

# MODÜL 8

## ARKADAŞLIK VE AKRAN BASKISI

ÖĞRENCİ DESTEK PROGRAMI  
ÖZELLİKLE KIZ ÇOCUKLARININ  
OKULLULAŞMA ORANININ ARTIRILMASI  
PROJESİ



© Bu modül, Özellikle Kız Çocuklarının Okullulaşması Oranının Artırılması Projesi kapsamında Öğrenci Destek Programının bir bölümü olarak hazırlanmıştır. Eğitim amacı dışında çoğaltılması, yayınlanması ve kopya edilmesi yasaktır.

Bu modül L. YAKUT TEMÜROĞLU SUNDUR tarafından hazırlanmıştır.

Bu modül, formatör rehber öğretmenlerin verdikleri geribildirimler doğrultusunda yeniden gözden geçirilmiştir

**2012**

## BAŞLARKEN

Arkadaşlar, hepimizin hayatında önemli yer tutarlar. Arkadaşlığın özellikle çocuk ve ergenlerin yaşamında hayati önemi vardır.

Çocuğun, ailesinden sonra kurduğu ilk ilişkidir arkadaşlık. Çocuklar, arkadaşlarıyla birlikte dışarıdaki dünyaya güvenmeyi, işbirliği yapmayı, paylaşmayı, başkalarına destek vermeyi ve korumayı, beraber yaşamayı öğrenirler. Kimlik gelişiminin gerçekleştiği ergenlikte ise arkadaşlar daha da önem kazanırlar. Kendini kabul etmesi ve değerli görmesi, arkadaşları tarafından sevmeye, kabul edilmeye ve onaylanmaya bağlıdır. Bu dönemde sadakat her şeydir; ama körü körünedir. Arkadaşları için her şeyi yapmaya hazırdır; bazen bu kendine zarar verecek bir şey olsa da. Ergenlikte, arkadaşlık ve akran baskısının sınırları birbirine karışır. Çoğunlukla olumsuz anlamda kullanılsa da akran baskısı ergenleri sadece olumsuz değil, olumlu bir şekilde de etkileyebilir. Ergenin içinde bulunduğu grup, akran baskısının olumlu ya da olumsuz mu olduğunu yansıtır. Bu modülde arkadaşlık, olumlu ve olumsuz akran baskısı tartışılacaktır.



## OTURUMUN AMACI:

- Öğrencilerin olumlu ve olumsuz akran baskısını ayırt edebilmelerini,
- Olumsuz akran baskısına karşı gelebilecek becerileri edinmelerini sağlamak.

## MALZEMELER:

- Katılımcı sayısı kadar A4 kağıdı, seloteyp
- Tahta ve tebeşir ya da tahta kalem
- Katılımcı sayısı kadar çoğaltılmış Uygulama Sayfaları

## MODÜL EYLEM PLANI

- ❑ Bu modülde yer alan ve uzun bir süreye gereksinim duyulan etkinliklerin iki ya da daha fazla oturumda uygulanması önerilmektedir. Bu yüzden etkinlikler için süre verilmemiştir.
- ❑ İlk oturuma burada verilen **Isınma** etkinliğiyle başlayın. Eğer grup çalışması yapıyorsanız her oturumun başında kısa bir ısınma etkinliği uygulayın.
- ❑ Oturumun konusunu açıkladıktan sonra **Açıklama/Tartışma** bölümünü kullanarak öğrencileri bilgilendirin.
- ❑ **Etkinlikleri** uygulayın ve değerlendirme sorularını mutlaka sorun.
- ❑ Birden fazla oturum yaptığınızda oturumlar arasında öğrencilere geçen oturumda öğrendikleri becerileri kullanıp kullanmadıklarını sorun.
- ❑ **Not:** Bu konu için İlköğretim ve Ortaöğretim Kurumları Sınıf Rehberlik Programları'ndan da yararlanabilirsiniz.

## ISINMA OYUNU: LİDERİ İZLE

**AMAÇ:** Öğrencileri akran baskısı konusuna eğlenceli bir biçimde hazırlamak

**MALZEME:** Yok

**KİMLER İÇİN:** 5. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- Bugün yine bir oyunla başlıyoruz. Oyunumuzun adı "Lideri İzle". Oyun şöyle: aramızdan bir gönüllü seçeceğiz. O gönüllü dışarı gittikten sonra biz kendi aramızda bir lider seçeceğiz ve gönüllüyü içeri çağıracağız. Lider, gönüllü fark etmeden bir hareket başlatacak, örneğin göz kırpmaya, el çırpma, iki ayağının üzerinde zıplama gibi. Diğerleri de onu takip ederek aynı hareketi yapacaklar. Gönüllü de kimin lider olduğunu, yani hareketi kimin başlattığını tahmin etmeye çalışacak. Anlaştık mı? Şimdi kim gönüllü olmak ister? (Gönüllülerden birini seçin ve dışarı gönderin).
- (Yönergeyi dışarıdaki gönüllünün duyamayacağı bir biçimde verin). Şimdi aramızdan bir lider seçeceğiz. Kim lider olsun? (Katılımcıların birini lider seçmelerine izin verin). Şimdi hepimiz ayağa kalkalım. Gönüllü içeri geldiğinde hepimiz kollarımızı yukarı kaldırıp aşağıya indiriyor olacağız. Gönüllü ortaya gelecek ve bu arada lider gönüllü arkası dönükken hareketi değiştirecek. Lideri izleyeceğiz ama gözümüzü ona dikip bakarsak gönüllü liderin kim olduğunu çok çabuk anlar. Çaktırmadan bakacağız tamam mı? Hazır mıyız? (Gönüllüyü içeri çağırın ve oyuna başlayın).
- (Gönüllü liderin kim olduğunu bulduğunda lider olan gönüllü olarak dışarı çıkar ve gruba yeni bir lider seçilir. Oyunu 3-4 kez oynattıktan sonra herkesi yerine oturmaya davet edin ve aşağıdaki soruları tartışın)

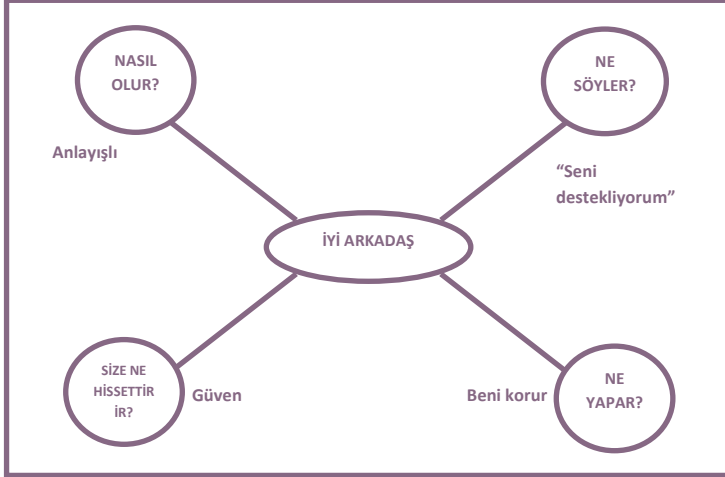
**TARTIŞILACAK SORULAR:**

- Şimdi liderlere soruyorum: tüm grubun her hareketinizi takip etmesi nasıl bir şeydi? Zorlandınız mı?
- Grup üyeleri lideri takip etmek nasıl bir şeydi? Zorlandınız mı?
- (Gönüllülere) Lideri bulmakta zorlandınız mı?
- Gerçek hayatta da içinde bulunduğumuz gruplarda da liderler var mı? Neler yapıyorlar? Diğerleri onları izliyor mu?
- Ya grup lideri yanlış bir şey yaparsa, sırf o gruptan atılmamak için onun yaptığını yapmaya devam eder misiniz?

ETKİNLİK 1: İYİ ARKADAŞ<sup>1</sup>

**AMAÇ:** Öğrencilerin iyi ve kötü arkadaşlık kavramlarını anlamalarını sağlamak

**KİMLER İÇİN:** 5. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- Bugünkü konumuz arkadaşlık. (Tahtaya yandaki şekli çizin). Sizce arkadaşlık neden önemli?
- Sizce iyi bir arkadaş:
  - Nasıl olur?
  - Size ne der? Özellikle zor zamanlarınızda?
  - Ne yapar?
  - Ne hissettirir?
- Şimdi gelin bir de kötü arkadaşına bakalım. (Aynı şekli kötü arkadaş için de çizin)
- Sizce kötü bir arkadaş:
  - Nasıl olur?
  - Size ne der?
  - Ne yapar?
  - Ne hissettirir?
  - Böyle bir arkadaştan kendinizi nasıl korursunuz?
- Bazılarımızın da hiç arkadaşı yoktur. Sizce böyle bir çocuk:
  - Neler hisseder?
  - Neler düşünür?
  - Neden arkadaşı yoktur sizce?
  - Sizin hiç arkadaşınız olmasaydı neler hissederdiniz?
  - Böyle bir arkadaşınız olsaydı onun için neler yapabilirsiniz?

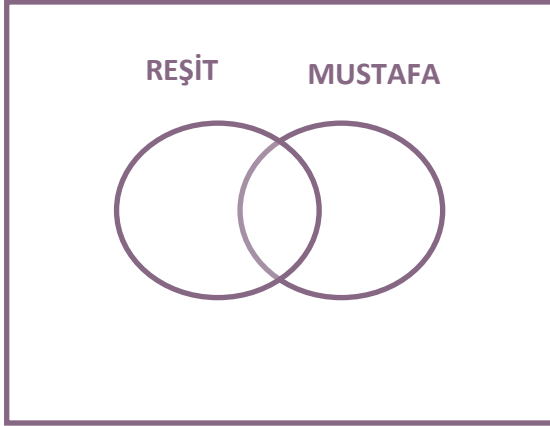
<sup>1</sup> Berthelot, J. (1996). A Unit on Friendship materyalinden uyarlanmıştır.

ETKİNLİK 2: FARKLILIKLARIMIZ BENZERLİKLERİMİZ<sup>2</sup>

**AMAÇ:** Öğrencilerin arkadaşlıklarda farklılıkları kabul etmenin önemini kavramalarını sağlamak

**MALZEME:** Katılımcı sayısının yarısı kadar Uygulama Sayfası 1/A ya da 1/B, A4 kâğıdı

**KİMLER İÇİN:** 5. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- Bu oturumda farklılıklarımızı ve benzerliklerimizi tartışacağız.
- Şimdi sizden 2 kişilik gruplara ayrılmanızı istiyorum (Tahtaya üstteki şekli çizin ve her gruba birer tane A4 kâğıdı verin). Şimdi hepimiz size dağıttığım kâğıtlara benim çizdiğim gibi iç içe geçmiş 2 daire çizin. Ama kâğıdı yan tutun ki, daireler büyük olsun. İçlerine yazı

yazacaksınız çünkü. Şimdi çizdiğiniz dairelerin üzerine ya da altına isimlerinizi yazın.

- Şimdi sizlere bir soru kâğıdı dağıtacağım. (Uygulama Sayfası 1/A'yı dağıtın). Soruları okuyun ve eğer farklı cevap veriyorsanız cevaplarınızı kendi dairelerinizin içine yazın. Eğer cevaplarınız aynı ise buraya, dairelerin üst üste bindiği (kesiştigi) yere yazacaksınız. (Tahtada dairelerin kesiştiği noktayı gösterin). Herkes anladı mı?
- Size dağıttığım sorulara tüm içtenliğinizle cevap vermeniz önemli. Bu etkinlik için 15 dakikanız var.
- (Grupların arasında dolaşın ve gerekiyorsa katılımcılara yardım edin).

**KÜÇÜK SINIFLAR İÇİN:****AKIŞ:**

- Bu oturumda farklılıklarımızı ve benzerliklerimizi tartışacağız.
- Şimdi sizden 2 kişilik gruplara ayrılmanızı istiyorum.
- (Her gruba Uygulama Sayfası 1/B'yi dağıtın). Şimdi sizlere bir soru kâğıdı dağıtacağım. Arkadaşınızla birlikte soruları okuyun ve cevaplayın.
- (Grupların arasında dolaşın ve gerekiyorsa katılımcılara yardım edin).

<sup>2</sup> Berthelot, J. (1996). A Unit on Friendship materyalinden uyarlanmıştır.

**TARTIŞILACAK SORULAR (Soruları küçük sınıfların anlayacağı biçimde basitleştirebilirsiniz)**

- Alıştırmayı nasıl buldunuz?
- Arkadaşınıza ilişkin yeni bir şey öğrendiniz mi? Neler?
- Arkadaşınızla ne tür farklılıklarınız var?
- Arkadaşınızla ne tür benzerliklerinizin olduğunu keşfettiniz?
- Bu benzerlikler ve farklılıklar arkadaşınıza ilişkin görüşünüzü değiştirdi mi?
- Bu etkinlik diğerlerine ilişkin bakışınızı değiştirdi mi?

**VURGULANACAK NOKTALAR:**

- Eğer hepimiz aynı boyda, aynı kiloda, aynı görünüşte olsaydık ve hatta aynı zevklere, özelliklere, hobilere, kişilik özelliklerine sahip olsaydık ne olurdu? (Yanıtları alın, eksikleri tamamlayın:
  - o Dünya çok sıkıcı bir yer olurdu.
  - o Birbirimizden bir şeyler öğrenemez, kendimizi geliştiremezdik.
  - o Kimse bizi birbirimizden ayıramazdı.
  - o Farklı olma ve özel olma hissini hissedemezdik.
  - o Kiminle arkadaş olduğumuz fark etmezdi.
- Arkadaşlarımız ve bizler, benzer ve farklı özelliklere, zevklere, hobilere, kişilik özelliklerine sahibiz. Benzerliklerimiz bizi birbirimize yaklaştırırken birbirimizin farklı yönlerinden bir şeyler öğreniriz. Farklılıklar bizi zenginleştirir.

**UYGULAMA SAYFASI 1/A: FARKLILIKLARIMIZ- BENZERLİKLERİMİZ**  
(Büyük sınıflar için)

1. Kaç kardeşiniz var?
2. Hangi ayda doğdunuz?
3. En çok hangi rengi seviyorsunuz?
4. En sevdiğiniz meyve hangisi?
5. En sevdiğiniz yemek hangisi?
6. En sevdiğiniz şarkı hangisi?
7. İlerde hangi mesleği seçmek istiyorsunuz?
8. Hangi futbol takımını destekliyorsunuz?
9. Boş zamanlarınızda ne yapmaktan hoşlanıyorsunuz?
10. En sevdiğiniz kitap hangisi?
11. En sevdiğiniz televizyon programı hangisi?
12. Okulda en çok hangi konuda zorlanıyorsunuz?
13. Sizi en çok ne strese sokar?
14. Sizi en çok ne üzer?
15. Sizi en çok ne mutlu eder?
16. En çok hangi özelliğinizi seviyorsunuz?
17. Arkadaşlarınız en çok sizin hangi özelliğinizi sever?
18. Arkadaşlıkta en önemli şey sizce ne?



## UYGULAMA SAYFASI 1/B: FARKLILIKLARIMIZ BENZERLİKLERİMİZ (Küçük sınıflar için)

 <p>En sevdiğiniz yemek hangisi?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>Kaç kardeşiniz var?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>Hangi ayda doğdu nuz?</p> <p><b>DOĞUM GÜNÜN KUTLU OLSUN!</b></p> <p>Ben:</p> <p>Arkadaşım:</p>
 <p>En sevdiğiniz çiçek hangisi?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>En sevdiğiniz renk hangisi?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>Hangi takımı destekliyorsunuz?</p> <p>Ben:</p> <p>Arkadaşım:</p>
 <p>En sevdiğiniz meyve hangisi?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>En sevdiğiniz şarkı hangisi?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>En sevdiğiniz şarkıcı kim?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>
 <p>En çok hangi oyunları seviyorsunuz?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>Sizi en çok ne sevindirir?</p> <p>Beni:</p> <p>Arkadaşımı:</p>	 <p>Sizi en çok ne üzer?</p> <p>Beni:</p> <p>Arkadaşımı:</p>
 <p>En çok neden endişelenirsiniz ya da korkarsınız?</p> <p>Ben:</p> <p>Arkadaşımın:</p>	 <p>En sevdiğiniz özelliğiniz nedir?</p> <p>Benim:</p> <p>Arkadaşımın</p>	 <p>Okulda en çok hangi konuda zorluk çekiyorsunuz?</p> <p>Ben:</p> <p>Arkadaşımın:</p>

## ETKİNLİK 3: YENİ BAŞLANGIÇLAR YENİ ARKADAŞLIKLAR

**AMAÇ:** Öğrencilerin arkadaş edinme ve arkadaşlıklarını koruma becerileri edinmelerini sağlamak

**MALZEME:** Senaryo kartları

**KİMLER İÇİN:** 5. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- (Oturumdan önce Uygulama Sayfası 2'nin çıktısını alın ve işaretli yerlerden kesin).
- Bu oturumda nasıl yeni arkadaşlar edineceğimizi ve arkadaşlıklarımızı nasıl koruyacağımızı konuşacağız.
- Şimdi sizlerin dört gruba ayrılmanızı istiyorum. Her gruba bir sorun kartı dağıtacağım. Sizler orada yazan sorunlara çözümler bulmaya çalışacaksınız. (Öğrencilerin gruplara ayrılmasını bekleyin ve sorun kartlarını dağıtın). Şimdi çalışmanız için size 15 dakika veriyorum, sonra çalışmanızı sunacaksınız.
  - Önce hikayenizi bize okur musunuz?
  - Sizce hikayedeki öğrenci neler hissediyor?
  - Etrafınızda böyle arkadaşlarınız var mı?
  - Hikâyedeki öğrenciye neler önerdiniz?
  - Arkadaşlıklarımızı nasıl koruyabiliriz?

**VURGULANACAK NOKTALAR**

- Bazılarımız için arkadaş olmak kolaydır ama diğerleri için zor olabilir. Gerçek bir arkadaşlık kurmak ve bu arkadaşlığı korumak gerçekten çok güzel bir duygudur. Ama çaba gerektirir. Yeni bir okula başlamak, başka bir sınıfa geçmek, eski arkadaşlardan kopmak genellikle kaygılandırır bizi. Bu çok doğaldır. Arkadaşınız olsun istiyorsanız önce sizin arkadaş olmanız lazım.
  - Herkese arkadaşça davranın. Arkadaşlarınızı selamlayın, onlara nasıl olduklarını sorun.
  - Sizinle konuşurken onları dinleyin.
  - Espri yapın.
  - Eğer bir derste iyiyse, arkadaşlarınıza yardım etmeyi önerin.
- Arkadaşlıklarımızı korumak çok önemlidir. Arkadaşlıklarımız her zaman onlara karşı dürüst olarak, ihtiyacı olduğunda destek vererek ve güvenini sarsmayarak koruyabiliriz. Ama arkadaşlarımız doğru olmayan davranışlarda bulunuyorlarsa bu arkadaşlıkları sürdürmek zorunda değiliz.

## UYGULAMA SAYFASI 2: YENİ BAŞLANGIÇLAR YENİ ARKADAŞLAR

Benim annem de babam da öğretmen. Bu sene yeni bir yere atandıkları için ben bugün yeni bir okula başlayacağım. Eski okulumda çok arkadaşım vardı. Ama burada henüz hiç arkadaşım yok. Bu beni endişelendiriyor. Sınıfa ilk girdiğimde ne yapacağım? Nereye oturacağım? Ya başka birinin yerine oturursam? Sınıftaki çocuklar beni aralarına kabul edecekler mi? Kantin nerededir acaba? Öğretmenlerim beni sevecek mi?

Eskiden çok iyi bir arkadaş grubum vardı. Çok eğleniyorduk. Ama onlar çok değiştiler. Kötü alışkanlıklar edindiler. Sık sık okuldan kaçıyorlar. Derslerine de çalışmıyorlar artık. Sınavda birbirlerinden kopya çekiyorlar. Ben onların yaptıklarını doğru bulmuyorum. Yeni arkadaşlar edinmek istiyorum ama çok çekingenim. Nasıl arkadaş edineceğimi bilmiyorum.

Hiç arkadaşım yok. Neden beni sevmediklerini bilmiyorum. Arkadaş olmak için ne yapacağımı da bilmiyorum. Kendimi çok yalnız ve üzgün hissediyorum. Herkesin birçok arkadaşı var ama benim bir tane bile yok.

Ben okula geç başladım. Babam iki sene önce beni okuldan aldı. Sonra öğretmenlerimin çabasıyla yeniden okula geldim. Sınıf arkadaşlarımdan daha büyüğüm ve derslerde de geriyim. Çok çalışıyorum arkadaşlarıma yetişmek için. Okula geri döndüğüm için çok mutluyum ama bazen sınıf arkadaşlarımdan beni benimle dalga geçmeleri beni çok kırıyor ve üzüyor. Bense onlarla arkadaş olmak istiyorum. Keşke bunu başarabilsem.

## ETKİNLİK 4: AKRAN BASKISI

**AMAÇ:** Öğrencilerin olumlu ve olumsuz akran etkisi arasındaki farkı ve akran baskısının ne olduğunu anlamalarını sağlamak

**MALZEME:** Tahta-tebeşir/tahta kalemi, A4 kağıt

**KİMLER İÇİN:** 4. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- (Oturumdan önce birkaç tane A4 kağıdını dört eşit parçaya keserek katılımcı sayısının iki katı kadar küçük kağıt elde edin).
- Bu oturuma bir etkinlikle başlayacağız. (Daha önce hazırladığınız kağıtlardan her katılımcıya ikişer tane dağıtın). Hiç yapmak istemediğiniz olumsuz bir şeyi arkadaşlarınızın zoruyla yaptığınız oldu mu? (Örneğin kopya çekmek vb) Sadece olayı anlatın hiçbir şekilde isim istemiyorum. (Katılımcılar bitirince kağıtları toplayın). Şimdi yapmak istemediğiniz olumlu bir şeyi arkadaşlarınızın ısrarıyla yaptığınız bir durumu yazmanızı istiyorum. Yine isim yazmayacaksınız. (Örneğin, arkadaşın ısrarıyla sınava hazırlanmak, bir etkinliğe katılmak gibi). (Katılımcılar bitirince kağıtları toplayın).
- Tüm bu olaylarda ne var? (Yanıtları alın) Arkadaşlarınızın iyi ya da kötü bir şey yapmanız için sizi zorlamaları ya da ısrar etmeleri var değil mi? Bizler şöyle ya da böyle arkadaşlarımızdan etkileniriz; arkadaşlarımız da bizden. Eğer birbirimizi olumlu yönde etkiliyorsak buna akran desteği, olumsuz yönde etkiliyorsak buna akran baskısı diyoruz. Akran baskısı, yaşitlarınızın ya da size yaşça yakın olanların sizi belli bir biçimde davranmaya, aynı değer yargılarına, inançlara ve amaçlara sahip olmanıza ikna etmeleri ya da zorlamalarıdır. Daha basit anlatımıyla, eğer bir arkadaşınız ya da akranınız istemediğiniz bir şey yapmaya “ikna ederse” ya da zorlarsa bu akran baskısıdır. Burada da gördüğümüz gibi olumsuz akran baskısı olduğu kadar, olumlu akran baskısı da var.
- Peki, şimdi sizin yazdıklarınızı okuyalım. Önce olumlu akran etkisine ilişkin örnekleri okuyalım (Katılımcıların yazdıklarını okuyun, gerekiyorsa siz de aşağıdaki örnekleri ekleyin): Arkadaşınızın (ya da arkadaşlarınızın);
  - sınava çalışmak için sizi zorlaması,
  - bir etkinliğe katılmak için sizi ikna etmesi,
  - sağlıklı bir şey yemeniz ya da içmeniz için size ısrar etmesi,
  - birisine yardım etmek için sizi teşvik etmesi,
  - olumsuz arkadaşlıklardan uzak durmanız için sizi zorlaması,
  - hatalı davranışlar konusunda sizi uyarması

- eğitiminize devam etmeniz için sizi zorlaması

□ Şimdi de akran baskısına ilişkin örnekleri okuyalım. (Katılımcıların yazdıklarını okuyun, gerekiyorsa siz de aşağıdaki örnekleri verin):

Arkadaşınızın (ya da arkadaşlarınızın);

- sınavda kopya çekmek için sizi zorlaması
- kötü alışkanlıklar konusunda sizi zorlaması
- birisine kötü bir şaka yapmak için sizi zorlaması
- okul kırmak için size baskı yapması
- olumsuz bir şeye şahit olduğunuzda kimseye söylememeniz için size baskı

□ Peki, şimdi size bazı durumlar vereceğim, siz de bana böyle bir durumda siz ne yaparsınız onu söyleyeceksiniz:

- Derse geç kaldınız. Sınıfa girdiğinizde herkesin sırasının üzerinde oturduğunu gördünüz. Siz ne yaparsınız?
- Sınıfta ya da okulda popüler olan bir arkadaşınız yeni bir spor ayakkabısı almış ve bu sene bu ayakkabıların çok moda olduğunu söylüyor. Siz de aynı ayakkabıdan alırmısınız ya da almak ister misiniz?
- Arkadaşlarınız bir arkadaşınıza şaka yapmaya hazırlanıyor. Siz ne yaptıklarını anladınız. Tam şaka yapışacak arkadaşınıza söyleyecekken diğerlerinden birisi size "Sus" işareti yaptı. Ne yaparsınız?
- Sınavdasınız. Yanınızdaki arkadaşınız sizi kağıdınızı açmanız için dürttü. Ne yaparsınız?

Peki, bu durumlarda sizce akran baskısı var mı? (Yanıtları alın). Bu durumlarda da bir akran baskısından söz edebiliriz değil mi? Ancak bu durumlarda sözel olmayan bir baskı var. O halde akran baskısının her zaman sözel olması gerekmiyor. Bir bakış, bir mimik, bir işaret de ya da bazen popüler bir arkadaşımızın yaptıklarını, konuşmasını, giyinişini, duruşunu taklit etmemiz de akran baskı olabiliyor.

## ETKİNLİK 5: DOĞRULAR VE YANLIŞLAR

**AMAÇ:** Öğrencilerin akran baskısına ilişkin bilgilerini arttırmak ve yanlış bilgilerini düzeltmek

**MALZEME:** A4 kâğıtları

**KİMLER İÇİN:** 5. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- (3 tane A4 kâğıdının üzerine “KATILYORUM”, “KARARSIZIM” ve “KATILMIYORUM” yazın. Bunlar sizin oylama kâğıtlarınız).
- Bu oturumda akran baskısına ilişkin doğruları ve yanlışları tartışacağız. Gelin bir etkinlikle başlayalım. (Oylama kâğıtları boş bir alanda birbirinden yaklaşık bir metre uzaklıkta, “KATILYORUM”, “KARARSIZIM”, “KATILMIYORUM” şeklinde yan yana dizin). Şimdi ayağa kalkalım ve yere koyduğum bu kâğıtların arkasında toplu olarak duralım. Sizlere bazı ifadeler okuyacağım. Okuduğum ifadeye katılıyorsanız “KATILYORUM” bölgesine, katılmıyorsanız “KATILMIYORUM” bölgesine ve eğer kararsızsanız “KARARSIZIM” bölgesine geçeceksiniz. İsterseniz bir deneme yapalım. “Akran baskısı ciddi bir konudur”. Bu ifadeye katılıyor musunuz? Katılanlar “KATILYORUM” bölgesine gelsin. Katılmayanlar “KATILMIYORUM” bölgesine, kararsızlarda ortadaki “KARARSIZIM” bölgesine gitsinler. Kolay değil mi? Şimdi tekrar eski yerlerinize geçin. Okuyacağım ifadeleri dikkatlice dinleyin ve karar vermeden önce biraz düşünün.
- (Her ifadeden sonra katılımcıların neden öyle düşündüklerini sorun ve sonra doğru açıklamayı yapın).

**İFADELER:**

1. Akran baskısı, arkadaşlarınızın ya da akranlarınızın sizin düşüncelerinizi ve davranışlarınızı etkilemeye çalışmalarıdır.  
(**Doğru:** Bu akran baskısının en yalın tanımıdır).
2. Akranlar birbirlerini hep olumsuz yönde etkilerler.  
(**Yanlış:** Akranların birbirlerini etkilemeleri olumlu ve olumsuz olmak üzere ikiye ayrılır. Olumlu etkilenmede arkadaşlarınız, beraber ders çalışmak, ihtiyacı olan birisine yardım etmek gibi iyi şeyler yapmanız için sizi ikna eder).

3. Olumsuz akran baskısından yalnızca zayıf çocuklar etkilenir.

**(Yanlış:** Akran baskısına “Hayır” diyememenin pek çok nedeni vardır. Bazen istemediğiniz bir şeyi, sırf o gruptan atılmamak ya da alay edilememek uğruna kendinizi yapmak zorunda hissedebilirsiniz. Bu sizin zayıf bir insan olduğunuzu mu gösterir?)

4. Olumsuz akran baskısına engel olabiliriz.

**(Doğru:** Uygun beceriler kazanarak akran baskısına “hayır demek” mümkündür).

5. Olumsuz akran baskısı bir tür zorbalıktır.

**(Doğru:** “Çünkü sizi belli bir biçimde davranmaya ya da seçim yapmaya zorlar).

6. Arkadaşlarım bana bir kere sigara içmeyi denemekte bir zarar olmadığını söylüyorlar.

**(Yanlış:** Bütün kötü alışkanlıklar “bir kere denemekle bir şey olmaz” düşüncesiyle başlıyor. Bir kere denemek kolayca alışkanlığa dönüşebilir. Üstelik bir kere denesiniz de arkadaşlarınızın baskısından kurtulamayabilirsiniz).

7. Bütün akran grupları kötüdür.

**(Yanlış:** İçinde zorbalığın olmadığı, sizi iyi şeyler yapmaya yönelten akran grupları da vardır. Örneğin, okuldaki müzik grubu ya da futbol takımı).

8. “Hadi, okulu kıralım, herkes bunu yapıyor”, “Oyunbozanlık yapma”, “Çok kötü giyiniyorsun”, “Bana kopya vermezsen bir daha seninle konuşmam” sözleri akran baskısına örnektir.

**(Doğru:**

- “Hadi, okulu kıralım, herkes bunu yapıyor”: Her hangi bir şeyi HERKES yapamaz. Mutlaka yapmayan insanlar vardır. Dolayısıyla okulu kırmayan arkadaşlarınız da var. Aslında çoğu arkadaşınız okulu kırmıyor.
- “Oyunbozanlık yapma”: Arkadaşlarınız size ne derse desin istemediğiniz, yanlış bulduğunuz, yapmaktan rahatsız olacağınız bir şeyi yapmak zorunda değilsiniz.
- “Annem gibi giyiniyorsun”: Herkesle aynı şekilde giyinmek zorunda değilsiniz. Bu sizin zevkiniz. Daha da önemlisi maddi durumunuz elvermediği halde arkadaşlarınız gibi giyinmeye çalışmak hem sizi hem de ailenizi zor duruma sokacaktır.
- “Bana kopya vermezsen bir daha seninle konuşmam”: Bu bir tehdit, zorbalık davranışıdır.)

9. Yakın arkadaşlar birbirlerine asla olumsuz akran baskısı yapmazlar.

(**Yanlış:** Bazen siz istemeseniz de en yakın arkadaşınız yanlış bir şey yapmak için, örneğin sınav kâğıdınızı göstermeniz için sizi ikna etmeye çalışabilir. Ya da siz içinde bulunduğunuz gruptan dışlanmamak için kendinizi bir başkasına akran baskısı uygulamak zorunda hissedebilirsiniz).

10. Akranlarım ne zaman bana baskı yapsalar bunu anlarım (**Yanlış:** Akran baskısı bazen hiçbir şey söylemeden olur. Kimse sizden bir şey yapmanızı istemez ama siz onlar gibi giyinmek, konuşmak, davranmak, para harcamak istersiniz)

11. Ne kadar kendinize güvenirseniz güvenin akran baskısıyla baş edemezsiniz

(**Yanlış:** Kendine güven akran baskısıyla baş etmede önemli bir etkidir.)

12. Grubunuzun dışında başka birisiyle arkadaş olursanız ya da onunla sorunlarınızı paylaşırsanız grubunuza ihanet etmiş olursunuz.

(**Yanlış:** Kiminle arkadaş olacağınıza, kiminle kişisel bilgilerinizi paylaşacağınıza ancak siz karar verebilirsiniz.)

13. Size yapılan bir iyiliği, kuralları çiğnemek söz konusu olsa bile geri ödemelisiniz.

(**Yanlış:** Örneğin bir arkadaşınız bir gün size çok önemli bir konuda yardım etti ve siz o kadar minnettar kaldınız ki, ona “Ne zaman bir şeye ihtiyacın olsa yardıma hazırım” dediniz. İkinizin de aç ve parasız olduğunuz bir gün, aynı arkadaşınız sizden kantinde tezgâhta duran poğaçalardan çalmanızı istedi. Kuralları çiğneyerek size yaptığı iyiliği geri ödeyecek misiniz? Eğer kuralları çiğnerseniz sonuçları ne olur? Çalmaktan başka bir yol olabilir mi?)

#### TARTIŞMA SORULARI

- Yeni neler öğrendiniz?
- Hangi bilgilerinizin yanlış olduğunu fark ettiniz?
- Bu bilgiler nasıl işinize yarayacak?



**KÜÇÜK SINIFLAR İÇİN****AKIŞ:**

- (A4 kağıtlarının üzerine gülen bir yüz yaparak Evet, diğerine karasız bir yüz yaparak Bilmiyorum, üçüncüye asık bir yüz yaparak Hayır yazın. Bunlar sizin oylama kağıtlarınız.



- Çocuklar bazen doğru olmadığı için bazı şeyleri yapmak istemeyiz. Ama bazı arkadaşlarımız istemediğimiz bir şeyi yapmamız için bizi zorlayabilirler. Yapmak istemediğimiz şeyler neler olabilir? (Katılımcıların yanıtlarını alın ve gerekiyorsa siz de aşağıdaki listeden ekleyin):

- Derste konuşmak
- Kopya çekmek
- Başka bir arkadaşımızla dalga geçmek

Bazen de bir şeyi yapmak isteriz. Ama nasıl yapacağımızı bilmeyiz ya da yanlış yapacağız korkusuyla yapmaya çekiniriz. Böyle durumlarda da arkadaşlarımız bize o davranışı yapmamız için cesaret verip destekleyebilirler. Bu davranışlar neler olabilir? (Katılımcıların yanıtlarını alın ve gerekiyorsa siz de aşağıdaki listeden ekleyin):

- Beraber ders çalışmak,
- Bir spor etkinliğine katılmak
- Paylaşmak

Akran baskısı nedir bilen var mı? Akran, yaşı size yakın olan kişilerdir. Baskı genellikle olumsuz bir şey yapmak için zorlanmamızdır. Akran baskısı, arkadaşlarımızın bizi bir şey yapmamız için bizi zorlamalarıdır. Hadi gelin bir etkinlik yapalım. (Daha önce hazırladığınız oylama kağıtlarını yukarıdaki sırada, yaklaşık birer metre arayla yere koyun). Şimdi hepimiz ayağa kalkalım ve kenarda duralım. Şimdi sizlere bazı cümleler okuyacağım. Eğer

okuduğum cümlelerin doğru olduğunu düşünüyorsanız gülen yüz resminin olduğu “Evet” sırasına geçeceksiniz. Eğer yanlış olduğunu düşünüyorsanız asık surat resminin olduğu “Hayır” sırasına geçeceksiniz. Eğer doğru ya da yanlış olduğuna karar veremediyse kararlı yüzün olduğu “Bilmiyorum” sırasına geçeceksiniz. İsterseniz bir deneme yapalım. “Akran, yaşı bizim yaşımıza yakın kişidir”. Bu ifadeyi doğru buluyor musunuz? O zaman nereye geçeceksiniz? Gülen yüze. Anlaştık mı? Okuyacağım ifadeleri dikkatlice dinleyin ve karar vermeden önce biraz düşünün.

- Arkadaşımızın her istediğini yapmamız gerekir.
  - Akranlarımızın bizi etkilemesi her zaman kötüdür.
  - Yakın arkadaşımızdan başka hiç kimse ile arkadaşlık yapmamalıyız.
  - Arkadaşımız her zaman doğru söyler.
  - Birisiyle dalga geçmek kötü değildir.
  - Nedeni ne olursa olsun yalan söylemek kötüdür.
- (Her ifadeden sonra katılımcıların neden öyle düşündüklerini sorun ve sonra doğru açıklamayı yapın).
- Bugün ne öğrendiniz? (Yanıtları alın) Eğer arkadaşlarımız bizi yanlış bir şeyi yapmamız için zorlarsa onlara “Hayır” demeliyiz. Ama eğer arkadaşlarımız bizi doğru bir şey yapmamız için desteklerlerse o davranışı yapabiliriz.

## ETKİNLİK 6: KİM, NE YAPTI?

**AMAÇ:** Öğrencilerin akran baskısını anlamalarını ve akran baskısına nasıl karşı gelebileceklerini düşünmelerini sağlamak

**MALZEME:** Katılımcı sayısı kadar Uygulama Sayfası 3

**KİMLER İÇİN:** 5. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- (Katılımcılara Uygulama Sayfası 3'ü dağıtın). Şimdi sizlerden yaşadığınız ya da şahit olduğunuz bir akran baskısını düşünmenizi istiyorum. Kim ne için size akran baskısı yaptı? Sizi ikna etmek için neler söyledi? Siz ne tepki verdiniz? Karşı koymaya çalıştıysanız neler söylediniz ve yaptınız? Bir daha benzer bir durumla karşılaştığınızda neler yapabilirsiniz? Siz akran baskısı yapan kişinin adını yazmak zorunda değilsiniz. Sadece bir arkadaşım ya da büyük sınıflardan bir erkek ya da kız öğrenci diyebilirsiniz. Bu alıştırma için 15 dakikanız var.
- Kim paylaşmak ister? (Gönüllülerin paylaşmasına izin verin)
- Haydi, gelin şimdi bu durumları canlandıralım. Kim gönüllü olmak ister? (Canlandırmadan sonra şu soruları tartışın):
  - (Akran baskısına maruz kalan kişiyi canlandıran) Neler hissetti? Neler düşündü?
  - Çözüm yolu işe yaradı mı?
  - İşe yaradıysa günlük hayatta uygulayabilir misiniz?
  - Başka neler yapılabilirdi?

**VURGULANACAK NOKTALAR**

- Akranların birbirlerini etkilemeleri olumlu ya da olumsuz olabilir. Olumlu akran etkilenmesinde, arkadaşlarınızın sizin için iyi olan bir şey yapmanız (beraber ders çalışma, yararlı etkinliklere katılma) ve riskli davranışlardan (sigara, alkol, uyuşturucu kullanımı gibi) kaçınmanız için sizi ikna etmesi ya da cesaret vermesi söz konusudur. Akran baskısı ise, arkadaşlarınızın sizi kendinizi rahat hissetmediğiniz, yapmak istemediğiniz ya da yanlış olduğunu bildiğiniz bir şey için sizi zorlamalarıdır. Olumlu akran etkilemesi sizin doğru kararları, akran baskısı ise sizin yanlış kararlar almanıza yol açabilir.
- Akran baskısına boyun eğmemizin çeşitli nedenleri vardır: her şeyden önce arkadaşlarımız tarafından sevilme kabul edilmek isteriz. Eğer bizden istenileni yapmazsak arkadaşlarımızın bizi dışlayacağından, bizimle alay edeceklerinden kaygılanırız. Bir diğer neden de yeni şeyleri deneme merakımızdır. Bu özellikle sigaraya başlamada çok büyük bir etkidir.

## UYGULAMA SAYFASI 3: AKRAN BASKISINI ANLAMAK

KİM?	NE YAPMANIZ İÇİN?	NASIL İKNA ETMEYE ÇALIŞTI? (DAVRANIŞ, SÖZLER)	SİZ NE YAPTINIZ?	BİR DAHAKİ SEFERE KARŞI KOYMAK İÇİN NE YAPABİLİRSİNİZ?

ETKİNLİK 7: BENİM SENARYOM<sup>3</sup>

**AMAÇ:** Öğrencilerin farklı akran baskılarının fark edebilmelerini sağlamak

**MALZEME:** Senaryo kartları

**KİMLER İÇİN:** 6. Sınıf ve üstü

**AKIŞ:**

- (Oturumdan önce Uygulama Sayfası 4'teki senaryoları çoğaltın).
- Bu oturumda sizleri gruplara ayırıp her gruba bir senaryo vereceğim. Herkes bir süre senaryodaki rolüne çalışacak. Ondan sonra da buraya gelip oyununu sergileyecek. Bu arada bizler çok dikkatlice oyunu seyredeceğiz. Çünkü her oyundan sonra tartışacağız.
- Şimdi sizlerin dört gruba ayrılmanızı istiyorum (Öğrencilerin gruplara ayrılmasını bekleyin ve senaryoları dağıtın). Şimdi çalışmanız için size 15 dakika veriyorum. Kim hangi rolü alacak, ne diyecek, nerede duracak, hangi hareketleri yapacak karar verin.
- (Grupların sırayla senaryolarını canlandırmaları için davet edin). Her canlandırmadan sonra aşağıdaki soruları tartışın):
  - Bu oyunda sözlü mü, sözsüz mü akran baskısı vardı?
  - Neler oldu?
  - Ne tip bir akran baskısı vardı? (İpucu: dışlama, aşağılama, ikna, bakış, sözsüz grup baskısı)
  - Akran baskısına maruz kalan öğrenci neler hissetmiş olabilir?
  - Eğer akran baskısına boyun eğerse sonuçlar ne olur?
  - Akran baskısına boyun eğmeden sorunu uygun bir biçimde nasıl çözebilir?
  - Başınıza bu tip olaylar geldi mi?
  - Siz ne yaptınız?

<sup>3</sup> The Cool Spot. The Peer Pressure "Bag of Tricks" – Role Playing Lesson for Middle School Students materyalinden uyarlanmıştır. [www.thecoolspot.gov](http://www.thecoolspot.gov)

**UYGULAMA SAYFASI 4: SENARYOLAR****SENARYO 1: YENİ ÖĞRENCİ****Karakterler:**

Sevil – Sınıfa yeni gelen bir kız öğrenci, geç kaydolduğu için sınıfa uyum sağlamakta ve dersleri anlamakta zorlanıyor.

Fatma- Sınıfta bir kız öğrenci, arkadaşlarına yaptıkları şakaya katılmadığı için gruptan dışlanıyor.

Diğer öğrenciler

**Yer:** Sınıf

**Akış:**

- Bir grup öğrenci kendi aralarında konuşmaktadırlar.
- Sevil sınıftan içeri girer ve yerine oturur.
- Çocuklar aralarında fısıldamaya ve Sevil'e bakıp gülüşmeye başlarlar.
- Sevil kendisiyle dalga geçildiğini anlar ve üzüntüyle başını öne eğer.
- Çocuklardan birisi Sevil'le dalga geçmeye başlar. Diğerleri de gülmeye devam ederler.
- Sevil'in çok üzülüğünü gören Fatma dayanamaz ve arkadaşlarına birkaç kez durmalarını söyler.
- Çocuklardan birisi Fatma'ya eğer onların yaptığından hoşlanmıyorsa bir daha yanlarına gelmemelerini söyler.

**AKRAN BASKISININ TÜRÜ: Dışlama****KULLANABİLECEĞİNİZ ÖRNEK CÜMLELER:**

- “Senin gibi birine ihtiyacımız yok.”
- “Madem bizim yaptıklarımız hoşuna gitmiyor, git onunla arkadaş o zaman”
- “O zaman sen de bizim yanımıza gelme bir daha”

**SENARYO 2: TELEFON**

Karakterler:

Nilay – Cep telefonu olmayan öğrenci

Ayşegül – Yeni bir cep telefonu olan öğrenci

Diğer öğrenciler

**Yer:** Okulun bahçesi

**AKIŞ**

- Ayşegül bahçede, ailesinin ona aldığı yeni cep telefonunu arkadaşlarına göstermektedir.
- Diğer öğrenciler merakla cep telefonunu incelemekte, özelliklerini sormaktadırlar.
- Nilay, cep telefonu olmadığı için konuşulanlardan anlamamaktadır.
- Ayşegül herkesin numarasını kaydedeceğini söyleyerek herkese cep telefonlarının numaralarının ne olduğunu sormaya başlar.
- Nilay daha da rahatsız olmuştur.
- Ayşegül, Nilay’a da cep telefonunun numarasını sorar.
- Nilay utanarak cep telefonunun olmadığını söyler.
- Bir sessizlik olur.
- Öğrenciler birbirlerine ve Nilay’a imalı bir biçimde bakışırlar.
- Nilay daha da utanır.
- Ayşegül “Neyse sen de olunca verirsin” der.

**AKRAN BASKISININ TÜRÜ: BAKIŞ**

**BAKIŞ:** Grup üyeleri size öyle bir tepeden bakarlar ki, bu bakışlarıyla sanki “Sen bizden değilsin” derler.

**UYARI:** “Sen bizden değilsin mesajı beden diliyle, mimiklerle, ses tonuyla sözsüz bir biçimde verilmeli asla sözel bir biçimde söylenmemelidir.

**SENARYO 3: SINAV****Karakterler:**

Ahmet – Sınava çalışan öğrenci

Cemil ve Ayhan– Ahmet'in sıra arkadaşları

Diğer öğrenciler

**Yer:** Sınıf

**Akış:**

- Ahmet sınıfa girer, Cemil ve Ayhan'ın yanına oturur.
- Cemil ve Ayhan alaycı bir tonla Ahmet'e çalışıp çalışmadığını sorarlar.
- Ahmet çalıştığını söyler.
- Cemil ve Ayhan ona sınavda kâğıdını açmasını söylerler.
- Ahmet bu durumdan rahatsız olduğunu ve yakalanmaktan korktuğunu ifade eder.
- Cemil'le Ayhan onun korkaklığıyla dalga geçmeye başlar.
- Arkadan bir öğrenci kopyalarını göstererek sınavda kopya çekeceğini söyler.
- Ayhan kararsızdır.
- Hepsi birden Ayhan'ı ikna etmeye çalışırlar.

**AKRAN BASKISININ TÜRÜ:** İkna

**KULLANABİLECEĞİNİZ ÖRNEK CÜMLELER:**

- “Hadi, oğlum ya herkes yapıyor.”
- “Sana bir zararı olmayacak ki”
- “Hoca fark etmeyecek bile”



**SENARYO 4: GRUP****Karakterler:**

Serdar – Gruba girmeye çalışan öğrenci

Grup – Okul dışında sigara içen ve kendi aralarında konuşup gü-lüşen bir grup öğrenci

**Yer:** Okulun dışı

**Akış:**

- Serdar okulun dışında bir grup arkadaşını görür. Aslında bu grup, Serdar'ın aralarına katılmaya çalıştığı gruptur.
- Grup arkası dönük durmakta, sigara içip kendi aralarında konuşmaktadırlar.
- Serdar yanlarına yaklaşır ve selam verir.
- İçlerinden biri Serdar'ın selamına karşılık verir ve yeniden gruba döner.
- Serdar yanlarında durmaya devam eder.
- İçlerinden biri ona sigara uzatır.
- Serdar kullanmadığını söyler.
- Grup tekrar Serdar'a arkasını döner ve konuşmaya devam ederler.

**AKRAN BASKISININ TÜRÜ:** Sözsüz grup baskısı

**Uyarı:** Burada grup Serdar'a sigara içmesi için sözel bir baskı yapmamıştır. Ancak Serdar, onlardan birisi olmak için sigara içmesi gerektiğini düşünür.

## ETKİNLİK 8: HAYIR DİYEBİLMEK

**AMAÇ:** Öğrencilerin olumsuz akran baskısına “Hayır” deme becerisini kazanmalarını sağlamak

**MALZEME:** Oturum 7’deki Senaryo 4’ün bir çıktısı, Uygulama sayfası 5’in çıktısı

**AKIŞ:**

- (Oturumdan önce Uygulama Sayfası 5’in bir çıktısını alarak işaretli yerlerden kesin).
- Bu oturumda “Hayır” deme becerisi üzerinde çalışacağız. Geçen oturumda bazı senaryolar çalışmıştık. Onlardan “Sınav” senaryosunu bu oturumda da çalışacağız.
- Bana 11 tane gönüllü lazım. (Eğer grupta zaten 11 kişi varsa hepsini etkinliğe davet edin, siz de bir rolü üstlenebilirsiniz). Şimdi size senaryoyu yeniden okuyorum (Senaryoyu okuyun). Kim Cemil olmak ister? Ayhan? Ahmet? Arka sıradaki çocuk? Geri kalanların hepsi Ahmet olacak ama farklı bir biçimde tepki verecekler. (Ahmet’i canlandıracak öğrencilerin kız erkek olması fark etmez). Sizlere rol kartları dağıtacağım. Orada ne yazıyorsa o şekilde davranacaksınız. (Diğer oyunculara rol kartlarını dağıtın). Şimdi biraz düşünün. Ne söyleyeceksiniz, nasıl davranacaksınız? Sizleri ikna etmeye çalışacaklar. Ne söylerlerse söylesin siz hep benzer cevaplar vereceksiniz. Sonra Cemil, Ahmet, Ayhan ve arka sıradaki çocuğu oynayacak öğrencilere şu yönergeyi verin: Siz oyunu aynen oynayacaksınız. Ahmet kararsız kaldıktan sonra, siz gruba dönüp ben “Tamam” diyene kadar ikna çalışmalarınıza devam edeceksiniz. Ahmet sen oradan sonra hiçbir şey söylemeyeceksin. (Senaryo 3’ü vererek bu grubun da rollerine çalışmalarını sağlayın).
- Şimdi hepimiz çok dikkatli bir biçimde oyunu izliyoruz. Sonra neler olduğunu tartışacağız. (Oyunu izleyin).
- (Şu soruları tartışın):
  - Arkadaşlarınız akran baskısına nasıl “Hayır” dediler?
    - Kararlı bir biçimde sadece “hayır” dedi.
    - “Hayır” dedi ve neden kötü bir fikir olduğunu açıkladı.
    - Espri yaparak konuyu değiştirdi.
    - Bir mazeret uydurdu. Uydurduğu mazeret önemli değildi, ama o mazerete sıkı sıkıya yapıştı.
    - Başka bir yol önerdi.
    - Duymamış gibi davrandı.
    - Olay yerini terk etti.
  - Bu çözümleri nasıl buldunuz?
  - Hangisini uygulamak size daha kolay gelir?

## UYGULAMA SAYFASI 5: “HAYIR” DEME KARTLARI

**Güçlü ve kararlı bir şekilde “hayır” deyin. “Hayır, arkadaşlar beni bu işin içine katmayın.”**

**“Hayır” dedikten sonra neden kötü bir fikir olduğunu açıklayın. Örneğin, “Yakalanırsak çok kötü olur. Hocanın güvenini sarsmak istemiyorum”.**

**Esprî yapın: Örneğin “Oğlum, hoca yakalarsa sınıftaki kızlara rezil mi olalım?”**

**Mazeret uydurun: “Yakalanırsak babam beni eve almaz” (Mazeretinizin ne olduğu fark etmez, yeter ki siz o mazerette kararlı olun)**

**Başka bir yol ya da etkinlik önerin: “Hele bir sınava girin. Belki de sorular kolay çıkar, siz de bir şeyler yaparsınız. Eğer zayıf alırsanız, söz veriyorum bir daha ki sefere beraber çalışırız. Ama gelin bu sınavda kopya çekmeyelim”**

**Duymamış gibi davranın: “Ya siz onu bunu bırakın da dün akşam ki maçı seyrettiniz mi? O ne güzel goldü.”**

**Olay yerini terk edin: “Ben burada rahat edemiyorum. Emre’nin yanına oturacağım”**