

Güçlü Yönler/Karakter Güçleri Temelli Okul Müdahale Programı

Strengths/Character Strengths Based School Intervention Program

Ramazan DEMİR^[1] Murat AYDOĞAN^[2] Mehmet MURAT^[3]

Başvuru Tarihi:22 Ağustos 2022

ÖZ

Kabul Tarihi:16 Ekim 2022

Güçlü yönler veya karakter güçleri pozitif psikolojinin önemli çalışma alanlarından birisini oluşturmaktadır. Alanyazında da, güçlü yönlerle ilişkin araştırmaların çoğu pozitif psikoloji kapsamındadır. Okulda güçlü yönlerin desteklenmesi ve işlevsel olarak kullanılması önemlidir. Bu nedenle Milli Eğitim Bakanlığı da sınıf rehberlik programlarında güçlü yönlere yer vermiştir. Özellikle psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde güçlü yönlerden faydalanılabilir. Bu çalışmada, güçlü yönler temelli psikoeğitim programı hazırlanmıştır. Böylece, öğrencilerin güçlü yönlerini keşfetmesi ve işlevsel olarak kullanması hedeflenmiştir. Bu açıdan program, koruyucu ve önleyici psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında değerlendirilebilir. Programın alt amaçları; güçlü yönleri anlama, karakter güçlerini sınıflama, güçlü yönlerini keşfetme, başkalarının gözünden güçlü yönlerini tanıma, güçlü yönlerini kullanabileceği alanları belirleme, okul başarısında ve günlük yaşamda güçlü yönleri kullanmadır. Program ergenlere yöneliktir ve 7. sınıftan 12. sınıfa kadar öğrenciler yararlanabilir. Her oturum 40 dakika ve toplamda 6 oturumdur. Program, deneysel olarak sınamamış olup varsayımsal bir program türündedir. Bu nedenle, araştırmacıların bilimsel olarak programı sınaması ve etkililiğini paylaşması alanyazına katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: pozitif psikoloji, güçlü yönler/karakter güçleri, okul müdahale programı, psikoeğitim, psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri

Received Date:22 August 2022

ABSTRACT

Accepted Date: 16 October 2022

Strengths or character strengths constitute one of the important study areas of positive psychology. In the literature, most of the research on strengths is within the scope of positive psychology. It is important to support and functionally use strengths at school. For this reason, the Ministry of National Education has included strengths classroom guidance programs. Strengths can be used especially in psychological counseling and guidance services. In this study, a strengths-based psychoeducation program was prepared. Thus, it is aimed that students discover their strengths and use them functionally. In this respect, the program can be evaluated within the scope of protective and preventive psychological counseling and guidance services. The sub-purpose of the program; understanding strengths, classifying character strengths, discovering strengths, recognizing strengths from the eyes of others, identifying areas where strengths can be used, using strengths in school success and daily life. The program is aimed at adolescents and students from grade 7 to grade 12 can benefit. Each session is 40 minutes and 6 sessions in total. The program is not experimentally tested and is of a hypothetical type. For this reason, researchers' testing the program scientifically and sharing its effectiveness will contribute to the literature.

Keywords: positive psychology, strengths/character strengths, school intervention program, psychoeducation, psychological counseling and guidance services

Abf
Cite

Demir, R., Aydoğan, M., & Murat, M. (2022). Güçlü yönler/karakter güçleri temelli okul müdahale programı. *Humanistic Perspective*, 4 (3), 568-588. <https://doi.org/10.47793/hp.1164833>

[1] Uzm. Psk. Dan. | MEB | Mersin | Türkiye | ORCID: 0000-0002-3864-558X | rdemir3303@gmail.com

[2] Uzm. Psk. Dan. | MEB | Kayseri | Türkiye | ORCID: 0000-0003-0397-580X

[3] Doç. Dr. | Gaziantep Üniversitesi | Eğitim Fakültesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | Gaziantep | Türkiye | ORCID: 0000-0003-3946-7006

GİRİŞ

Pozitif psikolojiye göre, bireyin sorunlarının giderilmesi, olumsuz durumların ortadan kalkması yani eksi pozisyonundan nötr duruma gelmesi tek başına yeterli görünmemekte; olumlu yani artı bir pozisyonda bulunması gerektiği ifade edilmektedir. Bu durum, Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlıklı insan tanımı ile de tutarlılık göstermektedir (Hefferon ve Boniwell, 2014). Elbette pozitif psikoloji bu bakış açısı ile bireyin sorunlarının ve zayıf yönlerinin olduğunu inkar etmez. Sadece psikolojinin bu kısımlara çok fazla eğildiğinin, sorunlardan ziyade çözümün, zayıf yönlerden ziyade güçlü yönlerin üzerinde durulması gerektiğini belirtmektedir. Bu açıdan, pozitif psikoloji güçlü yönler üzerinde önemle durmakta ve temel çalışma konularından biri haline getirmektedir. Bireyin güçlü yönlerinin keşfedilmesi, güçlü yönlerinin hayatında işlevsel olarak kullanabilmesi değerli görülmektedir (Demir ve Türk, 2020; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Seligman (2002), güçlü yönlerin pozitif psikoloji içerisinde ne denli değerli olduğunu şu sözleriyle ifade etmektedir: “Pozitif psikoloji hareketinin mesajı, bizim alanımızın deforme olduğunu hatırlatmaktır. Psikoloji sadece hastalığın, zayıflığın ve zararın incelenmesi değildir; ayrıca güçlü yanların ve iyi özelliklerin de incelenmesidir. Tedavi sadece yanlış olanı onarmak değil; ayrıca doğru olanın inşasıdır.”

Psikoloji tarihi incelendiğinde, sistematik bir şekilde güçlü yönlerin pozitif psikoloji çatısı altında ele aldığı görülse de farklı yaklaşımlar da güçlü yönlere vurgu yapmıştır. Adler yaklaşımını, iyimser ve mutlu olarak adlandırmış ve bireyin güçlü yönlerinin var olduğunu, psikolojinin bu taraflarla da ilgilenmesi gerektiğini belirtmiştir (Moore, 2012). Yine hümanist yaklaşım, bireyin potansiyeline vurgu yaparak olumlu taraflarına yani güçlü yönlerine vurgu yapmaktadır (Hefferon ve Boniwell, 2014). Bireyin güçlü yönlerine ilişkin sınıflama sistemleri de oluşturulmuştur. Liston (2014)'un sınıflamasında güçlü yönler 11 boyutta ele alınmıştır. “Güç bulucu” olarak adlandırılan, Buckingham ve Clifton (2001) tarafından oluşturulan ve sonradan Rath (2007) tarafından güncellenen sınıflama sisteminde güçlü yönler; yetenek, bilgi ve becerinin bütünü şeklinde ifade edilmekte, 34 yetenek alanı tanımlanmaktadır. “Erdem Projesi” olarak adlandırılan, Popov (2000)'un sınıflama sisteminde ise erdemler yer almaktadır. Bu sınıflama sistemlerinin yanında, pozitif psikoloji çatısı altında yer alan sınıflama “erdemler ve karakter güçleri şeklinde Peterson ve Seligman (2004) tarafından geliştirilmiştir. Bu sınıflama sistemi 6 erdem ve 24 karakter gücüne dayanmaktadır. Bahsedilen erdemler ve karakter güçlerinin isimleri Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1*Erdemler ve karakter güçleri sınıflaması*

İnsanîyet	Aşkınlık	Bilgelik	Cesaret	Ölçülülük	Adalet
İyi yüreklilik	Umut	Merak	Dürüstlük	Öz düzenleme	Liderlik
Sevme	Minnettarlık	Özgünlük	Sebatkârlık	Affetme	Hakkaniyet
Sosyal zekâ	Maneviyat Mizah Estetik, mükemmelliğın takdiri	Çok yönlü bakış açısı Açık fikirlilik	Cesur olma Yaşam coşkusu	Tedbirlilik Alçakgönüllülük	Takım çalışması

Karakter güçleri odaklı uygulamalar arasında KIPP Karakter Okulları gösterilebilir. Okul, öğrencilerin mutlu, başarılı ve bağılı bir hayata sahip olmaları için karakter güçlerini kilit rolde görmektedir (KIPP Public Charter Schools, 2022). Okul temelli karakter güçleri uygulamalarından bir diğeri Park ve Peterson (2008)'a aittir. Bu modelde karakter güçlerine ilişkin farkındalık kazanılması ve karakter güçlerinin uygulanması desteklenmekte, böylelikle öğrencilerin pozitif gelişimi sağlanmaktadır. "Güçler jimnastiğı" adıyla adlandırılan programda ise güç temelli uygulamalar müfredatın içerisine kaynaştırılmaktadır (Proctor ve ark., 2011). Yine "güçlü yönleri kutlamak" adı ile ifade edilen programda da müfredatla kaynaşmış hikayeler üzerinden ilerlenmekte ve yıl sonlarında güçlü yönler için kutlamalar yapılmaktadır (Eades, 2008).

Öğrencilerin güçlü yönlerini keşfetmesi ve kullanabilmesi için okul geneli uygulamalar önerilmektedir. Bu uygulamalar arasında "güçlü yönler gazetesi ve dergisi", "güçlü yönler kulüpleri", "güçlü yönler yarışmaları", "güçlü yönler belgesi", "güçlü yönler kutusu", "güçlü yönler sergisi", "güçlü yönler köşesi" yer almaktadır (Demir ve Murat, 2021a). Bununla birlikte sınıf ortamında yine öğrencilerin güçlü yönlerini keşfetmek ve kullanmasını desteklemek adına uygulamalar da önerilmektedir. "Güçlü yönler şahsiyetleri", "güçlü yönler ağacı", "güçlü yönler kitaplığı", "güçlü yönler bulmacası", "güçlü yönler küpü", "problemlere karşı güçlü yönlerim", "güçlü yönler listem", "arkadaşlarımdan gözünden güçlü yönlerim" bu uygulamalardan bazılarıdır (Demir ve Murat, 2021b).

Milli Eğitim Bakanlığı Sınıf Rehberlik Programı (2020) incelendiğinde, karakter güçlerinin yer aldığı görülmektedir. Sınıfta uygulanacak rehberlik etkinliklerinde karakter güçlerine odaklanılarak karakter güçlerinin keşfedilmesi ve kullanılmasına ilişkin çalışmalara yer verilmiştir. Okul ortamında koruyucu ve önleyici ruh sağlığı hizmetleri kapsamında öğrencilere yönelik olarak güçlü yönler temelli psikoeğitim programları planlanabilir. Bu kapsamda, öğrencilerin güçlü yönlerini keşfetmeleri ve bu güçlü yönlerini gerek okul gerekse günlük yaşamlarında işlevsel olarak kullanmaları öğretilir (Demir ve Murat, 2021a).

MÜDAHALE PROGRAMI

Tablo 2

Müdahale programı genel tanıtımı

Adı	Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı
Amaçları	Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı'nın amaçlarını kavrama Güçlü yönlerin ne olduğunu kavrama Karakter güçleri sınıflamasını anlama Güçlü yönlerini keşfetme Başkalarının gözünden güçlü yönlerini tanıma Güçlü yönleri kullanabileceği alanları keşfetme Okul başarısını arttırmada güçlü yönlerini kullanma Günlük yaşamda güçlü yönlerini kullanma Güçlü yönler açısından kendisini değerlendirme Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı'nı değerlendirme
Hedef Kitle	Ergenler [7-12. sınıf aralığındaki öğrenciler için uygulanabileceği düşünülmektedir. Aynı gruba en fazla bir sınıf aralığı bulunan öğrencilerin alınması tavsiye edilir (9 ve 10. sınıflar gibi).]
Süresi	Her oturum 40 dakika olmak üzere toplam 6 oturumdan oluşmaktadır.
Kullanılabilecek Ölçek	Güçlü Yönler Öz Yeterlik Ölçeği (Geliştiren Tsai vd., 2014; Uyarlayan Dönmezoğulları ve Nazlı, 2019; Sarıçam vd., 2019)

Müdahale programının genel tanıtımına ilişkin bilgiler tablo 2'de verilmiştir. Bu kapsamda programın adı, amaçları, hedef kitlesi, süresi, kullanılabilecek ölçek bilgilerine yer verilmiştir. Bu bilgilere ek olarak, program deneysel olarak sınanmamış olup varsayımsal bir program türündedir. Bu nedenle uygulama yapacak araştırmacıların bilimsel olarak programı sınaması ve etkililiğini paylaşması alanyazına katkı sağlayacaktır.

1. OTURUM Amaçlarım

Kazanım: Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı'nın amaçlarını kavrama.

Materyaller: Akıllı tahta, küçük top, Ek-1 (*Program Amaçları*), <https://www.youtube.com/watch?v=0Xac7j6aneY>(Ekip Çalışması) videosu, Ek-2 (*Grup Kuralları*), Form 1 (*Hedeflerim*).

Süreç:

1. Uygulayıcı, katılımcıları sıcak bir şekilde karşıladıktan sonra kendini tanıtır. Daha sonra 6 hafta boyunca birlikte olacaklarını belirtir. Uygulayıcı, güçlü yönler programının amaçları hakkında (Ek-1) bilgi verir. Varsa katılımcıların soruları cevaplandırılır.

2. Katılımcıların birbirini tanması için sıradaki etkinlik yapılır.¹ Uygulayıcı, katılımcıların çember olmasını ister. Ardından elindeki küçük topu gösterir. Topu her alanın ismini ve olumlu bir özelliğini söyleyip başka grup arkadaşına topu atması gerektiği belirtilir. Uygulayıcı, önce kendi ismi ve olumlu bir özelliğini söyledikten sonra topu herhangi bir katılımcıya atarak süreci başlatır. Tüm katılımcılar söz aldıktan sonra etkinlik tamamlanır. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.
3. Grup uyumunun öneminin kavranması için sıradaki video katılımcılara izletilir. <https://www.youtube.com/watch?v=0Xac7j6aneY>(*Ekip Çalışması*). Daha sonra, etkileşim için anlatılmak istenilenin ne olduğu, canlıların davranışlarının ne gibi sonuçlar doğurduğu, ortak amaçlar için birlikte hareket etmenin önemi gibi sorular sorulur ve cevaplar alınır.
4. Grup kurallarının belirlenmesi adına Ek-2 (*Grup Kuralları Formu*)²akıllı tahtaya yansıtılır. Kuralların ne anlama geldiği, önemi ve neden ihtiyaç olduğu açıklanır. Katılımcıların eklemek istediği kurallar varsa listeye eklenir. Listenin son hali katılımcıların görebileceği bir yere asılarak süreç devam ettiği müddetçe bu kurallara uyulması gerektiği belirtilir.
5. Katılımcılar tarafından bu haftaki yapılanların özetlenmesi teşvik edilir. Bugünkü oturumda en çok etkilendikleri kısımların nereler olduğu, kendi yaşamlarında benzerlik kurdukları yerlerin bulunup/bulunmadığı, bugünkü oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerinin neler olduğu vb. öğrenilir. Bugünkü oturumda öğrendiklerini yaşamlarında nasıl kullanabileceklerini değerlendirmeleri istenir. Oturum dışı etkinlik olarak Form 1 (*Hedeflerim*)³ dağıtılır ve bu forma, programa katılarak neyi amaçlarını somut olarak yazmaları istenir. Oturum sonlandırılır.

Ek-1

Program Amaçları

Bu programın amacı, katılımcıların güçlü yönlerini keşfetmesi ve hayatının her alanında kullanabilmesini sağlamaktır. Program altı ayrı oturumdan oluşmaktadır. Bu oturumlar kapsamında, güçlü yönlerin ne olduğunu kavrayacak ve karakter güçleri sınıflamasını anlayabileceksiniz. Güçlü yönlerinizi keşfedecek, başkalarının gözünden güçlü yönlerinizi görebileceksiniz. Güçlü yönlerinizi kullanabileceğiniz alanları keşfedebileceksiniz. Okul başarınızı arttırmada ve günlük yaşamda güçlü yönlerinizi kullanabileceksiniz.

¹https://ibbfsm.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/34/36/726796/dosyalar/2018_12/06113314_13125118_ISINMA_OYUNLARI.pdf adresinden yararlanılmıştır.

² Çivitçi, A. (2019). *Grup psikoeğitimi*. Pegem Akademi." çalışmasından yararlanılmıştır.

³ Gümüş, A. E. (2006). *Sosyal kaygı ile başa çıkma*. Nobel Yayın Dağıtım." çalışmasından yararlanılmıştır.

Ek-2

Grup Kuralları

1. **Devam:** Zorunlu olmayan durumlar dışında gruba devam esastır. Katılmama durumu olanın önceden uygulayıcı bilgilendirmesi gereklidir.
2. **Gizlilik:** Grupta konuşulanlar grup içerisinde kalacak olup dışarıdakilerle paylaşılmaz.
3. **Kendini Açma ve Gönüllülük:** Katılımcıların duygu ve düşüncelerini paylaşması gönüllü olmalarına bağlıdır.
4. **Etkinliklere Katılma:** Yapılacak etkinliklere aktif katılım verimi arttıracaktır.
5. **Karşılıklı Saygı:** Diğer katılımcıları dinlemeye ve anlamaya çalışmalı, saygılı olunmalıdır.
6. **Oturum Dışı Etkinlikler:** Öğrenilen becerilerin günlük yaşama aktarılabilmesi ve kalıcı olabilmesi için oturum dışı etkinliklerin yapılmasına özen göstermelidir.

Form-1

Hedeflerim

Bu psikoeğitim çalışmasına katılarak neyi amaçlıyorsunuz? (İstediğiniz sayıda yazabilirsiniz.)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Örnek: Güçlü yönlerimi tanımak.

2. OTURUM

Nedir Bu Güçlü Yönler?

Kazanım:Güçlü yönlerin ne olduğunu kavrama. Karakter güçleri sınıflamasını anlama.

Materyaller:Akıllı tahta, makas, Ek-3 (24 Karakter Gücü Yansıması), Form-2 (Güçlü Yönler Bulmacası), Form-3 (Hangi Karakter Gücü).

Süreç:

1. Katılımcılar, sıcak bir şekilde karşılanır. Geçen haftanın özeti gönüllü katılımcılar tarafından yapılır. Daha sonra oturum dışı etkinlik Form-1 (*Hedeflerim*) hatırlatılarak yazdıklarını paylaşmak isteyenlerin duygu ve düşünceleri üzerinde durulur.
2. Uygulayıcı, "Bugün 'güçlü yönler' kavramı hakkında konuşacağız." der. Katılımcılara, "güçlü yönler" kavramından ne anladıkları sorularak etkileşim başlatılır. Verilen cevaplar değerlendirilir ve uygulayıcı güçlü yönler hakkında şu açıklamayı yapar: "Güçlü yönler; bireylerin olumlu, öne çıkan iyi tarafları olarak tanımlanabilir. Örneğin; affedici ve azimli olmak gibi. Güçlü yönler, yaşamınızın birçok alanında kullanabileceğiniz olumlu özelliklerinizi ifade eder. Bu alanlardan bazıları şunlardır: okul, aile, günlük yaşam."
3. Uygulayıcı, güçlü yönlerin karakter güçleri olarak da ifade edilebildiğini söyler. Katılımcıların 24 karakter gücünü kavramaları için Form-3 (*Hangi Karakter Gücü*)⁴ etkinliği yapılacağını belirtir. Ek-3 (*24 Karakter Gücü Yansıması*), akıllı tahtaya yansıtılır. Katılımcıları 6 gruba ayırır. Üzerinde karakter güçlerinin yazılı olduğu kağıtları (isimlerinin bulunduğu kısım hariç) makasla keser. Sonra her gruba rastgele 4 kağıt dağıtır. Katılımcılardan kağıtlarda yazılı olan karakter güçlerini akıllı tahtada gösterilen karakter güçlerinden hangisi olduğunu tahmin etmelerini ister. Sonrasında gönüllü olan gruplardan tahminler alınır. Tüm gruplar tahminleri yaptıktan sonra uygulayıcı karakter güçleri hakkında katılımcılara bilgi verir. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.
4. Katılımcılar tarafından bu haftaki yapılanların özetlenmesi teşvik edilir. Bugünkü oturumda en çok etkilendikleri kısımların nereler olduğu, kendi yaşamlarında benzerlik kurdukları yerlerin bulunup/bulunmadığı, bugünkü oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerinin neler olduğu vb. öğrenilir. Bugünkü oturumda öğrendiklerini yaşamlarında nasıl kullanabileceklerini değerlendirmeleri istenir. Oturum dışı etkinlik olarak Form-2 (*Güçlü Yönler Bulmacası*)⁵ tüm katılımcılara dağıtılır ve bu bulmacayı doldurmaları istenir. Oturum sonlandırılır.

⁴ "Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association & Oxford University Press." çalışmasından yararlanılmıştır.

⁵ "Demir, R., & Murat, M. (2021b). Öğrencilerin güçlü yönlerinin/karakter güçlerinin keşfedilmesine yönelik sınıf içi uygulama önerileri. *Humanistic Perspective*, 3(3), 737-752." çalışmasından esinlenilmiştir.

Ek-3

24 Karakter Gücü Yansıması



Form-2

Güçlü Yönler Bulmacası

S	L	Ç	O	K	Y	Ö	N	L	Ü	B	A	K	İ	Ş	A	Ç	I	S	I	M	D
Y	S	T	Ü	T	E	D	B	İ	R	L	İ	L	İ	K	V	K	K	S	Ç	I	Ü
L	Y	Y	N	J	G	J	O	S	C	Ç	K	S	K	M	E	R	A	K	N	A	R
Ö	O	U	A	F	F	E	T	M	E	K	D	J	L	K	A	Ü	A	P	Z	Ü	Ü
F	I	Ç	J	U	İ	H	Ş	M	S	U	I	F	Ü	F	Ç	F	L	P	Ç	V	S
V	O	I	D	Z	Y	Z	T	S	I	S	P	L	S	Ş	I	A	O	R	O	G	T
H	F	F	E	O	İ	D	M	H	R	Z	T	O	B	R	K	İ	J	V	E	D	L
A	I	T	F	T	Y	K	D	V	B	S	A	G	Ç	M	F	P	S	A	A	E	Ü
K	D	A	Ö	G	Ü	Ş	R	F	Ü	İ	J	H	V	O	İ	Y	E	Ş	L	S	K
K	L	K	Z	H	R	T	C	R	Ö	N	L	H	N	C	K	S	V	Y	Ç	T	D
A	S	I	D	A	E	D	Ü	I	U	P	İ	Ş	Ü	G	İ	M	M	A	A	E	İ
N	Z	M	Ü	U	K	D	B	V	N	Ü	D	O	H	Z	R	E	E	Ş	K	T	P
İ	S	Ç	Z	Y	L	N	S	T	Z	Ö	E	C	B	H	L	Ü	K	A	G	İ	K
Y	O	A	E	D	İ	D	Ö	H	N	Ü	R	G	F	F	İ	S	Ş	M	Ö	K	M
E	S	L	N	K	L	C	K	Ş	C	N	L	Ü	S	E	L	B	K	C	N	K	İ
T	Y	I	L	Y	İ	A	Ö	Ü	R	Ö	İ	Ö	V	O	İ	E	O	O	Ü	U	Z
U	A	Ş	E	Ç	K	E	R	U	J	V	K	Ö	C	H	K	P	V	Ş	L	C	A
M	L	M	M	M	A	N	E	V	İ	Y	A	T	Z	H	O	Ş	P	K	L	U	H
U	Z	A	E	Ş	L	M	İ	N	N	E	T	T	A	R	L	I	K	U	Ü	K	B
T	E	S	V	D	C	E	S	U	R	O	L	M	A	M	M	R	R	S	L	S	R
S	K	I	M	Ö	Z	G	Ü	N	L	Ü	K	Ş	S	Ö	Z	R	J	U	Ü	Ü	A
N	A	S	E	B	A	T	K	A	R	L	I	K	Ö	Ş	D	İ	E	V	K	V	S
M	Ü	K	E	M	M	E	L	L	İ	G	İ	N	T	A	K	D	İ	R	İ	Ç	L

Tedbirliklik, merak, affetme, maneviyat, minnettarlık, cesur olma, estetik, özgünlük, sebatkarlık, umut, hakkaniyet, sosyal zeka, mükemmelliğin takdiri, takım çalışması, alçakgönüllülük, öz düzenleme, iyi yüreklilik, mizah, liderlik, açık fikirlilik, sevrme, yaşam coşkusu, dürüstlük, çok yönlü bakış açısı.

Form-3

Hangi Karakter Gücü

Mizah	Sevdiklerime şakalar yapmaktan hoşlanırım. Gülmeyi severim.
Sevme	Ne zaman bir canlı görsem onunla ilgilenir, ona sevgimi gösteririm.
Umut	Geleceğimde iyi şeyler olacağına inanırım. Bunun için çaba gösteririm.
Merak	Yeni bilgiler öğrenmeye, yeni yerler keşfetmeye açığım. Araştırmaya istekliyim.
Cesur Olma	Bildiğim doğruları çekinmeden söylerim. Zorluktan çekinmem.
Sosyal Zeka	Farklı ortamlara hızlı uyum sağlarım. İnsanları neyin harekete geçirebileceğini bilirim.
Dürüstlük	Her zaman gerçeği konuşurum. Kendimi olduğum gibi gösteririm.
Yaşam Coşkusu	Yaşamımı canlı, enerjik ve hevesli bir şekilde sürdürürüm.
Özgünlük	İşlerimde kendime özgü yollar üretirim. Yeni bir şeyler üretmeyi severim.
İyi Yüreklilik	İyilik yapmayı, yardımda bulunmayı çok severim. Ayrıca nazik ve şefkatliyim.
Minnettarlık	Yaşamımdaki güzel şeyler için şükür ediyorum.
Estetik, Mükemmelliğin Takdiri	Yaşamımdaki tüm güzelliklerin farkındayım ve bunları takdir ederim.

Maneviyat	Varlığımın anlamının farkındayım ve inançlarım davranışlarımı etkiler.
Çok Yönlü Bakış Açısı	Başkalarının fikirlerine ve bakış açlarına önem veririm. Olaylara farklı yönlerden bakarım.
Açık fikirlilik	Olayları tüm yönleriyle değerlendiririm. Fikrimi değiştirebilirim.
Sebatkarlık	Zorluklarla karşılaşsam da başladığım işi bitiririm.
Öz Düzenleme	Kendimi kontrol edebilirim. Düzenli ve disiplinli birisiyim.
Affetme	İnsanları olduğu gibi kabul ederim, onlara ikinci bir şans veririm.
Tedbirlilik	Temkinli davranırım. Gereksiz yere risk almam.
Alçakgönüllülük	Başarılarımı ön plana çıkarmam. Diğer kişilerden pek farkımın olmadığını düşünürüm.
Liderlik	Bulduğum ortamlarda organizasyon yapmayı, çevremdekileri cesaretlendirmeyi severim.
Takım Çalışması	Birlikte yaptığımız işlerde görevlerimi iyi yapmayı ve gruba bağlı kalmayı isterim.
Hakkaniyet	Tüm insanların eşit olduğuna inanırım. Yanlılığa karşıyım.

3. OTURUM

Güçlü Yönlerimi Keşfediyorum

Kazanım: Güçlü yönlerini keşfetme. Başkalarının gözünden güçlü yönlerini tanıma.

Materyaller: Tahta, tebeşir, yapışkan kağıtlar, torba, Form-4 (Güçlü Yönlerim), Ek-4 (Güçlü Yönler Ağacı), Form-5 (Kullandığım Güçlü Yönlerim).

Süreç:

1. Katılımcılar, sıcak bir şekilde karşılanır. Geçen haftanın özeti gönüllü katılımcılar tarafından yapılır. Daha sonra oturum dışı etkinlik olarak Form-2 (*Güçlü Yönler Bulmacası*) hatırlatılarak yazdıklarını paylaşmak isteyenlerin duygu ve düşünceleri üzerinde durulur.
2. Uygulayıcı, katılımcılara bugün güçlü yönlerini keşfetmeye yönelik etkinlikler yapılacağını ifade eder. Uygulayıcı, Form-4'ü (*Güçlü Yönlerim*) katılımcı sayısı kadar dağıtır. Katılımcılara, "Sahip olduğunuzu düşündüğünüz güçlü yönleriniz hangileridir?" sorusunu sorar ve formu doldurmalarını ister. Katılımcılar doldurmakta zorlanırsa Ek-3'ten (*24 Karakter Gücü Yansıması*) faydalanılabilir. Form doldurma işlemi tüm katılımcılar tarafından tamamlandıktan sonra daire şeklindeki grubun ortasına bir sandalye konur. Uygulayıcı, bu sandalyenin "Güçlü Yönler Sandalyesi" olduğunu belirtir. Forma yazdığı güçlü yönünü/yönlerini ismi ile birlikte paylaşmak isteyen sandalyeye oturur ve paylaşımda bulunur. Örneğin, "Benim adım Ali ve güçlü yönlerim cesur olma, affedicilik ve mizah." gibi. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.
3. Uygulayıcı, tahtaya Ek-4'ü (*Güçlü Yönler Ağacı*)⁶ çizer veya yansıtır. Tüm katılımcılara yeterli sayıda yapışkan kağıt dağıtılır. Katılımcılardan önceki aşamadaki belirledikleri güçlü yönlerini ellerindeki yapışkan kağıda yazmaları istenir. Tüm katılımcılar yazdıktan sonra ağacın yapraklarına yapıştırılmaları istenir. Daha sonra, uygulayıcı elindeki torbaya ağaçtaki tüm kağıtları katlayarak atar. Ardından, katılımcılardan hangi güçlü yönlerinin yazdığını tahmin etmelerine yönelik etkinlik yapılacağını söyler. Uygulayıcı katılımcılardan daire olmalarını isteyerek dairenin ortasına geçer. Elindeki torbayı karıştırarak gönüllü bir katılımcının torbanın içinden bir kağıt çekmesini ister. Çektiği kağıtta yazan güçlü yönlerin kime ait olabileceğini tahmin etmesini ister. Sırasıyla tüm katılımcılar kağıtları çekip bitirene kadar etkinlik devam eder. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.
4. Katılımcılar tarafından bu haftaki yapılanların özetlenmesi teşvik edilir. Bugünkü oturumda en çok etkilendikleri kısımların nereler olduğu, kendi yaşamlarında benzerlik kurdukları yerlerin bulunup/bulunmadığı, bugünkü oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerinin neler olduğu vb. öğrenilir. Bugünkü oturumda öğrendiklerini yaşamlarında nasıl kullanabileceklerini değerlendirmeleri istenir.

⁶ "Demir, R., & Murat, M. (2021b). Öğrencilerin güçlü yönlerinin/karakter güçlerinin keşfedilmesine yönelik sınıf içi uygulama önerileri. *Humanistic Perspective*, 3(3), 737-752." çalışmasından esinlenilmiştir.

Oturum dışı etkinlik olarak Form-5 (*Kullandığım Güçlü Yönlerim*) tüm katılımcılara dağıtılır ve bu forma bir hafta boyunca kullandığı güçlü yönlerini yazmaları istenir. Oturum sonlandırılır.

Form-4

Güçlü Yönlerim



GÜÇLÜ
YÖNLERİM

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....
- 5.....
- 6.....
- 7.....

Ek-4

Güçlü Yönler Ağacı



Form-5

Kullandığım Güçlü Yönlerim

İsim: _____ Tarih: _____

 **Kullandığım Güçlü Yönlerim**
Bir hafta boyunca kullandığınız güçlü yönleri aşağıdaki boş kısımlara yazınız.

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe
Bugün kullandığım güçlü yönlerim	Bugün kullandığım güçlü yönlerim	Bugün kullandığım güçlü yönlerim	Bugün kullandığım güçlü yönlerim

Cuma	Cumartesi	Pazar
Bugün kullandığım güçlü yönlerim	Bugün kullandığım güçlü yönlerim	Bugün kullandığım güçlü yönlerim



4. OTURUM

Güçlü Yönlerimi Kullanabileceğim Alanlar

Kazanım:Güçlü yönleri kullanabileceği alanları keşfetme. Başarıya ulaşmada güçlü yönlerini kullanma

Materyaller:Kalem, Form-6 (Güçlü Yönlerimi Kullanabileceğim Alanlar), Ek-5 (Güçlü Yönler Çarkıfelek)

Süreç:

1. Katılımcılar, sıcak bir şekilde karşılanır. Geçen haftanın özeti gönüllü katılımcılar tarafından yapılır. Daha sonra oturum dışı etkinlik Form-5 (Kullandığım Güçlü Yönlerim) hatırlatılarak yazdıklarını paylaşmak isteyenlerin duygu ve düşünceleri üzerinde durulur.
2. Uygulayıcı, Form-6'yı(Güçlü Yönlerimi Kullanabileceğim Alanlar) tüm katılımcılara dağıtarak güçlü yönlerini bu alanlarda nasıl kullanabileceklerini düşünmelerini ve doldurmalarını ister. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.
3. Uygulayıcı, öğrencilerin döndürebilecekleri bir boyutta olacak şekilde Ek-5'i (Güçlü Yönler Çarkıfelek) önceden hazırlar. Gönüllü öğrencilerden başlanarak

çarkıfelek döndürülür. İbresi hangi güçle yöne geldi ise üyenin onunla ilgili paylaşımlarda bulunması istenir. Uygulayıcı, ilgili güçlü yönü üyenin okul başarısında nasıl kullanabileceğini sorar. Cevap alındıktan sonra eğer üye ilgili güçlü yönü kendi güçlü yönü olarak görüyorsa uygulayıcı önceki yaşantısında bu güçlü yönü okul başarısı için nasıl kullandığını sorar. Cevaplar alınır. Uygulayıcı, cevapları değerlendirerek güçlü yönlerin okul başarısını arttırmadaki önemine değinir. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.

4. Katılımcılar tarafından bu haftaki yapılanların özetlenmesi teşvik edilir. Bugünkü oturumda en çok etkilendikleri kısımların nereler olduğu, kendi yaşamlarında benzerlik kurdukları yerlerin bulunup/bulunmadığı, bugünkü oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerinin neler olduğu vb. öğrenilir. Bugünkü oturumda öğrendiklerini yaşamlarında nasıl kullanabileceklerini değerlendirmeleri istenir. Oturum dışı etkinlik olarak üyelere, ünlü kişilerin yaşamlarında hangi güçlü yönleri hangi alanlarda nasıl kullandıklarını araştırmaları istenir. Böylece her bir güçlü yöne bir meşhur kişi belirlenerek "Güçlü Yönler Şahsiyetleri"⁷ belirlenir. Haftaya son oturumun yapılacağı hatırlatılarak oturum sonlandırılır.

Form-6

Güçlü Yönlerimi Kullanabileceğim Alanlar Formu

Aile
Okul
Arkadaşlık
Günlük Yaşam
Diğer

⁷ "Demir, R., & Murat, M. (2021b). Öğrencilerin güçlü yönlerinin/karakter güçlerinin keşfedilmesine yönelik sınıf içi uygulama önerileri. *Humanistic Perspective*, 3(3), 737-752." çalışmasından esinlenilmiştir.

Ek 5

Güçlü Yönler Çarkıfelek



5. OTURUM

Günlük Yaşamda Güçlü Yönlerimi Kullanıyorum

Kazanım: Günlük yaşamda güçlü yönlerini kullanma

Materyaller: Makas, Ek-7 (Güçlü Yönler Senaryoları)

Süreç:

Katılımcılar, sıcak bir şekilde karşılanır. Geçen haftanın özeti gönüllü katılımcılar tarafından yapılır. Daha sonra oturum dışı etkinlik olarak "Güçlü Yönler Şahsiyetleri" hatırlatılarak yazdıklarını paylaşmak isteyenlerin duygu ve düşünceleri üzerinde durulur.

Uygulayıcı, geçen hafta güçlü yönlerin kullanılabilceği alanları hatırlatarak bu alanlardan bir tanesinin de günlük yaşam olduğunu söyler. Sonra, günlük yaşamımızda güçlü yönlerin kullanımıyla ilgili etkinlik yapılacağını belirtilir. Üyeleri dört gruba ayırır. Her gruba bir tane olacak şekilde Ek-7'deki (Güçlü Yönler Senaryoları)⁸ senaryoları gruplara dağıtır. Gruptaki öğrencilerin ilgili senaryoları okuyup bu durumda olan kişinin hangi güçlü yönlerini nasıl kullanabileceği konusunda grupça tartışmalarını ister. Bunun için yeteri kadar süre verilir. Daha sonra, bulduklarını ilgili senaryoları devam ettirerek canlandıracakları ifade edilir. Bunun için

⁸ "Demir, R., & Murat, M. (2021b). Öğrencilerin güçlü yönlerinin/karakter güçlerinin keşfedilmesine yönelik sınıf içi uygulama önerileri. *Humanistic Perspective*, 3(3), 737-752." çalışmasından esinlenilmiştir.

grupta rol paylaşımının yapılması ve canlandırmanın nasıl olacağı ile ilgili karar almaları için yeteri kadar süre verilir. Her grup kendi senaryosunu tüm üyelerin görebileceği şekilde canlandırır. Tüm gruplar sırası ile canlandırmaları yaptıktan sonra etkinlik tamamlanır. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilerek etkileşim sağlanır.

Katılımcılar tarafından bu haftaki yapılanların özetlenmesi teşvik edilir. Bugünkü oturumda en çok etkilendikleri kısımların nereler olduğu, kendi yaşamlarında benzerlik kurdukları yerlerin bulunup/bulunmadığı, bugünkü oturuma ilişkin duygu ve düşüncelerinin neler olduğu vb. öğrenilir. Bugünkü oturumda öğrendiklerini yaşamlarında nasıl kullanabileceklerini değerlendirmeleri istenir. Oturum dışı etkinlik olarak üyelerin bir hafta boyunca kendi yaşantılarından günlük yaşamda güçlü bir yönünü hangi durumda nasıl kullandığını not etmeleri istenir. Haftaya son oturumun yapılacağı hatırlatılarak oturum sonlandırılır.

Ek-7

Güçlü Yönler Senaryoları

<p style="text-align: center;">Senaryo 1</p> <p>Kerem, okul derslerinde başarılı ve genel olarak gayretli bir öğrencidir. Bu sene üniversite sınavına hazırlanmak ve hayalindeki bölüme ulaşmak için yoğunca çalışmaya karar vermiştir. Emir ise Kerem ile aynı sınıftadır ve mahalleden yakın arkadaşıdır. Emir, derslere Kerem kadar önem vermemektedir. Kerem ile sürekli ders dışı etkinlikler yapmak istemektedir. Kerem ise bir yandan derslerine çalışmak, hayallerine ulaşmak istemekte bir yandan da arkadaşını sevdiği için ilişkilerine devam etmek istemektedir. Kerem, Emir ile arkadaşlığı zarar görmeden hangi güçlü yönlerini kullanarak neler yapabilir?</p>
<p style="text-align: center;">Senaryo 2</p> <p>Aslıhan, son zamanlarda bilgisayar ve telefonla oldukça fazla vakit geçiriyordu. Bu durum sonucunda hem aile ve arkadaşlarına yeterince vakit ayırmıyor hem de derslerini aksatıyordu. Annesi Servet Hanım, bu durumu fark edip kızı Aslıhan ile konuşmaya karar verir. Aslıhan annesi ile konuştuğundan sonra durumun ciddi olduğunu fark edip bir şeyler yapmak ister. Aslıhan, sorumluluklarını yerine getirmek için hangi güçlü yönlerini nasıl kullanabilir?</p>
<p style="text-align: center;">Senaryo 3</p> <p>Özge, öğle arası yemek için yemekhaneye doğru giderken bugün sebze yemeği olduğunu öğrenir. Sebze yemeğini çok sevdiğinden hemen sıraya geçmek ister. Bir de bakar ki bugün yemekhanede her zamankinden daha uzun bir sıra var. Yine de sıraya girer. O esnada bir sıra arkasına sınıf arkadaşı Gizem gelir. Gizem, Özge'ye bu sıranın çok uzun süreceğini, bu kadar beklemek yerine kantine gidip abur cubur bir şeyler almaları gerektiğini söyler. Özge, bu durumla ilgili kararını verirken hangi güçlü yönlerinden nasıl faydalanabilir?</p>

Senaryo 4

Cemil, ailesinin tayini çıkması nedeniyle okul değiştirmek zorunda kalmıştı. Cemil'in bugün yeni okulundaki ilk günü idi. Sınıfa girdiğinde herkes farklı gözlerle kendisini izliyordu. Sınıftaki herkes okulu, öğretmenleri, birbirini çok iyi tanıyordu. Cemil ise kendini bu ortama çok yabancı hissediyordu. Cemil, okuluna ve sınıfına uyum sağlamak için hangi güçlü yönlerini ne şekilde kullanabilir?

5. OTURUM Değerlendiriyorum

Kazanım: Güçlü yönler açısından kendisini değerlendirme. Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı'nı değerlendirme.

Materyaller: A4 kağıdı, kalem, Form-7 (Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı Değerlendirme Formu)

Süreç:

1. Katılımcılar, sıcak bir şekilde karşılanır. Geçen haftanın özeti gönüllü katılımcılar tarafından yapılır. Daha sonra oturum dışı etkinlik hatırlatılarak yazdıklarını paylaşmak isteyenlerin duygu ve düşünceleri üzerinde durulur.
2. Uygulayıcı, bu hafta eğitimin tamamlanacağını ifade eder. Katılımcılara, Form-7'yi (Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı Değerlendirme Formu)⁹ dağıtır ve doldurmalarını ister. Tüm katılımcılar doldurduktan sonra uygulayıcı ilk sorudan başlayarak yazdıklarını paylaşmak isteyen gönüllü katılımcılardan yanıtları alır. Tüm soruların yanıtları değerlendirilir. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilir.
3. Uygulayıcı, tüm katılımcılara A4 kağıdı dağıtır. Kağıda kendi isimlerini yazmalarını ister. Sonra şu açıklamayı yapar: "Gruptaki tüm katılımcıların diğer katılımcılar için süreç boyunca gördüğü olumlu özellikleri ve iyi dileklerini yazmasını istiyorum." der. Devamında, katılımcılar kendi isimlerinin yazılı olduğu kağıdı bir yandaki arkadaşına verir. Kağıdı dolduran bir yanına verir. Bu şekilde devam ederek katılımcılara ait kağıtlar tüm üyeler tarafından doldurulur. Dolduran kişinin yazdığının yanına ismini belirtmemesi istenir. Yazma işlemi tamamlandıktan sonra tüm grup üyeleri kendi kağıtlarını okur. Gönüllü

⁹https://corlu.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_11/28084808_OKUL_YYNETYCYLERYNYN_EYYTYMY-YEREL_1.pdf adresinden yararlanılmıştır.

katılımcılardan okudukları arasında en çok etkilendiği kısmı grupla paylaşmaları istenir. Etkinliğe ilişkin katılımcıların duygu ve düşüncelerine yer verilir.

4. Uygulayıcı, süreçle ilgili olumlu duygularını paylaşır ve katılımcılara katılım belgeleri dağıtılır. Tüm katılımcılar tebrik edilir. Bu esnada tüm katılımcılarla birlikte uygulayıcı fotoğraf çekinebilir. İyi dileklerle süreç sonlandırılır.

Form-7

Güçlü Yönler Temelli Okul Müdahale Programı Değerlendirme Formu

GÜÇLÜ YÖNLER PROGRAMI DEĞERLENDİRME FORMU

- 1 Süreç boyunca sizi en çok etkileyen şey neydi? Belirtiniz.
- 2 Bu programda öğrendiklerinizi hayatınıza nasıl aktarabilirsiniz? Açıklayınız.
- 3 Güçlü yönler açısından program başında ve sonunda nerede bulunduğunuzu 0 ile 100 puan arasında değerlendiriniz.
- 4 Program süreciyle ilgili duygularınızı ifade ediniz.
- 5 Eğitimde hangi etkinlikleri faydalı buldunuz?
- 6 Yapılan eğitimde geliştirebileceğini düşündüğünüz kısımlar var mı? Varsa belirtiniz.

KAYNAKÇA

- Buckingham, M., & Clifton, D. O. (2001). *Now, discover your strengths*. Simon & Schuster.
- Çivitçi, A. (2019). *Grup psikoeğitimi*. Pegem Akademi.
- Demir, R., & Murat, M. (2021a). Okulda güçlü yönlerin keşfedilmesi ve desteklenmesi. İçinde G.Arslan & M. Yıldırım (Ed.), *Okulda Pozitif Psikoloji Kuramdan Uygulamaya*. Pegem Akademi.
- Demir, R., & Murat, M. (2021b). Öğrencilerin güçlü yönlerinin/karakter güçlerinin keşfedilmesine yönelik sınıf içi uygulama önerileri. *Humanistic Perspective*, 3(3), 737-752. <https://doi.org/10.47793/hp.957527>
- Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.
- Dönmezoğulları, C., & Nazlı, S. (2019). Güçlü yönler öz yeterlilik ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(4), 257-265. <https://doi.org/10.18506/anemon.462822>
- Eades, J. M. F. (2008). *Celebrating strengths: Building strengths-based schools*. Capp Press.
- Gümüş, A. E. (2006). *Sosyal kaygı ile başa çıkma*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2014). Pozitif psikoloji: Kuram, araştırma ve uygulamalar. T. Doğan (Çev. Ed.), Nobel Akademik Yayıncılık.
- Isınma ve Kaynaştırma Oyunları. (t.y.). 16 Şubat 2022 tarihinde https://ibbfsm.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/34/36/726796/dosyalar/2018_12/06113314_1125118_ISINMA_OYUNLARI.pdf adresinden erişildi.
- İlgi Çekici Şeyler. (2012, 1 Aralık). *Ekip çalışması (Animasyon) mutlaka izleyin..* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/0Xac7j6aneY>
- KIPP Public Charter Schools. (2022). 16 Şubat 2022 tarihinde <https://www.kipp.org/approach/character/> adresinden erişildi.
- Liston, M. A. (2014). Conceptualizing and validating the character virtues index (CVI). University of Missouri. ProQuest Dissertations and Theses.
- Milli Eğitim Bakanlığı, (2020). T.C. Milli Eğitim Bakanlığı sınıf rehberlik programı.
- Milli Eğitim Bakanlığı, Unicef. (2018). Kapsayıcı eğitim öğretmen eğitimi modülü projesi. 16 Şubat 2022 tarihinde http://corlu.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2018_11/28084808_OKUL_YNETYCYLERYNYN_EYTYMY-YEREL_1.pdf adresinden erişildi.
- Moore, B. A. (2012). The progress of mankind. In J. Carlson, & M. P. Maniaci (Eds.), *Alfred Adler Revisited*. Routledge/Taylor & Francis Group.
- Park, N., & Peterson, C. (2008). *The cultivation of character strengths*. In M. Ferrari, & G. Poworowski (Eds.), *Teaching for wisdom*. Erlbaum.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association & Oxford University Press.
- Popov, L. K. (2000). *The virtues project educator's guide: Simple ways to create a culture of character*. Jalmar Press.
- Proctor, C., Tsukayama, E., Wood, A. M., Maltby, J., Eades, J. F., & Linley, P. A. (2011). Strengthsgym: The impact of a character strengths-based intervention on the life satisfaction and well being of adolescents. *The Journal of Positive Psychology*, 6(5), 377-388.
- Rath, T. (2007). *StrengthsFinder 2.0*. Gallup Press.
- Sarıçam, H., Mert, A., & Çelik, İ. (2019). Güçlü yönler öz-yeterlilik ölçeğinin Türkçe versiyonunun psikometrik özellikleri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 288-313.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. Seligman, M. E. P. (2002). Positive psychology, positive prevention and positive therapy. In C.R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press.
- Tsai, C. L., Chaichanasakul, A., Zhao, R., Flores, L. Y., & Lopez, S. J. (2014). Development and validation of the strengths self-efficacy scale (SSES). *Journal of Career Assessment*, 22(2), 221-232.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

According to positive psychology, it is not enough to solve the problems of the individual. In this way, the individual only becomes neutral from the negative position. In addition, it is stated that the individual should be in a positive position. This approach coincides with the definition of healthy people by the World Health Organization. The World Health Organization does not consider a healthy person simply as having no problems. In addition, it emphasizes well-being (Hefferon and Boniwell, 2014). In this respect, positive psychology emphasizes strengths. Strengths have become one of the main areas of study of positive psychology. Because, it is important to discover the strengths of the individual. In the continuation, it was valued that he/she could use his/her strengths functionally in her life (Demir and Türk, 2020; Seligman and Csikszentmihalyi, 2000).

School-wide applications are recommended so that students can discover and use their strengths. These applications are "strengths newspaper and magazine", "strength clubs", "strengths racing", "strengths document", "strengths box", "strengths exhibition", "strengths corner" (Demir and Murat, 2021a). In addition, applications are also recommended in order to support students to discover and use their strengths in the classroom environment. Some of them are "Strengths personalities", "strengths tree", "strengths library", "strengths puzzle", "strengths cube", "strengths against problems", "my strengths list", "strengths in the eyes of my friends" (Demir and Murat, 2021b). These suggested applications are of a quality that can be easily applied in the school and classroom environment.

When the Ministry of National Education Classroom Guidance Program (2020) is examined, it is seen that character strengths are included. In classroom guidance activities, character strengths are focused. The program included studies on the discovery and use of character strengths. Protective and preventive mental health services are given importance in the school environment. In this context, strength-based psychoeducation programs can be planned for students. At the end of the program, students can explore their strengths. Students can use their strengths functionally both in the school environment and in their daily lives (Demir & Murat, 2021a).

Intervention Program

This section contains information about the intervention program. The title of the intervention program is "Strengths-Based School Intervention Program". The purposes of the intervention program: understand the purposes of the Strengths-Based School Intervention Program, understanding strengths, understanding character strengths classification, discovering

your strengths, recognizing your strengths through the eyes of others, discovering areas where strengths can be used, using your strengths to increase school success, using your strengths in daily life, self-assessment, assessment the Strengths-Based School Intervention Program. The application group consists of adolescents. The program applicable for 7-12. class students. It is recommended that students with at most one class interval be included in the same group. (Like 9th and 10th classes). It consists of 6 sessions in total. Each session is completed in 40 minutes. Strengths Self-Efficacy Scale (Developed by Tsai et al., 2014; Adapted by Dönmezoğulları and Nazlı, 2019; Sarıçam et al., 2019) can be used as a measuring tool.

Information on the intervention program is given above. In this context, the title of the program, its purposes, application group, time, measuring tool are included. In addition to this information, the program has not been tested experimentally and is a hypothetical program type. For this reason, researchers' testing the program scientifically and sharing its effectiveness will contribute to the literature.