



Gücünü *İstanbul Okan Üniversitesi*'nden Alan

OKAN KOLEJİ

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

Okan SEL Uygulaması



SEL nedir?

Sosyal duygusal öğrenme (SEL; Social and Emotional Learning), öğrencilerin sağlıklı bir yetişkin olmak için gerekli bilgi, tutum ve becerileri edindiği ve etkili bir şekilde uyguladığı süreçtir.

Bu süreç problem çözme becerileri ile iletişim anlayışının yanı sıra çocuklara farklılıklarımızı benimsemeyi ve yetişkinliğe kadar sürecek sağlıklı ilişkiler kurmayı öğretmeyi içerir.

Sağlıklı kimlikler geliştirmek,
Duyguları yönetmek için bilgi, beceri ve tutumları uygulamak
Kişisel ve kolektif hedeflere ulaşmak,
Empati kurmak ve göstermek,
Sosyal anlamda toplumla destekleyici ilişkileri sürdürmek,
Sorumlu ve özenli kararlar verebilmek en öne çıkan hedeflerdir.

OKAN SEL NEDİR?

Sosyal ve Duygusal öğrenme esaslarının uzman eğitimciler ve öğretmenler tarafından akademik ders içeriğine planlı bir şekilde yerleştirilmesi, destekleyici sınıf ve okul ortamı ile beş ana yetkinlik altında toparlanan OKAN SEL uygulamalarının akademik başarıyı da artırdığı çalışmalarla ispatlanmıştır.

- Öz Denetim
- Öz Farkındalık
- Sosyal İlişkiler / İlişki becerileri
- Sorumlu Karar Verme
- Sosyal Farkındalık

Yukarıda listelenmiş olan beş ana yetkinliği geliştirmek için hem akademik derslerimizde hem de kulüp, etüt ve dinlenme zamanlarındaki ilişkilerimiz esnasında özellikle salgın sonrası yüz yüze eğitime geçişin dinamiklerini ön planda tutacak şekilde uygulanmaktadır. Bu yetkinlik alanları çocukluktan yetişkinliğe kadar çeşitli gelişim aşamalarında ve çeşitli kültürel bağlamlarda öğretilbilir ve geliştirilebilir.

Programımızın ana çatısı CASEL- Collaborative Academic Social and Emotioanl Learning (www.casel.org) kuruluşunun ve Yale Üniversitesi, Center of Emotional Intelligence (<https://www.ycei.org>) tavsiye, tedbir, öneri ve uygulamaları doğrultusunda bizim ülkemizin öğrenim ve eğitim esaslarımız esas alınarak geliştirilmektedir.



ÖZ-FARKINDALIK:

Kişinin kendi duygularını, düşüncelerini ve değerlerini ve bunların bağlamlar arasında davranışı nasıl etkilediğini anlama yeteneğidir.

Sağlam temellere dayanan bir güven ve amaç duygusuyla kişinin güçlü yanlarını ve sınırlarını tanıma kapasitesini içerir.

- Kişisel ve sosyal kimliklerin bütünleştirilmesi,
- Birinin duygularını tanımlama,
- Dürüstlük ve dürüstlük göstermek,
- Duyguları, değerleri ve düşünceleri ilişkilendirmek,
- Önyargıları fark etmek ve incelemek,
- Öz yeterlilik yaşamak,
- Gelişme ve ilerleme zihniyetine sahip olmak,
- İlgi alanları ve amaç duygusu geliştirmek,

ÖZ DENETİM:

Farklı durumlarda kişinin duygu, düşünce ve davranışlarını etkili bir şekilde yönetme , amaç ve hedeflerine ulaşma için kullanma becerileridir.

Tatmini erteleme, stresi yönetme, kişisel ve kolektif hedeflere ulaşmak için motivasyon, aktif olarak katılma ve motivasyonu hissetme kapasitelerini içerir.

- Duygularını yönetmek,
- Stres yönetimi stratejilerinin belirlenmesi ve kullanılması,
- Öz disiplin ve öz motivasyon sergilemek,
- Kişisel ve toplu hedefler belirlemek,
- Planlama ve organizasyon becerilerini kullanma,
- İnisiyatif alma cesaretini göstermek,
- Kişisel ve kolektif ajansın gösterilmesi,



SOSYAL FARKINDALIK:

Farklı geçmişlerden, kültürlerden ve bağlamlardan olanlar da dahil olmak üzere, başkalarının bakış açılarını anlama ve onlarla empati kurma becerileri.

Başkaları için şefkat duyma, farklı ortamlardaki davranış biçimleri için daha geniş tarihsel ve sosyal normları anlayan; aile, okul ve toplum kaynakları ve desteklerini tanıma kapasitelerini içerir.

- Başkalarının bakış açısını almak,
- Başkalarındaki güçlü yönleri tanımak,
- Empati ve şefkat göstermek,
- Başkalarının duyguları için endişe göstermek,
- Minnettarlığı anlama ve ifade etme,
- Adaletsiz olanlar da dahil olmak üzere çeşitli sosyal normları belirlemek,
- Durumsal talepleri ve fırsatları tanımak,
- Örgütlerin ve sistemlerin davranış üzerindeki etkilerini anlamak.

SOSYAL İLİŞKİLER/İLİŞKİ BECERİLERİ:

Sağlıklı ve destekleyici ilişkiler kurma, sürdürme ve çeşitli bireyler ile gruplarla ortamlarda etkili bir şekilde bulunma becerileri.

Açık bir şekilde iletişim kurma, aktif olarak dinleme, işbirliği yapma, problem çözmek için işbirliği içinde çalışma ve çatışmayı yapıcı bir şekilde müzakere etme, farklı sosyal ve kültürel talepler ve fırsatlara sahip ortamlarda gezinme, liderlik sağlama ve gerektiğinde yardım arama veya teklif etme kapasitelerini içerir.

- Etkili iletişim,
- Olumlu ilişkiler geliştirmek,
- Kültürel yetkinliğin gösterilmesi,
- Takım çalışması ve işbirlikçi problem çözme pratiği,
- Çatışmaları yapıcı bir şekilde çözme,
- Negatif sosyal baskıya direnmek,
- Gruplarda liderlik gösterme,
- Gerektiğinde destek ve yardım aramak veya teklif etmek,
- Başkalarının haklarını savunmak.

SORUMLU KARAR VERME:

Farklı durumlarda kişisel davranış ve sosyal etkileşimler hakkında özenli ve yapıcı seçimler yapma becerileri. Bu, etik standartları ve güvenlik endişelerini dikkate alma ve kişisel, sosyal ve kolektif refah için çeşitli eylemlerin faydalarını ve sonuçlarını değerlendirme kapasitelerini içerir.

- Merak ve açık fikirlilik göstermek,
- Bilgi, veri ve gerçekleri analiz ettikten sonra mantıklı bir karar vermeyi öğrenmek,
- Kişisel ve toplumsal sorunlara çözüm bulma,
- Eylemlerinin sonuçlarını tahmin etmek ve değerlendirmek
- Eleştirel düşünme becerilerinin okul içinde ve dışında ne kadar yararlı olduğunun farkına varmak,
- Kişisel, aile ve toplum refahını teşvik etmek için birinin rolünü yansıtmak,
- Kişisel, kişiler arası, toplumsal ve kurumsal etkilerin değerlendirilmesi.

OKAN SEL'in Pandemi Dönemi Faydaları

Öğrencilerimizin her açıdan yüz yüze eğitime en verimli ve sağlıklı şekilde adaptasyonlarının sağlanması için ivedilikle başlatılan OKAN SEL (Social and Emotional Learning) uygulaması, akademik, sosyal ve duygusal öğrenmelerinin en sağlıklı şekilde ilerlemesi için yapılandırılmış bir süreçtir.

SEL uygulamaları Covid-19 salgınının gölgesinde yüz yüze eğitime geçilen bu günlerde tüm dünya eğitim camiasında oldukça önem arz etmektedir. Sosyal duygusal öğrenme uygulamaları sayesinde öğrenciler kendini sakinleştirme süreçlerini kullanabilir, riskli dürtülerini kontrol edebilir ve problemlerini çözebilir, özellikle bulaş ile ilgili riskli davranışlardan uzak durmalarını ve stres yönetimi yapabilmelerini sağlar.

Mevcut pandemi şartlarında öz farkındalık çok önemlidir. İşler belirsiz olduğunda karmaşık duygularımızı tanımlamaya ve işlemeye zorlanırız. Kişinin duygularını başarılı bir şekilde düzenleme yeteneği olan ÖZ-YÖNETİM denir. Bu yetkinlik farklı durumlardaki düşünce ve davranışları, stresi etkili bir şekilde yönetmek, dürtüler ve kendini motive etme ve hedefler belirleme ve hedeflere yönelik çalışma yeteneğini kapsar. Keder ve kayıpla başa çıktığımız, esnekliğimizi geliştirdiğimiz ve adaletsizliklere direnerek kendimizi ifade ederiz.

Topluma geniş bir bakış açısı ile yaklaşabilme ve empati kurabilme yeteneği olan SOSYAL FARKINDALIK, farklı geçmişlere ve kültürlere sahip olanlar da dahil olmak üzere diğerleri; sosyal ve etik farkları anlamak, davranış normları; aile, okul, toplum kaynak ve desteklerini tanımak bu yetkinliğin sınırları içindedir. Sosyal farkındalık ile bu hastalık ve kapatmalar nedeni ile farklı kederler ve zorluklar yaşayanları anlamamızı sağlar. İLİŞKİ BECERİLERİ, sağlıklı bir şekilde ilişkilerimizi kurma ve sürdürme yeteneğidir. Farklı bireyler ve gruplarla ilişkileri ödüllendirmek, açık bir şekilde iletişim kurmak, dinlemek, başkalarıyla işbirliği yapmak, uygunsuz sosyal baskıya direnmek, çatışmayı müzakere etmek, yapıcı bir şekilde ve gerektiğinde yardım istemek ve yardım teklif etmek ilk bakışta sayılabilecek yetkinliklerdir. Yeni normaller ile fiziksel mesafeyi koruyarak, tüm gün maske ile sosyal ilişkileri yürütmek bu becerinin kapsamı içindedir.



İlişki becerileri, aynı zamanda anlamlı bağlantılar kurmamıza ve sürdürmemize yardımcı olmak için de çok önemlidir. Toplu felaketler/ yas sırasında birbirimizi desteklemek ve zorluklarla mücadele etmek; işbirliği içinde yeni engellere çözümler bulmak ekleyebileceğimiz alanlardır. Bu alan son günlerde ülkemizde ve dünya'da gerçekleşen doğal felaketleri de içermektedir.

Yapıcı ve sorumlu seçimler yapma yeteneği olan SORUMLU KARAR VERME etik standartlara dayalı kişisel davranış ve sosyal etkileşimler hakkında, güvenlik, endişeler ve sosyal normlar ve çeşitli eylemlerin sonuçlarının gerçekçi bir platformda değerlendirilmesi, kendini ve başkalarının iyiliğini düşünmek olarak sıralanabilir.

Sorumlu karar verme özellikle salgın ve doğal afetler gibi bilinmezliklerin hüküm sürdüğü stresli dönemler de çok önemlidir. Bireysel ve kurumsal eylemlerimizin başkalarının sağlığı ve güvenliği üzerindeki sonuçlarını ön görmek, kendini ve etrafını koruyucu kararlar almak (maske takmak, fiziksel mesafeyi korumak, arkadaşına yeni normaller doğrultusunda yardım etmek) ve toplumun sağlığını/güvenliğini koruyacak toplu eylemlerde bulunmak sorumlu karar verme becerisinin kapsamındadır.

Sözü geçen beş temel yetkinlikten özellikle okula dönüşün ilk aylarında "Sorumlu Karar Verme ve Riskli Durumlardan Kaçınma" çalışmalarını ağırlıklı olarak ele alınmaktadır. Öğrencilerimizin bulaş riskini anlaması ve doğru kararlar almak suretiyle kendini ve çevresini koruması önceliğimizdir. Uzun süreli kapatma sonrası çocuklarımızın sosyal becerilerinin gelişimi çevrimiçi eğitim sonrası ayrı bir önem kazanmıştır.

OKAN SEL NASIL UYGULANIYOR?

Araştırmalar, SEL yetkinliklerinin

- İşbirlikli grup uygulamaları ve proje tabanlı öğrenme sırasında,
- Kulüpler gibi aktivite zamanlarında,
- Dil, sanat, matematik, fen bilimleri, sosyal bilgiler, beden eğitimi gibi akademik müfredatlara entegrasyonu sırasında,
- Öğrenciler ve öğretmenler arasındaki rol model örneklerini sergileyen ilişkinin yanı sıra olumlu ve şefkatli ilişkilerle karakterize edilen besleyici, güvenli ortamlarda,
- Teneffüs ve etkinlik zamanlarında en verimli şekilde geliştiğini gösteriyor

Okullarımızda öğrencilerimizin benzersiz güçlü yönlerini ve ihtiyaçlarını tespit ediyor, takdir ediyor, bu özelliklerini destekliyoruz.

Araştırmalar yetişkinler/öğretmenler ve öğrenciler arasındaki güçlü ilişkilerin birlikte öğrenmeyi kolaylaştırdığını, ortak kaygılara işbirlikçi çözümler üretebildiğini gösteriyor.