyerek sıcak ve pozitif bir ton tüm iletişim mecralarında sürdürülmeli
- B) Ebeveynlerle sıkça değil, zaman zaman iletişime geçilmeli
- C) İletişimin gizliliği ve ana hedefin öğrencinin çıkarları olduğu vurgulanarak bir güven hissi geliştirilmeli
- D) Ailelerin farklı arka plânları ve inanışları olduğu göz önünde bulundurulmalı ve tek bir yaklaşımın her iletişim faaliyeti için uygun olmayabileceğinin farkında olunmalı
- E) Ebeveynlerin değerli oldukları hissettirilmeli

“2011’den sonra Türkiye’ye farklı statülerde **beş milyondan** fazla ‘**göçmen**’ yerleşmiştir. T.C. İçişleri Bakanlığı Göç İdaresi Genel Müdürlüğü web sayfasından alınan bilgilere göre 2020 yılı sonunda, Türkiye’ye yerleşmiş olan yabancı uyruklu vatandaşların önemli **bir kısmı kamplarda** yaşamamaktadır ve kontrol altında olmadıklarından dolayı da çocuklarını eğitim kurumlarına göndermemektedirler. Yapılan araştırmada bu kategoriye giren göçmenlerin, eğitime ve Türkçe öğrenmeye yatırım yapmadıkları hâlde geri dönüş plânlarının da olmadığı anlaşılmıştır. Son göç istatistiklerine göre, Türkiye’deki yabancı kişi sayısı **Eylül 2021** itibarıyla **5.4 milyon** kadardır.”

16. Metinden aşağıdaki yargılardan hangisine ulaşılamaz?

- A) Türkiye’de göçmen sayısındaki artışta, 2011 bir kırılma noktasıdır.
- B) Kamplarda yaşayan göçmenlerin eğitim sorunu daha azdır.
- C) Kampların dışında yaşayan göçmenlerde, eğitime ve Türkçe öğrenmeye karşı bir direnç bulunmaktadır.
- D) Göçmenler birçok maddî ve psikolojik problemle karşı karşıyadır.
- E) Göçmenlerin geri dönüş plânları bulunmamaktadır.

“Bireylerin güvenliği, bireylerin toplumda özgürce hareket edebilmesi anlamına gelmektedir. Yabancı uyruklu öğrencilerin eğitim ve güvenliği ise istikrarlı bir güvenliğin sürdürülmesini ifade eder. Bu durum, evrensel insan hakları açısından da önemlidir. Birçok ülkede yabancı uyruklu öğrencilerin güvenliği, **eğitim kurumlarına** devredilmiştir.”

17. Bu durumun sebepleri arasında eğitimin aşağıdakilerden hangisini üstlenmesinden kaynaklanmaz?

- A) Eğitim ve öğretim
- B) Maddî yardım
- C) Kültürel uyum
- D) Öğrencilerin aileleriyle iletişim kurma
- E) Ayrımcılıkla mücadele konusunda bilgi ve tavsiyeler verme

18. “Her birey, içinde yaşadığı kültürün mührünü kimliğinde taşır.” sözü aşağıdaki hangi kavramla ilgili değildir?

- A) Aile
- B) Çevre
- C) Okul
- D) Coğrafya
- E) Cinsiyet

“Aile, çocuklarına örnek vererek onları eğittikleri ilk ve en **güvenli liman** gibidir. Aynı şekilde aile, insan sermayesinin ilk yatırım alanı, temel davranış özelliklerinin öğrenildiği ya da öğretildiği ve beşerî ilişkilerinin ilk deneyimlendiği yerdir.”

19. Yabancı bir çocuğun okuldaki başarısını aşağıdakilerden hangisinin olumsuz yönde etkilediği söylenebilir?

- A) Ebeveynlerin çocuklarına rol model olması ve okul-aile ilişkisinin güçlü olması
- B) Ailede çocuğun eğitimini destekleyen aile ortamının varlığı ve çocuğa danışılması
- C) Göç sürecinden dolayı çocuğun yaşadığı travmaların varlığı
- D) Okulda çocuğun arkadaşlarının varlığı ve yakın çevresini oluşturan akran grubunun uyumlu olması
- E) Çocuğu anlamak için çocuğun iç dünyasına girip çocuk ve ebeveynleriyle sağlıklı iletişim sağlanması

24 Eyl.

“Öğrenci güvenliğinin önemi için ev sahibi ülke kurumlarının ve öğrencilerin yanı sıra ebeveynlerin de görüşlerinin dikkate alınması gerekmektedir. Ebeveynler ve öğrenciler için **güvenlik unsuru**, okul seçerken en önemli önceliktir. **Hatta güvenlik unsuru** eğitimsel ve sosyal fırsatlardan **daha** önemli olabilmektedir.”

20. Buna göre güvenli okullarda aşağıdakilerden hangisinin olması **beklenmez**?

- A) Yüksek düzey güvenlik endişesi hâkimdir.
- B) Akademik başarı ve motivasyon artar.
- C) Ebeveynlerin kaygı düzeyi sıfıra yakındır.
- D) Öğretmenler öğretimde, öğrenciler de öğrenmede sıkıntılar yaşamaz.
- E) Öğrenciler öğrenmeye yoğunlaşır.

Sevgili Dost!

Bana öyle bir kelime söyle ki hiç eksilmesin!

(Ali Ural, Posta Kutusundaki Mızık)

Not 1: Yanına yıldız koyduğum sorular, çıkmasını beklediğim favori sorulardır.

25 Eyl.

“Başka bir ülkeden özellikle de savaş nedeniyle göç eden yabancı uyruklu aileler savaşın da getirdiği travma nedeniyle çocuklarının güvenliği için **korku, endişe, panik** içinde yaşamaktadır. Çocuklarını emanet ettikleri eğitim kurumlarının hem çocukları için hem de kendilerinin okul ziyaretleri sırasında güvenli olduğunu bilmeleri, görmeleri, onların kaygılarını azaltacak; çocuklarını daha çok okula göndermelerine ve hem kendilerinin hem de çocuklarının topluma adapte olması çabasına girmelerini sağlayacaktır.”

1. Buna göre, aşağıdaki risk alanlarından hangisinin kişinin kendisinden kaynaklanma ihtimali de vardır?

- A) Dış tehlikeler
- B) Mekânla ilgili tehlikeler
- C) Hijyenle ilgili tehlikeler
- D) Sağlıksız gıdalar
- E) Sınav Kaygısı

“Genel olarak bakıldığında okul güvenliğinin, akranlardan gelecek şiddet olaylarına, öğretmenlerin fiziksel şiddetine maruz kalma hususuna, doğal afetlere, sağlık ve temizliğe, cinsel istismara karşı güvenlik, psikolojik ve duygusal güvenlik, etnik ve siyasi görüş konularındaki güvenlik boyutları olarak ele alındığı görülmektedir.”

2. Aşağıdaki hangi güvenlik boyutu, metinde sayılan hususların dışında kalır?

- A) Afetler
- B) Sağlıksız gıdalar
- C) Akran zorbalığı
- D) Veli şiddeti
- E) Öğretmen-idareci şiddeti

“Küresel bir politika sorunu olan yabancı öğrencilerin güvenliğinin **yalnızlık, ayrımcılık ve izolasyon** boyutları da vardır.”

3. Okullarda “fiziksel, psikolojik ve sosyal güvenliğe” dair aşağıdaki yargılardan hangisi **yanlıştır**?

- A) Psikolojik güvenlik, yabancı uyruklu öğrencilerin kültürel uyumu için kritik öneme sahiptir.
- B) Psikolojik güvenlik, uyumsuzlukları telafi ve kabul duygusuna aracılık etmekle birlikte kişilerin yalnızlık duygusuna kapılmalarına da yol açabilir.
- C) Okullarda bu öğrencilerin toplumsal kültüre uyumunu sağlamak ve aidiyet duygusu yaratmak için kendilerini psikolojik açıdan rahat ve güvende hissedeceği ortamlar yaratılmalıdır.
- D) Ailelerin de kendilerini ifade edecekleri ve daha rahat hissedecekleri okul ortamları yaratılarak velilerin, okulda ve okul çevresinde herhangi bir tehdit ya da risk hissetmeden okula gelmeleri sağlanmalıdır.
- E) Yabancı uyruklu öğrencilerin fiziksel güvenlik hissine katkıda bulunmakla beraber sosyal ve psikolojik güvenliklerinin de güçlendirilmesi gerekmektedir.

“Aynı dili konuşan insanların yoğun olarak bir arada yaşadıkları yabancıların mahalleleri/**gettolar** oluşmaktadır. Şu anda **Rotterdam**’da **Feyenoord** ‘**Küçük Türkiye**’ olarak tanınmakta, **Utrecht**’te **Kanaal Eiland** ise ‘**Küçük Fas**’ olarak tanınmaktadır. **Lahey** şehrindeki **Schilderswijk** semti ile **Amsterdam**’ın **tamamı** da Hollandalıların azınlıkta olduğu yerler olarak tanınmaktadır.”

4. Yukarıda anlatılan durum, 21. yüzyılın eğitim vizyonunun hangi hedefinin tam olarak yerine getirilememesiyle ortaya çıktığı söylenebilir?

- A) Eğitim ile mantık çerçevesinde düşünme, algılama, empati sağlama...
- B) Risk, stres ve değişime dair hislerin kapasitesini fark etme
- C) Çok kültürlülük ile baş etme ve uyum
- D) Kontrol etme yerine iş birliği yapma
- E) Güçlü ve zayıf yönler hakkında farkındalık

5. Aşağıdakilerden hangisi 21. yy. eğitim konseptinde eğitimcinin rollerinden biri **değildir**?

- A) Sorumluluk taşınmalı, değer vermeli, sevgi dolu ve şefkatli olmalı...
- B) Gelenekçi ve tabulara bağlı olmalı, sınırlara sıkışmalı...
- C) En zor konuyu da rahatça açıklayabilmeli, kreatif anlatma sanatıyla donanmalı...
- D) Etkileşimli olmalı, herkese ilgi göstermeli, zaman ve söz hakkı tanımalı...
- E) Konunun anlaşıldığından emin olmalı, kontrol edip geri dönüş/feedback sağlamalı...

“**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.”

6. Buna göre, sosyal uyum ve entegrasyonun önünde duran engellerden hangisi **en kritik role** sahiptir?

- A) Dil sorunu
- B) Sosyal bilgilerin eksikliği
- C) Psikolojik, sosyal ve fiziksel okul güvenliği sorunu
- D) Okulu terk etme
- E) Maddî yetersizlikler

25 Eyl.

- ✓ Birey sahip olduğu kimliğini bırakır.
- ✓ Yalnızca yeni toplumun kültürel değerleriyle yaşamına devam eder.

7. Yukarıda özellikleri sayılan kavram hangisidir?

- A) Sosyal uyum
- B) Kültürel uyum
- C) Kimlik oluşumu
- D) Asimilasyon
- E) Göç



“**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. Sosyal uyum**, bireyin belirli bir topluluğun değer ve normlarının kavramlarını öğrenerek sosyal çevrenin koşullarına aktif bir şekilde uyum sağlama sürecidir.”

8. Buna göre, sosyo-kültürel uyuma dair aşağıdaki yargılardan hangisi **yanlıştır**?

- A) Sosyal-kültürel uyum; fizyolojik, sosyolojik ve psikolojik olmak üzere çok yönlü bir yapıdır.
- B) Genel olarak sosyal-kültürel uyum, ev sahibi ülke vatandaşlarıyla sağlıklı “kişiler arası ilişkileri” ifade eder.
- C) Eğitim kurumları; öğrencilerin psikolojik, fiziksel ve sosyal açıdan güvende hissedeceği, kültürel uyum sağladığı ve sosyal uyumun arttığı yerler olmalıdır.
- D) Dışlanmak, anlaşılmamak ve sosyal izolasyon korkusu, yabancı uyruklu öğrencilerin kültürel uyum sürecine yansımalarıyla neticelenir.
- E) Yabancı uyruklu öğrencilerin kültürel uyum süreciyle başa çıkma mücadeleleri psikolojik sağlıklarını da etkileyebilir.

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

Göç ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiler genellikle psikolojik sorunlara yönelik olumsuzluklarla ilişkilidir. Psikolojik iyi oluş, benlik ve kimlik algıları da dâhil olmak üzere duygusal bileşenlere odaklanmaktadır. Yine de psikolojik uyum ile kültürel uyum arasındaki ilişkilerin çok net olduğu söylenemez. Ancak psikolojik desteğin kültürel uyumu destekleyebileceği söylenebilir.”

Soru yukarıda!

9. Buna göre, sosyal uyum sürecinde kültürün önemi ve güvenli okula dair aşağıdaki yargılardan hangisi **doğru olamaz**?

- A) Kültür, bir insan grubunun üyelerini diğerinden ayıran zihnin kolektif olarak programlanmasıdır.
- B) Sosyal entegrasyon ile aidiyet hissi kazandırılması yabancı uyruklu öğrencilerde mutluluk, sevinç, bağlılık ve sakinlik gibi olumlu duygulara yol açabilir.
- C) Stresli, endişeli ve depresif hisseden yabancı uyruklu öğrenciler yalnızlık duygusu yaşayabilir.
- D) Yabancı uyruklu öğrencilerin sosyo-kültürel ortamlara nasıl adapte oldukları okul deneyimlerine bağlı olabilir.
- E) Ev sahibi ülke vatandaşlarının kültürel uyum sürecine dâhil edilmemesi gerekir.

“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.”

10. Buna göre, “kimlik oluşumu ve altın üçgen”e dair aşağıdaki yargılardan hangisi **yanlıştır**?

- A) Ailenin özellikleri, çocuğun okul başarısındaki en önemli çevre faktörüdür.
- B) Aile içi iletişim, bireyin sağlıklı bir kimlik kazanmasına, etkili ve pozitif iletişim kurmayı öğrenmesine katkı sağlar.
- C) Çocuğun internet aracılığıyla erişim sağladığı sanal pencere, hiçbir engelle takılmaksızın çocuğun kimlik oluşumunu etkileyebilecek güçte değildir.
- D) Kimlik oluşumunda aile faktörünün yanında eğitim ve sosyal çevre de önem taşımaktadır.
- E) Kimliğin oluşumundaki önemli üçüncü faktör ise çocuğun yakın çevresidir.

“Yabancı uyruklu çocukların **eğitim ve okul güvenliğine** ilişkin yurt dışında yapılan çalışmalar, ‘**yaş**’ faktörünün gençlerin okullara hızlı ve kolay adapte olmasında kilit bir rol oynadığını göstermiştir.”

11. Buna göre aşağıdaki yargılardan hangisi **doğru olamaz**?

- A) Bir çocuk ne kadar küçükse geçiş yapması onun için o kadar kolaydır.
- B) Küçük çocuklar, ağır bir şekilde etkilenmeden yeni sosyal bağlar oluşturabilir.
- C) Kardeşlere bakmak ve ev işlerini yürütmek çocukların entegrasyonunu kolaylaştırır.
- D) Kabul edilmiş ve iyi entegre edilmiş hissetmek için arkadaş edinmek son derece önemlidir.
- E) Sosyal akran desteği, engelleri ortadan kaldırmada kilit bir faktördür.

25 Eyl.

“Yabancıların eğitimde karşılaştıkları en önemli sorunlardan biri **Türkçe yetersizliği** ve **aidiyet bilincinden yoksun olmalarıdır**. Topluma entegrasyonunun önündeki en büyük engellerden biri **dildir**. **Dildeki noksanlık**; eğitim problemlerine, yeni topluma uyum sağlamada ve istihdam konusunda zorluklara neden olmaktadır.”

12. Buna göre, **aidiyet bilincini geliştirmek için aşağıdakilerden hangisi yapılmalıdır?**

- A) Ayrımcılık yapmak
- B) Sosyal dışlama
- C) Ötekileştirme
- D) Eşit hak ve sorumluluk bilinci
- E) Hor görme

- ✓ (I) Yüksek Empati Yeteneği
- ✓ (II) Anlayış Gösterme
- ✓ (III) Dürüstlük ve Adalet
- ✓ (IV) Yeniliğe Açıklık
- ✓ (V) Takım Arkadaşlığı

13. Yukarıdakilerden hangisi veya hangileri sosyal uyuma/entegrasyona önemli bir katkı sağlayacaktır?

- A) I
- B) I-II
- C) I-II-III
- D) I-II-III-IV
- E) I-II-III-IV-V

“Oyun, insanlık tarihinin ilk yıllarından itibaren çeşitli şekillerde olagelmış ve insanların günlük yaşamının bir kısmında yer almıştır.”

14. Buna göre, oyunun doğasına dair aşağıdaki söylemlerden hangisine itiraz edilebilir?

- A) İnsanlar, tarih boyunca oyun vasıtasıyla sosyal gelişim ihtiyaçlarını karşılamıştır.
- B) Geleneksel oyunlarda zaman, yer ve katılımcı sayısı gibi bazı sınırlamalar vardır.
- C) Geleneksel oyunların büyük çoğunluğunda -tek başına oynanmadığı için- bir başkasına ihtiyaç vardır.
- D) Sanal oyunlarda zaman, yer, katılımcı gibi hiçbir kısıtlayıcı veya sınırlayıcı durum yoktur.
- E) Sanal oyunlar, bireylere tek başına tüm özgürlükleri sağladığı için dışsal bir kontrol sağlanmaktadır.

- ✓ (I) Erkekler kızlardan iki kat daha fazla oyun oynamaktadır.
- ✓ (II) Her oyun bağımlılık yapmaz.
- ✓ (III) Her oyun, her bireye aynı etkiyi yapar.
- ✓ (IV) Oyun bağımlılığı genetik ve çevresel faktörlere göre değişiklik gösterir.
- ✓ (V) Her oyun, zararlı olmaz ve sağlıksız da değildir; bireylerin yaşamlarında eğlence, rahatlatma ve hatta sosyalleşme sağlayan oyunlar da vardır.

15. Oyunla ilgili yukarıdaki yargılardan hangisi **yanlıştır?**

- A) I B) II C) III D) IV E) V

“Sanal oyunların bağımlılığı, diğer bağımlılık türleri gibi toplumda açık ve net olarak fark edilmemektedir. Oyun bağımlılığı, **Dünya Sağlık Örgütü (WHO)** uluslararası sağlık problemlerine ilişkin hastalıkları sınıflama (ICD) tarifinden hastalık olarak tanımlanmaktadır. Oyun bağımlılığı sadece çocuklarda değil, gençler ve yetişkinlerde de görülen bir sağlık problemidir. Oyun bağımlılığı, uzun süreli çok fazla oyun oynama değil; oyunun, bireylerin günlük yaşamlarının önemli bir kısmında yer alarak sorumlu oldukları görev ve sorumlulukları aksatması ve bireyin yaşam kalitesini olumsuz etkilemesidir.”

16. Metinden aşağıdaki yargılardan hangisine **ulaşamaz?**

- A) Sanal oyun bağımlılığı fark edilmeyen bir yapıya sahiptir.
- B) WHO, oyun bağımlılığını hastalık olarak görmektedir.
- C) Oyun bağımlılığı sadece çocukların problemi değildir.
- D) Oyun bağımlılığı çocukları daha fazla etkilemektedir.
- E) Oyun bağımlılığında ölçü süre değil, görev ve sorumluluklarını aksatmadır.

“Oyun bağımlılığı yeni bir olgu ve güncel bir kavram olarak görülse de öğrencilerin dikkatlerini ders dışı etkinliklere vermeleri ve zamanlarının büyük bir kısmını öğrenme aktivitelerinin dışında harcamaları sorunu geçmişten beri tartışılmaktadır.”

17. Aşağıdakilerden hangisi oyun bağımlılığının karşılaşılabilecek sonuçlarından **değildir?**

- A) Yalnızlık (soyutlama)
- B) Öz güven artışı
- C) Duygu bozuklukları
- D) Daha fazla enerji gereksinimi
- E) Uyarıcı maddeleri kullanma

25 Eyl.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 2018 yılında gençlerin sanal oyun bağımlılığını **davranış bozukluğu** olarak tanımlayarak belirtilerini göstermede ölçütler belirlemiştir. **Buna göre bireyler,**

- ✓ (I) Oyun oynama isteğini kontrol altına alamama
- ✓ (II) Oyun oynamanın diğer tüm aktivitelerden daha önemli ve öncelikli olduğu duygusuna sahip olma
- ✓ (III) Oyun oynama isteğinde -ders çalışmayı aksatmasına, sosyal ilişkileri zayıflatmasına ve tüm faaliyetlerden uzaklaştırmasına rağmen- artma

18. Belirtilerinden hangisi veya hangilerini taşıdığında oyun bağımlısı olarak nitelendirilmiştir?

- A) I
- B) I-II
- C) I-II-III
- D) II-III
- E) I-III

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

19. Aşağıdakilerden hangisi bu ölçütlerden biri **değildir**?

- A) Oyun oynamanın her şeyden önce gelmesi
- B) Oyun oynamadığı zaman gergin ve asabi davranışlar gösterme
- C) Oyuna daha fazla zaman ayırma eğilimi içinde olma
- D) Daha önce sevilen aktivitelerle ilgilenmemeye başlama ve bu aktivitelerden uzaklaşma
- E) Oyunda harcanan zamana ilişkin aileye doğru bilgi verme

- ✓ (I) Akademik çalışmalara daha çok zaman ayırmaya başlama
- ✓ (II) Oyun oynamayı; kaygı, suçluluk gibi olumsuz duygulardan kaçış olarak görme
- ✓ (III) Oyun oynama sıklığını, zamanını ve süresini kontrol etme
- ✓ (IV) Psikolojik problemler yaşamaya rağmen oyun oynamayı azaltma/kısıtlama eğilimi göstermeme

20. Yukarıdakilerden hangileri APA'nın bir bireye oyun bağımlısı teşhisi konulması için belirlediği ölçütlerdendir?

- A) I-II
- B) I-III
- C) I-IV
- D) II-III
- E) II-IV

- ✓ (I) Oyun bağımlılığının oluşması
- ✓ (II) İlginin artması
- ✓ (III) Düşüncelerde oyunun öncelikli bir yere sahip olması
- ✓ (IV) Başlama isteği

21. Yukarıda sıralanan oyunlara bağlanma süreci ve bağımlılığın oluşma aşamalarından hangileri yer değiştirmelidir?

- A) I-II
- B) I-III
- C) I-IV
- D) II-IV
- E) III-IV

MODÜL:9 TEST:3

25 Eyl.

UZMAN ÖĞRETMENLİK ÖRNEK SORULAR
GÜVENLİ OKUL VE OKUL GÜVENLİĞİ

Eyüp YILDIRIM
Elazığ Gazi MTAL
TDE Öğretmeni

Sevgili Dost!

İnsan yoktu ve sınır yoktu. İnsan geldi ve elindeki
tebeşirle sınırlar çizmeye başladı.

Sevgili Dost!

Allah'ın da sınırları var.

(Ali Ural, Posta Kutusundaki Mızık)

Not 1: Yanına yıldız koyduğum sorular, çıkmasını beklediğim
favori sorulardır.

CEVAP ANAHTARI: 1E 2D 3B 4C 5B 6A 7D 8D 9E 10C 11C 12D 13E 14E 15C 16D 17B 18C 19E 20E 21C

26 Eyl.

- ✓ (I) Ekonomik
- ✓ (II) Sosyal
- ✓ (III) Bedensel (sağlık)
- ✓ (IV) Duygusal

1. Oyun bağımlısı bireyler, yukarıda belirtilen hangi yönlerden etkilenmektedir?

- A) I-III
- B) I-II
- C) I-II-III
- D) I-II-III-IV
- E) II-III-IV

“Oyun bağımlılığı bireyleri birçok açıdan olumsuz etkilemektedir. Hatta oyun bağımlılığı diğer bağımlılıklara ve istenmeyen alışkanlıklara da neden olduğu için bireyin yaşamında önemli risklere ve travmalara yol açmaktadır.”

2. Buna göre, aşağıdaki yargılardan hangisi doğru olarak değerlendirilemez?

- A) Oyun bağımlılığı, bireyin yaşamını ekonomik yönden olumsuz etkilemektedir.
- B) Oyun bağımlılığı yaşayan bireylerin fiziksel aktiviteleri yavaşlamakta ve beslenme alışkanlıkları değişmektedir.
- C) Gerçek hayattan soyutlanmış bireylerde yüksek öz güven, sükûnet, iyimserlik ve empati yüksekliği gibi duygular görülmektedir.
- D) Oyun bağımlılığı yaşayan bireylerin sosyal hayatlarında önemli değişimler görülmektedir.
- E) Oyun bağımlısı bireyler, duygusal olarak kırılganlık yaşamaktadır.

3. Aşağıdakilerden hangisi oyun bağımlılığını önleyici tedbir olarak görülemez?

- A) Oyun oynama süresi sınırlandırılmalıdır.
- B) Oyun oynama etkinliğini alışkanlık ve rutin davranışa dönüştürecek sıklıkla yapmamaya dikkat edilmelidir.
- C) Geceleri oynanan oyunlardan hemen sonra yatılmalıdır.
- D) Tatile giderken veya seyahat esnasında oyun konsollarını mümkünse yanına almamalıdır.
- E) Oyuna harcanan zamanın farkında olunmalıdır.

- ✓ (I) Oyun oynama zamanı bilinçli bir şekilde azaltılmalı veya uzmanlardan destek alma yolları aranmalıdır.
- ✓ (II) Spor ve fiziksel etkinliklere katılma teşvik edilmeli/desteklenmelidir.
- ✓ (III) Çocuklarla konuşulmalı ve hangi oyunlardan zevk aldıkları hakkında bilgi edinilmelidir.
- ✓ (IV) Çocukları oyundan uzaklaştırmak için aile içi ortak etkinlikler düzenlenmelidir.
- ✓ (V) Oyun oynayan çocuğa oyundan ayrılması için uzun bir süre tanınmalıdır.

4. Yukarıdakilerden hangisi oyun bağımlılığını önleyici tedbir olarak görülemez?

- A) I
- B) II
- C) III
- D) IV
- E) V

“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.”

5. Buna göre, okul şiddetine dair aşağıdaki çıkarımlardan hangisi kabul edilebilir değildir?

- A) Okulda şiddet, bir okulun eğitim misyonunu ve okulun saygı iklimini ihlal eder.
- B) Bu sorun, yalnızca ülkemize ait olup ulusal sınırları aşarak uluslararası bir mesele boyutuna ulaşmaz.
- C) Küreselleşme ve teknolojik gelişmeler, okul ortamında ya da çevrim içi ortamlarda şiddet davranışlarının artmasına neden olmuştur.
- D) Risk faktörlerini belirlemeye yönelik çalışmalar, okullarda şiddeti önlemenin en önemli ve ilk basamaklarından biridir.
- E) Bireysel özellikler, aile içi şiddet; tutarsız, gevşek ve sert disiplin uygulamaları; antisosyal akranlarla ilişki vb. şiddet için önemli risk faktörleridir.

“Okullarda şiddeti önlemenin en önemli ve ilk basamaklarından biri risk faktörlerini belirlemeye yönelik çalışmalardır. Bu faktörler bilindiğinde bir kişi için ya da okul temelli önleme çalışmaları planlanabilir.”

6. Aşağıdakilerden hangisi belirleyici risk faktörlerinden sayılmaz?

- A) Risk faktörleri katlamalı olup ne kadar fazla risk faktörü varsa şiddet riski o kadar yüksektir.
- B) Risk faktörleri; birey, aile, akran grubu, okul ve mahalle seviyeleri dâhil olmak üzere birden fazla düzeyde ortaya çıkmaz.
- C) Aile düzeyindeki faktörler küçük çocuklar için daha büyük rol oynar; akran grubu ve mahalle faktörleri daha büyük çocuklar için daha büyük rol oynar.
- D) Bazı risk faktörleri, -cinsel şiddet, siber zorbalık gibi- belirli şiddet içeren davranış türlerine özgüdür.
- E) Risk faktörlerine maruz kalmanın derecesinin sonuçlar üzerinde önemli etkisi bulunmaktadır.

26 Eyl.

“Doğrudan şiddet; zarar vermek amacı taşıyan bir kişiyle doğrudan karşı karşıya gelme davranışlarıdır.”

Buna göre,

- ✓ (I) Dövmek
- ✓ (II) Tehdit etmek
- ✓ (III) Hakaret etmek
- ✓ (IV) İtmek
- ✓ (V) Dedikodu yapmak

7. Eylemlerinden hangisi **doğrudan şiddet** olarak **değerlendirilemez?**

- A) I B) II C) III D) IV E) V

- ✓ (I) Sosyal ret
- ✓ (II) Saçını çekmek
- ✓ (III) Dedikodu yapmak
- ✓ (IV) Küfretmek
- ✓ (V) Sosyal dışlama

8. Yukarıda sayılanlardan hangileri **dolaylı/ilişkisel şiddete örnek değildir?**

- A) I-II
B) II-III
C) III-IV
D) II-IV
E) IV-V

- ✓ Kışkırtmaya cevap niteliğinde olan savunmacı davranışlardır.
- ✓ Başkalarının davranışlarına düşmanca bir biçimde hamlede bulunma karakteri vardır.
- ✓ Kendini kontrol etme ve dürtüsellik ile ilişkilidir.
- ✓ Sosyal ilişkilerle baş etme sorunlarıyla da ilişkilidir.

9. Özellikleri sayılan şiddet türü aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Doğrudan şiddet
B) Dolaylı/ilişkisel şiddet
C) Tepkisel şiddet
D) Plânlı şiddet
E) Kolektif şiddet

- ✓ Fayda beklentisi vardır.
- ✓ Kasıtlı bir biçimde yapılır ve dış pekiştireçler ile kontrol edilir.
- ✓ Yüksek düzeyde liderlik ve sosyal yeterlik becerileriyle ilişkilidir.
- ✓ Suç içeren ve antisosyal davranışlarla da ilişkilidir.

10. Özellikleri sayılan şiddet türü aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Doğrudan şiddet
B) Dolaylı/ilişkisel şiddet
C) Tepkisel şiddet
D) Plânlı şiddet
E) Kolektif şiddet

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

Buna göre,

- ✓ (I) Suç ve şiddete meyilli olma
- ✓ (II) Riskli davranışlar gösterme
- ✓ (III) Madde kullanımı
- ✓ (IV) Öz saygıda azalma
- ✓ (V) Psikolojik travmada artış
- ✓ (VI) Okuldan kaçma

11. Davranışlarından hangilerinin şiddet mağdurunda görülme olasılığı daha yüksektir?

- A) I-II-III
B) IV-V-VI
C) II-III-IV
D) III-IV-V
E) I-III-IV

“Ülkemizde yapılan çalışmalarda, öğrenciler arasındaki bir şiddet türü olarak zorbalık davranışlarının **lakap takma, söylenti yayma, göz ardı etme, gruba katılmasına izin vermeme ve gruptan atma, vurma veya itme** şeklindeki bir dağılımla karşımıza çıkmaktadır.”

12. Buna göre, ülkemizde hangi zorbalık davranışının **en yaygın** şekilde gözlemlendiği söylenebilir?

- A) Lakap takma
B) Söylenti yayma
C) Göz ardı etme
D) Gruba katılmasına izin vermeme ve gruptan atma
E) Vurma veya itme

26 Eyl.

“Bir şiddet türü olarak **zorbalığa** maruz kalmış çocukların ruhsal açıdan incelendiği ülkemizdeki araştırmalar, bu çocukların birçok olumsuz sonuç yaşadıklarını göstermektedir.”

Buna göre bu çocuklarda,

- ✓ (I) Düşük öz saygı
- ✓ (II) Stres ve depresyon
- ✓ (III) Kaygı ve intihar eğilimi
- ✓ (IV) Travma sonrası stres bozukluğu
- ✓ (V) Öfke ve şiddet eğiliminde azalış

13. Davranışlarından hangisinin görülmesi beklenmez?

- A) I B) II C) III D) IV E) V

“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 ve eğitime daha bütünsel bakan bir yaklaşım olarak görülmektedir.”

14. SDÖ programlarının arasında hangi becerileri öğretme amacı **yer almaz?**

- A) Öz farkındalık
- B) Öz yönetim
- C) Bireysel farkındalık
- D) Kişiler arası ilişkileri yönetme
- E) Sorumlu karar verme

15. SDÖ programlarının öğretmeyi hedeflediği becerilerin, hangi kısa vadeli faydayla sonuçlanabileceği **söylenemez?**

- A) Gelişmiş bilişsel işlevler
- B) Akademik başarı
- C) Benlik saygısı
- D) Olumlu tutumlar
- E) Düşük öz saygı

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

16. Buna göre, SDÖ programından geçen bir bireyin aşağıdaki hangi davranışı göstermesi **beklenmez?**

- A) Duygularını tanıır ve yönetir.
- B) Sorumlu kararlar verir.
- C) Zorlu sosyal durumları yıkıcı bir şekilde ele alır.
- D) Başkalarını önemser ve onlara ilgi gösterir.
- E) Kazanılan bilgi, tutum ve becerilerle olumlu ilişkiler kurar.

- ✓ Kişi; duygularını, ilgi alanlarını, değerlerini ve güçlü yanlarını/yeteneklerini doğru bir şekilde değerlendirir.
- ✓ Sağlam temellere dayanan bir öz güven duygusunu sürdürür.

17. Yukarıda özellikleri sayılan SDÖ kazanımları aşağıdaki hangi alana aittir?

- A) Öz farkındalık
- B) Öz yönetim
- C) Sosyal farkındalık
- D) Kişiler arası ilişkileri yönetme
- E) Sorumlu karar verme

- ✓ Kişi; stresle başa çıkmak, dürtüleri kontrol etmek ve engellerin üstesinden gelmek için sebat eder ve duygularını düzenler.
- ✓ Kişisel ve akademik hedefler belirler ve daha sonra bu hedeflere ulaşma yolunda ilerler.
- ✓ Duygularını yapıcı bir şekilde ifade eder.

18. Yukarıda özellikleri sayılan SDÖ kazanımları aşağıdaki hangi alana aittir?

- A) Öz farkındalık
- B) Öz yönetim
- C) Sosyal farkındalık
- D) Kişiler arası ilişkileri yönetme
- E) Sorumlu karar verme

26 Eyl.

- ✓ Başkalarının bakış açısını alır ve onlarla empati kurar.
- ✓ Bireysel ve grup benzerliklerini ve farklılıklarını tanıır ve bunları takdir eder.
- ✓ Toplumsal davranış standartlarını anlar ve bunlara uyar.
- ✓ Aile, okul ve toplum kaynaklarını tanıır ve kullanır.

19. Yukarıda sayılan kazanımlar SDÖ programının hangi alanına aittir?

- A) Öz farkındalık
- B) Öz yönetim
- C) Sosyal farkındalık
- D) Kişiler arası ilişkileri yönetme
- E) Sorumlu karar verme

“SDÖ programını kullanan okullar, öğrencilere öz farkındalık, öz yönetim, sosyal farkındalık, ilişkiler ve sorumlu karar verme alanlarında beceriler öğretir.”

20. Buna göre öğrenciler hangi eylemi gerçekleştirmez?

- A) Çocuklar kızgın olduklarında kendilerini sakinleştirebilirler.
- B) Arkadaşlıklar başlatabilirler.
- C) İlişki çatışmalarını saygılı bir şekilde çözebilirler.
- D) Etik ve güvenli seçimler yapabilirler.
- E) Şiddet ve zorbalığa başvuruabilirler.

Sevgili Dost!

Telefonumun mesaj sinyali çaldı. Dokundum zarfın üstüne: “Hastamızın beyni öldü. Kalbi beş dakika hiç çalışmadı. Doktorlar elektroşokla çalıştırdılar kalbi. Bekliyoruz.”

Sevgili Dost!

Ölüm de davetliler içinde.

(Ali Ural, Posta Kutusundaki Mızıka)

- ✓ İşbirliğine dayalı sağlıklı ilişkiler kurar ve bunu sürdürür.
- ✓ Uygunsuz sosyal baskıya direnir.
- ✓ Kişiler arası çatışmayı önler, yönetir ve çözer.
- ✓ Gerektiğinde yardım ister.

21. Yukarıda sayılan kazanımlar SDÖ programının hangi alanına aittir?

- A) Öz farkındalık
- B) Öz yönetim
- C) Sosyal farkındalık
- D) Kişiler arası ilişkileri yönetme
- E) Sorumlu karar verme

- ✓ Etik standartlar, güvenlik endişeleri, uygun davranış standartları, başkalarına saygı ve çeşitli eylemlerin olası sonuçlarını dikkate alarak karar alır.
- ✓ Karar verme becerilerini akademik ve sosyal durumlara uygular.
- ✓ Kişi, okulunun ve toplumun refahına katkıda bulunur.

22. Yukarıda sayılan kazanımlar SDÖ programının hangi alanına aittir?

- A) Öz farkındalık
- B) Öz yönetim
- C) Sosyal farkındalık
- D) Kişiler arası ilişkileri yönetme
- E) Sorumlu karar verme

Not 1: Yanına yıldız koyduğum sorular, çıkmasını beklediğim favori sorulardır.

27 Eyl.

“Okullar; değerleri, inançları, ilgileri, yetenekleri, motivasyonları ve bakış açıları farklı öğrencilerin bir araya geldikleri heterojen ortamlardır. Okullardaki ve sınıflardaki kalabalık öğrenci mevcutları da göz önüne alındığında okullarda öğrenciler arasında anlaşmazlıkların yaşanması kaçınılmazdır. Bu noktada önemli olan öğrencilerin yaşamış oldukları bu anlaşmazlıkları hangi yöntemlerle ele aldıklarıdır.”

1. Buna göre, okullarda **barış yapıcılığı** dair hangi değerlendirmenin yanlış olduğu söylenebilir?

- A) Yaşamın doğal bir parçası olan anlaşmazlıklarda önemli olan husus, anlaşmazlıkların yapıcı-barışçıl bir biçimde çözüme kavuşturulmasıdır.
- B) Anlaşmazlıkları önlemekten çok anlaşmazlıkların yapıcı-barışçıl bir biçimde nasıl ele alınabileceğini öğretmek daha önemlidir.
- C) Yapıcı anlaşmazlık çözüm becerileri öğretildiğinde öğrencilerin sosyal yaşamda iş birliği yapma, ilişki kurma ve ilişki sürdürme becerileri de gelişir.
- D) Barış yapıcılık/ara buluculuk uygulamalarının amacı öğrencilerin güvenliğini, sosyalleşmelerini ve gelişmelerini önlemektir.
- E) Barış yapıcılık/ara buluculuk programları okullarda şiddet davranışlarının ve disiplin problemlerinin azaltılmasında alternatif bir yöntem olarak kullanılır.

“Barış yapıcılık/ara buluculuk, sorun yaşayan iki ya da daha fazla kişinin üçüncü bir **nötr** kişinin yardımıyla sorunu çözmek amacıyla bir araya geldikleri bir süreci içermektedir. Okullarda barış yapıcı olarak eğitilen öğrenciler, üçüncü bir **nötr** kişi olarak tarafların yapıcı-barışçıl bir çözüme ulaşmaları amacıyla taraflar için müzakere basamaklarını kolaylaştırmaktadırlar.”

2. Buna göre barış yapıcılara dair hangisi **söylenemez**?

- A) Barış yapıcılar, tarafların yaşadığı sorunu çözmeye çalışmaz.
- B) Barış yapıcılar, tarafların sorunlarını çözmelerinde sadece süreci kolaylaştırır.
- C) Barış yapıcının, taraflar üzerinde caydırıcı bir yaptırım gücü ve otoritesi vardır.
- D) Barış yapıcı ve taraflar arasındaki ilişki eşitliğe dayanır.
- E) Barış yapıcılık; gönüllülük esasına dayalı, gizli ve kontrollü yürütülen bir süreçtir.

Barış yapıcılar,

- ✓ (I) Taraf tutmazlar.
- ✓ (II) Kimseyi suçlamazlar.
- ✓ (III) Tarafları ön yargıyla dinlerler.
- ✓ (IV) Taraflara yardım ederler.
- ✓ (V) Taraflara yüzleşme fırsatı sunarlar.

3. Eylemlerinden hangisini yaptıklarında barış yapıcı görevlerine ters hareket etmiş olurlar?

- A) I B) II C) III D) IV E) V

- ✓ (I) Adli makamlar
- ✓ (II) Öğrenci davranışları değerlendirme kurulu
- ✓ (III) Okul disiplin kurulu

4. Yukarıda sayılan kurumlardan hangisi veya hangilerine yansması gereken olaylar hariç olmak üzere öğrenciler arasında yaşanan tüm sorunlar barış yapıcılıkta ele alınabilir?

- A) I
B) I-II
C) I-III
D) I-II-III
E) II-III

- ✓ (I) Alay etme
- ✓ (II) Lakap takma
- ✓ (III) Cinsel istismar
- ✓ (IV) Dedikodu etme

5. Yukarıdakilerden hangisi veya hangileri barış yapıcılıkta çözülebilecek sorunlardandır?

- A) I
B) II
C) I-II-III
D) II-III-IV
E) I-II-IV

“Barış yapıcılığın gerçekleşebilmesi için taraflardan her ikisinin de barış yapıcılığı etmesi gerekmektedir.”

6. Metindeki boşluğa aşağıdaki kelimelerden hangisi getirilmelidir?

- A) ...terk
B) ...kabul
C) ...rica
D) ...redd
E) ...sipariş

“Barış yapıcılık, **dört** aşamadan oluşan bir süreçtir.”

- ✓ (I) Kavganın sonlanması ve tarafların sakinleşmesi
- ✓ (II) Tarafların barış yapıcılık desteği almaya karar vermeleri
- ✓ (III) Anlaşmanın imzalanması
- ✓ (IV) Müzakere basamaklarının kolaylaştırılması

7. Yukarıdaki barış yapıcılığın aşamalarından hangisi ikisi yer değiştirmelidir?

- A) I-II
B) II-III
C) III-IV
D) II-IV
E) I-IV

27 Eyl.

8. Barış yapıcılıkla ilgili aşağıdaki yargılardan hangisi **yanlıştır**?

- A) Barış yapıcılık; kavgaın sonlanması ve tarafların sakinleşmesi, tarafların barış yapıcılık desteği almaya karar vermeleri, müzakere basamaklarının kolaylaştırılması ve anlaşmanın imzalanması aşamalarından oluşur.
- B) Barış yapıcılar tarafları bir araya getirmeden önce kavgaın sonlandığından ve tarafların sakinleştiğinden emin olmalıdır.
- C) Sorunun barış yapıcılık ortamında çözülmesini isteme kararı taraflara ait olmakla birlikte taraflardan biri barış yapıcılık desteği almak istemezse ikna edilir.
- D) Barış yapıcı, tarafların müzakere basamaklarını kullanarak sorunlarını çözmelerinde kolaylaştırıcı bir rol üstlenir.
- E) Görüşme sürecinin sonunda taraflar anlaşmaya vardıklarında barış yapıcı, barış yapıcılık formunu doldurur ve imzalamaları için taraflara sunar.

“Barış yapıcı öğrenciler, tarafların yaşadığı anlaşmazlığı ele alırken birtakım işlem basamaklarını takip ederler.”

- (I) Taraflar yaşadıkları sorunu nedenleriyle birlikte açıklarlar.
- (II) Taraflar yaşadıkları duyguları nedenleriyle birlikte açıklarlar.
- (III) Taraflar birbirlerinin bakış açısını anladıklarını gösterirler.
- (IV) Taraflar isteklerini nedenleriyle birlikte açıklarlar.
- (V) Taraflar ürettikleri çözüm seçenekleri arasında en adil, yapıcı ve barışçıl çözüm seçeneği üzerinde anlaşılır.
- (VI) Taraflar çözüm seçenekleri üretirler.

9. Hangi **iki basamak** yer değiştirdiğinde takip edilecek basamaklar doğru bir düzene kavuşur?

- A) I-II
- B) V-VI
- C) III-IV
- D) II-IV
- E) IV-V

“Uygulayıcıların çalıştıkları kurumlarda barış yapıcılık/ara buluculuk programını kolaylıkla hayata geçirebilmeleri için izlemeleri gereken işlem basamakları **(10 basamak)** vardır.”

10. Aşağıdakilerden hangisi **birinci** basamağı oluşturur?

- A) Okul yöneticilerini bilgilendirmek, onları ikna etmek, onların desteğini almak ve güvenini kazanmak
- B) Çevre kurum ve kuruluşlarla iş birliğinin sağlanması
- C) Her bir öğretmenin desteğinin kazanılması
- D) Kullanılacak eğitim programının belirlenmesi, revize edilmesi ya da geliştirilmesi
- E) Uygulayıcıların maddi ihtiyaçların nasıl giderileceği konusunda okul yöneticileriyle görüşmeleri ve bütçe planlamaları yapmaları

“Okullarda **önleyici ve gelişimsel rehberlik çalışmaları** kapsamında yürütülen barış yapıcılık programının amacına ulaşip ulaşmadığını, etkililiğini ve sürdürülebilirliğini tespit etmek için hem uygulama sürecinde hem de uygulama tamamlandıktan sonra sistematik ve bilimsel değerlendirmeler yapılabilir.”

11. Buna göre aşağıdakilerden hangisi barış yapıcılık uygulamasının son basamağıdır?

- A) Barış yapıcı öğrencilerin seçimi ve eğitimlerin ne zaman gerçekleştirileceğinin belirlenmesi
- B) Eğitim programının uygulanmasının ardından bu eğitime katılan öğrenciler için geniş katılımlı bir rozet takma töreni düzenlenmesi
- C) Okulda ara buluculuk uygulamaları başlatılmadan önce tüm şubelerde tanıtım yapılması
- D) Barış yapıcılık sürecinin yürütülmesi
- E) Projenin etkililiğinin değerlendirilmesi

“Aynı ortamda bulunulduğunda kişide **öfke, huzursuzluk, korku, endişe, sıkıntı gibi duygular** yaşıtan; **dinleme, anlama, anlaşma ve uzlaşma konusunda** bilgi ve beceri eksikliğinden kaynaklanan sıkıntıların ortaya çıkmasına sebep olan insanlar için kullanılan bir kavramdır. Literatürde zor insan **patolojik çerçevede ele alınmasa da** hem kendileri hem de yakın çevresi için **yaşama sevinci ve yaşam enerjisini azaltan**, bireysel ve **kurumsal verimliliğe, motivasyona zarar veren** etkilerinden dolayı son yıllarda inceleme konusu hâline gelmiştir.”

12. Metne göre zor insanlara dair aşağıdaki çıkarımlardan hangisi **yapılamaz**?

- A) Zor insanlar, negatif enerji kaynağıdır.
- B) Zor insanlar, iletişimde zorluk yaşar.
- C) Zor insanlar, verimlilik ve motivasyon membadır.
- D) Zor insanlar, patolojik vaka olarak değerlendirilmez.
- E) Zor insanlar, yaşama sevincini ve enerjisini emer.

“Bir insanın çocukluğunda özellikle ebeveynleri ile oluşturdukları iletişim tarzı, ileri yaşlarda başka insanlarla iletişim kurarken aynı şekilde kullanılır. 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.”

13. Metne göre olumlu ya da olumsuz iletişimi etkileyen en önemli kavram aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Bağlanma
- B) Güvenme
- C) Kaygı
- D) Korku
- E) Sevgi

27 Eyl.

“Kendimiz ya da karşımızdakinin **zor insan** olup olmadığına karar vermek çoğu zaman kolay değildir. 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. Bir insanın gözlenebilir ‘anlama ve anlaşılma çabası’ onun zor insan olup olmadığının önemli bir göstergesidir. Anlama ve anlaşılma çabasının temelinde de ‘dinleme becerisi’ yer alır. Diğer bir ifade ile ‘dinleme becerisi’ne bakılarak bir kişi hakkında önemli ipuçları elde edilebilir.”

14. Metne göre zor insanı tanımlamada **en önemli iki kriter** aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Anlayış ve davranış kalıplarının gözleniyor olması
- B) Davranışın her yerde devamlılığı ve dinleme becerisi
- C) Zor iletişim kurma ve anlama çabası
- D) Dostane tavır gösterme ve anlaşılma çabası
- E) Empati becerisi ve davranışta süreklilik

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

15. Buna göre, zor insanlara dair aşağıdaki yargılardan hangisi **yanlıştır**?

- A) Zor insanlar genelde kötü niyetli değildir.
- B) Dünya adaletsiz ve onlar da kurban olduğu için kendilerini korumaya çalışırlar.
- C) Zihinlerinde bir düzen vardır, bu da onları hayatta gerçekten yapmak istediklerine sevk eder.
- D) Dünya görüşlerini destekleyecek sürekli bir kanıt arayışı içindedirler.
- E) Zor durumlara başvurmalarının sebebi kanıt arayışı içinde olmalarıdır.

16. Aşağıdakilerden hangisi zor insanın çıkış sebeplerinden biri **sayılmaz**?

- A) Helikopter ebeveyn tutumları neticesinde her şeyin arzularına göre şekillenmesi gerektiğine inanmaları
- B) Dış dünyanın güvenilir ve diğer insanların tehlikesiz kişiler olduğu inancı
- C) İnsanın kendisini değersiz ve yetersiz algılaması
- D) Ebeveynlerine güvensiz bağlanma, yetişkin yaşamda da diğer insanları güvenilmez bulma
- E) Dünyanın kendi etrafında dönmesi gerektiğine inanma

“Zor kişilikleri çeşitli kriterlere göre gruplandırmak mümkündür. Özellikle kurumsal yapı içinde değerlendirildiklerinde üç grup insanla karşılaşırız.”

Buna göre,

- ✓ Aşırı uyum davranışı sergileme
- ✓ “Evet efendim!”ci davranış ve iletişim tarzı
- ✓ “Yatan mutlular” olarak bilinmeleri
- ✓ Kendi yaşamlarına veya kurumsal işleyişe olumlu bir katkıda bulunmama

17. Özellikleriyle bilinen zor kişiler aşağıdaki hangi kategoriye girerler?

- A) İnaktif
- B) Reaktif
- C) Proaktif
- D) Sağlıklı insan
- E) Normal insan

18. Aşağıdakilerden hangisi reaktif kişilerin özelliği olarak **öne çıkmaz**?

- A) En önemli özellikleri hemen her görüş, düşünce veya öneriye kendiliğinden karşı çıkmaları, muhalefet etmeleridir.
- B) Ortaya atılan görüş ve öneriyi sorgulamazlar, üzerinde düşünmezler ve sadece karşı çıkarlar.
- C) Karşı çıktıkları veya muhalefet ettikleri duruma ilişkin bir öneri veya karşı görüş bildirmezler.
- D) “Karşı çıkmak için karşı çıkma” bir yaşam biçimi olarak yerleşmiştir.
- E) Bu kişiler içinde bulundukları kurum için bir artı değer yaratırlar.

- ✓ 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.

19. Yukarıda özellikleri sayılan insan tipi hangi kategoriye girmektedir?

- A) İnaktif
- B) Reaktif
- C) Proaktif
- D) Sağlıklı insan
- E) Normal insan

27 Eyl.

“İnsanlar, ‘sorunlar karşısındaki duruşu’ bakımından da farklı duruşlara sahiptir. Bir sorunla karşılaştığında insanların soruna karşı takındıkları tavır da birbirinden farklı olmaktadır. Hayatın her dönemi ve her türlü ortamda sorunlar kaçınılmaz olduğu gibi geliştiricidir de. Bu açıdan bakıldığında sorunların olmaması değil, insanların sorunlar karşısındaki duruşları önemlidir.”

20. Buna göre, aşağıdakilerden hangisi **sağlıklı insanın duruşuna uymaz?**

- A) Sağlıklı insan sorunların farkındadır.
- B) Sorunu çözmek için gözlenebilir çabalar sergiler.
- C) Bu çabaları amaca yönelik, uzlaşmacı ve yapıcıdır.
- D) En bilinen ifade ile amacı “Bağcıyı dövmektir.”
- E) Sorunların çözümünde her iki tarafın da kazanabileceği sonuca odaklanır.

- ✓ “Haklısın-haksızsın!” tartışmasına girmez.
- ✓ “Köpek balığı” taktiği denilen “Haklı olmak için güçlü olmak yeterlidir.” anlayışını benimsemez.
- ✓ “Ne şiş yansın ne kebab!” şeklinde özetlenebilecek “oyuncak ayı” yöntemini kullanmaz.

21. Yukarıda özellikleri sayılan insan tipi hangi kategoriye girer?

- A) İnaktif
- B) Reaktif
- C) Proaktif
- D) Sağlıklı insan
- E) Normal insan

- ✓ Sorunların farkındadır; ancak o sorunları çözmek için bir çaba harcamaz, sorunlarla birlikte yaşamayı seçer.
- ✓ Sorunları halının altına süpürür.
- ✓ “Statükocu anlayış” olarak da kavramlaştırılabilir.

22. Yukarıda özellikleri sayılan insan tipi hangi kategoriye girer?

- A) İnaktif
- B) Reaktif
- C) Proaktif
- D) Sağlıklı insan
- E) Normal insan

“Günlük hayatta çoğu insan ‘normal’ olmayı ‘iyi’ olmakla eş değer zanneder. Hâlbuki özellikle sorun çözme süreci açısından sağlıklı insan ile normal insan arasında önemli farklar vardır.”

23. Aşağıdaki hangi cümle **“normal insanı”** tarif etmez?

- A) Benim adım hıdır, bildiğim budur.
- B) “Gelene ağam, gidene paşam!” demeyiz!
- C) Böyle gelmiş, böyle gider.
- D) Bir benim çabamla ne olacak?
- E) Herkes böyle yapmıyor mu?

- ✓ En belirleyici özelliği iki defans (savunma) mekanizmasını sıklıkla kullanmalarıdır.
- ✓ Bunlar “neden bulma” ve “yansıtma”dır.
- ✓ Parmakları her zaman birilerini ve bir şeyleri gösterir.
- ✓ “Ben sorumluyum.” diyemezler.

24. Yukarıda özellikleri sayılan insan tipi hangi kategoriye girer?

- A) İnaktif
- B) Reaktif
- C) Sağlıksız insan
- D) Sağlıklı insan
- E) Normal insan

Sevgili Dost!

Bir şehrin en güvenilir yeri sence neresidir? (...) Hangi pencere açıldığında rüzgârı bizi üşütmez? Hangi merdiven çıkıldığında yormaz kalbimizi?

(Ali Ural, Posta Kutusundaki Mızıka)

CEVAP ANAHTARI: 1D 2C 3C 4D 5E 6B 7C 8C 9B 10A 11E 12C 13A 14B 15C 16B 17A 18E 19C 20D 21D 22E 23B 24C

28 Eyl.

“Zor kişilikler, yaşam enerjilerini nasıl harcadıklarına bakılarak da tanınabilir ve gruplandırılabilir. Yaşam enerjisi her türlü etkinlik, sorun çözme, üretkenlik ve mutluluğumuz üzerinde etkili olan içsel bir güç olarak tanımlanabilir.”

1. Buna göre, yaşam enerjisine dair aşağıdaki yargılardan hangisi doğru değildir?
 - A) Yaşam enerjisi; fiziksel, zihinsel ve duygusal enerji olmak üzere üç kategoride değerlendirilir.
 - B) Fiziksel enerji; beden sağlığımız, beslenmemiz, uyku düzenimiz gibi yaşam alışkanlıklarımız tarafından belirlenir.
 - C) Düşünme, okuma, problem çözme gibi etkinlikler zihinsel enerji ile ilgilidir ve bu tür etkinliklerin hayatımızda yer alması zihinsel enerjimizi artırır, geliştirir.
 - D) Kendimize kendimizin biçtiği değer ise duygusal enerjimizi oluşturur.
 - E) Yaşam enerjisi olarak her türlü etkinliğimizde belirleyici bir güce sahip olmakla birlikte üç enerjinin birbiri ile etkileşim hâlinde olduğu söylenemez.

“Fiziksel enerjisi düşük bir insanın zihinsel ve duygusal enerjisi de düşük olacaktır. Ya da okumayan, sorgulamayan, problem çözmeyen yani zihinsel enerjisi düşük bir insanın duygusal enerjisi de bundan olumsuz etkilenecektir. Aynı şekilde kendisini değersiz, işe yaramaz, beceriksiz ya da çirkin gören birinin hem fiziksel hem de zihinsel enerjisi bu algısından etkilenecektir. 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.”

2. Metinden aşağıdaki hangi çıkarıl elde edilemez?
 - A) Fiziksel enerjisi düşük olanın zihinsel ve duygusal enerjisi de düşük olur.
 - B) Duygusal enerjisi düşük olanın fiziksel ve zihinsel enerjisi de düşük olur.
 - C) Zihinsel enerjisi düşük olanın duygusal ve fiziksel enerjisi de düşük olur.
 - D) Yaşam enerjisinin harcadığı yer zor kişiliğin oluşumunda kritik bir öneme sahiptir.
 - E) Zor kişilikler, yaşam enerjilerini en zor yerlerde harcayan kişilerdir.
3. Aşağıdakilerden hangisi zor insanlarla iletişimi büyük ölçüde imkânsız kılan veya sorunu daha da ağırlaştıran tutumlardan değildir?
 - A) Aynen karşılık verme
 - B) Savunmaya geçme yerine problemi ele alma
 - C) Söylenenlerin ne anlama geldiğini dikkate almama
 - D) Ürkme ve şaşırma
 - E) Tepkisiz kalıp o anda bir şey düşünememe

“Zor kişilikler üzerine seminer düzenleyen Hatice Hanım, zor kişilerin yaşam enerjisini nasıl ve ne yaparak ziyan ettiklerine dair ‘Genellikle geçmiş ve gelecekte yaşarlar, şimdi ve buradayı unuturlar. Diğer bir ifade ile bu insanların geçmiş geçmemiştir. Belki de hiç ortaya çıkmayacak geleceğin olası olumsuzluklarına ilişkin kaygılarını bugün bütün yoğunluğu ile hissederler. Kısaca hayatı, şimdiki zamanı ziyan ederler. Mazeret üretmekte, suçlu bulmakta ustalaşmışlardır. Abartılı bir benzetme ile ‘otomobilleri ile giderken ağaca çarptıklarında, ağacı trafik kurallarından habersiz olmakla suçlarlar.’ sözlerini sarf etmiştir.”

4. Hatice Hanım, zor kişilere dair aşağıdaki hangi cümleleri sarf ettiğinde önceki söylemleriyle çelişir?
 - A) Kurban rolünü sıklıkla oynarlar; çünkü onlar hep mağdur edilmiş, hakkı yenilmiş insanlardır.
 - B) Negatif seçicidirler; çünkü yaşam alanlarında mevcut olan ya da sahip oldukları iyi ve olumlu şeyleri görmezler.
 - C) Beyinlerini âdeta kuruntu üretim fabrikası gibi kullanırlar.
 - D) Herkesi memnun etme çabası taşımakla birlikte kendi duygu, düşünce ve ihtiyaçlarını da önemseyerek dengeli bir yaşam sürerler.
 - E) Her şeyi kontrol etme çabası içine girerek yaşam enerjilerini ziyan ederler.

“Tanrım! Bana değiştirebileceklerimi değiştirebilmem için güç, değiştiremeyeceklerime katlanmam için sabır, ikisini birbirinden ayırt edebilmem için akıl ver.”

5. Bir yazıtta geçen yukarıdaki söz aşağıdaki hangi insan tipinin karakteriyle uyumludur?
 - A) İnaktif
 - B) Reaktif
 - C) Sağlıksız insan
 - D) Sağlıklı insan
 - E) Normal insan



“Her türlü insan karşısında ‘model davranış sergilemek’ yapılabilecek en doğru davranıştır. Bu gerçekten hareketle bir insanın geliştirebileceği en değerli beceri ‘iletişim becerisi’dir. Bir insanın yaşam doyumu, mutluluğu ve verimliliği iletişim becerisi ile doğru orantılıdır. Zor insanlarla birlikte yaşamak ve çalışmak konusunda da en temel öneri budur.”

6. Buna göre, aşağıdakilerden hangisi zor kişiliklere mesajları iletme esnasında sergilenmesi gereken iletişim becerisinden değildir?
 - A) Dolaylı
 - B) Hemen
 - C) Açık bir şekilde
 - D) Dürüstlikle
 - E) Karşıdakini incitmeden

28 Eyl.

“Karşımızdaki insanın davranışının altında yatan sebepleri, hangi **psikolojik ihtiyacından** kaynaklandığını bilirsek ona karşı göstermemiz gereken tepkiyi de bu oranda doğru seçebiliriz. Hiçbir insanın davranışı amaçsız değildir ve tüm davranışlarımız özellikle bir **psikolojik ihtiyacı** karşılamaya dönüktür. Kendini koruma ihtiyacı içinde davranan **güvensiz bir zor kişiliğin** karşısında onun **güvende** olduğunu hissettirecek bir tutum daha sağlıklı bir iletişim atmosferi oluşturacaktır. Bu bağlamda reaktif insanlar, kendilerini **güçlü gösterme** ihtiyacı duyarlar. Haklı olmanın ve hakkını elde etmenin **güç** ile gerçekleşeceğine inanırlar. Oysa ‘**güç**’ elbisesinin altında ‘**korkaklık**’ vardır.”

7. Buna göre reaktif insanların davranışlarının altında yatan psikolojik alt yapıya dair aşağıdakilerden hangisi **söylenemez?**

- A) Enerji küpü olduklarının farkındadırlar. Bu enerji yıkıcı değil, yapıcıdır; bunu negatif yönde değil, pozitif yönde kullanırlar.
- B) Bir tür suçluluk duyarlar; çünkü başkalarından onların zayıflıklarının her an farkına varacakları endişesi taşırlar.
- C) Yalnızlık çekerler; çünkü saldırgan tavırları nedeniyle insanlar onlardan uzak durur. Bu sebeple iç dünyaları aslında ıssız bir çölü andırmaktadır.
- D) Tehdit altında olduklarını düşünürler ve özellikle de dış görünüşlerindeki öz güvenin yapmacık olduğunun anlaşılması durumunda tehdit algısı artar ve bu durum onları daha agresif yapabilir.
- E) Sıkıntıdan bunalırlar ve özellikle de etraflarında yapıcı ve üretken insanlar gördüklerinde onların enerji ve hızına ayak uyduramama bu sıkıntıyı artırır.

“Reaktif insan davranışının altında yatan dinamikleri bilen bir partner ya da yönetici tüm irrasyonel düşünce kalıplarını boşa çıkaracak tutum ve davranış sergileyerek zor insanla birlikte çalışabilir. Gerekli süreyi tanıyarak aceleci bir beklenti içine girmezse ondaki olumlu değişmeyi görebilir.”

8. Buna göre, bir başka zor kişilik olan kötümserlerden aşağıdaki hangi davranış kalıbı **beklenmez?**

- A) Kendilerini gelecek başarısızlıklara karşı korumaya çalışırlar.
- B) Nadiren bir işi tamamlamak için öneri getirirler.
- C) Getirilen önerilere de hep olumlu yaklaşırlar.
- D) Temel psikolojik ihtiyaçları güvenlidir.
- E) Kendilerinin ortaya koyacakları olası bir başarı bile onları korkutur.

“İnsanı zor kişi yapan **korkudur.**”

9. Buna göre, zor kişilik karşısında yapılması gereken **somut, kalıcı ve en temel eylem** aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Zor insanı değil, ona yaklaşımımızı değiştirmek en sağlıklı çözümdür.
- B) Psikolojik olarak güven içinde olduklarını deneyimlemelerini ve bunu uzun bir süre içinde test ederek ikna olmalarını sağlamaktır.
- C) Her türlü olumsuzluk ya da kışkırtma karşısında bile soğukkanlılık/sakinlik korunmalıdır.
- D) Zor insanlara gerekli süre tanınmalı, acele hareket edilmemelidir.
- E) Zor kişiliklerle birlikte yaşamak ve çalışmak zorunda olanlar kendilerini geliştirip değiştirmelidir.

“Bütün çözüm önerileri işe yaramadığında insanlar, zor insanla arasına mesafe koymayı bilmelidir. Zor kişiliklerle araya mesafe koymada uygulanabilecek bazı yöntemler vardır.”

10. Aşağıdakilerden hangisi bu yöntemler arasında **bulunmaz?**

- A) Kırık plak
- B) İlişki yerine konunun içeriğini tanımlama
- C) Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- D) Kendinden emin erteleme
- E) Sislendirme

“Dikkatle düşünüp **bir cümle hazırlamalıyız!** Zor kişiye kendisini duyduğumuzu belirtip bu cümleyi **üst üste tekrarlamalıyız!**”

- ✓ Söylediklerini duydum ve bugün konuşacak durumda değilim.
- ✓ Şimdi işe gitmem gerekiyor.
- ✓ Kızgın görünüyorsun ve ben şimdi tartışmak istemiyorum.

11. Yukarıda tarifi yapılan ve örnekleri verilen zor insanla araya mesafe koyma yöntemi hangisidir?

- A) Kırık plak
- B) Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama
- C) Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- D) Kendinden emin erteleme
- E) Sislendirme

28 Eyl.

“Zor kişi, alışılmış davranışları sergilemeye başladığında söylediklerine aldırmmamalı ve yaptığına işâret etmeliyiz.”

- ✓ Konuşmayı bu şekilde sürdürürsek nerede gideceğimize karar veremeyeceğiz.
- ✓ Eski sorunları bir kenara bırakırsak işi daha iyi plânlayabiliriz.
- ✓ Birbirimize bağırıp çağırdığımız sürece sorunu çözemeyiz.

12. Yukarıda tarifi yapılan ve örnekleri verilen zor insanla araya mesafe koyma yöntemi hangisidir?

- A) Kırık plak
- B) Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama
- C) Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- D) Kendinden emin erteleme
- E) Sislendirme

“Karşıdaki kişinin öfkесinin, dırdırının ya da suskunluğunun nedenini tümüyle göz ardı edip konuşmayı erteleyebiliriz.”

- ✓ Gördüğüm kadarıyla şu anda çok öfkелisin. En iyisi bu konuyu öğleden sonra ele alalım.
- ✓ Şu anda kendini iyi hissetmediğinin farkındayım. Daha sonra konuşalım.

13. Yukarıda tarifi yapılan ve örnekleri verilen zor insanla araya mesafe koyma yöntemi hangisidir?

- A) Kırık plak
- B) Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama
- C) Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- D) Kendinden emin erteleme
- E) Sislendirme

“Zor kişiye göstereceğimiz tepkiyi daha sakın ve kafamızın daha duru olduğu bir zamana bırakabiliriz.”

- ✓ Şu anda bu konuyu konuşmaya hazır değilim.
- ✓ İlginç bir fikir! Bana düşünmem için izin vermeni istiyorum.

14. Yukarıda tarifi yapılan ve örnekleri verilen zor insanla araya mesafe koyma yöntemi hangisidir?

- A) Kırık plak
- B) Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama
- C) Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- D) Kendinden emin erteleme
- E) Sislendirme

“Karşıımızdaki kişinin isteğini ve görüşlerini kendi sözlerimizle kısaca özetleyebilir, böylece onu dinlediğimizi ve anladığımızı göstermiş oluruz ve kendi düşündüğümüz şekilde tutum alabiliriz. Bu yöntem kırık plak cümlesi yönteminin biraz daha hafifletilmiş şeklidir.”

- ✓ Bu konunun sizin için çok önemli olduğunu anlıyorum. Maalesef şimdi işe gitmek zorundayım.
- ✓ Şikâyetlerini dinledim ve bunları daha sonra görüşmek istiyorum.
- ✓ İşâret ettiğin olumsuzlukları anlıyorum. Artık olumlu noktalara bakmamız gerektiğini düşünüyorum.

15. Yukarıda tarifi yapılan ve örnekleri verilen zor insanla araya mesafe koyma yöntemi hangisidir?

- A) Kırık plak ikizi
- B) Konunun içeriğini bırakıp ilişkiyi tanımlama
- C) Ortam değişinceye kadar konuşmaya ara verme
- D) Kendinden emin erteleme
- E) Sislendirme

“Her zor insan aynı özelliklere sahip değildir. Karşıımızdaki kişiyi zor insan grubuna koyan temel özelliğı bilinirse onun karşısında sergilenmesi gereken tutum ve davranış da farklılaşacaktır.”

16. Aşağıdakilerden hangileri zor kişiliklerden değildir?

- A) Saldırgan Kişilikler
- B) Sürekli Yakınanlar
- C) Suskun Tepkisizler
- D) İyimserler
- E) Çokbilmişler



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

17. Yukarıdaki sözleri söyleyen biri hangi zor kişiliklere karşı takınılması gereken tutumları belirtmektedir?

- A) Saldırgan Kişilikler
- B) Sürekli Yakınanlar
- C) Suskun Tepkisizler
- D) Kötümserler
- E) Çokbilmişler

28 Eyl.

- ✓ Kendinizi sorumluymuş gibi hissetseniz de 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!

18. Yukarıdaki sözleri söyleyen biri hangi zor kişiliklere karşı takınılması gereken tutumları belirtmektedir?

- A) Saldırgan Kişilikler
- B) Sürekli Yakınanlar
- C) Suskun Tepkisizler
- D) Kötümserler
- E) Çokbilmişler

- ✓ Tepkisizliğin ne anlama geldiğini yorumlamaya kalkışmayın! 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 konuşmaya başlarsa yorum yapmadan dinlemeye gayret edin!
- ✓ Tepkisiz kalmayı sürdürüyorsa görüşmeyi kesin ve tekrar görüşmek üzere bir zaman belirtin!

19. Yukarıdaki sözleri söyleyen biri hangi zor kişiliklere karşı takınılması gereken tutumları belirtmektedir?

- A) Saldırgan Kişilikler
- B) Sürekli Yakınanlar
- C) Suskun Tepkisizler
- D) Kötümserler
- E) Çokbilmişler

- ✓ Kendinizi ve ekibinizi koruyun! Kötü bakış açılarını 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!
- ✓ Söylediklerini gelecekte aşılması gerekebilecek sorunlar olarak görün!

20. Yukarıdaki sözleri söyleyen biri hangi zor kişiliklere karşı takınılması gereken tutumları belirtmektedir?

- A) Saldırgan Kişilikler
- B) Sürekli Yakınanlar
- C) Suskun Tepkisizler
- D) Kötümserler
- E) Çokbilmişler

"Bu kişiler dayanılmaz bir mantık silsilesi ve bilgilerine olan güvenleriyle sizi aptal, beceriksiz konumuna düşüren ve savunmaya zorlayan insanlardır. Aralarında uzman olmadıkları hâlde uzmanmış gibi konuşan, yarı-bilgili hâllerinin kısmen farkında olan ve aldıkları yarım yamalak bilgileri aceleyle olayın bütünüyümüş gibi sunanlar da vardır."

21. Metinde sözü edilen zor kişilikler aşağıdakilerden hangisidir?

- A) Saldırgan Kişilikler
- B) Sürekli Yakınanlar
- C) Suskun Tepkisizler
- D) Kötümserler
- E) Çokbilmişler

22. Aşağıdakilerden hangisi zor kişiliklere karşı takınılması gereken tavır değildir?

- A) Bu insanlara karşı hızlı bir şekilde savunma pozisyonuna geçilmelidir.
- B) Bu kişilere iletişim kurmak için önceden düşünceleri sıraya koymak ve birlikte ele alınacak konuyla ilgili hazırlıklar yapmak gerekir.
- C) Söyledikleri kabul edilmek istenmiyorsa en etkin yöntem soru tekniklerini kullanmaktır.
- D) Yapılacak işlerin gözden geçirilmesini sağlamak için ek bilgi vermelerini sağlayacak sorulardan yararlanılmalıdır.
- E) Bunlar karşısında doğru olgular, sanki başka bir seçenekmiş gibi mümkün olduğu kadar tasvir edilmelidir.

Sevgili Dost!

Şu günlerde herkes sesini duyurabilmek için hoparlörün sesini daha fazla açması gerektiğini düşünüyor. Bense sadece senin duyabileceğin bir sesle fısıldıyorum kulağına.

(Ali Ural, Posta Kutusundaki Mızıka)

CEVAP ANAHTARI: 1E 2E 3B 4D 5D 6A 7A 8C 9B 10B 11A 12B 13C 14D 15E 16D 17A 18B 19C 20D 21E 22A