

# İnternette Sağlıklı İlişkiler

Öğrenciler, sağlıklı ve saygılı ilişkileri oluşturan özellikleri ve internetteki davranışların sağlıklı ve sağlıksız ilişkilerde nasıl rol oynadığını keşfedecekler. Öğrenciler ayrıca sosyal medya ve kendi akran gruplarındaki ilişkiler arasındaki fırsatları ve zorlukları inceleyecek ve akranları arasında doğru davranışları nasıl artırabileceklerini öğrenecekler.

# İlişkiler Konusunda Sözcük Bilgisi

## Birinci Bölüm

### Sınıf Etkileşimi

Öğrencileri daire oluşturacak şekilde toplayın.

### Öğrencilerinize Söyleyin

Bugün internette yaptığımız şeylerin ilişkilerimizin sağlığını nasıl etkilediğinden bahsetmek istiyorum. Ayrıca diğer kişiler için karşı durmak adına neler yapabileceğinizden ve arkadaşlarınız ilişkilerinde sorun yaşadığında ne zaman yardıma ihtiyaç duyacaklarını anlayabilmekten bahsedeceğiz.

### Öğrencilerinize Sorun

"Seyirci kalmak" veya "karşı durmak" ifadelerini duyan var mı? Bu ifadeler sizin için ne anlam ifade ediyor?

### Sınıf Etkileşimi

2-3 kişiden yanıt alın.

### Öğrencilerinize Söyleyin

Sizlerin de ifade ettiği gibi, seyirci kalan biri etrafında gerçekleşen olayları gözlemlemekle yetinir. Bugünkü alıştırmada sağlıklı/saygısız ilişkilerle ilgili davranışlardan bahsedeceğiz. Karşı duran kişi ise, mağdur olanı destekleyerek, eylemin son bulmasına yardımcı olarak veya duruma göre başka şeyler yaparak olumlu bir tepki gösteren kişidir.

## İkinci Bölüm

### Öğrencilerinize Söyleyin

Şimdi öncelikle ilişkilerden bahsedelim. "İlişki" kavramının oldukça geniş bir anlama sahip olduğunu bilmemiz gerekiyor. Bu çalışmanın amacı doğrultusunda, "ilişki" kavramını akranlar arasındaki herhangi bir bağlantı olarak tanımlayacağız. Örneğin, akranlarınızla arkadaş, okul arkadaşı veya okul dışındaki bir etkinliğin (ör. film kulübü) üyeleri olarak bağlantı kurmuş olabilirsiniz. Sağlıklı ilişkilerden bahsettiğimizde her zaman zor bir soruyla karşı karşıya kalırız: "Sağlıklı bir ilişki tam olarak nedir?" Herkesin bu konuda farklı fikirleri vardır ve verilebilecek pek çok güzel cevap bulunur.

Aynı görüşte olduğumuzdan emin olmak için sağlıklı ilişkileri (ör. arkadaşlık, okul

arkadaşlığı, çeşitli türden ilişkiler) tanımlayabilecek sözcükleri sesli bir şekilde düşünelim! Her tür ilişkide işlerin bazen ters gidebileceğini biliyoruz, bu nedenle gelin çeşitli ilişki türlerine özgü sağlıklı davranışlardan bahsedelim.

Küçük bir oyun oynayalım. Bir daire oluşturalım ve her birimiz sağlıklı ilişkileri tanımlayan bir sözcük söylesin. Benle başlayalım. Bence ilişkiler \_\_\_\_\_ (destekleyici, şefkatli, nazik vb.) olabilir.

### **Sınıf Etkileşimi**

Öğrencilerin söylediklerini tahtaya yazın.

### **Öğrencilerinize Söyleyin**

Harika! Katkılarınız için teşekkürler! Bu sözcüklere bir göz atalım.

### **Öğrencilerinize Sorun**

Aynı fikirde miyiz?

Ekleme istediğiniz başka bir şey var mı?

Bu sözcüklere bakarak sağlıklı bir ilişkiyi bir cümleyle tanımlayabilecek olan var mı?

Gruba rehberlik ederek sağlıklı ilişkiye dair ortak bir tanım geliştirmesini sağlayın.

# Galeri Yürüyüşü

## Birinci Bölüm

### Sınıf Etkileşimi

Öğrencileri ikişerli gruplara ayırın.

### Öğrencilerinize Söyleyin

"Sağlıklı ilişkiler" dediğinde aklımıza gelenleri gayet iyi biçimde sıraladığımızı göre odak noktamızı biraz değiştirerek internetteki kendi ilişki deneyimlerimizi inceleyelim.

### Sınıf Etkileşimi

Her bir postere aşağıdaki listeden bir soru yazın ve posterleri odanın farklı yerlerine asın.

Posterlerde Yer Alması Muhtemel Sorular:

1. Teknoloji yoluyla kimlerle etkileşim kuruyorsunuz?
2. İnsanlarla etkileşim kurmak için hangi platformları, hizmetleri veya internet sitelerini kullanıyorsunuz?
3. İnternet ve mobil teknolojiler (tabletler veya cep telefonları gibi) sağlıklı ilişkiler kurmak ve bunları sürdürmek için size nasıl fırsatlar sunuyor?
4. Mobil cihazlar ve bilgisayarlar sayesinde insanlarla nasıl iletişimde kalabiliyorsunuz?
5. İnternet ve mobil teknolojiler, sağlıklı ilişkiler kurma ve bunları sürdürme konusunda ne tür zorluklar oluşturuyor?
6. İnternette paylaşılan şeyler yüzünden ne tür bir arkadaşlık dramına şahit oldunuz veya yaşadınız?

### Öğrencilerinize Söyleyin

Her çiftte yapışkan not kağıtları ve birer kalem vereceğim. Odadaki posterlerde farklı sorular yer alıyor. Not kağıtlarını ve kalemleri dağıttığımda, posterlere doğru yürüebilirsiniz. Cevaplarınızı yapışkan not kağıtlarına yazın ve posterlere yapıştırın. Bir soru için birden fazla cevabınız varsa, cevapları ayrı birer kağıda yazarak posterlere yapıştırın. 8 dakikanız var. İyi eğlenceler!

## **Sınıf Etkileşimi**

Etkinliğin sonunda posterleri toplayın ve grubu yeniden bir araya getirin.

## **Öğrencilerinize Sorun**

Bu soruların her birine verilen ortak cevaplar nelerdir?

Kaçırdığınızı düşündüğünüz bir şeyler var mı?

Fark ettiğiniz eğilimler var mı?

Teknoloji arkadaşlarınızla olan ilişkilerinizi nasıl değiştirdi?

Teknoloji işleri kolaylaştırdı mı yoksa zorlaştırdı mı? Neden?

# Senaryo Tartışması

## Tartışma

### Öğrencilerinize Söyleyin

Şimdi teknoloji ve ilişkilerle bağlantılı "aşırı mesajlaşma" adında bir senaryoyu tartışacağız.

"Aşırı mesajlaşmanın" ne olduğunu bilen var mı?

### Sınıf Etkileşimi

2-3 kişiden yanıt alın.

### Öğrencilerinize Söyleyin

Aşırı mesajlaşma, birisinin karşısındaki kişiye onu bunaltacak derecede fazla mesaj göndermesidir.

### Öğrencilerinize Sorun

Hiç aşırı mesajlaştığınız oldu mu?

Mesajları alan kişi siz olsanız, ne yapardınız? Neden?

Arkadaşlarınızdan biri gelip böyle bir durumla karşı karşıya olduğunu söylese, ona ne önerirdiniz? Harekete geçer miydiniz? Ne tür şeyler yapardınız?

1. Takip: Arkadaşlarınıza yardımcı olmak için harekete geçmek, karşı durmaktır.

### Öğrencilerinize Sorun

Birisini arkadaşları için karşı durmaktan ne alıkoyabilir?

Arkadaşlarınızdan birinin kendi arkadaşından bu kadar fazla mesaj göndermemesini istediğini varsayalım. Ya arkadaşı sürekli evine gelip onunla görüşmek istemeye başlarsa? Görünüşe göre sorun kötüye gidiyor ve gerginlik artıyor. Gerginlik artarsa arkadaşınıza ne yapmasını önerirsiniz?

Gerginlik arttığında, yine de aynı şekilde karşı durmaya devam edebilir misiniz? Bu durumda karşı durmak olmak için neler yapabilirsiniz?

### Öğrencilerinize Söyleyin

"Aşırı mesajlaşma", teknolojinin sağlıklı ilişkileri zora sokabileceği durumlara verilebilecek örneklerden yalnızca biridir.

### **Öğrencilerinize Sorun**

Bu konuda verilebilecek diğer örnekler nelerdir?

Bu sorunlara yönelik bazı çözümler nelerdir?

Şimdiye kadar yürüttüğümüz tartışma bize teknolojinin ilişkilerdeki rolü hakkında ne söylüyor?

### **Sınıf Etkileşimi**

Teknolojinin ilişkiler üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileriyle ilgili bir tartışmaya rehberlik edin.

# Yelpaze Etkinliği

## Birinci Bölüm

### Öğrencilerinize Söyleyin

Sağlıklı ve sağlıksız ilişkilerdeki belirli davranışlara ve bu davranışların sağlıklıdan sağlıksıza doğru giden bir yelpazede nerede durduklarına göz atalım.

Her birinize bir yapışkan not kağıdı dağıtacağım. Bu kağıtlarda "partnerinize 7/24 mesaj göndermek" veya "sosyal medya şifrelerini paylaşmak" gibi ilişkilerde yapılan hareketler yer alıyor. Yapışkan not kağıdını verdiğimde, sizden ayağa kalkmanızı ve odanın ön tarafına gitmenizi istiyorum. Odanın bir tarafında en sağlıklı ilişkilere, diğer tarafında ise en sağlıksız ilişkilere ilişkin davranışlar yer alacak.

Sıranız geldiğinde, kartta yazan davranışın ne kadar sağlıklı veya sağlıksız olduğunu düşünün ve tarafınızı seçin. Örneğin, "partnerinize 7/24 mesaj göndermenin", "arkadaşınızın paylaştığı her şeyi beğenmek ve yeniden paylaşmaktan" daha sağlıksız olduğunu düşünüyorsanız, sağlıksız tarafa daha yakın durun.

### Sınıf Etkileşimi

Önerilen kart konuları:

1. Partnerinize 7/24 mesaj göndermek
2. Sosyal medya şifrelerini paylaşmak
3. Arkadaşlarınızın izni olmadan mesajlarını okumak
4. İnternette yabancılarla / iyi tanımadığınız insanlarla konuşmak
5. Birinin sosyal medya gönderisine kaba yorumlar yapmak
6. Önem verdiğiniz birine "iyi geceler" veya "günaydın" mesajı atmak (belki her gün)
7. Arkadaşınızla yaşadığınız bir tartışmadan bir sosyal medya platformunda herkese açık şekilde bahsetmek
8. Arkadaşlarınızın paylaştığı her şeyi beğenmek ve yeniden paylaşmak
9. Arkadaşınızın hesabını kullanarak (onun adına) sosyal medyada içerik paylaşmak
10. Arkadaşlarınızı bir partideki fotoğraflarda etiketlemek



## 11. Sosyal medyada okul arkadaşınızla ilgili dedikodu yapmak

Öğrenciler yerlerini aldığında neden orada durduklarını sorun ve gerekli görüyorlarsa yerlerini değiştirebileceklerini söyleyin.

Öğrenciler yelpazedeki yerlerini aldığında, yapışkan kağıtları odanın ön tarafındaki duvara yapıştırmalarını ve yelpazeyi tamamen görebilmeleri için bir adım geri gelmelerini isteyin.

### **Sınıf Etkileşimi**

Öğrenciler aşağıdaki iki soruyu ister tartışma yoluyla ister yapışkan kağıtlara yazarak ve odanın ön kısmındaki duvara yapıştırarak yanıtlayabilirler.

### **Öğrencilerinize Sorun**

Bunlar dışında aklınıza gelen sağlıksız davranışlar var mı?

Bunlar dışında aklınıza gelen sağlıklı davranışlar var mı?

Bu yelpaze için tek bir doğru sıralama mı var? Neden? Hepiniz aynı fikirde misiniz?

### **Öğrencilerinize Sorun**

Bu belirli davranışları sağlıklıdan sağlıksıza doğru giden bir yelpazeye yerleştirdik. Ancak sağlıklı bir davranışın sağlıksız bir davranışa dönüştüğü durumlar olabilir mi? Veya tam tersi? Böyle bir şey ne zaman olabilir?

X sağlıksız bir davranışsa [öğrencilerin yelpazenin "sağlıksız" tarafına daha yakın olacak şekilde yapıştırdıkları belirli bir davranışı seçin], bunu çözmek için ne yapardınız?

Yaptıklarını onaylamadığınız biriyle nasıl konuşturdunuz?

# Ödev

## Birinci Bölüm

### Öğrencilerinize Söyleyin

Bugün teknolojiden ve ilişkilerden epey bahsettik. Sizi düşünmeye sevk ettiğimize göre öğrendiklerinizi diğerleriyle nasıl paylaşabilirsiniz? Akranlarınızı, ilişkilerde sağlıklı bir davranışa şahit olduklarında karşı durmaya teşvik etmek için ne tür etkinlikler oluşturabilirsiniz?

### Ödev

Öğrencileri 3-4 kişilik gruplara ayırın.

### Öğrencilerinize Söyleyin

Şimdilik iki önerimiz var ancak farklı bir fikriniz varsa lütfen öne sürmekten çekinmeyin! 30 dakikanız var:

1. Öneri: Okulunuz veya topluluğunuzdaki bireyler için teknolojinin ilişkilerdeki rolü hakkında bir etkinlik taslağı oluşturun. Bu etkinlik bir belgesel izleme/tartışma, "Sevgi Haftası" gibi bir kampanya ve hatta bir sunum bile olabilir! Etkinliğin tanıtımını yapmak için Facebook veya Twitter gibi sosyal medya platformlarını nasıl kullanabileceğinize ilişkin örnekler verin. İnternetteki içeriklerinizin yanı sıra görseller (ör. çizimler, mizahi görüntüler vb.) oluşturmaktan çekinmeyin.
2. Öneri: Bir ilişki (ör. kardeşler arasındaki bir ilişki veya okul arkadaşları arasındaki bir ilişki) ve sosyal medyanın bu ilişkiyi nasıl etkileyebileceğine ilişkin bir hikaye oluşturun. Kısa bir canlandırma yapılabilir, görseller (ör. karikatür) oluşturabilir veya hayali bir Facebook gönderisi ya da Twitter konuşması yazabilirsiniz. Yaratıcı olun!

## İkinci Bölüm

### Ödev

30 dakika sonunda, gruplardan oluşturdukları içerikleri paylaşmalarını ve aşağıdaki sorular üzerinden tartışmalarını isteyin.

### Öğrencilerinize Sorun

Hangi konuyu ele alıyorsunuz? İnsanların öne sürdüğünüz fikirden ne öğrenmesini istiyorsunuz?

Bu fikir okulunuza/topluluğunuza/arkadaşlarınıza nasıl yardımcı olacak?

Hedef kitlenizde kimler yer alıyor?

Fikrinizi hedef kitlenize nasıl tanıtırsınız?

Sizce hedef kitleniz buna nasıl tepki verir?

# Kapanış

## Yansıtma

### Öğrencilerinize Söyleyin

Özellikle teknolojinin işleri nasıl değiştirdiği bakımından, sağlıklı ilişkiler hakkında biraz daha derinlemesine düşündüğünüzü umuyoruz. Ayrıca, arkadaşlarınızı karşı durmaya olmaya nasıl teşvik edeceğiniz veya rahatsız oldukları ya da başkalarını incitecek bir şey gördüklerinde kendilerini ve başkalarını nasıl savunacakları hakkında da düşünmenizi istedik.

### Öğrencilerinize Sorun

Öğrendiklerinizden bazıları nelerdir?

En sevdiğiniz etkinlik hangisiydi? Neden?

En az sevdiğiniz etkinlik hangisiydi? Neden?

Öğrendiklerinizi veya bu etkinliklerde gördüklerinizi hayatınıza nasıl uygulayabilirsiniz?

Yaptıklarınızı arkadaşlarınıza nasıl açıklarsınız?

Yeni veya şaşırtıcı olan şeyler var mıydı?

Sağlıklı veya sağlıksız ilişkilerle ilgili başka sorularınız var mı?