

SOSYAL BECERİLER



**BOZOVA
ATATÜRK ORTAOKULU**

REHBERLİK SERVİSİ

SOSYAL BECERİ NEDİR?

Sosyal beceriler; toplumsal ilişkilerde bireyin kendisinin ve toplumdaki diğer bireylerin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını anlayabilmesi ve bu anlayış doğrultusunda davranış sergileyebilmesidir.

SOSYAL BECERİNİN ÖNEMİ NEDİR?

Aile ortamı çocuğun dünyada ilk yer edindiği sosyal ortamdır. Dolayısıyla çocukların ilk sosyal becerileri burada gelişir.

Sosyal beceri eksikliği ya da yetersizliği çocukları okul başarısızlığı, saldırganlık, suça eğilim ve çeşitli psikolojik rahatsızlıklar gibi kısa ve uzun süreli birçok sonuca götürebilir.

SOSYAL BECERİ NASIL ÖĞRENİLİR?

Gözlem
Örnek Alma
Canlandırma
Geri Bildirim



AİLELERE ÖNERİLER

Çocuklarınızın sosyal becerilerini geliştirmek, onların hayatta başarılı ve mutlu bireyler olmalarına yardımcı olur. Sosyal beceriler; empati kurma, işbirliği yapma, duygularını ifade etme ve başkalarıyla etkili iletişim kurma yeteneklerini içerir. Bu broşürde, çocuklarınızın sosyal becerilerini desteklemek için bazı öneriler bulabilirsiniz.

1-OLUMLU ROL MODEL OLUN

Çocuklarınızın sosyal becerileri büyük ölçüde sizi gözlemleyerek öğrenirler. Nazık, saygılı ve empatik davranışlar sergileyerek onlara örnek olun. Sorunları çözme şekliniz, duygularınızı ifade etme biçiminiz ve başkalarıyla olan etkileşimleriniz, çocuklarınız için önemli birer ders olacaktır.



2-DUYGUSAL FARKINDALIK YARATIN

Çocuklarınıza duygularını tanımaları ve ifade etmeleri için fırsatlar sunun. Duygularını kelimelerle ifade etmelerini teşvik edin ve onlara duygularını nasıl yönetebileceklerini öğretin. Örneğin; "Şu an üzgün görünüyorsun. Bu konuda konuşmak ister misin?" gibi ifadeler kullanabilirsiniz.

3-OYUN VE AKTİVİTELERLE DESTEKLEYİN

Oyunlar, çocukların sosyal becerilerini geliştirmeleri için harika bir yoldur. Paylaşma, sıra bekleme ve işbirliği yapma gibi becerileri öğrenmeleri için grup oyunlarına katılmalarını teşvik edin. Ayrıca drama ve rol yapma oyunları, empati ve iletişim becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir.



4-DİNLEME BECERİLERİNİ GELİŞTİRİN

İyi bir dinleyici olmanın önemini çocuklarınıza öğretin. Konuşurken göz teması kurmalarını ve karşısındaki kişinin sözünü kesmeden dinlemelerini teşvik edin. Onlara aktif dinleme tekniklerini öğreterek, başkalarının duygularını ve düşüncelerini anlamalarına yardımcı olun.



5-EMPATİ KURMALARINI TEŞVİK EDİN

Çocuklarınıza başkalarının duygularını ve bakış açılarını anlamanın önemini öğretin. Empati kurma becerisini geliştirmek için hikayeler okuyabilir ve okudukları karakterlerin neler hissettiği konusunda konuşabilirsiniz. "Sence bu karakter şu an nasıl hissediyor?" gibi sorular sorarak empati yapmalarını teşvik edin.



6-SOSYAL ETKİLEŞİM FIRSATLARI SUNUN

Çocuklarınızın yaşlılarıyla etkileşimde bulunması için fırsatlar yaratın. Parkta oyun oynamak, sınıf arkadaşlarıyla buluşmak veya çeşitli etkinliklere katılmak, sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olacaktır. Çocuklarınızın farklı sosyal ortamlarda bulunmaları, farklı insanlarla nasıl etkileşim kuracaklarını öğrenmelerini sağlar.



7-POZİTİF GERİ BİLDİRİM VERİN

Çocuklarınızın olumlu sosyal davranışlarını fark edin ve takdir edin. Başarı gösterdiklerinde övgüde bulunun ve bu davranışları tekrar etmeleri için cesaretlendirin. Pozitif geri bildirim, çocuklarınızın özgüvenini artırır ve sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur.



BUNLARIN YANI SIRA

Çocuklarınızın oyun oynamayı öğrenmesini ve spor yapmasını sağlayın.

Uygun davranışlar için birlikte alınmış net kurallarınız olsun.

Çocuğunuzla vakit geçirmek için her gün mutlaka zaman ayırın.

Olumsuz duygularıyla baş etmeleri için destek olun.

Son olarak; dinleyin, paylaşın ve rol model olun.



NOT: Yazı derleme ve alıntıdır.