

Dörtyol Rehberlik ve Araştırma Merkezi

Mayıs 2019

E- bülten

Duygusal Okuryazarlık

- **Eğitim ve Eğitimde Duyuşsal Alan**
 - **Duygular**
 - **Duygusal Okuryazarlık**

Yönetim

Sıdkı ARSLAN

Dörtyol RAM Müdürü

Düzenleme

Zahide Sultan ABACIOĞLU

Psikolojik Danışman

Araştırma ve İçerik

Zahide Sultan ABACIOĞLU

Psikolojik Danışman



Web	http://dortyolram.meb.k12.tr
Adres	Özerli Mah. 1 Nolu Çiftçiyolu Sk. No.19 Dörtyol/HATAY
Telefon	0326 713 23 33
e-posta	761093@meb.k12.tr

Merhaba,

Mayıs ayı bültenimizle sizlere ulaşmaktan dolayı mutluyuz.

2018-2019 Eğitim Öğretim Yılında Duygusal Okuryazarlık hakkında sizleri bilgilendirmeyi amaçladık.

Bu alanda yapılan akademik çalışmalarını sizler için kısaca derleyerek, bir farkındalık oluşturmaya çalıştık. Çünkü; Günümüzde duygusal okuryazarlık konusu daha sık araştırmalara konu olmaktadır ve merak edilen bir olgu haline gelmiştir. WEB sayfamızı ziyaret ettiğiniz için teşekkür eder; sağlıklı, mutlu ve başarılı günler dileriz.

Sıdkı ARSLAN

Dörtyol RAM Müdürü

1. Giriş

1.1. Eğitim ve Eğitimde Duyuşsal Alan

Eğitim, bireyin davranışlarını belirli amaçlar doğrultusunda, gerek kendisi gerekse toplum için uygun ve dengeli olarak değiştirmesi ve geliştirmesi sürecidir. Eğitim aracılığıyla, karakteri gelişen bireylerin toplumsal yapı üzerinde olumlu etki yaratması beklenilmektedir. Eğitim, kişinin toplum davranışlarına, ahlak ve estetik ölçülerine, inanış ve yaşama anlayışına sağlıklı uyumuna yardım eden bir süreçtir. Bu yönüyle eğitim, toplumların ve dünyanın gelişimi açısından önemli yere sahip, insanı kültürel hayata hazırlayan tüm sosyal süreçleri içeren kavramların başında gelmektedir. Öyle ki, bir ülkede eğitim düzeyinin yüksek oluşunun, toplumun ekonomik, siyasal, sosyal ve kültürel gelişmesini hızlandırıp ve kolaylaştırdığı bilinmektedir.



Davranışların toplumların gelişimi açısından yenilenmesi gerekliliği bilginin de pek çok değişik biçimde yorumlanmasına neden olmuştur. Bir dönem eğitim sisteminde hâkim olan davranışçı eğitimin, öğrenciyi kontrol edilebilecek ve şekillendirilecek bir mekanizma olarak gören tutumunun, günümüzde öğrenmenin doğasını yeterince açıklayamadığı düşünülmektedir. Davranışçılar gözlemleyebildikleri eylemlere yönelerek duygu, niyet gibi içsel özellikleri araştırmalarında göz ardı etmişlerdir . Bilişselciler ise bu içsel süreçlere odaklanmak istemişlerdir; ancak araştırmalarda vurgu hep biliş üzerinde olmuştur. Bu durumun, eğitimin sosyal amaçlarından, öğrencilere toplumun çeşitli kural, norm, değer vb. öğretilerek onların toplumsallaşmasını sağlamak gereğini karşılamadığı araştırmacılar tarafından ortaya konulmuştur. İç ve dış çatışmaların olduğu bir dünyada zihinler, kalplerin ve duyguların yoğun baskısına maruz kalmaktadır. Bu nedenle ortaya çıkan yeni değerler, öğrenmede anlama, algılama, düşünme, yaratma ve duyuş gibi kavramların öne çıkmasını sağlamıştır. Bu kavramlar sayesinde, eğitimde ve çağdaş yaşamda, değişimin gerisinde kalmamak adına donanımlı hale gelirken bireyin sadece bilişsel becerilerine odaklanmanın yeterli olmadığı ve duyuşsal açıdan da belirli becerilere sahip olunması gereği kanıtlanmıştır.



Okullarda öğrenciler bilişsel alanın yanında, insanlara saygı duymak, hoşgörü göstermek, başarılı olmak ve yardımsever olmak gibi değerleri, trafik kurallarına uymak gibi toplumsal kuralları, derslere veya öğretmenlere karşı olumlu tutum geliştirmeyi ve karşılaştıkları durumlara tavır almayı öğrenirler. Bu tür öğrenmeler okulların duyuş yoğunluklu öğrenmeleri arasına girmektedir.

Duyuşsal alan, daha çok duyguları içermektedir. Duyguların ortaya çıkması, ifade edilmesi, öğrenilmesi, bilinçli ya da bilinçsiz olarak yaşanması, davranışı etkilemesi ve davranıştan etkilenmesi gibi durumlar duygusal alanın çalışma konuları arasındadır. Bu alan, insan davranışlarına yön veren ve onları şekillendiren tutum, inanç, değer ve yönelimleri içermektedir. Martin ve Briggs, duygusal alanla en çok tutumlar (tutum, inanç ve değerler), benlik gelişimi (benlik kavramı, özgüven, denetim odağı, kişilik gelişimi) ve güdülenme kavramlarını özdeşleştirmektedir. Bu yönüyle duygusal alan neyin iyi neyin doğru olduğu sorusuna cevap veren değerler, ahlak ve etikle ilgilidir.



Duyuşsal eğitim ise, bireyin kişisel ve sosyal gelişimini içine alan his, duygu, ahlak ve etik gibi konuları içine almaktadır. Okullarda sorunlara yol açan disiplin eksikliği, çocukların duygusal açıdan sömürülmesi, olgunluk öncesi cinsel hayat, çeteler yoluyla akran şiddeti, suç, boşanma oranlarındaki artış, yeme alışkanlıklarındaki bozukluk, madde bağımlılığı gibi sosyal problemlerde artışlar, duygusal eğitime resmi ya da örtük programlarda yer verilmesini gerekli kılmaktadır. Nitekim duygusal eğitim, ahlak eğitimi, değer eğitimi, karakter eğitimi, barış eğitimi, demokrasi eğitimi, insan ilişkileri eğitimi, cinsel eğitim ve benzeri eğitim biçimlerini içinde barındırmaktadır.

2. Duygular

Duygular, doğumdan sonraki ilk birkaç aydan itibaren bizimledir. Yüz ifadeleri, duygunun sadece bir bileşenidir- davranışsal bildirimdir. Duygu aynı zamanda fizyolojik tepkiler ve öznel hisleri içerir. Goleman duygularımızın; düşünmek ve planlamak, uzak bir hedefe hazırlanmayı devam ettirmek, sorunları çözmek gibi yeteneklerimizi engellediği ya da güçlendirdiği ölçüde, doğuştan gelen zihinsel yetilerimizi kullanma kapasitemizin sınırlarını çizerek hayatta neler yapabileceğimizi belirlediğini ifade etmektedir. Saarni'nin belirttiğine göre Campos ve arkadaşları duygunun, kişiye önemli olan konularda kişi ile çevresi arasındaki ilişkiyi kurma, sürdürme, değiştirme ya da bitirmede kişinin girişimi olduğunu ifade etmektedir. Goleman duyguyu, bir his ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik haller ve bir dizi hareket eğilimi anlamında tanımlamaktadır.



Goleman'a göre bazı kuramcılar temel duygu kümelerinin olduğunu öne sürmektedirler;

- ◆ Öfke: hiddet, hakaret, iççerleme, gazap, tükenme, kızma, sinirlenme, hınç, kin, rahatsızlık, alınganlık, düşmanlık, en uç noktada ise patolojik nefret ve şiddet.
- ◆ Üzüntü: acı, keder, neşesizlik, kasvet, melankoli, kendine acıma, yalnızlık, can sıkıntısı, umutsuzluk ve patolojik olduğunda şiddetli depresyon.
- ◆ Korku: kaygı, kuruntu, sinirlilik, tasa, hayret, şüphe, uyanıklık, vicdan azabı, huzursuzluk, çekinme, ürkme, dehşet, patolojik olduğunda fobi ve panik.
- ◆ Zevk: mutluluk, coşku, rahatlama, tatmin, haz, sevinç, eğlenme, gurur, heyecan, hoşnutluk, kendinden geçme, aşırı zindelik, kapris ve en uç noktada mani.
- ◆ Sevgi: kabul görme, dostluk, güven, iyilik, yakın ilgi, sadakat, hayranlık, aşırı tutkunluk, muhabbet.
- ◆ Şaşkınlık: şok, hayret, afallama, merak.
- ◆ İğrenme: hor görme, aşağılama, küçümseme, tikslenme, nefret etme, hoşlanmama, itici bulma.
- ◆ Utanç: suçluluk, mahcubiyet, hayal kırıklığı, pişmanlık, küçük düşme, üzülme, çile ve nedamet.

Duyguların doğası gereği net bir tanım yapmak ne yazık ki oldukça güçtür. Fehr ve Russell, duygu hakkında herkesin bir fikri olduğu halde, tanımlanması istendiğinde kimsenin net bir kaniya sahip olmayışının duyguyu tanımlamadaki esas sorun olduğunu ifade etmişlerdir. Lazarus ise duygunun karmaşık bir rahatsızlık olduğunu ve duygunun tanımlanmasını güçleştiren üç ögeyi kapsadığını iddia etmektedir. Bu üç öge; öznel duyuş, uyumlu eylemin hareketliliğinin hareketliliği için türe özgü formlarıyla alakalı fizyolojik değişiklikler ve hem araçsal hem de ifadesel kaliteye sahip eylem dürtüleridir. Yapılan bu tanımlamalardan hareketle duyguların şu ortak özelliklere sahip olduğu söylenebilir:

- Her bir duygu biyolojik tabanlı özellikleri paylaşmaktadır,
- Basit duygular daha karmaşık duygularla birleşebilmektedir,
- Duygular, gösterim kuralları tarafından düzenlenebilir fakat temel olarak değiştirilemezler,
- Duygular ilişkileri ve ilişkilerdeki değişiklikleri bildiren işlevsel amaçlara sahiptirler,
- Duygular ve bilişler, zihnin değişik işlevlerini sergilemektedirler.

Bireye yaşamı boyunca yol gösteren, kendini gerçekleştirme sürecinde daima tutan içsel rehberlik eden duygular, iyi bir yaşamın itici dürtüleridir. Bu içsel rehberler, ilk akla gelenin aksine, insan anlayışı için yeni sınırlar sunan karmaşık fiziksel, zihinsel, sosyal, ahlaki ve kültürel bakımdan çok yönlü ve gizemli olaylardır.

Bir duygu -örneğin John'un kızgın ya da âşık olması- karmaşık, olaylara dayalı, dinamik ve yapılandırılmıştır. Karmaşıktır; çünkü içerisinde pek çok değişik unsur barındırır. Algılar, düşünceler, çeşitli fikirler ve bedensel değişiklikler gibi duygusal tecrübelerle dayalı olaylar içerir. Yapılandırılmıştır; çünkü daha fazla duygusal olay yaşama ya da belli şekillerde davranmaya dayalı çeşitli eğilimler ve tertibat içerir.



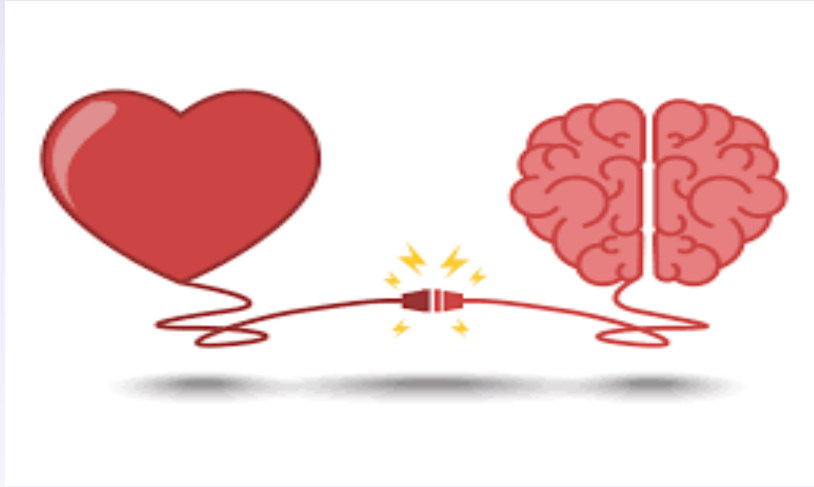
Eğitimde bireye duyuşsal özellikler kazandırma ve duygularını yönetme becerisi öğretilme konuları önemli bir yer tutmaktadır. Özellikle duygular konusunda farkındalık oluşturma ve duyguları yönetebilme yetilerini kazandırabilmek için duyguların nasıl oluştuğu konusunda bilgiye ihtiyaç vardır. Bunun için de duyguların oluşumuna ilişkin teorilerin bilinmesi de gereklidir. Duygu teorileri, duyguların oluşumlarına odaklanmakta ve bu oluşumları açıklamaktadırlar. Duyguların ne şekilde oluştukları ile ilgili değişik bakış açıları içeren pek çok kuram mevcuttur. Bu çalışmada duygularla ilgili üç temel kurama yer verilmiştir.

James – Lange’in duyu teorisi.

James- Lange kuramına göre, duyguların kaynağı bedendeki fizyolojik değişimlerdir. Çevredeki uyarıcılar, kalp atışlarının hızlanması, göz bebeklerinin büyümesi gibi, bedende fizyolojik değişmelere neden olmaktadır ve bunlara bağlı olarak duygular ortaya çıkmaktadır.

Cannon – Bard’ın duyu teorisi.

Cannon ve Bard ise, duygular ve bedensel davranışların eş zamanlı olarak ortaya çıktıklarını öne sürmüşlerdir (Morris, 1996). Ne duygular davranışları ne de davranışlar duyguları belirlemektedir. Duygusal yaşantımızı belirlemede ana rolü oynayan faktörler, gördüklerimiz ve algıladıklarımızdır .



Bilişsel teori.

Bilişsel teoride, içinde bulunduğumuz durumlara ilişkin algımızın ve olaylara verdiğimiz anlamın o durumlara ilişkin duygularımızın temelini oluşturduğunu öne sürülmektedir. Yani duygusal tepkilerimiz duruma ilişkin kendi yorumlarımızdan veya bizim için yorumlanmış biçiminden etkilenmektedir. Bu etiket verilmesi bilişsel bir süreç olarak nitelendirilmektedir. Bu nedendir ki, bireyler hislerini yorumlamak için geçmiş deneyimlerine ilişkin bilgilerinden çıkarımlar yapmak durumundadırlar. Uyarılmalara karşı gösterdiğimiz tepkileri zihnimiz yorumlamakta ve bedenimizdeki fiziksel uyarılmayı hangi tür duyu ile isimlendireceğimizi belirlemektedir. Dolayısıyla, düşüncemiz ile ortaya çıkan duyu genellikle uyumlu olmaktadır. Bilişsel teorilerin temelinde, insanların hayal ettikleri, hatırladıkları ya da o anda yaşadıkları durumu veya olayları bilişsel olarak değerlendirmesinin, duyguların oluşmasında ve farklılaşmasında merkez bir rol oynadığı fikri yatmaktadır.

2.1. Duyguları Tanımlayabilme

Curby ve arkadaşları'nın belirttiğine göre Halberstadt, duyguları tanıyabilmenin, duygu sinyallerini tanıyabilme becerisi olduğunu belirtmektedir. Çocukların, korku ve şaşkınlık gibi duygulara öncülük eden mutluluk, üzüntü ve kızgın duyguların nedenleri ile yüz ifadelerini öğrendiklerini ifade etmektedir.



Saarni'ye göre duygusal yeterliğin ilk ve en temel becerisi olan ne hissettiğimizi tanıma becerisi, kişilerarası etkileşimler de olabilen bazı olayların önemini kabul ettiğimiz anlamına gelir. Olaylar, duygusal tepkilerimiz ile anlamlı hale gelir. Olgunlaştıkça, aynı durumda ya da aynı kişiye üzüntü, suçluluk, kaygı gibi birden fazla duyguyu hissedebileceğimizi anlarız. Duygularını tanıyabilen kişiler, hayatlarını daha iyi idare ederler. Bilimsel çalışmalar, duygularını tanımlamakta ve başkalarını anlamakta zorlanan “duygu sağır” (aleksitimi) bireylerin düşünme yeteneklerinin olmadığını ortaya koymuştur.

2.2. Duyguları Anlayabilme

Yetişkinler gibi bebekler de başkalarının duygularını, kendi davranışlarını yönetmek için kullanırlar. Yabancı bir ortamda olan bebekler sıklıkla, durumu yorumlamalarına yardımcı olmaları için anne ya da babalarına bakarak ipuçları ararlar. Okul öncesi dönemde çocuklar kendilerinin ve başkalarının duygularını doğru bir şekilde yorumlayabilir, duyguların içten geldiğini ve başkalarından saklanabileceğini bilirler. Duyguları okuyabilen çocuklar yetişkinlerle ve akranları ile nasıl ilişki kuracağına daha iyi karar verebilmektedirler. Başkalarının duygularını anlamak güçlü bir kişilerarası beceridir ve duygunun bu sosyal yanı önemlidir. Empati, başkalarının duygularını anlayabilme, duyguları tanıyabilme ve duyguların kişileri nasıl etkileyebileceğini anlama duyarlılığına sahip olmaktır. Kişiler duygularını sıklıkla beden diliyle ifade ederler.



Denham'ın belirttiğine göre Gordon ve Saarni duyguları anlama becerisini şu şekilde tanımlamaktadır;

- ◆ Kişinin kendi duygusal durumunu fark etmesi (örneğin; okul öncesi öğretmeni tarafından oyundan çıkarılan çocuğun kızgınlık yerine daha çok üzüntü duygusunu hissetmesi).
- ◆ Başkalarının duygularını fark edebilme (örneğin; babanın eve geldiğinde gülümsemesinin, gününün iyi geçtiği anlamına gelmesi)
- ◆ Duygular ile ilgili kelime hazinesini kullanmak (örneğin, ölen bir evcil hayvanın ardından ailenin duyduğu üzüntüyü hatırlamak.)

2.3. Duyguları İfade Edebilme

Dünya çapındaki tüm çocuklar temel duyguları ifade etmelerine rağmen, duyguların ifade edilmesinin sıklığında kültürel farklılıklar mevcuttur. Bütün duygular kabul edilebilir ancak davranışlar sınırlandırılmalıdır. Fiziksel tepkiler ve saldırgan davranışlarda bulunmak yerine sözle ifade etmek teşvik edilmelidir.

Denham'ın aktardığına göre Gordon ve Saarni duyguların ifade edilmesine yönelik becerileri aşağıdaki gibi ifade etmektedir;

- ◆ Sosyal bir durum ya da ilişki ile ilgili sözlü olmayan duygusal mesajların ifade edilmesi için mimik-lerin kullanılması (örneğin; sarılmak).
- ◆ Başkalarının duygularına karşı empati duymak (örneğin; yere düşerek dizini acıtan küçük kızkardeşi öpmek).
- ◆ Suçluluk, gurur, utanç ve aşağılama gibi karmaşık sosyal ve içe kapanık duyguları uygun yolla ifade etme (örneğin; yanlışlıkla arkadaşının kağıdını yırtan çocuğun arkadaşından özür dilemesi ve hatasını telafi etmek için çaba göstermesi).
- ◆ Kişinin kendi içinde belli bir şekilde hissedebileceği fakat dışarıya farklı bir tavır gösterebileceğini kavrama- özellikle, sosyal olarak uygun duyguların ifade edilmesi gerekirken, sosyal olarak reddedilen duyguların açık ifadesi kontrol edilebilir (örneğin; yetişkin birini ziyaretinden korkmak ama hiçbir duygu ya da hafif bir gülümseme ifade etmemek).



2.4. Duyguları Düzenleyebilme

Saarni'nin belirttiğine göre Kopp ve arkadaşları bir bebeğin ilk olarak duygu düzenlemesi ile ilgilenmek durumunda olduğunu ifade ederek: bebeğin duygusal uyarıcısının duruma göre değişmeyi gerektirdiğini bildirmiştir. İdeal olarak bebek kendini yatıştırabilme yeteneğine erişebilir, örneğin emziğini emmeyi sürdürebilir ya da uyuyabilir, ve bebeğe bakım veren kişi destek olarak bebeği yatıştırabilir. Duyguları düzenleyebilme becerisi çocuklara, hissedilen duyguların ürünü olan tepkiler vermenin yanı sıra zihinsel tepkiler vermelerine de olanak sağlar.



Duygusal yeterliğin en önemli ögesi olan duyguları düzenleyebilme becerisi, erken çocukluk döneminde akran ilişkileri ve zihinsel kilometre taşlarına erişme gibi diğer gelişimsel becerilerle etkileşim içerisinde olan önemli bir beceridir. Goleman duyguları düzenleyebilme becerisi zayıf olan kişilerin sürekli huzursuzlukla mücadele ettiklerini, güçlü olanların ise hayatın tatsız sürprizleri ve terslikleriyle karşılaştıktan sonra kendilerini daha kolay toparlayabildiklerini belirtmektedir.

- ◆ Denham'ın belirttiğine göre Gordon ve Saarni duyguları düzenleme becerisini aşağıdaki gibi tanımlamaktadır;
- ◆ Sakındırıcı ya da üzücü duygular ya da bu duyguları ortaya çıkaran durumlarla başedebilme (örneğin, çok kızgın olmasına rağmen küçük kardeş tüm oyuncakları aldığı anda hemen saldırganlık göstermek yerine annenin yardımını alma).
- ◆ Keyifli duygular ya da bu duyguları ortaya çıkaran durumlar ile baş edebilme (örneğin, derin bir nefes alma ve oyun alanında kovalamaca oynarken neredeyse kontrol edilemeyecek kadar hoşnut olsa da, birinin kahkahasını reddetmek).
- ◆ Stratejik olarak deneyimi ve duyguların ifadesini uygun zamanlarda düzenlemek (zorbanın geri çekilmesi için öfke içinde yüz buruşturmak; yakın arkadaşının

3. Duygusal Okuryazarlık

Bir öğretmen, terapist ve yazar olan Ginott duyguların insan yaşamındaki önemini vurgulamak için ‘balıklar yüzer, kuşlar uçar ve insanlar hisseder’ demiştir. Bu sözde vurgulandığı gibi, insanı insan yapan duygularıdır. Yüzyıllar boyunca insanlar duyguları sayesinde hayatla başa çıkabilmeyi başarmıştır ve aynı zamanda yine duygular sayesinde hayat anlamlı bir hal almıştır. Duygular, zekânın yaşam için gerekli tarafıdır. Bu yönüyle insanlara, içinde buldukları durumları çabucak değerlendirmek ve nasıl karşılık verecekleri konusunda karar vermek için ihtiyaç duydukları bilgiyi sağlarlar.

Çağımızda önemli olan bu duyguların farkına varabilmek, onları anlayabilmek ve onların gücünden en iyi şekilde yararlanabilmektir. Çünkü insanlar yoğun duyguların tecrübe edilip öğrenildiği sosyal ortamlarda yaşamakta ve bu duyguların yoğunluğunu kelimeler ayna tutarak iletmektedirler. Bireyi duyguları yönüyle bir kitap gibi okuyabilmek, duygusal okuryazarlığa dünyayı duygusal bir bağlamda görebilme bağlacı görevini sağlamaktadır.

Duygusal okuryazarlık becerisine temel oluşturan ana karakteristik özellik



‘insanların hissetmesi’ olgusudur. Duygusal ihtiyaçların karşılanabilmesi için ‘nasıl hissettiğimiz’ üzerinde özenle durmak yani duyguları bir nevi etiketleyebilmek gerekliliği doğmaktadır. Öyle ki bireyin tüm hayatı boyunca nasıl davrandığını, nasıl bir insan olmak istediğini ve bazı durumlarda neden böyle davranması gerektiğini açıklamak için duygularını net bir şekilde ifade edebilme yeterliliğine sahip olması gerekir. Aristo, ‘yaratılış bakımından tüm kişiler öğrenmek isteği içindedir. Eğitimin asıl amacı, insanların daha insani olmalarını sağlayabilmektir, aksi takdirde anlamsızdır’ ifadesini kullanırken daha insani olabilmeyi, kişinin kendini ve duygularını anlayabilmesi olarak açıklamıştır. Duygusal okuryazarlığın bileşenleri incelendiğinde, bu görüşü destekleyen bir niteliğe sahip olduğu görülmektedir.

Duygusal okuryazarlık kavramı ilk kez Steiner tarafından 1979 yılında kullanılmıştır. Steiner, duygusal okuryazarlık becerisini, 'kişisel gücünüzü, yaşam kalitenizi ve aynı zamanda etrafınızdaki insanların yaşam kalitesini geliştirebilecek şekilde duygularınızı bilmek' olarak tanımlamaktadır. Bu tanımda duygusal okuryazarlık becerisi kişisel bir güç kaynağı olarak görülmektedir.

Duygusal okuryazarlık, bireyin kendisinin ya da başkalarının duygusal durumlarını yeterlilikle anlayabilmesi, farkında olabilmesi ve yardımcı olabilecek şekilde başkalarının duygularına cevap verebilmesi gibi yeterliliklerini kapsayan bir terimdir. Southampton Psikoloji Servisi duygusal okuryazarlık becerisini, insanlara 'duygularını tanıma, anlama, yönetebilme ve uygun dille ifade edebilme' becerilerinde yardımcı olma olarak tanımlamaktadır.



Duygusal okuryazarlık üzerine çalışmalar yürüten Antidote Kuruluşu tanımını '*duyguların davranışlarımızı nasıl şekillendirdiği ve duygusal kavrayışın düşüncelerimizi nasıl zenginleştirdiği üzerine bireysel ve kolektif olarak düşünmedir*' şeklinde yapmıştır. Bu tanımda, duygusal okuryazarlık becerisi içinde düşünme eylemi güçlü bir şekilde vurgulanmaktadır. Duygusal beceriyi pekiştirmenin anahtarı olarak, duygular üzerine düşünme ve duyguların düşünceleri zenginleştirmesi fikri, duygusal okuryazarlığı Goleman'ın duygusal zekâ tanımından ayıran en önemli özelliktir.

3.1. Duygusal Okuryazarlık Becerisi ve Duygusal Zekâ İlişkisi

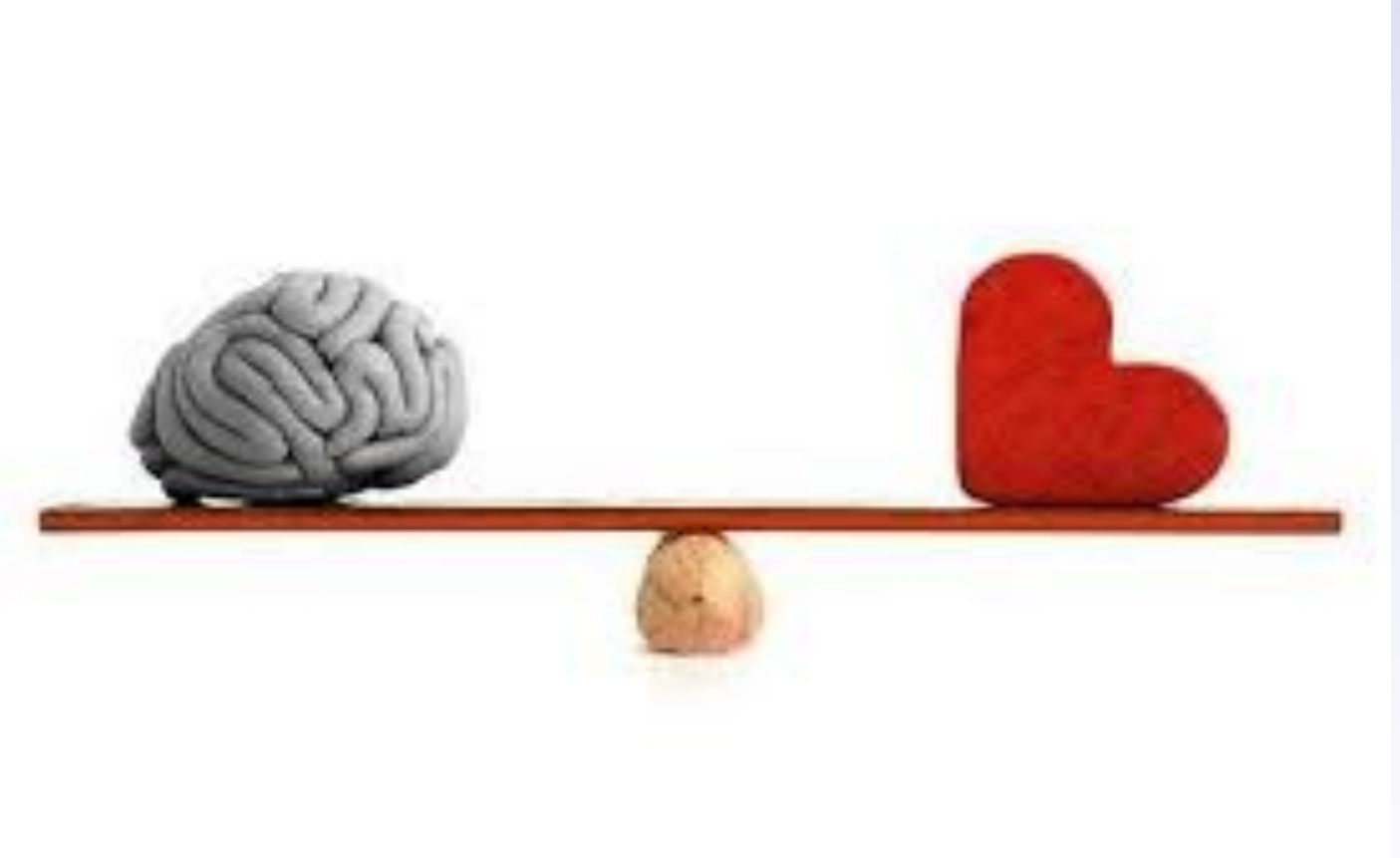


Önceki bölümde değinilmiş olan tanımlardan görüleceği üzere duygusal okuryazarlık kavramı, son zamanlarda tüm dünyada yoğunlukla irdelenen duygusal zekâ kavramı ile benzerlik göstermektedir. Park'a göre, duygusal okuryazarlık kavramı 1970'li yıllarda Amerikan Hümanist Psikoloji çalışmaları içinde geliştirilmiş ve Susie Orbach'ın Guardian Gazetesi'ndeki köşe yazısı ile popüler hale gelmiştir. Bu bağlamda, duygusal zekâyâ nispeten daha uzun bir geçmişe sahiptir.

Duygusal zekâ, 'insanın kendinin ve başkalarının hislerini ve duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve kendi düşünce ve eylemlerini yönlendirmede bu bilgiyi kullanma yeteneği' olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımda, eğitim perspektifinde gerekli olan beceriler çok iyi tasvir edilse de içsel (kendine dönük) zekâ ile sosyal (kişiler arası) zekâ ayırımına dikkat çekilememiştir.

Duygusal zekâ, bir insanın tümüyle duygularıyla başa çıkabilme yeteneğini ifade ederken, duygusal okuryazarlık becerisi ise, kişinin kelimeler aracılığıyla duyguları ile iletişim kurmasını ifade etmektedir. Bocchino, duygusal zekâ ile duygusal okuryazarlık becerisi arasındaki ayrımı şöyle netleştirmektedir: "Duygusal zekâ karakteristiktir; kişilik dinamiği ve potansiyeli kişinin içerisinde beslenip geliştirilebilir. Duygusal okuryazarlık ise kişinin kendisinin bebeklikten yaşamının sonuna kadar besleyip geliştirebileceği algı, beceri ve stratejiler bütünüdür".

Haddon ve diğeri, duygusal zekânın sadece bireyin duygusal becerisini ifade ettiğini, duygusal okuryazarlığın ise duyguları anlamayı temellendiren sosyal bir etkileşim süreci olduğunu öne sürmüşlerdir. Bunu destekleyen biçimde Matthews, duygusal zekânın sadece bireyin duygusal gelişimi üzerinde durduğunu, duygusal okuryazarlığın ise, hem sosyal hem de bireysel bakış açısını kendi bünyesinde birleştirdiğini ileri sürmektedir. Burton ve Shotton ise, eğitim-öğretim bağlamında duygusal okuryazarlık kavramının duygusal zekâ yerine kullanılmasının, sabitleşmiş beceri sınıflandırması düşüncesini kıracağı için gerekli olduğunu iddia etmektedirler. Duygusal okuryazarlık, duygusal anlama yetisinin esaslarında yetersiz kişilerin karşılaştıkları problemlere odaklanmaktadır. Okullarda ve diğer kurumlardaki sosyal çevreyi kontrol etmenin bir uygulamasıdır. Duygusal zekâ ise, duygusal tecrübe ve ‘becerilerini’ dikkate alarak her çocuğun farkındalık ve kavrayışını zenginleştirme sürecidir.



Zekâ kavramının olumsuz çağrışımlarının, duygusal durumu desteklemek yerine baltaladığı anlayışı ve inancı, araştırmacıları zamanla duygusal okuryazarlık terimine daha da yakınlaştırmıştır. Diğer bir yandan okuryazarlık kavramı ise, hem duyguları açık bir şekilde dile getirebilmenin önemini hem de genç insanları sadece eğitme ya da öğretmeyi değil, aynı zamanda duygusal olarak güçlendirmeyi vurgulamaktadır .

3.1.1.Duygusal Okuryazarlık Becerisi Bileşenleri

Duygusal okuryazarlık becerisi, bireylerin duyguları ifade etmede, başka bir deyişle hissedilen duygulara uygun ifade karşılığını bulmada sıkıntılar yaşadığını vurgulamaktadır. Bu sıkıntıları giderebilmek açısından motivasyon, empati, öz-farkındalık, toplumsal ilişkiler ve öz-düzenleme alanlarında bilgi ve beceri donanımı büyük önem taşımaktadır. Söz konusu alanlar, duygusal okuryazarlık kavramının bel kemiğini oluşturmakta, diğer bir deyişle ana karakteristik özelliklerini yansıtmaktadır. Bu karakteristik özelliklere değinmenin büyük fayda sağlayacağı düşünülmektedir.



Motivasyon

Motivasyon kelimesi, köken olarak Latince 'movere', yani 'harekete geçmek' sözcüğünden gelmektedir ve insanı harekete geçiren güç olarak tanımlanmaktadır. Motivasyon, görüldüğü gibi en basit tabiriyle, insanların bir şey yapma konusunda harekete geçiren güçtür. Bu durumla bağlantılı olarak, 'Bir konser biletine neden 65 dolar verdin?', 'Sınav için neden bu kadar ders çalıştın?' gibi soruların cevabını içerisinde barındıran insan motivasyonunun üç farklı faktörle tetiklendiği iddia edilmektedir.

Bu faktörler;

- ◆ Bazı davranışların beynin ödül/zevk merkezini tetiklemesi,
- ◆ Değer verildiğinin öğrenildiği teşvikleri elde etme amacı,
- ◆ Kişisel inanışları tatmin etme, belli hedeflere ulaşma ya da beklentileri karşılama gibi bilişsel ya da içsel faktörlerin etkilemesidir

Empati

Empati, Yunan dilindeki "empathia" sözcüğünün köküne dayanmaktadır. Burada "em" ya da "en" ön ekinin karşılığı, "..de" ya da "..in içinde, içerde"; "pathia" nın karşılığı ise "hissetme" manasında kullanılmaktadır.

Günümüzde empati denildiğinde akla, Carl Rogers ve onun konuya ilişkin çalışmaları gelir. 70'li yıllarda Rogers'ın ulaştığı empati anlayışı, bugün çoğunluğun üzerinde uzlaştığı şu tanıma ulaşmıştır: Bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak olaylara onun balış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi sürecine 'empati' adı verilir.

Duygusal bileşeni bakımından empati, bireyin başkalarının duygularına karşı duyarlı davranarak, bu duyguları tanıması, anlaması ve yorumlamasını vurgulamaktadır.

Öz-farkındalık

Öz-farkındalık, hislerin farkındalığını vurgulayan kişiye özgü duygusal durumu anlama becerisidir. Öz-farkındalık, kişiye diğer insanlarla olumlu ilişkiler geliştirebilmek adına duygularını kontrol etme becerisi sağlar. Bu şekilde duyguların kontrol edilmesi ve yönetilmesi, sosyal ortamlarda uygun zamanda uygun tepkiyi verebilmeye yardımcı olmaktadır. Öz-farkındalık kişilik gelişimi açısından da önemli bir basamaktır ve öz-farkındalığını geliştirmek isteyen kişinin şu özellikleri taşıması gerekmektedir;

- ◆ İhtiyaç, istek ve dileklerinin farkında olması,
- ◆ Kendi potansiyeline uygun bakış açısı geliştirmesi,
- ◆ Kendi sınırlarını, güçlü ve zayıf yönlerini anlayıp teşhis edebilmesi,
- ◆ Bahsi geçen duruma ilişkin gerçekçi bir değerlendirme biçimine sahip olması,
- ◆ Etrafındaki nesne ve olaylara karşı, rasyonel ve bilimsel bir tutum içerisinde olması



Öz-düzenleme

Öz-düzenleme, bireylerin kendilerine ait öğrenme amaçlarını belirledikleri, bilişlerini, motivasyonlarını ve davranışlarını düzenledikleri, amaçları ve çevrelerindeki bağlamsal özellikler tarafından yönlendirilip sınırlandırıldıkları, etkin ve yapıcı bir süreçtir .

Öz-düzenlemeli öğrenme ise, öğrenmenin planlanmasını içeren üst-bilişsel; öz-değerlendirme etkinliğini içeren motivasyonel ve öğrenme birimini seçmesi ve yapılandırmasını içeren davranışsal boyutlardan oluşmaktadır .

Öz-düzenlemeli öğrenme kuramlarında ortak olarak üzerinde durulan nokta, öğrenmeyi ve motivasyonu sağlamak için düşüncelerin, duyguların ve davranışların uyarılması olarak belirtilmekte, bireylerin kendi belirledikleri amaçlara ulaşmak için bilişsel, davranışsal ve motivasyonel süreçleri yönlendirmesi ve bu süreçleri kontrol etmesi olarak tanımlanmaktadır.



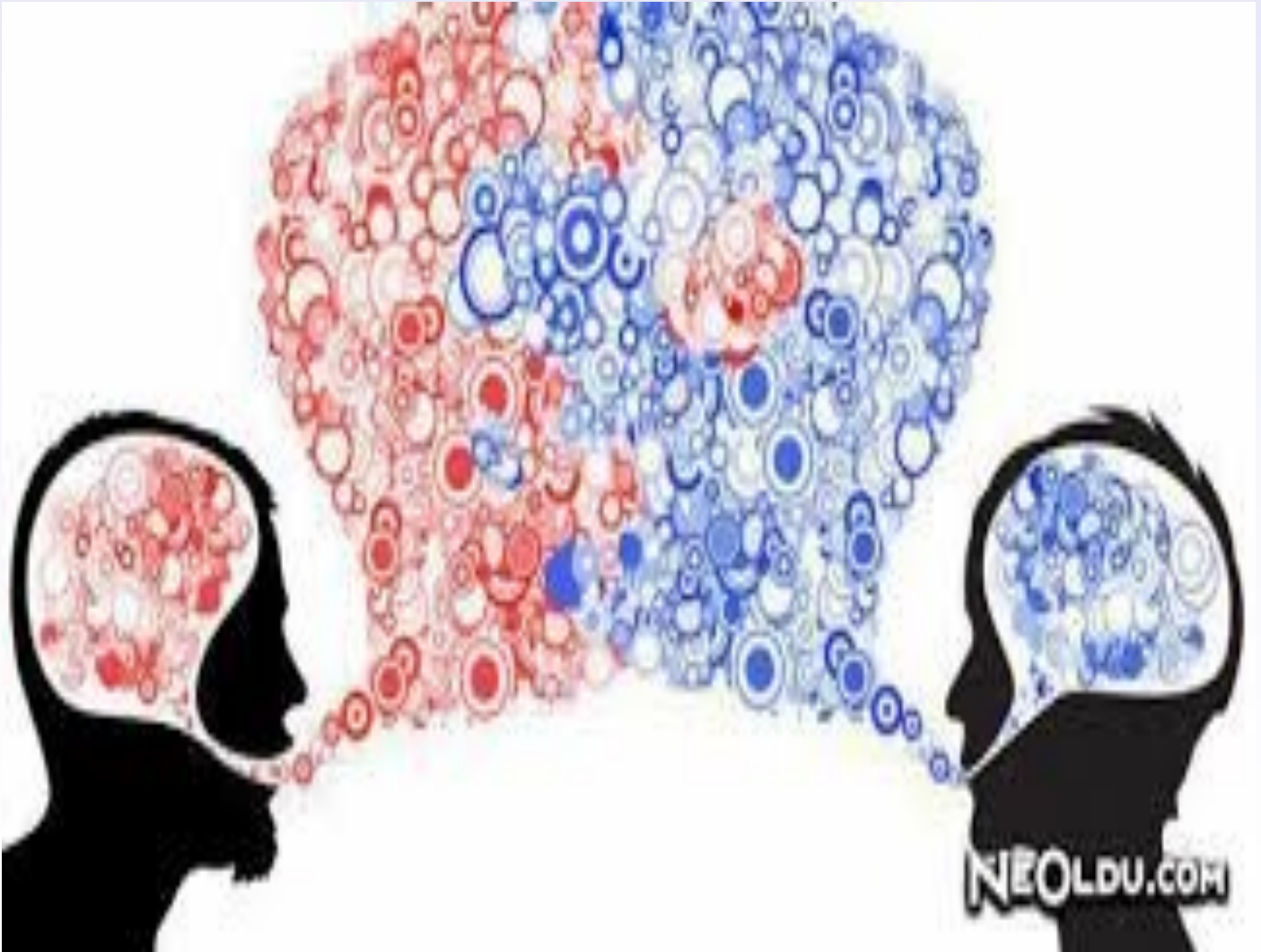
Toplumsal Beceriler

Toplumsal beceriler, kişiler arası iletişim ve ilişkilerdeki başarıyı vurgulayan yapıya sahip bir kavramdır. Kişinin sosyal sorumluluk alabilme becerisini, ilişki kurma ve sürdürme yeteneğini, duygusal yakınlık içeren verme ve alma güdüsünü ne derece sağlıklı kullanabildiği üzerinde yoğunlaşmaktadır. Goleman, ilişkileri yürütme bağlamında toplumsal becerileri, kişinin sosyal durum ve ilişki ağlarını iyi kavrayabilme, başka kişilerin duygularını yönetip yönlendirebilme ve yine başka kişilerle sorunsuz geçinebilme yeteneği olarak tanımlamıştır.

Toplumsal beceriler kendi içerisinde bir takım unsurları barındırmaktadır, bunlardan bazılarını şu şekilde sıralamak mümkündür;

A. İletişim: Geniş anlamda "kişi ve çevresi arasında iki yönlü ilişkiyi ilgilendiren tüm aşamalar" olarak tanımlanabilir. Dinamik, akıcı, devamlı ve değişken bir süreçtir. İletişim, "herhangi bir işaret yardımı ile duygu, düşünce ve anlamların nakli ya da değiş tokuşu" olarak da tanımlanabilmektedir. Bu yeterliliğe sahip kişiler etkili mesaj alış verisi yapar, karşılıklı anlayış arayışında olur ve iyi bir dinleyici olma özelliği gösterirler.

B. Etkileme/ İkna: Kişinin karşısındaki kişi ya da ekipte heyecan ve istek yaratması özelliğidir. Bu yeterliliğe sahip kişiler, ikna etmede beceri sahibidir denilebilir.



C. Çatışma yönetimi: En genel anlamda, çatışma, anlaşmazlık ve uyuşmazlıklar sonucunda sosyal varlıklar arasında ortaya çıkan interaktif bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Çatışma yönetimi stratejileri, bu süreçle başa çıkmada kendine önem verme ve başkasına önem verme adı altında iki boyuta odaklanmaktadır İlk boyut kişinin kendi istek ve ihtiyaçlarını karşılamaya çalışma derecesi iken ikinci boyut diğer kişilerin istek ve ihtiyaçlarını karşılamaya çalışma derecesidir

D. İşbirliği: Kişinin başka kişilerle ortaklaşa görev ve sorumluluk almaktan, ortak amaçlar doğrultusunda beraber çözüm yolları aramaktan hoşnut olmasıdır. Bu yeterliliğe sahip kişi; birlikte çalışma fırsatını yaratır ve besler, planları, bilgiyi ve kaynakları paylaşmaktan rahatsızlık duymaz, işbirliğinden zevk alır. İşbirliği atmosferinin güçlenmesi için çaba gösterir, ilişkilerde dikkatlilik ve göreve odaklanma arasındaki dengeyi sağlamaya çalışır.

E. Ekip çalışması: Ekip; ortak benimsenmiş ve açık bir amaç etrafında, belirlenmiş bir dizi görev ve sorumlulukları yerine getirmek için benimsenmiş bir ekip üyesinin liderliğini kabul eden uygun büyüklükteki çalışanlar topluluğudur. Bu yetkinliğe sahip kişiler grup içi diyalogların verimli hale getirilebilmesi için saygı, yardımseverlik ve işbirliği gibi ekip kalitesini etkileyen ve güçlendiren konularda arkadaşlarına rol model olurlar.

F. İlişki kurma: Kişinin sosyal, aile ve iş çevresinde anlamlı ve doyumlu ilişkiler kurması, gündelik ilişkilerde insanlarla ilişki kurmak ve geliştirmek konusunda zorluk çekmemesi özellikleridir.



3.2. Duygusal okuryazarlık becerisi ve belirgin özellikleri

Duygusal okuryazarlık becerisi, dünya çapında gün geçtikçe önem kazanan kavramlardan biri haline almıştır. Bu kavrama ilişkin pek çok görüş ve kuram mevcuttur. Her birinin temel yapısı aynı olmakla birlikte, kuramların ince ayrıntıda belirgin farkları bulunmaktadır.

Duygusal okuryazarlık becerisi, zihinsel sağlık kadar duygusal sağlığın da önemli olduğunu vurgulamaktadır. Kendileri hakkında olumlu hisseden bireylerin daha etkili öğrenebileceği duygusal okuryazarlığın en önemli varsayımlarından biridir. Okuma, hesaplama, yazma gibi öğretilen duygusal okuryazarlık sayesinde öğrencilerin duygusal refah hali sağlanabilecektir. Çünkü duygusal okuryazarlık, korku ve sıkıntı hallerini enerjiye dönüştürmek için var olan bir strateji izler. Bireyler duygusal okuryazarlık becerileri sayesinde, üretici bir yolla başkalarının duygularını ve kendi duygularını anlayabilir ve ifade edebilirler. Ayrıca duygusal okuryazarlık becerilerine sahip olan bireyler yaşamın farklı alanlarında daha popüler ve samimi kişiler olarak bilinirler.

Aynı zamanda duygusal okuryazarlık, öğrencinin kişisel becerisinden ziyade, okulun tüm üyeleri ya da bileşenleri arasındaki ilişkinin kalitesine odaklanmaktadır.



Yani süreç bireysel olmaktan öte sosyalliği vurgulamaktadır. Bu süreç öğretim programlarına işlenmekle kazanılabilecek ya da okulda bir gruba mahsus olan becerilerden ibaret değildir. Öğretmenler odasına, koridorlara, sınıflara, bahçeye, oyun sahalarına nüfuz ettiğinde en etkili biçimini alır ve okulun, toplumun geri kalanı ile etkileşimini geliştirir. Bu şekilde duygusal okuryazarlık becerisi, duygusal zekânın bir bileşenidir ve bireyin kendisini ve diğer insanları duygusal bağlamda anlama yeteneğini ifade etmektedir. Toplumun her üyesine ulaşarak düşüncelerin altında yatan duyguları şekillendirmeye başladığında, daha ahenkli ve coşkulu öğrenme toplumuna kavuşmayı kolaylaştırır. Bu bağlamda okul çevresi, duygusal ve sosyal beceri ile öğrenci ve öğretmenlerin refah düzeyinin en önemli ve en büyük belirleyicisi konumundadır.

Duygusal okuryazarlık becerisi, özünde kişiler arası etkileşimi ve karşılıklı konuşma özelliklerini aynı kültürel kurgu içerisinde değerlendirir. Duygusal okuryazarlık tanımlarında, kişinin kendi içindeki yetenekleri ile kişiler arasındaki yetenekleri arasındaki ayrıma dikkat çekilmiş; kavram, kendi duygularının farkına varabilme, tanıma ve ifade edebilmenin yanı sıra başkalarının ifade edilen duygularına da uygun biçimde cevap verebilmeyi gerektiren bir bütünlükte aktarılmıştır. Bu değerlendirme, duygusal okuryazarlık becerisinin doğuştan getirilen sabit ve sonu olan bir yetenek olmadığını, tüm bireylerin belli derecelerde sahip olduğu, öğrenilebilen ve sürekli gelişen bir varlık olduğunu göstermektedir.



Bu görüşü destekleyen Weare (2004) kuramında, her bireyin kendinde keşfetme olanağına sahip olduğunu ifade ederek, duygusal okuryazarlık becerisini oluşturan bazı ana yeterliliklerin şunlar olduğunu öne sürmüştür;

- ◆ Kendini anlama (net, pozitif ve gerçekçi bir benlik kavramı)
- ◆ İyimserlik duygusu,
- ◆ Ahenk ve tutarlılık duygusu,
- ◆ Duygularını anlama, ifade etme ve yönetme
- ◆ Duygularımızın nedenlerini anlama,
- ◆ Duygularımıza verdiğimiz tepkileri yönetebilme,
- ◆ Duygusal doyumu arttırabilme,
- ◆ Plan yapma ve problemleri çözümede duygularımız hakkında bilgi sahibi olma,
- ◆ Esnek olabilme ve kararlılık,
- ◆ Sosyal durumları anlama ve ilişkiler kurabilme,
- ◆ Bağlılık ve muhabbet (başkalarını sevmek ve onlara güvenmek),
- ◆ Empati,
- ◆ Etkili iletişim,
- ◆ İlişkileri yürütebilme (arkadaşlıklar ve zor durumlar dâhil),
- ◆ Bağımsızlık [otonomi].



Duygusal okuryazarlık becerisi gereklidir; çünkü insanların duygularını tanımlamak ya da isimlendirebilmek için öncelikle onları tanıyabilme ihtiyaçlarına cevap vermektedir. Etkili bir öğrenen olabilmek adına nasıl hissettiğini bilmek gerekmektedir. Buna bağlı olarak, kendilerini duygusal açıdan olumlu, daha iyi hisseden öğrencilerin daha etkili öğrenebildikleri alan yazında görülmektedir. Ayrıca yapılan çalışmalar duygusal okuryazarlığın, akademik başarıyı arttırdığını, stresle daha etkili başa çıkmayı sağladığını, uyum yeteneğini ve kişiler arası becerileri geliştirdiğini göstermektedir. Gelişmemiş duygusal okuryazarlığın, davranış ve öğrenme problemlerine ve yüksek düzeyde stres, depresyon ile bedensel şikâyetlere neden olduğu görülmüştür. Duygusal olarak okuryazar olan çocukların, zihinsel sağlık problemlerinden etkilenme ihtimallerinin daha az olduğu bilinmektedir.

Yurt dışındaki ülkelerin büyük çoğunluğunda duygusal okuryazarlık birçok çalışmaya konu olmuş, öyle ki bazı ülkelerin eğitim programlarında duygusal okuryazarlığa matematik ve temel okuma gibi temel becerilerle eşdeğer ölçüde yer verilmiştir. Çünkü duygusal okuryazarlık hem belgeleri hem de insanları okumak için gerekli duygusal becerileri sunmaktadır. Duygusal okuryazarlık eğitimleri sayesinde okullarda şiddet olaylarında azalma görülürken kişilerarası ilişkilerde ilerlemeler gerçekleşmekte, duygusal açıdan okuryazar insanların birçok alanda daha iyi performans gösterdiği araştırmalarla desteklenmektedir.

Bu görüşe dayanarak yapılan çalışmalarda, gelişmiş duygusal okuryazarlık becerilerine sahip öğrencilerin;

- ◆ Daha sağlıklı,
- ◆ Daha az fevri,
- ◆ Daha az yalnız,
- ◆ Daha iyi odaklanan,
- ◆ Hayal kırıklığı ve stres karşısında daha fazla mücadeleci,
- ◆ Kişiler arası problemleri çözmede daha özverili ve becerikli,
- ◆ Zararlı davranışlara karşı daha fazla temkinli,
- ◆ Kavgalardan ve çekişmelerden daha fazla uzak duran,
- ◆ Akademik başarısı daha yüksek olan,
- ◆ Kendi yaşamları üzerinde bireysel kontrol olanağını elinde bulunduran özellikler taşıdığı bilinmektedir



3.3. Eğitim Programlarında Duygusal Okuryazarlık Becerisi

Dünya üzerinde pek çok ülkede olduğu gibi ülkemizde de eğitime yatırım yapan devlet, bu eğitimi ülke kalkınmasına katkıya dönüştürebilmek adına çeşitli tedbirler almaktadır. Bu tedbirlerin, eğitimin niteliği ile doğrudan bağlantılı olanı eğitim programlarıdır. Ertürk (1984), yetişek olarak adlandırdığı eğitim programı için, 'belli öğrencileri belli bir zaman süresi içinde yetiştirmeye yönelik düzenli eğitim durumlarının tümü' tanımını kullanmıştır.

Zihinsel sağlık kadar duygusal sağlığın da önemli olduğunu vurgulayan duygusal okuryazarlık becerisi ile öğrencilerin kendilerinin ve başkalarının duygularını üretici bir yolla anlayıp ifade edebilme yetisi kazanmaları amaçlanmaktadır. Hem bireysel olarak hem de okul iklimi içerisindeki iletişim kanalları yoluyla uygulanabilen duygusal okuryazarlık programları duygusal ve sosyal becerileri geliştirebilmek açısından gereklidir.



Geleneksel ve modern anlayışı harmanlayan duygusal okuryazarlık programları ile ulaşılması beklenen başlıca hedefler şu şekildedir;

- ◆ Duygulara dayalı kelime haznesini geliştirmek ve zenginleştirmek,
- ◆ Öğrencilere kendi duygularını tanıma ve anlama imkânı sağlamak,
- ◆ Öğrencilere başkalarının duygularını tanıma ve anlama imkânı sağlamak,
- ◆ Öğrencileri çeşitli öz-kontrol stratejileri geliştirebilmelerine olanak sağlayarak duygularını doğru biçimde ifade edebilmeleri için cesaretlendirmek,
- ◆ Öğrencilerin arkadaşlıklar kurabilme ve kişiler arası ilişkileri sürdürebilmeleri için gerekli sosyal becerileri geliştirmelerine olanak sağlamaktır

Killick, duygusal okuryazarlık programının eğitim sürecine taşınabilmesine imkân tanıyacak pek çok aktivitenin bulunduğunu öne sürmüş ve bu aktivite örneklerinden bazılarını şu başlıklar altında toplamıştır;

- ◆ Resmi eğitim programı üzerinde yapılan çalışmalar,
- ◆ Derslerde yer verilen empati, motivasyon gibi becerileri geliştirmeye ve duyguları yönetebilmeye yardımcı olacak hikaye, oyun, vb. etkinlikler,
- ◆ İşbirliği ve sosyal paylaşımları arttıracak öğrenci meclisleri,
- ◆ Akran dayanışmasına dayalı öğrenme etkinlikleri,
- ◆ Konuşma halkası (circle time) etkinliği,
- ◆ Aile destek grupları,
- ◆ Zorbalık, sağlık, cinsellik, alkol ve madde bağımlılığı, vatandaşlık, demokrasi ve insan hakları eğitimlerini kapsayan programlar gibi.

Bu başlıklar altında toplanan uygulamalarından bazıları doğrudan program olarak okullarda uygulanabilen bir özellik taşıırken, bazıları da örtük olarak okullardaki yaşantılar vasıtasıyla duygusal okuryazarlık becerisi kazandırmayı amaçlamaktadır.



Yararlanılan Kaynaklar

- Alemdar, M.. (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinin duygusal okuryazarlık beceri düzeylerinin belirlenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Osmangazi Üniveristesi, Eskişehir.
- Bozkurt Yükçü, Ş. (2017). *Bağımsız anaokullarına devam eden çocukların duygu düzenleme ve sosyal problem çözme becerileri ile ebeveynlerinin duygusal okuryazarlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Goleman, D. (1996). *Emotional intelligence (why it can matter more than IQ)* (37. Baskı). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Kandemir, M., Dündar, H. (2008). Duygusal okuryazarlık ve duygusal okuryazar öğrenme ortamları. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16.
- Koçak, D. C. (2018). *Ankara ilindeki üniversitelere bağlı anaokullarında bulunan 2005-2017 yılları arasında basılmış resimli öykü kitaplarının duygusal okuryazarlık açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tarhan, N. (2017). *Duyguların psikolojisi ve duygusal zeka* (20. Baskı). İstanbul: Kültür Bakanlığı Yayıncılık.