

ÖN TEST / SON TEST FORMU

Eğitici El Kitabı

Katılımcı:

Tarih:

Uygulama Türü:

- ☐ Ön Test (1. Oturum Başı)
☐ Son Test (6. Oturum Sonu)

Bu form bir sınav değildir. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Lütfen her soruyu içtenlikle yanıtlayın.

1. Bir çocuk aniden ağlamaya başladığında aklınıza ilk gelen düşünce nedir?

- ☐ Dur, ağlama neden ağlıyorsun diye sorarım
☐ Ağlama, geçer. Üzülecek bir şey yok derim.
☐ Yanına gider, önce bir şey söylemeden sadece orada olurum; hazır olduğunda konuşalım derim.
☐ Çoğunlukla ne yapacağımı bilemem.

2. "Duygusal Zeka (EQ)" kavramını nasıl tanımlarsınız? (Kendi cümlelerinizle kısaca yazın.)

3. Aşağıdaki duygulardan hangilerinin çocuklarda işlevsel — yani koruyucu ya da gelişimi destekleyici bir rolü olduğunu düşünüyorsunuz? (Birden fazla işaretleyebilirsiniz.)

- | | |
|---|--------------------------------------|
| ☐ Öfke | ☐ Üzüntü |
| ☐ Korku | ☐ Zevk/Sevinç |
| ☐ Sevgi | ☐ Şaşkınlık |
| ☐ İğrenme | ☐ Utanç |
| ☐ Hepsinin bir işlevi var. | |
| ☐ Olumsuz duyguların işlevi olmaz. | |

4. Bir çocuk öfke krizi yaşarken (bağırıyor, eşya fırlatıyor) hangisini yaparsınız? (En çok yaptığınızı işaretleyin.)

- ☐ Sesimi yükselterek "Dur!" derim.
☐ Hemen müdahale eder, fiziksel olarak tutarım.
☐ Sakin kalır, yanına geçer ve alçak sesle "Buradayım, yanımdayım" derim.

☐ Ne yapacağımı şaşıyorum.

5. "Öfke doğal bir duygudur, saldırganlık ise kabul edilemez bir davranıştır." Bu ifadeye katılıyor musunuz?

- ☐ Kesinlikle katılıyorum.
☐ Kısmen katılıyorum.
☐ Katılmıyorum.
☐ Emin değilim.

6. Kendiniz stresli veya öfkeli hissederken çocuklarla çalışmaya devam etmek zorunda kaldığınızda ne yaparsınız?

7. Aşağıdaki iki ifadeden hangisi empatiyi daha iyi tanımlar?

- ☐ "Senin adına çok üzuldüm."
☐ "Bunu yaşamak seni çok zor bir yere koymuş olmalı, anlıyorum."

8. Bir çocuk size "Kimse beni sevmiyor" dediğinde ne söylersiniz? (Kendi cümlelerinizle yazın.)

9. "Çocuğun duygusunu onaylamak, yaptığı davranışı da onaylamak demektir." Bu ifade doğru mudur?

- ☐ Evet, doğrudur.
☐ Hayır, yanlıştır.
☐ Emin değilim.

10. Kurumda iki çocuk kavga ederken müdahaleniz genellikle nasıl olur?

- ☐ Kimin haklı olduğuna karar veririm.
☐ İkisini de ayırır, ayrı ayrı konuşurum.
☐ Onları kendi çözümlerini bulmaları için yönlendiririm.
☐ Nasıl müdahale edeceğimden çoğunlukla emin olamam.

11. Çatışma anlarında aşağıdakilerden hangisini yaparsınız?

- ☐ Karşımdaki kişi haklı olsa bile kazanmak için ısrar ederim
☐ "Bir adım sen at, Bir adım ben atayım" der uzlaşıyorum.

- ☐ Tarafların gerçek ihtiyaçlarını anlamaya çalışır, her ikisini de karşılayan yeni bir çözüm ararım.
- ☐ Karşı taraf mutlu olsun diye kendi ihtiyacımdan vazgeçerim.

12. "Hayır" demekte zorlandığınız durumlar oluyor mu?

- ☐ Çok sık.
- ☐ Zaman zaman.
- ☐ Nadiren.
- ☐ Hiçbir zaman.

13. "Sen dili" ile "Ben dili" arasındaki farkı açıklayabilir misiniz?

14. Aşağıdaki ifadeleri 'Pasif', 'Saldırgan' veya 'Atılgan' olarak etiketleyin:

İfade

Etiket

"Sen her zaman böyle yapıyorsun!"

"Tamam, sen ne dersen öyle olsun."

"Bu durum beni rahatsız ediyor, konuşabilir miyiz?"

15. Aşağıdaki alanlarda kendinizi 1-5 arasında değerlendirin:

(1 = Hiç yetkin değilim 5 = Çok yetkinim)

Alan

Puan

Çocukların duygularını tanıma

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

Kriz anında sakin kalabilme

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

Çocukla empati kurabilme

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

Çatışmaları yapıcı biçimde çözme

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

☐ 5

Kendi duygularımı yönetme

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

Sınır koyabilme / "Hayır" diyebilme

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5

16.

☐ Ön Test: Bu eğitimden en çok ne öğrenmek istiyorsunuz?

☐ Son Test: Bu eğitimde sizin için en çok ne değişti?

Katılımınız ve dürüstlüğünüz için teşekkür ederiz. • Empowered by Empathy – Erasmus+ KA210-ADU