

T.C.  
MILLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI  
Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü

**KİŞİSEL GELİŞİM VE EĞİTİM ALANI**  
**AİLE OKULU**  
**KURS PROGRAMI**  
**(VELİLER İÇİN)**

Ankara, 2022

## **İÇİNDEKİLER**

PROGRAMIN ADI

PROGRAMIN DAYANAĞI

PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI

EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ

PROGRAMIN AMAÇLARI

PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR

PROGRAMIN KREDİSİ

PROGRAMIN SÜRESİ VE İÇERİĞİ

ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR

PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ VE GEREÇLERİ

BELGELENDİRME

## **PROGRAMIN ADI**

Aile Okulu Kurs Programı (Veliler İçin)

## **PROGRAMIN DAYANAĞI**

1. 10.07.2018 tarihli ve 30474 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi,
2. 24.06.1973 tarihli ve 14574 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan 1739 sayılı Millî Eğitim Temel Kanunu,
3. 11.04.2018 tarihli ve 30388 sayılı Resmî Gazetede yayımlanan Millî Eğitim Bakanlığı Hayat Boyu Öğrenme Kurumları YönetmeliĐi,
4. Talim ve Terbiye Kurulunun 20.04.2016 tarihli ve 19 sayılı kararı ile kabul edilen Yaygın Eğitim Kurumları Çerçeve Kurs Programı.

## **PROGRAMA GİRİŞ KOŞULLARI**

1. Okuryazar olmak,
2. 18 yaşını tamamlamış olmak,
3. Öğrenci velisi olmak.

## **EĞİTİMCİLERİN NİTELİĞİ**

Aile Okulu Kurs Programı (Veliler İçin)’nı, Öğretmen Yetiştirme ve Geliştirme Genel Müdürlüğü veya Hayat Boyu Öğrenme Genel Müdürlüğü tarafından verilen Aile Okulu Eğitici Eğitimi sertifikasına sahip olanlar uygular.

## **PROGRAMIN AMAÇLARI**

Aile Okulu Kurs Programı (Veliler İçin)’nı tamamlayan bireylerin;

1. Sosyal ve duygusal beceri kavramını tanımlaması,
2. Yaşlara göre sosyal ve duygusal beceri özelliklerini açıklaması,
3. Sosyal ve duygusal beceri gelişimini etkileyen faktörleri sıralaması,
4. Sosyal ve duygusal beceri gelişimini destekleyici unsurları açıklaması,
5. Sosyal ve duygusal becerilerinin gelişmesi,
6. İletişimi geliştirme yollarına örnekler vermesi,
7. İletişim engellerini sıralaması,

8. Aile içinde, okulda ve sosyal çevresinde etkili iletişim kurması,
9. Akran zorbalığı kavramı tanımlaması,
10. Akran zorbalığı türlerini bilmesi,
11. Akran zorbalığının ayırt edici özelliklerini açıklaması.
12. Akran zorbalığını önleme stratejilerini uygulaması,
13. Psikolojik sağlamlığını geliştirilebilmesi,
14. Bilinçli ve güvenli teknoloji kavramı açıklaması,
15. Dijital vatandaşlık kavramını tanımlaması,
16. Teknoloji bağımlılığının belirtilerini sıralaması,
17. Teknoloji bağımlılığı ile mücadele etme yöntemlerini uygulaması.
18. Siber zorbalık ve baş etme yollarını açıklaması,
19. Çatışma ve stres kavramlarını tanımlaması,
20. Çatışma türlerini açıklaması,
21. Çatışma çözme yöntemlerini uygulaması,
22. Stresin gelişim aşamalarını sıralaması,
23. Stres yönetimi ve stresle baş etme yöntemlerini uygulaması,
24. Madde bağımlılığını önleme ve koruma tedbirlerini açıklaması,
25. Türkiye’de madde bağımlılığı ile mücadele eden kurumları tanıması,
26. Ahlaki gelişim kavramını açıklaması,
27. Temel ahlak ilkelerini tanıması,
28. Ahlaki gelişimin toplum için önemini fark etmesi,
29. Sağlıklı beslenme kavramını tanıması,
30. Sağlıklı beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite ve hijyenin önemini açıklaması,
31. Uyku problemlerini sıralaması,
32. Uyku problemlerine yönelik çözüm önerileri geliştirmesi

amaçlanmaktadır.

## **PROGRAMIN UYGULANMASIYLA İLGİLİ AÇIKLAMALAR**

2019 yılının son aylarında başlayan ve küresel düzeyde tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 salgın süreci her alanda etkisini göstermiştir. Covid-19 salgınının insanların alışageldiği yaşam tarzına getirdiği sınırlamalar bireylerin gerek aile ilişkileri gerekse ruh sağlıkları temelinde kaygı düzeylerinin de artmasına neden olduğu bilimsel çalışmalarla ortaya konulmuştur. Öte yandan Covid-19 salgın sürecinin yaşam tarzı ve alışkanlıklarımız yönünden en çok etkilediği alanlardan biri kuşkusuz eğitim olmuştur. Covid-19 salgını sürecinde öğrenciler eğitim olanaklarından uzaktan eğitim yoluyla yararlanmış, sosyal ve duygusal gelişimleri açısından çok önemli bir ortam olan okuldan ve arkadaşlarından uzakta bir süreç

geçirmişlerdir. Bu süreçte öğrenciler, okul ortamında bulunamamanın vermiş olduğu kamu politikalarının uygulanma hizmetinden de mahrum kalmışlardır. Bu durum ise öğrencilerin iyi olma halini doğrudan etkilemiştir.

Covid-19 salgın sürecinde aile bireylerinin evde televizyon, bilgisayar, telefon ve internette geçirdikleri sürenin arttığı saptanmıştır. Bakanlığımız tarafından yayımlanan “Aileler İçin Çocuklara Yardım Rehberi” nde Covid-19 salgın sürecinde uygulanan kısıtlamaların bazı çocuklar üzerinde herhangi bir sebep olmadan sinir, öfke ve saldırganlık davranışlarını göstermelerine neden olduğu ifade edilmiştir. Yapılan araştırmalar, Covid-19 salgın sürecinde yaşanan sorunlara benzer muhtemel sorunların yeniden yaşanmaması için, eğitim politikalarının yeniden ele alınması gerekliliğini ortaya koymuştur. Salgın sonrası dönemde eğitim faaliyetlerinin bütün öğrenciler için kapsayıcı şekilde ve erişilebilir hale getirilmesi, öğretmenlerin ve ailelerin desteklenmesi hayati derecede önemli hale gelmiştir.

Okulda öğrenilen ve edinilen bilgi, beceri ve davranışların hem aile içinde hem de sosyal yaşam içerisinde sürdürülebilir olması, okul ortamında ve evde yapılanların tutarlı olmasına ve eşgüdüm sağlanmasına bağlıdır. Bu nedenle çocuklarının eğitiminde önemli yapı taşlarından biri olan ailelerin eğitimi son derece önem kazanmıştır. Ailenin ve devamında toplumun sağlığının korunmasına katkı sağlamak; aile içi ilişkiler, ev yönetimi ve çocukların davranış yönetimlerine rehberlik edilmesi vb. hedeflerle Bakanlığımız tarafından Aile Okulu Projesi başlatılmıştır. Bu kapsamda geliştirilen Aile Okulu Kurs Programı (Veliler İçin) ile çocukların ve gençlerin ruhen ve bedenen daha sağlıklı olabilmeleri için; sosyal ve duygusal beceri gelişimi, aile içi iletişim becerileri, akran zorbalığı ile baş etme yolları, bilinçli ve güvenli teknoloji kullanımı, çatışma ve stres yönetimi, madde bağımlılığı, sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite ve ahlaki gelişim konularında bilgi ve beceri kazandırmak amaçlanmaktadır. Bu program alan uzmanları, Millî Eğitim Bakanlığında görevli uzman ve alan öğretmenleri iş birliği içinde hazırlanmıştır.

Kurs programının uygulanmasıyla ilgili açıklamalara aşağıda yer verilmiştir:

1. Kurs programı, Aile Okulu Projesi kapsamında il ve ilçe milli eğitim müdürlükleri bünyesinde projenin izlenmesi amacıyla kurulan komisyonlar tarafından belirlenen eğitim kurumlarında uygulanır.
2. Programın uygulanmasında ağırlıklı olarak bireysel öğrenmeyi destekleyici yöntem ve teknikler uygulanır. Eğitim sürecinde; anlatım, problem çözme, gösterip yaptırma,

bireysel çalışma, küçük grup çalışması, soru cevap, örnek olay ve gösteri (demonstrasyon) yöntemleri uygulanır.

3. Kurs programında yer alan "kök değerler" şunlardır: adalet, dostluk, dürüstlük, öz denetim, sabır, saygı, sevgi, sorumluluk, vatanseverlik, yardımseverlik. Bu değerler, öğrenme ve öğretme sürecinde hem kendi başlarına hem de diğer kök değerlerle birlikte ele alınarak hayat bulacaktır.
4. Program süresince kursiyerlerin öğrenmeye etkin katılımlarını desteklemek için merak uyandırma, planlama, araştırma, keşfetme, çözümlenme, derinleştirme, paylaşma ve yaşantıya uygulama etkinliklerini gerçekleştirmeleri sağlanmalıdır.
5. Programın uygulanması sürecinde görev alan eğitimciler, kursiyerlerin yeterliliklerinin değişmesi ve gelişmesine katkıda bulunacak bir rehber rolünde olmalıdırlar.
6. Öğrenme-öğretme etkinliklerinde katılımcı düzeyine, eğitim ortamına, çevre etkenlerine ve içeriğe uygun olarak katılımcıları aktif kılan öğrenme-öğretme yöntem, teknik ve stratejileri kullanılmalıdır. Seçilen tekniklerin bireysel ve kültürel farklılıklara sahip bireylere hitap edebilecek yeterlilikte olmasına dikkat edilmelidir.

## **PROGRAMIN KREDİSİ**

Genel kurs programlarında kredilendirilme yapılmamaktadır.

## PROGRAMIN SÜRESİ VE İÇERİĞİ

Kurs programının süresi; günlük en fazla 6 ders saati uygulanacaktır. Kurs süresi toplam 44 ders saatidir.

Konular	Süre (Ders Saati)
SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİ GELİŞİMİ	6
AİLE İÇİ İLETİŞİM BECERİLERİ	6
AKRAN İLİŞKİLERİ	6
BİLİNÇLİ VE GÜVENLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI	6
ÇATIŞMA VE STRES YÖNETİMİ	6
BAĞIMLILIK	4
AHLAKİ GELİŞİM	4
SAĞLIKLI BESLENME VE FİZİKSEL AKTİVİTE	4
ÖLÇME VE DEĞERLENDİRME	2
<b>TOPLAM</b>	<b>44</b>

## İÇERİK

### 1. SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİ GELİŞİMİ

- 1.1. Sosyal Duygusal Beceriler (Azim, Merak, Sabır, Güven, Empati)
- 1.2. Yaşlara Göre Sosyal Duygusal Beceri Özellikleri
- 1.3. Sosyal Duygusal Beceri Gelişimini Etkileyen Faktörler
- 1.4. Sosyal Duygusal Beceri Gelişimini Destekleyici Unsurlar

### 2. AİLE İÇİ İLETİŞİM BECERİLERİ

- 2.1. İletişim Kavramı
- 2.2. Aile İçi İletişim Kavramı
- 2.3. Aile İletişimin Önemi
- 2.4. Aile İçinde, Okulda ve Sosyal Çevrede Etkili İletişimi Güçlendirme Yolları
- 2.5. Aile İçi İletişimi Engellenen Faktörler
- 2.6. İletişim Engellerinin Farkına Varma ve İletişimi Geliştirme Yollarını Bilme

### 3. AKRAN İLİŞKİLERİ

- 3.1. Akran Zorbalığı Kavramı
- 3.2. Akran Zorbalığının Ayırt Edici Özellikleri
- 3.3. Akran Zorbalığının Türleri

- 3.4. Akran Zorbalığı Davranışının Nedenleri
- 3.5. Akran Zorbalığının Yol Açtığı Sorunlar
- 3.6. Akran Zorbalığını Önleme Stratejileri
- 3.7. Psikolojik Sağlık
- 3.8. Çocuk ve Ergenlerde Kimlik Gelişimi

#### **4. BİLİNÇLİ VE GÜVENLİ TEKNOLOJİ KULLANIMI**

- 4.1. Bilinçli ve Güvenli Teknolojinin Tanımı
- 4.2. Teknolojik Dönüşümün Sosyolojik, Psikolojik, Teolojik ve Pedagojik Boyutları
- 4.3. Dijital Vatandaşlık Kavramı
- 4.4. Dijital Mahremiyet Kavramı
- 4.5. Siber Zorbalık ve Baş Etme Yolları

#### **5. ÇATIŞMA VE STRES YÖNETİMİ**

- 5.1. Çatışma Kavramı
- 5.2. Çatışma Türleri ve Aşamaları
- 5.3. Çatışma Çözme Yöntemleri
- 5.4. Stres Kavramı
- 5.5. Stresin Gelişim Aşamaları
- 5.6. Stres Altındaki Tepkiler
- 5.7. Stres Yönetimi ve Stresle Baş Etme Yöntemleri

#### **6. BAĞIMLILIK**

- 6.1. Teknoloji Bağımlılığı ve Belirtileri
- 6.2. Teknoloji Bağımlılığı ile Mücadele Etme Yöntemleri
- 6.3. Madde Bağımlılığı Kavramı
- 6.4. Madde Bağımlılığının Zararları
- 6.5. Madde Bağımlılığını Önleme ve Korunma Tedbirleri
- 6.6. Madde Bağımlılığını Önleme ve Korunma Stratejileri
- 6.7. Türkiye'de Madde Bağımlılığı İle Mücadele Eden Kurumlar



## **7.AHLAKİ GELİŞİM**

7.1. Ahlaki Gelişim Kavramı

7.2. Temel Ahlak İlkeleri

7.3.1. Adalet

7.3.2. Dostluk

7.3.3. Dürüstlük

7.3.4. Öz Denetim

7.3.5. Sabır

7.3.6. Saygı

7.3.7. Sevgi

7.3.8. Sorumluluk

7.3.9. Vatanseverlik

7.3.10. Yardımseverlik

## **8.SAĞLIKLI BESLENME VE FİZİKSEL AKTİVİTE**

8.1. Sağlıklı Beslenme

8.2. Sağlıklı Beslenme Alışkanlıkları ve Hijyen

8.3. Beslenme Problemleri

8.4. Uyku Problemleri ve Çözüm Yolları

8.5. Fiziksel Aktivite

## **ÖLÇME VE DEĞERLENDİRMEYLE İLGİLİ ESASLAR**

Kursun amaçlarına ulaşıp ulaşılmadığını ölçmek için, bireyin süreç içerisinde yaptığı tüm öğrenim faaliyetleri değerlendirilmeli ancak bu çalışmalarla ilgili not değerlendirmesi yapılmamalıdır.

## **PROGRAMIN UYGULANMASINDA KULLANILACAK ÖĞRETİM ARAÇ-GEREÇLERİ**

1. Millî Eğitim Bakanlığının yayınlamış olduğu materyaller kullanılmalıdır.
2. Programın uygulama sürecinde; kaynak ders kitapları, bireysel öğrenme materyalleri ve kaynak ders kitaplarının bulunmaması durumunda öğretmen/öğretici tarafından hazırlanan ders notlarından yararlanılabilir.

- Yararlanılacak kaynak araç-gereçler:
- Bilgisayar
- Akıllı tahta
- Yazı tahtası
- Görsel materyaller

## **BELGELENDİRME**

Kursa katılanlara 'Katılım Belgesi' verilir.

